

© 2021 Henny en Betty Feenstra | uitgeverij Noordboek

Redactie Barbara Luijken en Marijke Overpelt  
Omslagontwerp & boekverzorging Barbara Jonkers

ISBN 978 90 5615 756 2  
NUR 442

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van uitgeverij Noordboek, postbus 234, 8400 AE Gorredijk, Nederland – [info@noordboek.nl](mailto:info@noordboek.nl).

De uitgeverij heeft ernaar gestreefd de rechten van het beeldmateriaal en de teksten in deze uitgave te achterhalen. Aan hen die desondanks menen alsnog rechten te kunnen doen gelden, wordt verzocht contact op te nemen met uitgeverij Noordboek.

Noordboek is onderdeel van  
20 leafdesdichten en in liet fan wanhoop bv

[www.noordboek.nl](http://www.noordboek.nl)

# INHOUD

- 9 Woord vooraf

## IN DE FRIESE BAKKERIJ

- 14 De Friese bakkerij, toen & nu  
16 Tips uit de Friese bakkerij

## BASISRECEPTEN

- 25 **Botercrème**  
26 **Amandelspijs**  
27 **Oranjesnippers**  
28 **Banketbakkersroom**

## TAART & CAKE

- 31 **Hazelnootschuimtaart**  
35 **Oranjekoek van Klaes**  
36 **Bramentaart**  
39 **Oorlogstaart**  
40 **Herensoezen**  
43 **Appeltaart van beppe Antsje**  
44 **Havermout-appelplaatartaart**  
47 **Kersttulband**

## KOEK

- 51 **Kalverpoot**  
54 **Smulkoek**  
57 **Zachte brok**  
58 **Suikerlatten**  
61 **Mollema's reepkoek**  
62 **Kruidkoek**  
65 **Gevulde kruidkoek**  
66 **Gemberkoek**

## KOEKJES

- 71 **Duimpjes**  
74 **Amandelduimpjes**  
78 **Vanillestaafjes**  
79 **Gevulde koeken**  
83 **Eierkoeken**  
84 **Pleeverkoeken**  
87 **Dokkumer taai**  
90 **Bitterkoekjes**  
91 **Friese jongetjes**  
94 **Drabbelkoeken uit Sneek**  
97 **Havermoutkoekjes van beppe Gryt**

## ZOET BROOD

- 101 **Lemster poffen**
- 105 **Zachte bolletjes**
- 108 **Suikerbrood**
- 109 **Trommelkoek**
- 113 **Suikerpofjes**
- 114 **Krentenbroodjes**
- 117 **Hete wegge**
- 118 **Suiker- en krentenboffert**
- 121 **Beschuit met roggebrood**

## CHOCOLADE & SNOEP

- 125 **Friese pepernoten**
- 129 **Vlielandse kissebollen**
- 130 **Berenburgbonbons**
- 133 **Karamelkoek**
- 134 **Chocoladeborstplaat**
- 136 **Bertus' borstplaat**
- 137 **Sinaasappelbolletjes**
- 141 **Stuiters**

## TOETJES

- 145 **Sinaasappelbavarois**
- 149 **Dokkumer koffie**
- 150 **Stoofperen**
- 153 **Wentelteefjes van suikerbrood**
- 154 **Pannenkoek voor de vrijer**
- 157 **Chocolademousse**
- 158 **Chipolatapudding**
- 162 **Beppe Nynke's griesmeelpudding**
- 163 **Karnemelkse pudding**
- 166 **Karnemelksbloempap**
- 169 **Hooimaal**
- 170 **Potstro**

- 173 **Bibliografie**
- 175 **Dankwoord**
- 176 **Fotoverantwoording**

*De Friezen houden veel van zoetheid en zoo vindt men in Leeuwarden een menigte bakkerijen die van allerlei Friesche koekjes en gebak verkoopen, zoals dúmkjes (anijskoekjes), krakelingen, taai en vermaarde kruidkoek en het z.g. klontsjebolle. De naam geeft het aan, zoet is dit gebak, maar lekker ook, vooral als het pas uit den oven komt. Op zaterdagnamiddag staan de broodwinkels vol met lange planken, waarop brooden druipende van suiker en stroop. Een voorproefje van luilekkerland!*

Marie van Zadelhoff Minnaert, 'Het volk der Friezen' in *De Vlaamsche Gids; algemeen tweemaandelijksch tijdschrift*, jrg. 7, 1911, p. 114.





