

14 t/m 20  
OKTOBER 2019  
IN FRYSLÂN

WORLD  
FOOD  
WEEK

## WORLD FOOD WEEK IN FRYSLÂN

# PROGRAMMA

Van 14 t/m 20 oktober vindt in Fryslân de World Food Week plaats. Een hele week over bewust genieten van eten dat het verschil maakt voor je gezondheid, het klimaat, de bijen en de boer. In die week is er van alles te doen. Hieronder een overzicht van enkele highlights. Eerst de activiteiten gedurende meerdere dagen of de hele week. Daaronder per dag. Het hele programma is te vinden op [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl) onder het blokje 'programma'. Daar is ook per activiteit meer informatie te vinden en kun je via de aangegeven link aanmelden.

### Activiteiten gedurende meerdere dagen

#### IMPACT DINERS

De Friese horeca, ROC Friese Poort en het Friesland College organiseren speciaal voor de World Food Week allerlei Dutch Cuisine Impact Diners gedurende de hele week. Deze menu's zijn zo samengesteld dat ze klimaatvriendelijk en met minder impact op het milieu kunnen worden geserveerd. Zo kan je tijdens de World Food Week door heel Friesland genieten van maaltijden die het verschil maken. Kijk op de website naar alle restaurants die er meedoen. Zoals de Dutch Cuisine restaurants in Friesland en de restaurants van Fryslân Culinaire. Er komen elke dag nieuwe bij! Kijk op [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl) voor Impact Diners bij jou in de buurt.

#### DUTCH CUISINE POP UP RESTAURANT ROC FRIESE POORT SNEEK

In de kantine van ROC Friese Poort in Sneek is een Dutch Cuisine Pop up restaurant. Op 16, 17 en 18 oktober zijn er 4 plaatsen vrij voor de lunch tussen 12.00 en 13.00 uur voor mensen uit Sneek. Erbij zijn? Mail naar [nusneek@rocfrieseport.nl](mailto:nusneek@rocfrieseport.nl) en geef aan waarom je deze lunch verdient of wie je in het zonnetje wilt zetten.

#### FRYSLÂN MENU

Ontdek de smaak van Friesland! Op 11, 12, 13 en 18, 19, 20 oktober maakt restaurant Omke Jan in Woudsend elke avond vanaf 18.00 uur een Proef Fryslân menu. Een menu volledig gebaseerd op producten en ingrediënten uit Friesland. Friesland heeft als provincie een unieke diversiteit en aanbod van voedsel zoals groente, zoet- en zoutwatervis, vlees, fruit en bonen. Wij werken nauw samen met de boeren, tuinders en vissers uit de nabije omgeving en koken graag met de smaakvolle producten die de boeren leveren. Kom genieten van de geweldige smaken uit de nabije omgeving. Aanmelden via [website restaurant Omke Jan](http://website.restaurant Omke Jan).

#### BOER BART STREEKBOER RESTAURANT

Genieten wordt het ook in het Streekboer restaurant van Boerderij Bart in Rottergaast op 18, 19 en 20 van 17.00 – 20.00 uur. Daar maak je kennis met het ambacht van de boer. De geur, kleur, smaak, passie, liefde en alles wat de boeren doen voor eten. Tickets via [www.boerbart.nl/ticket](http://www.boerbart.nl/ticket)

#### HEEL FRYSLÂN KOOKT

Ben jij kookliefhebber? Wil je een diner organiseren in je buurthuis, voor je team, je collega's of je familie? Meld je aan voor Heel Fryslân kookt en zet een verse maaltijd met meer groenten en minder vlees, met producten uit de regio en van het seizoen op tafel. Onder iedereen die meedoet verloten we kaartjes voor het Buter, Brea en Dutch Cuisine diner op 17 oktober. En we hebben nog meer leuke dingen in petto! Ga naar [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl) en meld je aan voor Heel Fryslân kookt!

