

Susette Brabander gaat voor bouillon! op pad met een zorgvuldig gekozen wijn om te kijken of die matcht met de man of vrouw die ze interviewt.

Wat is de invloed van eten op de seksuele gezondheid? Is de vraag die meandert door de wellustige ontdekkingsreis van Linette Mak, alias De Wilde Boerin. Mak verliet de West-Friese appels, peren en pruimen om vrijetijdswetenschappen en planologie te studeren. Tien jaar werkte ze voor de voedingsmiddelenindustrie. Sinds een paar jaar bestiert ze De Wilde Boerderij in Afferden, waar ze een heus Hof van Aphrodite heeft gecreëerd. De voedelseksuologe wil namelijk dat wij met zijn allen gaan after dinner wippen in plaats van dippen. Op een van de tropische dagen hobbel ik over een zanderige kronkelweg naar De Wilde Boerderij. Op de stoel naast mij ligt een fles Siciliaanse natuurwijn het heel warm te hebben in de luttele 38,2 graden Celsius. Een wilde wijn voor een wilde boerin.

#### **De wijn:**

**Vino di Anna Bianco 2016**

**Italië, Sicilië, Etna**

**Wijnmaakster: Anna Martens**

**Grecanico, Carricante, Riesling**

**Proefnotitie: lichte strokleur, beetje troebel, levendig, hoog in zuren, appelsider, citrus, witte bloemen en licht mineralig.**

Ik heb voor haar een natuurwijn uitgekozen van de Australische Anna Martens. Zij studeerde oenologie aan de Universiteit van Adelaide en werkte bij diverse wijngaarden in de oude en in de nieuwe wereld. In 2010 startte ze met haar man Eric Narioo de kleine wijngaard Vino di Anna op de altijd rokende Siciliaanse Etna.

#### **Hoe ben jij op deze boerderij terechtgekomen?**

Via de makers van de natuurfilm De Nieuwe Wildernis. Die maakten een film over het leven op de boerderij in de jaren vijftig van de vorige eeuw, toen landbouw en natuur nog met elkaar verweven waren. De beoogde locatie was De Wilde Boerderij en daar zochten ze beheerders voor. Et voilà. Dit was echt iets voor mij en mijn partner, omdat we graag op bijzondere plekken wonen en affiniteit hebben met landbouw en voedsel.

#### **En hoe ben je een Wilde Boerin geworden?**

Al vanaf mijn adolescentie verdiep ik mij in seksuologie. Na mijn studies is daar de interesse voor eetculturen bijgekomen. Ik ben op een dag zomaar aangeschoven bij het college Food Culture and Customs van de Wageningse Universiteit. Natuurlijk uiteindelijk wel aan de docente verteld wat ik kwam doen. Ik zei: Ik hang aan je lippen en slurp alles op.

#### **Ben je bekend met de puur natuur smaken van natuurwijnen?**

Nee, eigenlijk niet, ben benieuwd, laten we proeven! Bijzonder! De wijn spat van de levendigheid het glas uit. En ik proef ABC-kruid. Dat groeit ook in mijn Hof van Aphrodite.

**Natuurwijnen zijn geen slobberwijnen en geen allemansvriendjes. De een houdt van vanille, de ander houdt van ruig. Kortom, smaak is persoonlijk. Wat is een goede seksuele gezondheid eigenlijk?**

# De wilde . boerin



De World Health Organization legt dit op een mooie manier uit. Seksuele gezondheid is een met seksualiteit verbonden toestand van fysiek, emotioneel, mentaal en sociaal welzijn. Seksuele gezondheid is dus meer dan alleen de afwezigheid van ziekte, disfunctie of zwakte. Het vereist een positieve en respectvolle benadering van seksualiteit en seksuele relaties. Het vereist ook het mogen en kunnen aangaan van plezierige en veilige seksuele ervaringen; zonder dwang, discriminatie en geweld. Om seksuele gezondheid te bereiken en te behouden, moeten de seksuele rechten van alle personen worden gerespecteerd, beschermd en gerealiseerd. Mijn onderzoek naar de invloed van eten op de seksuele gezondheid is complex te noemen, omdat er zoveel factoren meespelen bij het libido, zoals bijvoorbeeld lichamelijk, geestelijk, economisch en relationeel welbevinden. Ik bestudeer nu onder andere de relatie tussen obesitas en libido.