## Woord vooraf

Ruim honderd jaar geleden vertelde Marie van Zadelhoff Minnaert in *De Vlaamsche Gids* over Friesland en schreef over de vele bakkerijen die allerlei zoetigheden verkochten. En inmiddels kent natuurlijk bijna iedereen oranjekoek, suikerbrood en dúmkés. Maar Friesland kent nog veel meer zoete baksels. Wij bakken allebei graag en konden nergens een goed verzamelwerk vinden met onze favoriete Friese, zoete recepten. Daarom hebben we er zelf een gemaakt. We werkten vroeger beiden bij een Friese bakker, en samen met hen (banketbakkerij Thijsseling & brood- en banketbakkerij Wynia) en met bakker Klaes Hoekstra hebben we de recepten die we vonden verfijnd. Het boek bevat 60 traditionele Friese zoete recepten. Naast de recepten van bekende Friese producten als oranjekoek en dúmkés vonden wij dat er in dit boek ook plek moest zijn voor de geschiedenis van de Friese bakkers, voor ons eigen jeugdsentiment en voor andere lekkere dingen. We zijn voor ons gevoel net op tijd om de baktraditie vast te leggen. Rond 1930 waren er in Friesland ongeveer 1300 bakkers. Nu, negentig jaar later, zijn er nog nauwelijks honderd over in Friesland. Veel bakkers zijn gestopt, ook de bakkers bij wie wij werkten. Dit Friese bakboek is een monument voor het Friese immateriële erfgoed: de Friese bakkerstraditie.

We pretenderen niet dat we topbakkers zijn. We zijn wel verzamelaars van bijzondere recepten, mooie verhalen en ontmoetingen. Wat kwam er veel los bij de al dan niet gepensioneerde bakkers met wie we in gesprek raakten. We hebben na die gesprekken nog meer respect gekregen dan we al hadden voor de bakkers die toen en nu nog steeds ons dagelijks brood bakken. Bakker zijn was en is meer dan een baan, het is een roeping en een ambacht, dat niet zomaar te evenaren is in je eigen keuken. Als je thuis gaat bakken, heb je in ieder geval de drie T's van de bakkers nodig: tijd, temperatuur en toewijding. Snel even wat in elkaar draaien lukt niet. Je moet op zoek naar dezelfde toewijding als die wij zagen bij al die vakmannen en -vrouwen in de bakkerij. Ook heb je tijd nodig om de goede ingrediënten te vinden. De recepten zijn niet paleoproof, passen ook niet in een glutenvrij dieet en bevatten helaas geen haveremelk of kokosboter. Dat soort malle fratsen kennen de Friese bakkers niet. Ze gebruiken wel de beste roomboter, fijne suiker en de juiste bloem. Wij hoorden in onze jeugd altijd vrij nuchter 'wat je ha kinne en wêr't je mei ta kinne' (wat je hebben kunt en waar je mee toe kunt). Onthoud dat als dat suikerbrood straks uit de oven komt.

Marie van Zadelhoff Minnaert (1911) schrijft prachtig over het Friese landschap en over de nuchterheid van de Friezen: *Eerlijkheid en openhartigheid zijn de hoofddeugden van de Friezen, ze komen recht voor hun meening uit en zullen zich niet storen aan de z.g. etiquette. 'Rjucht en sljucht' (rechttoe rechtaan, zonder opsmuk) zeggen ze waar het op staat, al mag dat soms wat ruw klinken.* Met dat in het achterhoofd hebben we dit boek samengesteld. Friese topbakkers hebben ons geholpen om de recepten helder en duidelijk, nuchter en zonder poespas te maken, echt Fries dus. Met behulp van het Friese bakboek tover je zelf een stukje Friesland vanuit je keuken.

Veel bakplezier!