### Activiteiten per dag

## 14 OKTOBER

#### #SIPELSOP

Wethouder Herwil van Gelder opent de World Food Week om 10.30 uur in de centrale hal van NHL Stenden, Rengerslaan 10 in Leeuwarden. Dat is tevens de opening van de kunstinstallatie #Sipelsop. Deze laat zien wat we vandaag op ons bord scheppen. In de schoolkantine. Op de boerderij. In de snackbar. Bij de voedselbank. Tien Friese kunstenaars en artiesten brengen dat in beeld. Samen vormen hun werken één reizend geheel. De #Sipelsop installatie staat op 15/10 in Meriant Zorg locatie Anna Schotanus, Marktweg 104 in Heerenveen, 16/10 in het Atrium Kunstencentrum, Oude Kerkhof 11 in Sneek, 17/10 in ziekenhuis Nij Smellinghe in Drachten, en 18/10 en 19/10 in de Recycleboulevard, Voltastraat 11 in Leeuwarden.

#### #SIPELSOP FLASHMOB, DOE MEE!

We nodigen alle Friezen en bezoekers uit om op 14 oktober om exact 18 uur een foto te maken van wat er op je bord ligt en deze te uploaden naar [www.sipelsop.frl](http://www.sipelsop.frl). Met elkaar laten we zo zien wat er in heel Fryslân op het bord ligt die avond. Doe mee en maak kans op een ton uien.

#### GROENLUNCH

Hoe kunnen we samen de voedselverspilling een halt toe roepen en waarom is het belangrijk dat iedereen meedoet? Speciaal voor de World Food Week komt Toine Timmermans naar Leeuwarden voor de Groenlunch lezing van de Friese Milieu Federatie. Toine is directeur SamenTegenVoedselverspilling en programmamanager Duurzame Voedselketens bij Wageningen University & Research. De lezing is van 12.00 – 13.00 uur, in de Kanselarij in Leeuwarden. Toegang gratis. Aanmelden is wel noodzakelijk. Dat kan via [www.fmf.frl/groenlunch](http://www.fmf.frl/groenlunch)

## 15 OKTOBER

#### RONDLEIDING STADSTUIN TECHUM

Start 10.00 uur met kopje koffie/thee bij Netwerkkentrum Oud Oost, Insulindestraat 27 in Leeuwarden. Daarna naar stadstuin Techum. Vervoer kan eventueel geregeld worden. Einde 13.00 uur. **Deelname is gratis.** Aanmelden via Facebookpagina netwerkkentrum Oud Oost.

#### CULINAIRE RONDLEIDING

Bij Biomarkt Bio bij Jansen, Verlengde Schrans 14 in Leeuwarden is er een culinaire rondleiding op 15 oktober van 14.00 tot 16.00 uur met gekke mythen en weetjes over eten en drinken. Kosten: 5 euro p.p. Aanmelden via [buist@ziggo.nl](mailto:buist@ziggo.nl)

#### KOOKWORKSHOP STREEKPRODUCTEN

Ontdek wat jouw eigen achtertuin te bieden heeft in de keuken! Wat zijn bij voorbeeld regionaal of seizoensgebonden groenten? Ga op ontdekkingstocht met de kookworkshop over streekproducten van Enno's Kitchen. Samen kook en proef je drie heerlijke gerechten met lokale producten. De workshop vindt plaats bij TDC Leewarden van 18.30 – 20.30 uur. Tickets zijn verkrijgbaar via website Enno's kitchen of via [www.ennokitchen.com/store/workshops/](http://www.ennokitchen.com/store/workshops/) voor €32,- per persoon

