



Naar buiten!

De sneeuw is gesmolten, het ijs ontdooid. Als de eerste bloesem verschijnt jagen de lentekriebels ons het huis uit. Naar buiten, met een smakelijk gevulde picknickmand.

In het middeleeuwse Europa en de latere renaissance gingen grote jachtpartijen en paardenraces gepaard met openluchtbanketten. Aristocraten en welgestelde burgers laafden zich in de buitenlucht graag aan hammen, kazen en pasteien, uitgeserveerd op gedekte tafels. De informele 'in het gras' picknick raakte in de negentiende eeuw in de mode. Het romantische buitenleven, opgefleurd met een goed gevulde picknickmand, werd een favoriet thema voor impressionistische schilders als Monet, Renoir en Cézanne.

Door scènes uit de boeken van Jane Austen en Charles Dickens lijkt de picknick een typisch Brits fenomeen te zijn. Koningin Victoria was ook dol op *pies and pastries and a nice cup of tea* in de tuinen van haar Schotse landgoed Balmoral. Maar de 'Queen of Picnics' was *not amused* als de omgangsvormen niet strikt victoriaans in acht werden genomen.

Het picknickritueel is zo oud als de weg naar Rome, al ging het er daar veel losser aan toe. Pakweg 2500 jaar geleden lieten de Romeinen op de dag van Anna Perenna, de godin van het voorjaar, de stad achter zich. Met brood, kaas, olijven en heel veel wijn werd aan de oevers van de Tiber de lente begroet. Hoe rijkelijker de wijn vloede, des te hartstochtelijker omarmde men het vruchtbaarheidseizoen én elkaar. Elke lege kom wijn werd geturfd. Wie nog tot tien kon tellen, wist hoeveel levensjaren er nog in het verschiep lagen.

Kuku sabzi, kruidenomelet

Kuku sabzi wordt traditioneel gegeten op *Nowruz*, het Perzische Nieuwjaar dat in maart valt. De eieren staan symbool voor vruchtbaarheid en de kruiden voor groei en ontplooiing. De combinatie met walnoot, die kracht verbeeldt, maakt kuku sabzi tot een perfect gerecht om de lente te begroeten.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 6 eieren
- ½ theelepel bakpoeder
- 2 theelepels bloem
- olijfolie of boter
- koriander, peterselie, bieslook en dille, van elk 2 eetlepels
- 2 lente-uitjes
- 2 tenen knoflook, uit de pers

Zwalkend en zwierend liepen de feestgangers terug naar de stad, over dezelfde Via Flaminia waar de Romeinen nu files en alcoholcontroles trotseren. *Pasquetta*, klein Pasen, is tegenwoordig picknickdag in Italië. Deze *Lunedì dell'Angelo* (maandag van de engel), verwijst naar de verschijning van Jezus aan twee volgelingen buiten de stadsmuren van Jeruzalem. In traditie met dit Bijbelse verhaal wordt op *Pasquetta* het brood buiten de stad in stukken gebroken. Royaal bestreken met tomatenpulp en *olio extravergine di olivia* wordt de *focaccia* een eenvoudige paasdelicatesse.

Oostwaarts, als in het voorjaar de zon pal boven de evenaar staat, is *Nowruz* of het Perzisch Nieuwjaar begonnen. *Sizdeh Bedar*, de dertiende dag van het jaar, is een ongelukkige dag om binnenshuis door te brengen. Weer of geen weer, wie kan gaan naar buiten. Tussen manden gevuld met *kuku sabzi* (kruidenomelet), platte *barbari*-broden en *borani badjeman-i* (aubergine-yoghurtsalade) knopen 'huwbare' jonge vrouwen grassprietjes aan elkaar. Dit ritueel verbeeldt de hoop dit jaar de juiste echtgenoot te vinden. De fragiele knoop staat symbool voor de (breekbare) liefdesband.