**Om een goede natuurwijn te maken, moet je leren luisteren naar de behoeftes van de wijngaard. Hoe heeft jouw Hof van Aphrodite met verboden vruchten zijn perfecte plekje gevonden?**

Het Hof van Aphrodite bestaat uit vijftientig vierkante meter zinnenprikkende, tintelende en hopelijk libido-verhogende producten. Ik ben weliswaar een dochter van een fruitboer, maar dit was voor mij de eerste keer dat ik een moestuin aanlegde. Ik heb gekozen voor een plek langs de beek, in de luwte van een eeuwenoude sequoia.

**Welke planten kweek je momenteel?**

Onder andere zacht fruit, drie soorten haver, gerst, rogge, eetbare bloemen,

kruiden, asperges, kruisbloemige groenten en pootgoed. Ik hanteer een sterrenstelsel, van één tot vijf sterren. Gebaseerd op de mate van lustopwekkendheid en hoe erotisch de vorm is. Van producten met vijf sterren wordt je supergeil en van producten met een ster zijn er bijvoorbeeld nog een heleboel extra ondeugende woordjes nodig.

**Ik wil alleen maar vijfsterren. Wat mag ik dan in mijn mond stoppen?**

Onder andere asperges, artisjok en abc-kruid.

**Van welk gewas gaat de seksuele gezondheid door het doucheputje?**

Aardappel. Gegarandeerd anti-geil.

**Anna laat de most gisten in kvevris.**

**Deze grote vaten van aardewerk worden ingegraven in de wijnkelder. Ze heeft deze kvevris laten inzegenen door een Georgische priester. Kom jij aparte rituelen tegen in je onderzoek?**

Nou, ik heb zelf een bijzonder ritueel beleefd. Een maand lang heeft mijn partner elke ochtend een foto gemaakt van mijn vagina. En dat verschil is dus echt enorm. Van een meisjespoe voor je menstruatie tot aan een vleesetend monster tijdens je ovulatie.

**Kom je ook andere connaisseurs van het liefdesspel tegen?**

Mijn oren gingen opgewonden klapperen van het verhaal van een kruidengeneeskundige. Zij ziet seksuele energie als een levensenergie. Stel, je hebt een laag libido en je wilt meer. Dan kun je lustopwekkend eten inzetten, maar dat is curatief. Zij wil graag de oorzaak aanpakken. Bij een laag libido is je heiligbeen-chakra verstoord en zij maakt hiervoor een



tinctuur van de Teunisbloem. Of van de meer krachtige en exotische sticky monkey-flower. Je neemt een maand lang een paar druppels per dag waardoor de balans herstelt, de energie gaat weer stromen, want ze vergroten je seksualiteitsbewustzijn. Het kan zijn dat er trauma's naar boven komen, maar die moeten er juist uit.

**Volgens zeer onwetenschappelijk onderzoek komen niet de beste minnaars, maar de beste minnaressen uit Italië. Het spel der verleiding start aan tafel. Via wijnen en spijsen de boel uitdagen. Wat is een mooi bord met verleiding?**

Mijn partner serveert mij elke ochtend een bordje havermout met zacht fruit, walnoten en kaneel. Allemaal lustopwekkende ingrediënten.

### En dan daarna hupsakee de vaginafoto?

Haha, nee, die is dan al lang en breed gemaakt.

### Heb je het nuttigen van spijs en het liefdespel weleens gecombineerd?

Chocolade bodypaint. Dat was een foodfantasie. Ik wil ook in een bad met haveremelk. Of honing. Of rode wijn. Ik kan nog niet kiezen.

### Hebben mensen veel seksuele foodfantasieën?

Wat ik veel ben tegengekomen is splashing. Mensen die graag met hun blote billen in een taart gaan zitten. Of de taart van het lichaam eten. Of met hun naakte en besmeurde lijven tegen elkaar aanwrijven.

### Is daar een slagroomtaart het beste voor?

Nou dat ligt eraan welk splosh-type je bent. Ik heb zeven verschillende types beschreven in mijn boek dat in de maak is.

### Heb jij zelf ook weleens gesploshd?

Ik heb het een keer geprobeerd. Wel prikkelend, maar niet geil. Vooral omdat je partner naar zure room ruikt. Dat douch je er zomaar niet af.

**Je zou een natuurwijn kunnen vergelijken met een gerecht dat is bereid met verse producten, zonder toevoeging van smaakversterkers. Je proeft terroir, druif, wilde gisten en vinificatie.**

**De conventionele wijnwereld vindt natuurwijn commercieel niet levensvatbaar. Hoe zie jij dit?**

Pfoei.. Moeilijke vraag. Natuurlijk

weten we dat de omzet van biologische producten toeneemt, net als aandacht voor lokaal, puur en eerlijk eten. Maar ik realiseer me dat wijn binnen de foodsector echt een aparte business is. Wijnmakers hebben lichtjaren voorsprong wat betreft de kunst van het vermarkten en de branding van hun product.