Henny en Betty Feenstra

#### *Over Henny en Betty*

Henny en Betty Feenstra groeiden op in Lemmer en werkten in hun jeugd beiden tien jaar bij een bakker. Tegenwoordig is Henny docent en Betty directeur, en bakken ze als hobby in hun keukens in Achlum en Amsterdam. Tijdens de eerste lockdown in het voorjaar van 2020 wilde Henny vanillestaafjes kopen, maar die kon ze moeilijk vinden. Toen bleek dat op zolder bij hun mem nog een speciaal vanillestaafjesblik stond, dat Betty had meegekregen toen bakker Wynia stopte. Na de vanillestaafjes begon Henny met

het maken van oranjekoek en Betty met dúmkes en belden ze steeds vaker om recepten uit te wisselen. Zo ontstond het idee voor het Friese bakboek. Samen met Friese bakkers namen ze de traditionele recepten door en probeerden ze tot groot plezier van hun kinderen alle recepten net zo vaak uit totdat het perfecte baksel de oven uitkwam en op de foto kon. Ze pretenderen niet dat ze topbakkers zijn, ook niet dat zij of jijzelf in de keuken het niveau kunt bereiken van een professionele Friese

bakker met jaren opleiding en ervaring. Sommige zaken kun je trouwens beter bij de bakker kopen, zoals beschuit en roggebrood omdat die ontzettend lastig te maken zijn. Ze verdienen wel samen met de oranjekoek, de dúmkes en de vanillestaafjes een plek in dit boek, omdat er dan een compleet beeld van de Friese baktraditie ontstaat. Henny en Betty hopen met dit boek hun liefde voor het bakken van zoet en voor Friesland door te geven aan de volgende generatie.



IN DE  
FRIESE  
BAKKERIJ









3



4



5



8



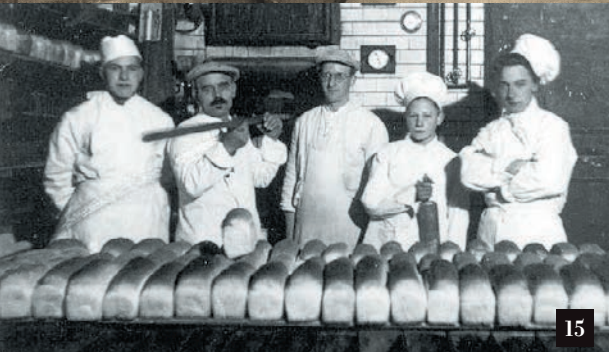
9



12



16



15

## De Friese bakkerij, toen & nu

Rond 1930 waren er in Friesland ongeveer 1300 bakkerijen. Elk dorp had minimaal een, maar vaak meerdere bakkers, speciale banketbakkers, broodbakkers, koekenbakkers en in de steden ook confiseurs en glaciers (banketbakkers en ijsbakkers). Dokkum kende bijvoorbeeld vóór 1940 maar liefst 24 brood- en 3 banketbakkers. De bakkers waren goed georganiseerd. Ze waren vaak aangesloten bij een gilde en er werden bakkerstentoonstellingen, bakkerswedstrijden en bakkersvakdagen georganiseerd. Er waren zo veel bakkers omdat alles nog met de hand werd verwerkt. Als het je lukte om een zak bloem van 50 kilo met de hand tot brood, koek en banket te verwerken, had je net genoeg voor een straat. Ovens werden op turf of hout (de zogenoemde 'takkebosken') gestookt; dat was een heel karwei. Bakkers hadden soms een tuin vol hout om de oven op temperatuur te kunnen houden. Bij een turf- of houtoven vindt de verbranding in de bakoven plaats, waardoor er nog wel eens iets aanbrandde, en het was ingewikkeld om de oven op de goede temperatuur te houden. In de jaren 1920 werd de heetwateroven populair. Die werd ook op hout of turf en later op steenkool gestookt. Bij een heetwateroven heeft indirecte verhitting plaats. De oven wordt warm door de geleiding en uitstraling van stalen buizen die gevuld zijn met water. In de jaren 1950 ging men over van kolen op aardgas en op elektrische heteluchtovens. De bakkers die wij in Friesland spraken, gingen pas in de jaren 1970 over op gasovens.

