

## Infos zur Folge 1 Friesland, wir kommen!

Leinen los für die achte Staffel! Diesmal gehen die Spitzenköche Björn Freitag und Frank Buchholz auf kulinarische Entdeckungsreise auf der friesischen Seenplatte in den Niederlanden. Mit ihrem Hausboot starten sie in Lemmer am IJsselmeer und schippern über Seen und Kanäle ins Zentrum der historischen Kleinstadt Sneek. Ziel ihrer Reise ist das Wassersport-Dorf Grou im Herzen von Friesland. Heute: Burger vom Blaarkop-Rind trifft auf Kimchi-Kunst.

Friesland wird oft als die schönste und besonderste der 12 niederländischen Regionen bezeichnet. Die Friesen haben ihre eigenen Traditionen und sogar ihre eigene Sprache, neben dem Niederländischen. Friesland reicht von der Nordsee im Norden bis zum IJsselmeer im Landesinneren.

**Vistit Friesland** - Alle Infos über die Region und Lemmer  
**Internet:** <https://www.friesland.nl/de>

Die „Lecker an Bord“-Reise startet am IJsselmeer. Das ist allerdings kein Meer, sondern mit 1.100 km<sup>2</sup> der größte See der Niederlande. Der erste Ankerplatz liegt in Lemmer - früher ein Fischerdorf, dann Handelsstadt. Heute ist Lemmer einer der beliebtesten Ferienorte der Provinz, mit vielen Wassersportmöglichkeiten und sogar einem Sandstrand.

Über eine alte Schleuse – die historische Lemstersluis – geht es direkt in den Binnenhafen, mitten in Lemmer. Von hier aus ziehen die beiden mit ihren E-Bikes los, um die Umgebung zu erkunden und die Zutaten für das gemeinsame Essen an Bord zu besorgen.

Björns erstes Ziel ist Blesdijke – ein Dorf östlich von Lemmer. Hier trifft er sich mit **Hermien Langelaan**, die einen Biohof und eine Käserei führt. Die Milch für den Käse stammt von den eigenen Schafen. Auch eine kleine besondere Rinderherde grasht hier auf der Weide. Björn fallen sofort die besonderen Ringe um die Augen der Kühe auf. Diese sind typisch für die Rasse „Groninger Blaarkop“ - einer echt niederländischen Rasse aus der Provinz Groningen. Hermien hält sie, weil die genügsamen Tiere sowohl Milch als auch Fleisch liefern. Zu den 30 Kühen gesellen sich auf dem Hof etwa 100 Schafe. Auch diese liefern Milch für den Bio-Käse, den Hermien in ihrer Käserei selbst produziert.

### **Kaasboerderij Langelaan**

#### **Hermien Langelaan**

Markeweg 138

8398 GS Blesdijke

**Mail:** [hlangelaan@hotmail.com](mailto:hlangelaan@hotmail.com)

**Internet:** <https://eetbaarfryslan.frl/locatie/biologische-kaasboerderij-langelaan/>

Frank ist mittlerweile mit seinem E-Bike in Harich bei **Andjelka Cajic de Rooij** angekommen. Vor drei Jahren erst ist sie in das kleine Dorf gezogen, zuvor hat sie in der Hauptstadt Amsterdam gelebt. In den 1990er Jahren ist Andjelka mit ihrer Schwester und Mutter vor dem Krieg in Bosnien in die Niederlande geflohen. In Amsterdam arbeitete sie lange als IT-Projektmanagerin – eine erfolgreiche, aber auch stressige Zeit.

Andjelka hat sich dann zu einer radikalen Veränderung entschlossen. Backen war immer ihre große Leidenschaft. Und so erfüllte sie sich ihren Traum von einer eigenen kleinen Bäckerei. Neben Sauerteigbrotten backt sie auch Baguette, Vollkornbrot, Croissants, Rosinenbrötchen, Zimtschnecken und Apfelschnitten. Und sie probiert immer wieder Neues aus. Mit Frank backt sie Burger-Buns.

### **Bakkerij Andjelka**

#### **Andjelka Cajic de Rooij**

Stinsenwei 20

8571 RJ Harich

**Mail:** [andjelka@outlook.com](mailto:andjelka@outlook.com)

**Internet:** <https://www.bakkerijandjelka.nl/>

Björn ist derweil unterwegs zu **Ruben Abma**, der in Oldeholtpade auf 1,3 Hektar Beeren und Früchte anbaut. Auch Ruben hat sich seinen Traum erfüllt, hat 2013 seinen ehemaligen Beruf als Ingenieur aufgegeben und ist Obstbauer geworden. Über 20 verschiedene Sorten Beeren und Früchte wachsen hier. Alle Sträucher hat Ruben selbst gepflanzt. Wichtig ist ihm auf seiner Farm vor allem Nachhaltigkeit und der ökologische Aspekt. Er verwendet keine Pestizide, sondern arbeitet mit Nützlingen.

Während der Erntezeit öffnet er seine Farm dreimal die Woche und lädt die Menschen zum Selbstpflücken ein. Die Besucher:innen lieben es, durch die Sträucher zu laufen und Beeren zu pflücken. Genauso wie Björn Freitag. Der Koch nascht sich durch ein paar Beerensorten und macht sich dann mit einem Korb voller frischer Beeren auf den Weg zum Boot ...

### **Fruithof de Sruikrover**

#### **Ruben Abma**

Hoofdweg 193

8474 CE Oldeholtpade

**Mail:** [info@destruikrover.nl](mailto:info@destruikrover.nl)

**Internet:** <https://destruikrover.nl>

**Alle Infos und Rezepte immer auf [leckeranbord.wdr.de](http://leckeranbord.wdr.de)**