
Het eten aan boord

Uit Holland meegenomen voedsel:

(1 ton = 100 liter inhoud, 1 pond = iets minder dan een pond nu.)

beschuit, hard brood	8000 pond
gerookt spek,	10 tonnen
hammen gezouten	10 tonnen
vlees, spek boter	3 tonnen
kaas	1000 pond
olie en azijn	2 tonnen
mosterd en zout	2 tonnen
gerookte vis, stokvis	1000 pond
gort, erwten, bonen	ca. 8 tonnen
meel	weinig
bier	60 tonnen
wijn en brandewijn	12 vaten

Het brood was voldoende voor 16 maanden, bier en wijn voor 8 maanden.

Bijna dagelijks kregen de mannen hetzelfde. 's Ochtends een ontbijt van gort, brood, kaas en boter. 's Middags en 's avonds brood, erwten, bonen, gort of zuurkool met pekervlees, spek of stokvis.

Al heel kort na vertrek was het gebrek aan verse groenten te merken aan de gezondheid. In plaats van brood aten de mannen vaak scheepsbeschuit. Na korte tijd kwamen daar allerlei beestjes en maden in. Je kon een zeeman altijd herkennen aan zijn manier van eten: hij tikte met zijn brood op tafel om de beestjes eruit te slaan, dat was een vaste gewoonte geworden.

Als de reis erg lang duurde, aten de mannen van alles: wel eens onderweg gevangen vis, maar soms ook haaien en ratten.

Het ergste was dat het water al heel snel begon te stinken. Je moest het met je neus dicht geknepen drinken, omdat het zo stonk, en tussen je tanden zeven om geen beestjes binnen te krijgen.

Bij dit dieet en de elke beschrijving tartende slaap ruimten van het scheepsvolk was er volop werk voor een medische staf, maar die bestond slechts uit één chirurgijn-barbier.

Men had te kampen met scheurbuik, bijna iedereen leed eraan. Scheurbuik is een uiterst pijnlijke ziekte. Het begint met het opzwellen van het tandvlees en vervolgens wordt het gezicht aangetast: de zieke krijgt overal blauwe plekken en zweren. Dan worden de gewrichten steeds pijnlijker, daarna stijf en uiteindelijk volgt na een lange martelgang de dood.

Scheurbuik ontstaat door een gebrek aan vitamine C, die onder andere voorkomt in verse groenten.