Aan het eind van de negentiende eeuw kwamen in de bakkerij machines in opkomst. Rond 1920 kwamen de eerste elektrische deegmachines en kon er veel meer verwerkt en gebakken worden. In de oorlog ontstond door het brandstoftekort nog meer samenwerking tussen bakkers. Ze werden verplicht gecentraliseerd, mochten soms maar één oven per dorp stoken en moesten daardoor achter elkaar aan werken.

De bakkerij bracht werkgelegenheid met zich mee, zoals in de negentiende eeuw de houtverkopers, de bezorgers met hondenkarren waarmee het brood bezorgd werd, of de bezorgers van brood via het water met schouwen en 's winters met een slee. Dat vervoer via het water stopte rond de jaren 1950 toen de meeste boerderijen ook goed via de weg bereikbaar waren (bron Dorpsarchief Grou).

#### Foto's op vorige pagina's

1. Oude bakoven van bakker A. Dijkstra, Snakkerburen, 1925-1935
2. Vrouwen die brood verkopen, Fryslân. Voor 1920
3. Ulbe Buwalda, Sieberen Dol en Jan Wierenga, Dokkum, 1964
4. Foto van Bertus en Jan Thijsseeling, Lemmer
5. De bakkerij van L.H. Dam aan de Sint Jacobsstraat nr. 13 Leeuwarden, 1920-1939
6. Tijdens de opening van de nieuwbouw van het Provinciehuis wordt door bakkerij "In de Soete Suikerbol" een grote oranjekoek aangeboden, Leeuwarden, 1985
7. De broers Douwe en Age van der Mei met hun knechten, Drachten
8. Jan van Dijk en zijn vader Tjerk van Dijk, bakkerij Achlum
9. Bakker bakte groot suikerbrood voor de koningin, Leeuwarden, 1966
10. Bakkerij in de Dubbelstraat, Balk, ca. 1920
11. Foto van een bakkerij, waarschijnlijk in Huizum, Huizum, 1900-1950
12. Douwe van der Mei met Bakkerskar
13. Johannes Dijkstra met bakkerskar, Snakkerburen, 1956
14. Groep meisjes die werken bij de "oude Condensfabriek" aan de Snekerkade, Leeuwarden, 1914
15. Vijf broodbakkers bij bakkerij Groen aan het Vliet te Leeuwarden, 1929
16. De laatste koekjes (dúmkjes) op de bakplaat van K. Bootsma in zijn bakkerij in Wirdum, 1981

Grote boerderijen en notabelen waren goede klanten van de Friese bakkers. Ze waren gesteld op traditionele zoete lekkernijen. Vooral op feestdagen, tijdens kermissen en bijvoorbeeld bij verjaardagen of een geboorte pakte men flink uit en veel koek en gebak hadden een eigen traditie. Krentenbrood nam je mee als er een jongen was geboren, suikerbrood bij een meisje. Op verjaardagen werd oranjekoek gegeten, met crème of slagroom en bij begrafenissen werden krakelingen en 'krúskeboltsjes' geserveerd. Boeren zetten op zondag hun visite een herensoes met een bitterkoekje voor, als herinnering aan de zoet- en bitterheid van het leven. Bij de recepten gaan we in op de verschillende tradities, maar de grootste gemene deler is toch dat de zoetigheden vooral bij de hoogtepunten van het leven werden geserveerd, van geboorte tot begrafenissen.

Het bakkersvak is een roeping: zwaar werk, vroeg beginnen, 12 uur 's nachts op donderdag en vrijdag en dan door tot laat in de middag. De bakkers die we spraken noemden veelal de al genoemde drie T's: *temperatuur* (de oven op temperatuur houden was een vak apart), *tijd* (omdat in bakken veel tijd gaat zitten en het bakkersvak tijdrovend is) en *toewijding* voor het vak. Zo deden bakkers mee aan wedstrijden, en maakten suikerkunstwerken en de mooiste chocoladewerken. Het maken van roggebrood bijvoorbeeld in een houtoven is een ingewikkeld proces dat toewijding vergt.

Van de honderd bakkers die er nu nog in Friesland over zijn, werken sommige vooral machinaal, andere nog deels met de hand. Als je in Friesland bent en snel iets lekkers wilt eten, vind je zeker nog genoeg bakkers met de heerlijkste producten.