Dat een perfecte picknick niets meer nodig heeft dan een zonnige zondag en een goed vuur, weet niemand beter dan de Turken, de ware picknickkampioenen. Naar eigen zeggen ligt hun picknicktalent verankerd in de genen. Met evenveel passie als hun nomadische voorvaders het vlees op de steppen roosterden, wordt nu houtskool onder de barbecue aangewakkerd. Alles wordt ter plekke klaargemaakt, geen gedoe thuis in de keuken, maar hup, kinderen op de achterbank, keukenraad in de kofferbak en even langs de markt. En als de idyllische natuur wat verder weg is, smaakt de *shish kebab* net zo lekker in het park of in de berm langs de snelweg aan de Bosporus.

*Reis, proef en geniet! **

Klop de eieren los met bakpoeder, bloem, fenegriek, zout en versgemalen peper. Roer voorzichtig de fijngehakte kruiden, lente-uitjes en walnoten met de geweekte saffraandraadjes door het eierenmengsel. Bedek een grote ronde ovenschaal of een diepe bakvorm met bakpapier en vet het in met olijfolie of boter. Giet het mengsel in de vorm en bak het op 180 graden in een voorverwarmde oven in ongeveer 30-35 minuten gaar totdat de omelet goudbruin is. De omeletpunten zijn zowel warm als koud om van te smullen. *Nush-e jan!*

Als de dagen korter worden verschuilen de bijen zich in trossen in hun kasten en nesten, het werk is gedaan. De zomer is gevangen in potten vol Nederlandse heidehoning, Franse lavendelhoning en tijmhoning uit Kreta die kleur aan de lange winter moeten geven.

Honingzoet

Honing is een van de oudste natuurproducten ter wereld. Geroemd als krachtmiddel voor atleten in het oude Olympia en aanbevolen als eigentijds 'natuurlijk viagra' op een Turkse bazaar. Bovendien verzacht het keelpijn, zorgt het voor een zijdezachte huid en is lekker over de Griekse yoghurt. Wie deze caloriebom niet kan weerstaan heeft als excuus dat het ook heilzaam voor de geest is. Pythagoras zou zijn wiskundig denkvermogen te danken hebben aan een dieet dat uitsluitend uit honing bestond. Deze kwaliteiten zorgen ervoor dat honing 'voedsel van de goden' is. Volgens de oude Egyptenaren werd de eerste *Apis mellifera*, de honingbij, geboren uit een traan van de zonnegod Ra. Honing was zo waardevol dat ambtenaren er letterlijk 'in natura' mee werden betaald.

In de Griekse mythologie is Zeus de 'bijkoning'. Als pasgeborene wordt Zeus in een grot op Kreta verstoppt voor zijn vader, de vraatzuchtige Kronos die zijn eigen zoons rauw lust. Nimfen houden Zeus in leven met geitenmelk en honing. Als Zeus tot een sterke jongeling is uitgegroeid, bedwelmt hij zijn vader met de godendrank. Kronos wordt geketend en naar het einde van de wereld gevoerd.

De eerste jagers roofden honing van bijenvolkeren uit het wild. Vanaf de Romeinse tijd wordt het imkeren uitgeoefend. Het werk van de bijen is het meest intensief – voor een kilo honing zijn honderdduizend bijenvluchten nodig – maar imkers die zich toelagen op specifieke honingsoorten moeten ook op pad. In Egypte stonden de bijenkasten op het dek van schepen. 's Nachts werd de Nijl afgezakt en overdag vlogen de bijen uit; een mobiele imkerij om optimaal de voorjaarsbloei te benutten. Ook in Nederland zijn er imkers die hun kasten van Groningen (koolzaadhoning) via de Betuwe (fruithoning) naar de Biesbosch (balsemienhoning) verplaatsen. Tenslotte worden de bijen naar

Friesland en de Waddeneilanden gebracht om de nectar van de laatzomerse lamsoor te bemachtigen.

De jacht op wild vloeibaar goud wordt nog steeds in oervorm en met gevaar voor eigen leven uitgeoefend. In Nepal, in het gebied van de Annapurna's, balanceren de Gurungs op lange ladders om de honingraten van de loodrechte rotswanden te kappen. In het laagland zijn het de Raji's – ook wel *beriko manche* ('bijenmenssen') genoemd – die enorme woudreuzen bedwingen om bij de nesten te komen. Blootsvoets en slechts met doeken om het hoofd gewikkeld zijn ze nauwelijks beschermd tegen de explosie van woedende bijen. Op een soortgelijke manier trotseert de Bayaka, een pygmeeënstam uit Centraal Afrika, de steken van de Afrikaanse 'killer bees'.