## 16 OKTOBER

#### WORKSHOP DE BASIS VAN BROOD

Mevrouw de Molenaar neemt je mee in het proces van graankorrel tot brood. Je krijgt uitleg over de grondstoffen en de materialen die je nodig hebt en we gaan aan de slag met het maken van deeg. We gebruiken hiervoor meel dat gemalen is in Korenmolen De Onderneming. Mevrouw de Molenaar is hier samen met collega's elke week aanwezig om graan te malen. De workshop is van 18.30 – 21.30 uur op het Mounplein 7 in Witmarsum. Kosten 45 euro p.p. incl. koffie/thee/lekkers, recepten, kilo volkerenmeel, jouw zelfgemaakte brood. **Aanmelden via [info@mevrouwdemolenaar.nl](mailto:info@mevrouwdemolenaar.nl)**

#### KINDERMENU 2.0

In restaurants bestaat een kindermenu vaak uit patat, kipnuggets of een pannenkoek. Lekker, maar het kan veel gezonder! In de Provincie Drenthe ontstond daarom in 2018 het idee om samen met kinderen en restaurants het Kindermenu 2.0 op de kaart te zetten. Een super goed initiatief dat Jong Leren Eten Friesland ook in Friesland een vervolg wil geven. Tijdens de World Food Week is de aftrap van dit project. Grand Café Post-Plaza wordt het eerste restaurant met een Kindermenu 2.0 op haar kaart. Dit gaan we samen doen met kinderen van OBS Eestroom in Sneek. De bijeenkomst vindt plaats van 18.00 – 21.00 uur met hun ouders en alle gasten van Grand Café Post Plaza in Leeuwarden genieten van het allereerste Kindermenu 2.0 in Fryslân.

## 17 OKTOBER

#### BÛTER, BREA EN DUTCH CUISINE DINER

Schep op 17 oktober het beste van Fryslân op je bord. Het atrium van het Friesland College aan de Julianalaan in Leeuwarden wordt op deze avond letterlijk het toneel van 'Frysk Food'. Maak kennis met bijzondere groenten en vruchten, doe mee aan de inspirerende en gezellige foodquiz proef Friese wijnen en bieren en laat je inspireren zelf aan de slag te gaan met wat de Friese bodem te bieden heeft. Schuif met 250 gasten aan voor dit diner. Het menu wordt samengesteld en gemaakt door studenten van de Middelbare Hotelschool. Het diner duurt van 18.00 – 22.00 uur. Prijs: €35,75 per kaartje verkrijgbaar via [www.vanplan.nl](http://www.vanplan.nl)

#### LEZING DOOR ERICA KRIKKE

In deze lezing legt Erica Krikke (NLP Master Coach, Orthomoleculair Voedingscoach en Parent Educator) uit hoe je in drie stappen 'Gelukkig in de Voeding' wordt. Want alle resultaten die je wilt bereiken in je leven staan of vallen bij de mate waarin jij in staat bent om jouw brein te managen. Erica legt uit hoe je brein werkt, hoe je kiest voor een lifestyle die bij jou past en van welk eten je blij wordt! Na deze lezing houdt niks je meer tegen om ook gelukkig in de voeding te worden! De lezing vindt plaats in Schoutingsgebouw De Borgergroep in Joure, van 20.00 – 21.30 uur. **Toegang is gratis.** Aanmelden via [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl).

## 18 OKTOBER

#### KOOKWORKSHOP 'LEKKER KOKEN MET GROENTE'

Vind jij het ook wel eens lastig om lekker te koken met groente? Dat is nergens voor nodig! Daarom organiseert de World Food Week in samenwerking met Foodtruck Mama Mascha een kookworkshop in haar nieuwe kookstudio aan de Freark Damwei 4 in Leeuwarden van 17.30 – 20.00 uur. Doe mee en laat je inspireren. **Deelname is gratis.** Aanmelden via [info@foodtruckmamamascha.nl](mailto:info@foodtruckmamamascha.nl)

#### INLOOPMAALTIJD HOEVE HOOGLAND

Hoeve Hoogland verzorgt een inloopmaaltijd met puur lokale en/of biologische ingrediënten, grotendeels zelf geproduceerd. Laat je verrassen door een (H)eerlijke driegangen maaltijd. Kosten 10 euro p.p. of 25 euro per gezien. De maaltijd vindt plaats in het Generatiehuis, Hoogstraten 16 in Gerkesklooster van 17.30 – 19.00 uur. Aanmelden via [www.hoevehogland.nl](http://www.hoevehogland.nl)