## Tips uit de Friese bakkerij

**F**riese zoete recepten beginnen meestal met boter, suiker en bloem: producten die goed beschikbaar waren. Vroeger gebruikte men vooral roggebloem; later werd dit vervangen door tarwebloem. Fries koekdeeg bevat nog steeds een deel roggebloem; oranjekoek bijvoorbeeld vinden we met een deel roggebloem lekkerder. Qua kruiden zijn anijs en oranjesnippers heel belangrijke smaakmakers, maar ze zijn niet de enige, want een Friese kruidkoek bevat ook andere kruiden, ingemaakte sukade en gember. We hebben dit bakboek zo opgezet dat je de recepten meestal zonder al teveel poespas thuis kunt maken. Hieronder volgt een overzicht van de meest gebruikte ingrediënten, werkwijzen en benodigdheden met een toelichting. Tot slot een kort alfabetisch overzicht van alle benodigdheden die waarschijnlijk wel tot je keukeninventaris behoren. Speciaal keukengerei wordt apart bij de betreffende recepten vermeld onder het kopje 'Extra'. Lees altijd eerst het hele recept goed door, zodat je alle ingrediënten en benodigdheden kunt klaarzetten.

### Alcohol

Niet alleen het eten is zoet in Friesland, ook de alcohol. Brandewijn met anijs bijvoorbeeld was voor de kraamvrouw, en tegelijk ook om de baby zoet te houden. Ja, op die manier hadden wij ook geen huilbaby's gehad. De lekkerste rum om mee te bakken is die van Van Wees uit Amsterdam.

### Anijs

Anijszaad komt van de anijsplant. Het malen van de zaden levert gemalen anijszaad op. In de Friese recepten wordt gewone anijs gebruikt, niet de veel duurder steranijs. Medicinaal werd anijs gebruikt als middel ter bevordering van de spijsvertering. In de zeventiende eeuw dacht men dat anijs de baarmoeder na de geboorte snel tot de oorspronkelijke grootte kon terugbrengen en boze geesten kon bezweren. Dat is ook de verklaring van de traditie van beschuit met (anijs)muisjes.



ANISZAAD

### Bakblikken en bakplaten

De suikerbroden werden gebakken in een broodblik. Als je thuis suikerbrood maakt, kun je ook een cakeblik gebruiken. Houd er wel rekening mee dat de suiker karameliseert en je cakeblik flink aankoekt. Koeken bak je op de bakplaat. Thuis kun je een koek tussen twee cakeblikken op de kop op een bakplaat zetten en daartussen een koek bakken. Bakkers gebruiken daarvoor koeklatten, houtjes, ingesmeerd met olie, die aan de zijkanten de koeken op hun plaats houden op de plaat. Beschuiten worden op de ambachtelijke manier gebakken in beschuitblikken, en daarna doorgesneden. Het bakken van beschuit is een heel karwei. We hebben een recept opgenomen, maar dat kan ook zonder beschuitblik.



BESCHUITBLIK

## **Bakpapier**

We gebruiken veel bakpapier. Bakpapier zorgt ervoor dat je baksel niet aanbakt en goed loskomt. Bakkers hergebruiken steeds het bakpapier. Dat kun je thuis ook doen, als het bakpapier niet al te vies is geworden.

## **Bigarreaus**

Bigarreaus zijn gekonfijte kersen, met kleurstof. Ze smaken heerlijk en staan heel gezellig in kruidkoek, puddingen of als garnering op een taart of pudding.

## **Bloem**

In de bakkerij worden verschillende soorten bloem gebruikt. Zeeuwse bloem is fijngemalen en gebruik je voor koekjes en taarten. Heb je geen Zeeuwse? Dan kun je ook patentbloem gebruiken; dat is een fijnere tarwebloem. Voor brood gebruik je tarwebloem. De Friese koeken en ook de oranjekeek krijgen hun structuur en zwaarte door een deel roggebloem.

## **Boter**

Roomboter is de hoeksteen van onze Friese zoete recepten. Boter karnen was in Friesland een vrouwenberoep, maar je moest er wel spierballen voor hebben. Het was immers zwaar werk. Stevige vrouwen (brede rug en schouders) waren daarom goede huwelijkskandidaten. Boter was een exportproduct. De Friezen hebben het ooit gewaagd om de Engelsen voor het lapje te houden bij botertransporten door een grindlaag onder de boter te stoppen, waardoor het leek alsof er veel boter in de boot lag.

