

Wie zoet is drinkt schaap

De vraag naar schapenmelk is klein, maar groeit. Net onder Leeuwarden legt een ex-topbankier zich toe op het maken van schapenyoghurt. tekst **Karin de Mik**

Schapenboer Chris de Jong (50) uit het Friese Hilaard laat in de keuken van zijn stelboerderij Bongastate het eelt op zijn duimen zien. Vierhonderd bekers schapenyoghurt drukt hij eigenhandig per week dicht. Hij doet een paar schepjes in twee schaalpjes. „Proef maar, het is veel romiger en zachter dan gewone yoghurt. Het vetgehalte is 6 procent, het eiwitgehalte 5 procent. Dat is hoger dan van koemelk. En schapenmelk is zoet van zichzelf.” De structuur doet denken aan kwark.

Nederland telt zo'n twintig professionele melkschapenhouders. Dat aantal neemt langzaam toe. De vraag naar schapenmelk stijgt, al is het marktaandeel in verhouding tot koemelk te verwaarlozen, aldus De Jong, tevens voorzitter van de Nederlandse Vereniging van Professionele Melkschapenhouders.

Bongastate ligt midden in het weidse Friese land. „Deze vrijheid, de natuur, het buiten zijn, de dieren, dat is het echte leven voor mij”, zegt De Jong. Acht jaar geleden gooidde hij het roer om. Hij werkte vijftien jaar bij ABN Amro, maar zijn topfunctie verruilde hij voor het boerenbestaan. „Ik wilde concreter bezig zijn en mijn passie - werken met dieren - volgen. Mijn broer was al melkschapenhouder. Van hem hoorde ik dat de vraag naar schapenmelk steeg.”

In Hilaard, onder Leeuwarden, stond Bongastate te koop: een oud geitenbedrijf. In de grote stal staan links de Friese melkschapen, rechts de Franse Lacauines. In totaal vijfhonderd dieren. Ze krijgen kuilvoer en krachtvoer. „De Friezen zijn iets rustiger en bescheidener. De Lacau-

nes willen allemaal het eerste bij het voer. Soms staat er één letterlijk op de rug van een ander om erbij te komen.” De melk van de Friezen en Fransen wordt gemengd. In een aparte kraamkamer staan de zeven lammetjes die vandaag geboren zijn. Kleine, magere diertjes die nog amper op hun pootjes kunnen staan. In een andere, grotere loods staan de oudere lammeren. De Jong stapt in het lammenhok, tilt een van de diertjes op en knuffelt het.

Yoghurt maken

De Jong begon zijn onderneming midden in de crisis. Het viel niet mee. Een melkfabriek wilde hem geen vast contract geven en de melkprijs was laag. Vier jaar geleden besloot hij schapenyoghurt te gaan maken. „De marge daarop is groter dan op kaas.”

Het basisprincipe van yoghurt maken is overal hetzelfde. De boer kan zich onderscheiden door de verschillende tijdsperiodes van verwarmen en afkoelen.

Hoe maak je yoghurt? De melk van de schapen gaat in een grote, roestvrijstalen bak en wordt vervolgens verwarmd tot 85 graden Celsius. Daarna wordt de melk afgekoeld tot 40 graden, waarna zuursel wordt toegevoegd. „Als je standyoghurt wilt, doe je de afgekoelde substantie in bekers, die je nog een aantal uren in de broeikas zet op 40 graden.”

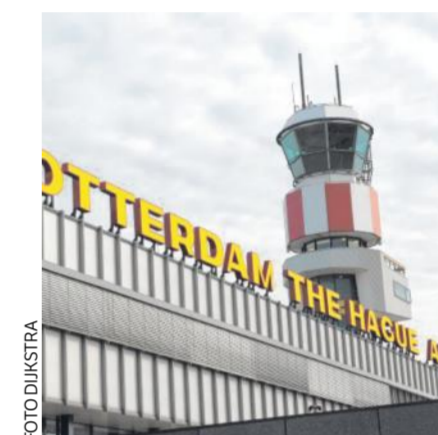
Bij roeryoghurt blijft de melk met het zuursel zo'n zeven uur in de grote bak staan. „Daarna roer je het als het ware weer kapot, zodat het vloeibaar wordt.” Ook het soort zuursel kan verschil maken, legt De Jong uit. Een Australische collega die hem in 2013 bezocht, gaf hem

4



Schiphol kan de drukte niet aan. **Ivo Weyel** geeft vier alternatieven.

