

Goed en gezond eten voelt krachtiger

EDWIN SOUMANG, CHEF-KOK RESTAURANT ONE IN ROERMOND LEGT UIT WAAROM

“Goed en gezond voedsel heeft een positieve impact op je lichaam en geest”, is de mening van chef-kok Edwin Soumang. Samen met zijn vriendin Bethany DeLong is hij eigenaar van het sterrenrestaurant ONE in Roermond. Veel puurder dan hier gaat eten niet worden. “We zijn dag en nacht bezig met de ontwikkeling van gezond eten. De mooiste tonijn serveren, is niet interessant. Als iedere chef-kok dat zou willen, dan is er dadelijk geen tonijn meer. Voor mij is het veel boeiender om met een brede blik naar voedsel te kijken. Wat kan ik zelf verbouwen? Wat is een mooi gerecht voor deze tijd van het jaar? Hoe bereid ik eten op de meest gezonde manier?”

Restaurant ONE, gestart in 2007, maakte de afgelopen jaren een snelle en mooie ontwikkeling door. In 2010 kreeg het restaurant een Michelinster. “Zo’n ster zet je meteen op de culinaire kaart. Je ontvangt niet alleen gasten uit de regio, maar uit heel Nederland. Natuurlijk doet dat iets met je. Ons groeiproces is er alleen maar door versneld”, vertelt Edwin.

In september 2012 werd binnen Roermond verhuisd naar het ECI-complex. In de industriële ruimte, mét graffiti op de muur, draait alles om comfort. “Het is net als met kunst: iedereen vindt wel iets van deze ruimte. Dat is okay. Als onze gasten maar comfortabel zitten, als de akoestiek maar goed is en als het eten de verwachtingen maar overtreft. Uiteindelijk draait hier alles om beleving.”

Bijzondere weerspiegeling

De eetbeleving in Restaurant ONE wordt door de jaren heen alleen maar meer verfijnd. “Ons eten is een reflectie van onszelf, de weerspiegeling van hoe wij met alle medewerkers tegen voedsel aankijken. We zijn constant bezig om ons te laten inspireren door onze omgeving. Zo hebben we sinds 2014 een eigen moestuin. Achter het restaurant lag een stuk grond waar niks mee gedaan werd. Zo ontstond het idee voor een eigen tuin. De gemeente zag dit plan ook zitten en dus hebben we contact opgenomen met Jac Nijskens, die in Nederland ‘de vergeten groenten’ op de kaart heeft gezet. Hij heeft ons geholpen bij de opzet van onze tuin.”

Geen toevoegingen en bestrijdingsmiddelen

Inmiddels hebben Edwin en de zeven koks van Restaurant ONE de beschik-

king over een flinke moestuin van 1.000 vierkante meter. “We geloven in goede en gezonde voeding waar zo min mogelijk toevoegingen en bestrijdingsmiddelen aan te pas komen. In deze tuin kunnen we hier zelf mee aan de slag. Het is echt niet zo dat we alle groente en fruit zelf verbouwen. Wel proberen we altijd iets uit onze tuin in onze gerechten te verwerken. De koks gaan bijvoorbeeld zelf de tuin in om het voedsel dat ze voor hun gerechten willen gebruiken uit te zoeken. Deze tuin hoort ook bij ons groeiproces: we willen een compleet eigen stempel drukken op het eten dat we hier serveren.”

Geen aardbeien in december

Even over de achtergrond van de eigenaars van Restaurant ONE. Edwin is in Beek geboren, volgde de hotelschool in Wageningen en werkte vervolgens bij verschillende





Hoogsteigen doperwtjes, bloemen en bieten

De moestuin van Restaurant ONE kent steeds meer diversiteit en verfijning. Edwin: “Het is ontzettend leuk en leerzaam om een eigen moestuin te hebben. We laten ons adviseren door een expert en dit levert verrassend nieuwe inzichten op. De koks zijn ook vaak in de tuin te vinden. Inmiddels verbouwen we 125 verschillende soorten groenten, fruit, bloemen en kruiden. Het is zeker niet onze ambitie om 100% van het eten dat we in het restaurant serveren zelf te verbouwen, ook in de toekomst niet. Wel willen we steeds beter worden in onze eigen voedselvoorziening. Door hier heel bewust mee bezig te zijn, kunnen we ook steeds meer kennis en toewijding in ons voedsel verwerken. Het zou mooi zijn als onze gasten dat proeven. Vandaar dat in elk gerecht wel iets uit onze eigen tuin is verwerkt.”

(sterren)restaurants in Nederland, Frankrijk en Spanje. Zijn vrouw Bethany ontmoette hij in Australië. Restaurant ONE was uiteindelijk hun gezamenlijke droom. Edwin neemt als chef-kok het creatieve deel voor zijn rekening en Bethany zorgt dat het zakelijke deel soepel verloopt. Edwin: “Het is zo fijn om op één lijn te zitten en als partners samen beslissingen te kunnen nemen die goed voelen. Qua voeding vinden wij dat alles moet ‘kloppen’. Zo verwerken we in de winter bijvoorbeeld geen aardbeien in onze gerechten. Simpelweg, omdat aardbeien dan niet groeien.”



Bakken in druivenpitolie

En zo gelden er nog veel meer vanzelfsprekendheden binnen het Roermondse sterrenrestaurant. “Het is niet logisch om een witte asperge, die hier drie maanden per jaar groeit, in te vliegen uit Peru. Een boontje uit Afrika laten overkomen, klopt in mijn beleving ook niet. Zo voelt het voor ons bovendien niet goed om in olijfolie te bakken, aangezien er boven de 180 graden transvetten gevormd worden. Daarom kiezen we heel bewust voor druivenpitolie. En we serveren niet alleen goed en gezond voedsel aan onze gasten. Wij eten hier als mede-

werkers zelf ook lekker en gezond. Voor mensen die denken dat chef-koks alleen maar kreeft en kaviaar ambiëren. Ook wij hebben wel eens zin in een hamburger en friet. Die hamburger, friet en mayonaise maken we alleen wel zelf, zodat we precies weten wat we eten.”

Eten als wetenschap

Edwin geniet van het proces dat Restaurant ONE heeft ingezet. “We kijken steeds breder en steeds bewuster naar voedsel. Je kunt wel stellen dat we dag en nacht bezig zijn met de impact die voedsel op de mens heeft. Dat betekent ook dat we

wijzer worden. Als je hier komt eten, dan eet je goed. Dan ben je ervan verzekerd dat je goed, biologisch en verzadigend voedsel binnen krijgt. Nee, we zijn niet roomser dan de paus. Er wordt echt wel eens suiker in een nagerecht verwerkt. Voor een hoofdgerecht wordt echter standaard geen suiker gebruikt. We serveren hier alleen eten dat goed voor ons voelt en waarvan wij weten dat het een positief effect heeft op hoe we ons als mens voelen. Dat is en blijft de drijfveer van waaruit we voedsel bereiden: we staan voor eten waar we ons als mens goed, gevoed en krachtig bij voelen.” ■