**De Etna is een dondersteen die geregeld uitbarst. Zijn uitbarstingen variëren van pulserende fonteinen met enorme lavaspetters tot aan laffe pruttelaars. Welke plant beïnvloedt de spermaproductie van de man?**

Blauwe bes! Deze blauwe balletjes zorgen voor meer en actiever zaad.

### En de smaak?

Ja, dat wil ik graag onderzoeken. Dus bij dezen een oproep aan stellen die willen testen welk eten de smaak van de liefdessappen beïnvloedt. Voel je vrij om een mail te sturen.

**Van welk gewas wordt een vrouw nat en smakelijk?**

Voor de smaak zou ik zeggen ananas. En voor het nat appels. Appels bevatten polyfenolen die de doorbloeding van de vagina stimuleren.

**Quercetine is een flavonol die aanwezig is in de schil van de druif. Voor deze wijn hebben ze de schillen meegegist in de most. Deze krachtige natuurlijke antioxidant stimuleert bij de vrouw dat het bloed naar de erotisch gevoelige delen gaat. Voel jij het?**

Haha, nee, maar het is wel lekker dat deze wijn een beetje tintelt op de tong.

**Tip van Linette: laat het spel der verleiding al in de supermarkt beginnen!**

**Op [www.dewildeboerin.nl](http://www.dewildeboerin.nl) vind je een boodschappenlijstje met lustopwekkende ingrediënten.**

**Email: [hallo@linetmak.nl](mailto:hallo@linetmak.nl)**

## De Bouillonambassadeurs

Bouillon! mag zich verheugen in de belangstelling van een aantal bedrijven die in Nederland meetellen. Zij dragen ons een warm hart toe en als het maar even kan wordt er in bouillon! aandacht besteed aan deze ambassadeurs.

**Centrum Oosterwal, dermatologie & flebologie** in Alkmaar, **Restaurant De Jonge Dikkert** in Amstelveen, **Mevrouw Hamersma Kookboekwinkel** in Amsterdam, **Sofitel the Grand Amsterdam** in Amsterdam, **Brasserie Van Baerle** in Amsterdam, **Slagerij Yolanda en Fred de Leeuw** in Amsterdam, **Rungis BV** in Barendrecht, **Culinair Centrum Beverwijk** in Beverwijk, **Restaurant Dorset** in Borne, **De Kokkerie** in Delft, **Koken-op-maat** in Den Haag, **Restaurant De Piloersemaborg** in Den Ham, **Barrel Wijnlokaal** in Groningen, **Carl Siegert BV** in Harmelen, **Il diVino-Wijnwinkel** in Hilversum, **Restaurant De Kromme Watergang** in Hoofdplaat, **Scheiwijk voor Fijnproevers** in Hoogblokland, **Restaurant Hendrickje Stoffels** in Hoorn, **Fromagerie l'Amuse** in IJmuiden, **De Eenhoorn koffie & thee** in Kampen, **Manoir Restaurant Inter Scaldes** in Kruiningen, **Landhuishotel & Restaurant De Bloemenbeek** in De Lutte, **Restaurant De Schans** in Montfoort, **Restaurant Vesters** in Nijmegen, **Zus & Zo Keukengerei** in Nijmegen, **Restaurant de Lindehof** in Nuenen, **Wijnhuis de Paap** in Papendrecht, **Restaurant 't Kalkoentje** in Rhenen, **Anfors-Imperial** in Rotterdam, **De Mandemaaker** in Spakenburg, **Restaurant De Leuf** in Ubachsberg, **Restaurant Goesting** in Utrecht, **Restaurant Valuas** in Venlo, **De Treeswijkhoeve** in Waalre, **Van Spronsen & Partners horeca-advies** in Warmond, **ROOTS Fish Smokery** in Ysselstein, **De Proeftafel** in Zeist, **Oldenhof Kookkado** in Amersfoort Hilversum en Zwolle, **De Librije** in Zwolle

Wil je ambassadeur worden? Mail of bel 030 2901491/030 2280315/redactie@bouillonmagazine.nl

Zie ook de website: [www.bouillonmagazine.nl/ambassadeur.php](http://www.bouillonmagazine.nl/ambassadeur.php)