

OIT woonde Sonja op het platteland, waar ze als alleenstaande moeder een dochter opvoedde. Maar hoe red je dat zonder baan? Sonja kon niet anders dan naar de stad te trekken, op zoek naar werk. Een vriendin troonde haar mee naar een restaurantje waar Sonja de knepen van het vak leerde. „Ruim een jaar lang week ik geen moment van haar zijde. Zo leerde ik de heerlijkste gerechten bereiden.”

Toen de zaak op de fles ging, stond Sonja op straat. Dolend door de stad op zoek naar een eigen plekje, ontdekte ze in de buurt van de Centraal-Amerikaanse Universiteit een leegstaande vervallen kiosk. Eigenaar bleek Soynica, organisatie die in Nicaragua baanbrekend werk verricht en sojavoeding promoot als vleesvervanger.

„Ik vertelde Soynica dat ik wel een *comedor* wilde runnen, maar het geld niet had om de zaak over te nemen. Het toeval wilde dat Soynica zelf op zoek was naar iemand die de kiosk wilde openhouden. De zaak was dus snel beklonken”, grijnst Sonja.

Toch liep het niet van een leien dakje. Het lokaal moest helemaal opgeknapt, en dat kostte een aardige duit. Bovendien is soja niet bepaald geliefd in Nicaragua. „Het wordt beschouwd als voedsel voor wie zich niets beters kan veroorloven”, licht de goedlachse vrouw me in. „Mijn stalletje bevindt zich echter naast de universiteit en in de buurt van een aantal kantoren. De middenklasse die je hier ontmoet, trekt de neus op voor soja.”

„Nicaraguanen eten heel ongezond”, ratelt ze verder. Voedsel en gezondheid liggen haar duidelijk na aan het hart. „De mensen eten hier doorgaans rijst en bonen met bergen vlees. Maar wat je eet, maakt het verschil tussen leven en dood. Ik geef mijn kinderen veel fruit, kook altijd gezond en bereid steeds groenten, maar er is nog een hele mentaliteitswijziging nodig.”

De eerste jaren waren heel lastig. „Het was vechten om te overleven”, blikt Sonja terug. „Maar ik hield vol. En het tij keerde dankzij mond-tot-mondreclame van de mensen die mijn gerechtjes wel konden pruimen en dankzij publiciteit die ik wist los te weken in het universiteitsblaadje.”

Niet gek

Ondernemend als ze is, stapte Sonja naar de universiteit om de studenten duidelijk te maken dat gezond eten belangrijk is. „De geest kan maar goed functioneren in een gezond lichaam. Gezonde voeding geeft kracht om te studeren”, benadrukt ze. En dergelijke voeding vind je bij *señora Soya*, zoals haar klanten haar wel eens lachend noemen: integraal brood, integrale rijst, vers fruitsap rijk aan vitamines, vegetarische schotels met veel verse groenten, soja-producten, sojamelk („waar de studenten dol op zijn”), maar ook steeds een gerecht met kip voor wie geen soja lust.

Elke dag is Sonja vroeg uit de veren en rept ze zich naar de markt voor dagverse producten. Ze



Met veel moed en doorzettingsvermogen runt señora Sonja haar sojakiosk vlakbij de universiteit van Managua. © Ilse Van Halst

Lachen om te overleven

Ilse Van Halst

Op reis met Broederlijk Delen in het Latijns-Amerikaanse Nicaragua. Neem een van de talrijke voedselkiosken die de hoofdstad Managua rijk is, vervang de cola door vers vruchtensap en de gefrituurde bonen door soja, en je hebt Casa Nutrem Food. In deze kleine *comedor* zwaait de immer opgewekte *señora* Sonja de scepter. Achter haar zonnige lach schuilt echter een bikkelharde strijd om te overleven.

Señora Soya's alternatieve eettent in Nicaragua

koopt stevast streekgroenten en -fruit, omdat die het goedkoopst zijn. „Hoewel mijn gerechten zonder en voedzamer zijn dan de hapjes van andere kiosken, verkoop ik ze tegen dezelfde prijs. Ik wil niet wil dat de prijs een hinderpaal vormt voor wie gezond wil eten.”

Voor nog geen 30 Nicaraguaanse córdobas (zo'n anderhalve euro) krijg je twee frisse sapjes en een volwaardige vegetarische maaltijd met een sneetje integraal brood. „De gezondheid van mensen gaat me ter harte”, zo berijdt Sonja haar stokpaardje. „Bovendien hoef ik niet meer te verdienen dan ik nodig heb. Ik vraag God altijd: 'Geef me genoeg om te leven, maar niet meer dan dat.' Geld maakt immers niet gelukkig.

Van veel geld word je gek, en gek zijn is het laatste wat ik wil.”

Na enkele jaren kreeg Sonja wat ademruimte. „Niet dat ik nu rijk ben,” lacht ze, „maar het zaakje draait en is zelfbedruipend. Het is hard werken en ik hou niet veel over, maar ik heb voldoende om van te leven en mijn kinderen te kunnen laten studeren. Dit jaar begon mijn dochter hier aan de universiteit.”

Vrienden

De klanten van Casa Nutrem Food zijn erg trouw. „De mensen komen hier graag”, vertelt *señora* Sonja met gepaste trots. „Ik probeer altijd blijgezind te zijn, en dat waarderen de mensen. Zeg nu

zelf, wat is er leuk aan een tent waar men met een zuur gezicht je maaltijd op tafel gooit? Wie in deze kiosk komt eten, heeft doorgaans ook een heel andere mentaliteit dan wie een snelle maar ongezonde hap wenst. Mijn cliënteel kijkt anders tegen het leven aan. Ik sla graag een praatje met hen. Ik beschouw mijn klanten als vrienden. We praten heel wat af over de samenleving, de politiek, de Kerk. Soms storten ze hun hart bij me uit. Dan leef ik mee en monitor ik hen wat op.”

Inmiddels runt de kranige vrouw haar *comedor* zo'n negen jaar. „Ik droom van een wat grotere zaak op een beter gelegen plaats, al is het hier best wel oké aan de ingang van de universiteit. Je kunt hier echter nergens par-

keren. Bovendien bouwde de universiteit bij, waardoor ik wat uit het zicht lig. Ja, het blijft vechten, elke dag opnieuw. Dat zeg ik ook altijd tegen mijn dochter en tegen Fernandez, het meisje waarover ik me ontferm. Je moet hard werken, elke dag opnieuw. Als je lui bent, komt er geen eten op tafel.”

Fernandez, futselend aan haar wipstaartjes, vleit zich tegen *señora* Sonja aan en knikt. Ook haar blijkt het niet aan moed en werklust te ontbreken. „Ik zit al in het derde jaar van de lagere school. En ik werk heel hard”, klinkt het parmantig. „Later wil ik studeren aan de universiteit. En daarna open ik mijn eigen restaurant.” Aan Soya Sonja heeft Fernandez alvast een uitmuntende leermeester.