1. Vlieg vanaf Rotterdam Airport



Een alternatief voor Schiphol.

Ontloop de ellenlange wachtrijen op Nederlands grootste luchthaven en kies voor een kleinere. Verrassend veel maatschappijen vertrekken ook van Airport Rotterdam The Hague (o.a. Transavia, Vueling, British Airways, Corendon) en de voordelen zijn enorm: kortere rijen, praktisch voor de deur parkeren voor aanzienlijk minder geld dan op Schiphol, gemeoedelijke, bijna dorps sfeer met natuurlijk veel minder winkels dan op Schiphol maar wel een taxifreeshop, meerdere bars en restaurants en zelfs een riant terras waar je kunt eten en drinken en roken tot je vlucht vertrekt. Het is vanaf Amsterdam even rijden, maar je ontloopt de drie of zelfs vier uur van tevoren aanwezig zijn zoals Schiphol nu aanraadt.

2. ZAKENLUI

Is een alternatieve luchthaven niet mogelijk, kies dan een vlucht op een stille tijd. De drukte komt namelijk in golven. De drukte neemt naamd gunstige vluchttijden ('s morgens vroeg en aan het einde van de dag) het meest geliefd. Daardoor zijn ze ook het duurste. Dat komt mede doordat zakenlui dol zijn op die tijden. Door er een te kiezen midden op de dag is het éen stiller én vaak goedkoper. Ook is er onderscheid tussen de dagen. Vrijdag is het drukst (ook weer met dank aan zakenlieden die thuis willen zijn voor het weekend) en

woensdag het stilst. Handig is de bagage op te sturen dan zelf te slepen en in te checken, want dat kan heel veel tijd schelen. Er zijn verschillende aanbieders, zoals travel-light.nl, die de bagage thuis afhalen met TNT en dan naar de bestemming sturen, en vice versa. Het is niet goedkoop: ongeveer 69 euro per koffer retour naar een bestemming in Italië bijvoorbeeld. Maar het gebrek aan gedoe is het al waard en hiervan moeten natuurlijk ook de kosten worden afgetrokken die je moet betalen voor diezelfde koffer in het vliegtuig.



FOTO ISTOCK

3. RUST ENDE STILTE

Kies als compensatie voor alle drukte onderweg een bestemming in complete eenzaamheid. Reisorganisaties beamen allemaal de stijgende vraag naar hotels en vakantiehuizen in the middle of nowhere. Nieuwste hit - en niet eens zo heel ver weg - zijn de Faeröer Eilanden, behorend bij Denemarken en liggend tussen Groot-Brittannië en IJsland. Geen boom groeit er, het waait er altijd en er woont nauwelijks iemand (48.000 mensen op achttien eilanden, met Tórshavn als kleinste hoofdstad ter wereld). Van de logiesmogelijkheden moet een mens ook niet al te veel verwachten, maar sinds kort is er wel mooi een restaurant met een Michelinster, genaamd Koks. Die nouveauté komt doordat het eten hier van oudsher wordt gefermenteerd, liefst op een bedje van maden, en dat zulks tot voor kort not done was in culinaire kringen, maar nu ineens juist heel erg gewild en populair. Ander groot voordeel van de eilanden is dat het een van de weinige landen is waar McDonald's nog geen vestiging heeft.

