



Restaurants kopen seizoensgroenten op de Biologische Markt. foto's Ilse Bregt

Biologische lifestyle in hartje stad

Natuurlijk lekker

Wie genoeg heeft van smaakvervlakking en massaproductie kan zijn hart ophalen in het 'Biologisch Quartier' rondom het Eendrachtsplein. Daar vind je op de Biologische Markt en in diverse winkels en restaurants pure en originele smaken.

'Dit is de grootste dieselslurper van het bedrijf', zegt Arie Huisman wijzend op zijn bestelbusje waarmee hij iedere dinsdagochtend heel vroeg van Overijssel naar Rotterdam rijdt. Hij verkoopt schapenkaas van de **Erve Klein Wicherink** op de Biologische Markt. Op zijn land krijgen de dieren de ruimte en eten ze biologisch verbouwd voedsel. Hij bewerkt zijn land niet met een tractor, maar met paardenkracht. 'Veel goedkoper en duurzamer', aldus Arie. Uitgangspunt bij biologische voedselproductie is het in stand houden van het natuurlijke evenwicht tussen mens, plant en dier. Daarbij worden geen chemische middelen gebruikt. Arie is niet de enige die heel wat kilometers aflegt om ons Rotterdammers te laten proeven wat echt lekker is. **Natuurslager Rob Rijks** verkoopt hier het vlees van zijn eigen vee. Deze - volgens ingewijden beste biologische slager van Nederland - kan je alles vertellen over de herkomst en bereiding van zijn indrukwekkende collectie biefstukken, rib-eye en vooral heel veel worsten.

TIJM EN MUNT Initiatiefneemster van de Biologische Markt is Will van Beijmerwerdt van restaurant Mangiare. Ze is trots dat er weer een dergelijke markt is in Rotterdam. De vorige op het

Noordplein is namelijk 5 jaar geleden opgeheven. 'Iedereen is enthousiast en heeft er vertrouwen in dat het een succes wordt, ook de ondernemers in de omgeving zijn er blij mee.'

Aangezien een compleet en gevarieerd aanbod essentieel is voor een succesvolle markt, vind je op het Eendrachtsplein uiteraard een bakker: de **Gold Bread Company**. Een artistiek tweetal dat zeer smaakvol brood verkoopt. Rozemarijn, karnemelk en Guinness bier zijn slechts enkele bijzondere ingrediënten. Ze verzinnen telkens iets nieuws. 'Vanmorgen hadden we een brood met tijm en munt, dat is nu alweer uitverkocht.'

Naast een grote sortering seizoensgroenten en -fruit zijn op deze markt sappen, jams, honing en thee te koop. Bij **Zus kookt** kun je aanschuiven voor een lekker kopje koffie. Het is dus niet alleen verantwoord om je boodschappen hier te doen, maar vooral heel gezellig.

GLUTENVRIJ In de omgeving van het Eendrachtsplein kun je de biologische trek stillen bij verschillende restaurants en winkels. In de Van Oldenbarneveltstraat bevindt zich **Mangiare**, een klein en bedrijvig zaakje vol Italiaanse delicatessen. Naast lekker eten, kun je er ook workshops en proeverijen volgen. Loop

tijdens het winkelen even binnen voor een kopje koffie met onvervalst lekkere amandelkoekjes. Schuin tegenover Mangiare is **Z&M Delicatessen** van Rob Baris gevestigd. Het assortiment van deze sfeervolle winkel annex lunchroom is op Frankrijk georiënteerd. Naast heerlijke kazen en wijnen, vind je er sandwiches en quiches. Om de hoek op de Karel Doormanstraat is al jarenlang 'supermarkt' **Zonnemaire** te vinden. Dé plek om een biologisch groente-en-fruit-tas-abonnement af te sluiten of een moeilijk te verkrijgen glutenvrij product te kopen. Iets verderop in deze straat zit **Entree**, een restaurant waar – op een laagdrempelige manier – de wereldkeuken centraal staat. 'We willen een goede kwaliteit bieden, daarom

Natuurlijk evenwicht tussen mens, plant en dier

gebruiken we zo veel mogelijk biologisch of ambachtelijk bereide ingrediënten,' zegt eigenaresse Fenna de Vries. Dit geldt ook voor **Open**, haar andere restaurant in de Jacobusstraat. Daar kun je in een intieme, niet opgeprikte sfeer heel lekker pasta's en salades eten voor een normale prijs.