## 19 OKTOBER

#### RONDLEIDING ÚS HÔF

Kom kijken in de tuin en laat je inspireren. Leer alles over permacultuur als ontwerp voor de tuin, CSA's, zelf oogsten of groentepakketten en aanvullend een voedselcoöperatie voor de andere producten uit de directe omgeving. En hoe dat ook in jouw dorp of wijk kan. Van 14.00 – 17.00 uur in Ús Hôf, Sibrandabuorren. **Toegang gratis.**

## 20 OKTOBER

#### FESTIVAL B DRACHTEN

Wil je meer weten over voeding en gezondheid en de rol van de bodem daarin? Wil je je sterker, gezonder en energiekeer voelen? Kom dan naar Festival B en laat je inspireren en ontdek hoe boeren, bijen, biodiversiteit de basis zijn van je gezondheid en zorgen voor smaakvol eten, een beter klimaat en een duurzaam voedselsysteem.

Met presentaties van o.a. Jan Terlouw, Rens Kroes, Rineke Dijkstra, Juglen Zwaan en vele anderen, workshops, leefstijlscheck, een uitgebreide markt, foodtrucks, (h)eerlijke lunch en een leefstijl adviesplein waar je terecht kan met al je vragen over voeding en gezondheid. Festival B begint om 11.00 – 17.00 uur. **De toegang is gratis.** Voor het hele programma en bestellen van de (gratis) tickets of lunch: [www.festivalb.nl](http://www.festivalb.nl)

### VOOR PROFESSIONALS:

#### 15/10: CONGRES: DE ÉCHTE WAARDE VAN ONS VOEDSEL

Ours voedsel wordt geëxporteerd en goetkoop. Maar wat zijn de echte kosten van deze producten? De Friese Voedselbeweging organiseert de eerste nationale 'De Echte Waarde van Ons Voedsel' conferentie en vooruit naar een betere toekomst met de aftrap van de Friese Voedselbeweging gaan we voor een duurzame, lokale productie van gezond voedsel. De bijeenkomst wordt afgesloten met een 'Dutch Cuisine Impact Diner' door de chefs van de toekomst van ROC Friese Poort in Sneek. De bijeenkomst vindt plaats van 14.00 – 17.30 uur in Theater in Sneek. **Toegang gratis.** Aanmelden voor congres via [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl). Aanmelding diner is reeds gesloten.

#### 16/10 SYMPOSIUM: WAT IS EEN GEZONDE SCHOOLKANTINE?

Gezonde voeding en 'goed' eten, een belangrijk hedendaags thema, maar wat is nu echt gezond? Kom erachter tijdens het symposium 'Wat is een gezonde schoolkantine?'. Tijdens dit symposium wordt de vraag 'Wat is gezond eten?' gesteld aan de beste voedingswetenschappers van Nederland. Zij geven vanuit verschillende invalshoeken en disciplines inzicht en antwoord op deze vraag. SVH Meesterkok Albert Kooy (Stenden Hotel/Dutch Cuisine) zal, na alles wat we gehoord hebben die dag, de ambitie uitspreken om als NHL Stenden uit te groeien tot de beste schoolkantine van Nederland. Het symposium vindt plaats bij NHL Stenden, Leeuwarden van 10.00 – 18.00 uur. **Deelname is gratis.** Aanmelden via [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl).

Kijk op [www.worldfoodweek.nl](http://www.worldfoodweek.nl) voor het hele programma. Er komen elke dag nog nieuwe activiteiten bij!

#### DOE OOK MEE EN SCHEP OP!

[WWW.WORLDFOODWEEK.NL](http://WWW.WORLDFOODWEEK.NL)