## **Chocolade uit Achlum**

Achlum heeft een eigen chocoladefabriek met een chocolade-automaat waar je 24/7 chocolade kunt kopen:

Klafa chocolade – Monnikenweg 20, 8806 KX Achlum

## **Doorbraken van een kookdeeg**

Sommige van onze recepten voor koek zijn kookdegen: een deeg dat je verwarmt als je het maakt. Een kookdeeg moet vaak lang rusten. Daardoor neemt de zuurgraad van het koekdeeg toe. Een oud deeg geeft een mooiere koek dan een jong deeg. Daarom werd in oude bakkersrecepten vaak een deel oude koekresten aan het deeg toegevoegd. Nadat het deeg een tijd heeft gelegen, moet het 'doorgebraakt' worden, dat wil zeggen de overige ingrediënten zoals kruiden, bakpoeder en soms nog suiker worden erdoor gewerkt. Het vocht uit de suikers wordt in het koude deeg niet direct gebonden. Daardoor wordt het deeg luchtiger en hoe later het bakpoeder wordt toegevoegd, des te groter wordt het volume. Als je geen tijd hebt om het deeg te laten liggen, kun je in plaats van water ook wat karnemelk gebruiken. Daardoor wordt de zuurgraad van het deeg ook verhoogd.





## Eieren

Heel vroeger hadden sommige bakkers een aparte kelder voor de eieren. Daar lagen de eieren die al in februari gekocht waren (wanneer de prijzen laag waren), opgeslagen in kalk op een koude en donkere plaats. Zo kon je eieren lang bewaren. Eieren werden gebruikt om recepten zwaar te maken. In sommige recepten voor bijvoorbeeld pudding gingen dan wel 18 (!) eieren. Dat was voedzaam en paste bij het zware lichamelijke werk. Er schijnt zelfs een typisch Fries beroep te zijn geweest, dat van struifmaker, die het eiwit en de eidooier splitste. Eiwit werd gebruikt in roggebrood en koeken, eidooier in onder andere beschuiten, room en pudding.

## Gember

In Friese recepten komt veel gember voor, niet de wortels maar gekonfijte stemgember. Bijvoorbeeld in Friese jongetjes, gemberkoek, gember taaitaai en kruidkoek. De gember die in de koeken en koekjes gebruikt wordt, is dus de gekonfijte soort (ook wel bakgember genoemd), ingemaakt met suiker. Daarnaast is er gembersiroop, die wij graag voor suikerbrood gebruiken.

## Kaneel

Kaneelpoeder is de gemalen binnenbast van de nieuwe jonge stengels van de kaneelboom. Kaneel werd gebruikt als geneesmiddel. Kaneel zou een helende werking hebben en de moeder sterker maken voor het moederschap. Daarom werd kaneel gebruikt in suikerbrood, poffen en krentencake – alle drie kraamcadeaus. Bijzonder veel Friese zoete recepten bevatten kaneel.



KANEELSTOKJES

## Mixer

Voor de meeste recepten heb je een (hand)mixer nodig met garden om te kloppen. Voor sommige recepten gebruik je de deeghaken. Het werkt natuurlijk ook als je een standmixer met kom hebt (soms wordt dat een keukenmachine genoemd). Als wij het over een keukenmachine hebben, bedoelen we een hakmolen, om bijvoorbeeld amandelen of hazelnoten te malen.

## Nootmuskaat

Nootmuskaat is de gemalen noot van de muskaatboom en wordt al sinds de vijftiende eeuw in Europa in de keuken gebruikt.

## Oranjesnippers

Oranjesnippers zijn de gesuikerde schillen van de sinaasappel. Op p. 27 vind je een recept om zelf oranjesnippers te maken. De snippers worden ook gemalen gebruikt. De oranjekoek heet waarschijnlijk zo vanwege de (gemalen) oranjesnippers die erin gebruikt worden. Oranjesnippers zitten ook in krentencake, kruidkoek en reepkoek.



ORANJESNIPPERS, GEMALEN (LINKS)  
EN HEEL (RECHTS)