Aan de seminomadische levensstijl van de 'bee people' lijkt een einde te komen. Door ontbossing is de natuurlijke habitat van de bij sterk verminderd. De bijen 'verdwijnziekte', zoals het populair heet, heeft wereldwijd toegeslagen. De oorzaak is niet helemaal duidelijk, maar de massale sterfte wordt toegeschreven aan bestrijdingsmiddelen, het gebrek aan diversiteit op akkers, de afname van (berm)bloemen en de destructieve varroamijt.

Het lijkt een contradictie, maar de stad wordt wel de redding van de bij genoemd. Met hun bijendans vertellen stadse bezige bijtjes elkaar in welk park, op welk balkon of dakterras de beste nectar is te halen. En de stadsimker biedt een veilige thuisbasis voor zijn volkeren in kasten op het platte dak. Zijn beloning is een bloemenhoning die door de bijen zelf in een unieke melange is samengesteld.

Reis, proef en geniet! *



Sfakiana pita

Honing is allesbehalve een uniform product. De soort wordt vernoemd naar de overheersende bloem waar de bijen de nectar uithalen. Tijmhoning uit de bergen van Kreta geldt als een van de allerbeste, meest geurige die er is.

Sfakiana pita, een pannenkoek gevuld met kaas en bestreken met honing, is een specialiteit uit het gebied Sfakia in het westen van Kreta. Warm of koud geserveerd voor de lunch, als tussendoortje of dessert.

Ingrediënten voor 8 pita's:

- 8 eetlepels bloem
- 8 eetlepels mizitra kaas, eventueel te vervangen door ricotta
- 1 klein vers ei
- scheutje olijfolie en een snufje zout
- tijmhoning naar smaak

Klop het ei los en roer er een snufje zout, een kwart kopje olijfolie en een half kopje water door. Voeg de bloem toe en kneed het tot een zacht deeg dat makkelijk uitgerold kan worden (gebruik eventueel wat extra water). Laat het deeg een half uur rusten. Vorm met een deegroller 8 ronde pita's ter grootte van een ontbijtbord. Dit gaat het makkelijkste op een werkblad met bloem bestrooid. Leg op elke pita een bolletje kaas ter grootte van een golfbal. Vouw het deeg eromheen zodat de kaas verstopt is. Rol het gevulde deeg weer voorzichtig uit tot de oorspronkelijke vorm. Bak de pita's een voor een op middelhoog vuur in een koekenpan bestreken met wat olie. Keer regelmatig om totdat ze gaar en goudkleurig zijn. Bestrijk elke pita met een eetlepel tijmhoning.

Kali orexi!



Op mijn vraag 'Mam, wat eten we vanavond?' kreeg ik vroeger niet zelden 'Husseklusse met je neus ertussen' als antwoord. Eigenlijk vind ik nu dat 'husseklus' nog niet zo gek klinkt tussen oude Nederlandse gerechten als 'hete bliksem', 'wentelteefjes' en 'Haagse bluf'.

Kletskoek in de keuken

Namen van gerechten kunnen voor niet-ingewijden raadselachtig zijn. Vooral in China gebruikt men graag poëtische omschrijvingen om de rijkdom van gerechten te illustreren. 'Boeddha springt over de muur' of 'groen eiland bedekt met honderd bloemen', dat moet wel heerlijk smaken.

In Turkije weet iedereen dat 'de imam valt flauw' een aubergineschotel is waar een geestelijke van in katzwim viel. Voor iets extra's pikant is er *kadin budu köfte*, wulps gevormd gehakt dat als 'vrouwendijen' wordt vertaald. Om het diner in stijl af te sluiten zijn er de zoete 'lippen van een mooie vrouw' (*diber dudađi*) en 'damesnavels' (*hanim göbeđi*) die qua vorm op donuts lijken.