VERSLAVEND Eenmaal aan biologische voeding gewend, eet je waarschijnlijk niet graag meer 'gewoon'. Zo heeft ook het dragen van biologische kleding een zeker verslavend effect volgens Jasper Dierx, eigenaar van **Jas**. 'Mensen vinden het zo lekker zitten dat ze terug komen om geleidelijk hun hele garderobe te vervangen.' Zijn winkel aan de Nieuwe Binnenweg hangt vol met kleding en tassen



Het EKO-keurmerk: bewijs van biologische echtheid.



De Goldstar Bread Company heeft altijd iets nieuws.

gemaakt van katoen, linnen, wol en kameleenhaar. Hennep is daarbij vaak het basis-materiaal. Dat groeit namelijk 'heel hard in landen van noord tot zuid en het is heel slijtvast.' Op de Biologische Markt staat ook een kraam met dergelijk comfortabel textiel. Kortom, de Biologische Markt is het waard om een blokje voor om te fietsen. Haal er 's morgens vroeg even een versgebakken brood, slenter er wat rond tijdens je lunchpauze of neem een kijkje na werktijd. Eenmaal geproefd is voor altijd verkocht!

■ ILSE BREGET

**Biologische Markt, iedere dinsdag
8.30-17.30 uur, Eendrachtsplein**



De beste biologische slager van Nederland.

TIP

3^e BOUWPUTTENFESTIVAL

Omdat Rotterdam nog steeds hard aan de toekomst werkt, organiseert het City Informatie Centrum ook dit jaar in oktober het bouwputtenfestival. Voor de verkiezing van de beste Rotterdamse bouwput kun je op de wonensite van het CiC (www.wonen.rotterdam.nl) je keuze maken. De opening van het festival is op de eerste van de maand in het Lloydkwartier. Ook hier wordt druk gebouwd. In het kwartier zijn diverse rondleidingen, een optreden van Replay en een speciaal bouwputtenprogramma voor de sportieve bouwputtenkijker. De bouwputten die dit jaar bezocht kunnen worden op vrijdag 7 en zaterdag 8 oktober zijn onder meer de Coopvaert, Inntel Hotel, parkeergarage Scheepsmakershaven en RandstadRail. Vanuit een aantal markante hoge gebouwen, zoals de Laurenskerk en het Witte Huis, kun je ander zicht op de bouwputten krijgen. Op zaterdag 15 oktober is er een excursie



Gebouwen in aanbouw van binnen bekijken is altijd spannend. Dit jaar zijn onder meer de Coopvaert, Inntel Hotel, parkeergarage Scheepsmakershaven en RandstadRail te bezichtigen.

naar een van de grootste bouwlocaties van Rotterdam: Hoogvliet. Kinderen kunnen in de herfstvakantie op donderdag 20 oktober meedoen aan de zoektocht naar de bouwputten-schat in Katendrecht. Wie op eigen houtje langs de bouwputten wil fietsen of skaten, kan bij het CiC een routebeschrijving ophalen. Het CiC organiseert op zaterdag 29 oktober diverse lezingen over bijzondere en toekomstige bouwputten. RandstadRail komt om 13.00 uur aan bod en om 14.30 uur kun je kennis maken met toekomstige hoogste bouwputten. Iedere vrijdag en zaterdag (behalve zaterdag 29 oktober) van 13.00 tot 16.30 uur, kun je bij het CiC binnenlopen om de documentaire 'Sybold van Ravesteyn, architectuur voor de eeuwigheid' te bekijken. De docu gaat over het leven en werk van Ravesteyn, die vooral bekend is van het huidige Centraal Station en Diergaard Blijdorp.

> City Informatie Centrum, Coolsingel 197, reserveren noodzakelijk (behalve voor de film) via (0800) 15 45, meer info www.cic.rotterdam.nl of www.wonen.rotterdam.nl.