

# Leaf it to Nature

Returning control of our taste to nature.

*De regie over onze smaak teruggeven aan de natuur.*

**Hosted by:** Doortje den Hartigh

## Project Information (EN)

### Human Evolution

For billion of years, the human body has undergone a complex evolution, adapted to a natural environment in which food was scarce and flavors unpredictable. Now, with these same evolved bodies, we inhabit a radically different food landscape than before. The industrial revolution and the introduction of ultra-processed foods have created an environment in which food is abundantly available and designed to taste the same at all times. This abundance not only results in excessive calorie intake, but also in a shortage of essential micronutrients in our diet. We eat more than ever, but are in fact malnourished.

### Leaf it to Nature

In order for our bodies to make healthy food choices and obtain the essential nutrients we need, it is important that our food retains its natural origins. But do we dare to give control over our taste back to nature? By letting nature directly control the tea's taste, the installation challenges us to reflect on our taste preferences and consumption- and production behavior. Because if we want to restore a healthy relationship with food, we must learn to appreciate the beauty and value in the natural imperfections and variations nature offers us.

## Projectinformatie (NL)

### De evolutie van de mens

In de afgelopen eeuwen heeft het menselijk lichaam een complexe evolutie doorgemaakt, afgestemd op een natuurlijke omgeving waarin voedsel schaars was en smaken onvoorspelbaar. Echter leven we nu, met hetzelfde geëvolueerde lichaam, in een radicaal andere voedselomgeving dan voorheen. Met de industriële revolutie en de introductie van ultrabewerkte voedingsmiddelen is een omgeving ontstaan waarin voedsel overvloedig beschikbaar is en ontworpen is om altijd hetzelfde smaken. Deze overvloed resulteert niet alleen in een overmatige calorie-inname, maar ook in een tekort aan essentiële micronutriënten in ons dieet. We eten meer dan ooit, maar zijn in feite juist ondervoed.

### Leaf it to Nature

Om ons lichaam in staat te stellen gezonde voedingskeuzes te maken en de essentiële voedingsstoffen binnen te krijgen die we nodig hebben, is het belangrijk dat ons voedsel zijn natuurlijke oorsprong behoudt. Maar durven we de controle over onze smaak ook weer terug te geven aan de natuur? Door met Leaf it to Nature de natuur een directe stem te geven in de smaak van thee, nodigt de installatie ons uit om stil te staan bij onze smaakvoorkeuren en consumptie- en productiegedrag. Want het erkennen van de schoonheid en waarde van natuurlijke imperfecties en variaties kan een belangrijke stap zijn in het herstellen van een evenwichtige relatie met ons voedsel.

## Image List

Filename	Caption	Credit
leaf-it-to-nature-main_1756406338.jpg	Leaf it to Nature	Nick den Engelsman

Filename	Caption	Credit
leaf-it-to-nature-2_1756406350.jpg	Leaf it to Nature	Nick den Engelsman
leaf-it-to-nature-1_1756406356.jpg	Leaf it to Nature	Nick den Engelsman
leaf-it-to-nature-3_1756406890.jpg	Leaf it to Nature	Nick den Engelsman

The images above are included in the ZIP under `/images`.