4. THUISBLIJVEN IS OOK EEN VAK

Bedenkt er ge vertrekt. Verrassend veel mensen vinden vakantie eigenlijk helemaal niet leuk. Zij doen het uit gewoonte, omdat de partner zo graag wil, of de kinderen, of omdat het nou eenmaal zo hoort, vanwege het gedram dat vakantie móét, dat het goed voor je is, dat een mens niet zonder kan. Vakantie-

stress valt niet te onderschatten. Dat kan zelfs tot lichamelijke klachten leiden (denk alleen al aan het feit dat de stoelgang aardig in de war kan raken, en dan niet door het eten, maar louter door de spanning). Beste advies: blijf thuis en geniet thuis vanuit je luie stoel op tv van alle drukte op Schiphol.

Veel meer koe- en geitenmelk

De twintig melkschapenhouders in Nederland hebben in totaal 7.000 melkschapen. Die leveren 2,8 miljoen liter melk per jaar. Een relatief geringe hoeveelheid. Ter vergelijking: een doorsnee melkveehouder produceert jaarlijks een half miljoen liter koemelk.

Nederland telt circa 17.000 melkveehouders met 1,8 miljoen koeien die jaarlijks 14 miljard liter melk produceren. Ook de productie van geitenmelk is groot. Volgens de Nederlandse Geitenzuivel Organisatie is in 2016 300 miljoen liter geitenmelk geproduceerd in Nederland. In 2000 was dat nog maar 75 miljoen liter.

Schapenzuivel heeft een relatief hoogge-

halte eiwitten vet. Ook bevatten schapenmelkproducten vaak hogere gehalten vitamine B, vitamine D, calcium en fosfor dan koemelkproducten, blijkt uit onderzoek van Wageningen University. De waardes kunnen sterk schommelen afhankelijk van het rantsoen van de schapen.

Van de twintig melkschapenhouderijen is de helft biologisch. Zowel de gangbare als de biologische boeren verwerken de helft van hun schapenmelk tot kaas of yoghurt. De andere helft levert aan zuivelconcerns. De Weerribben Zuivel produceert biologische schapenyoghurt voor supermarktketen Ekoplaza en voor Marqt. De rest van de schapenhouders verkoopt zijn producten in streekwinkels en markten.

het typenummer van diens favoriete yoghurtcultuur (het zuursel). De Jong: „Hij exporteert schapenyoghurt naar China en de Verenigde Staten. Hij zei: 'wij zitten aan de andere kant van de wereld, dus zijn geen concurrenten'.”

Zijn bekertjes bracht De Jong in het begin persoonlijk naar twee dorpswinkels in Winsum en Deinum. Het liep beter dan verwacht. „Bij een supermarkt in de wijk Zuiderburen in Leeuwarden bracht ik, voordat de groothandel de winkel beleverde, elke week dertig bekers. Die vlogen over de toonbank. Koemelkvervangers gaan hard, zei de supermarkteigenaar mij.” De Jong vertelt hoe hij pannenkoeken bakte voor twee Finse stagiaires, van wie lactose-intolerantie heeft. Per ongeluk voegde hij bij het beslag koemelk toe. „Ze werd niet lekker en misselijk. Maar met schapenmelk had ze nergens last van.” Toch is schapenmelk niet zonder meer geschikt voor mensen met een lactose-intolerantie. Volgens Roy van der Ploeg van het Voedingscentrum is de kans op een allergische reactie weliswaar kleiner bij schapenmelk dan bij koemelk of geitenmelk, maar niet verwaarloosbaar.

In wijken met veel allochtone inwoners loopt de schapenyoghurt goed. De Jong: „Zij zijn producten van schapen gewend. In landen als Turkije, Marokko, Spanje, Italië en Griekenland heb je veel melkschapen.”

Maar ook in andere wijken heeft hij niet te klagen. Een groothandel nam de yoghurt van De Jong op als specialproduct. Nu staan de bekers schapenyoghurt in de schappen van Jumbo, Spar en Poiesz in het noorden. „Schapenyoghurt is hip.”



FOTOS: ISTOCK, MONTAGE: FOTODIENST NRC