Gerechten worden ook genoemd naar waar het op lijkt, maar wat het niet is. Wie in België een 'waterkonijn' bestelt krijgt een muskrat voorgeschoteld. In Suriname is 'boomkip' een leguaan en de slager hier om de hoek verkoopt 'blinde vinken'. Maar Chinezen zijn meesters in associaties op het bord. Aan *ma yi shang shu* ('mieren klimmen over boomstammen') komt geen mier te pas, althans niet met opzet. Het is gewoon een kom vol noodles met rul gebakken gehakt. En 'leeuwenkoppen' zijn in China niets meer dan reuze rundergehaktballen, omringd door koolbladeren die lijken op de manen van een leeuw.

Terug naar kletskoek dicht bij huis. Ook wij kennen gerechten met namen die tot de verbeelding spreken. Vaak gaat het om traditionele schotels, zoals 'Haagse bluf' – dat door geklopt eiwit uit veel lucht bestaat – en 'hete bliksem' waaraan je snel je mond verbrandt. In Duitsland wordt hetzelfde gerecht *Himmel und Erde* genoemd, verwijzend naar de basis van appels en aardappels.

En 'poffertjes' zijn gewoon poffertjes omdat ze 'poffen' of opbollen als ze vliegensvlug worden omgedraaid. Vroeger werden ze ook gezellig 'bollebuusjes' of 'broedertjes' genoemd omdat ze broederlijk naast elkaar in de pan liggen.

In België maakt men graag een klassiek zootje. De Gentse 'waterzooi' – waarbij 'zooi' letterlijk 'kooksel' betekent – is een heerlijke schotel met groenten, vis of kip in een bouillon gekookt. In veel Nederlandse thuiskeukenen worden eigen bedachte 'zootjes' nu 'prutjes' genoemd, flink door elkaar gehusseld en snel op tafel. En dat husselen of roeren is niet nieuw want daar komt de naam 'hutspot' vandaan.

Gerechten en ingrediënten raken ook in de vergetelheid. Bij 'blote billetjes in het gras' denken we eerder aan een warme zomer dan aan witte bonen gemengd door zoute ingemaakte snijbonen. Ook 'raasdonders', zoals vroeger kapucijners werden genoemd, is een zo goed als vergeten naam voor te kort gekookte bonen die op het bord ratelen. Er wordt ook wel beweerd dat ze zo genoemd werden omdat ze 'razen in je donder'.

Zoals namen verdwijnen komen er ook weer nieuwe bij. Vooral in de snackbar horen we een scala aan bestellingen over de toonbank gaan: van een 'patatje oorlog' tot aan vette happen waar de honden geen droog brood van lusten. Een schep friet en shoarmavlees, wat schijfjes tomaat en komkommer afgedekt met gesmolten kaas. Een kwak knoflooksaus en sambal erover en voilà, de 1800 calorieën tellende 'kapsalon' is klaar om verorberd te worden. Wie liever pindasaus heeft, bestelt gewoon een portie 'wassalon'.

Reis, proef en geniet! ✧



Gentse waterzooi



boomkip met rijst



hanim göbeđi



diber dudađi



hutspot



poffertjes



kadin budu köfte

Gentse waterzooi met 'kiekens'

In het oude Gent was zoetwatervis het basisingrediënt voor de waterzooi. Door het dempen van de kanalen en sloten werd de vis echter schaars. Vanaf de eerste helft van de vorige eeuw werden snoek, baars, karper en paling in de zoi vervangen door 'kiekens'.

Ingrediënten voor 4 personen:

- Voor de bouillon:
- 1 scharrelkip, in 4 stukken en bestrooid met zout en peper
- 1 prei, wortel en ui
- 2 selderijstengels
- 1 teen knoflook
- 80 gram boter
- 2 laurierbladeren, wat takjes tijm, kervel en een peterseliestengel
- zout en peper

Voor de waterzooi:

- 2 wortelen, preien en selderijstengels, fijngehakt
- 5 aardappels, in grove stukken
- 1 eierdooier
- 1,5 dl room
- peterselie, fijngehakt
- zout en peper

Snij de groenten voor de bouillon in grove stukken en stoom ze aan in de boter. Voeg de kip toe en stoom het geheel 10 minuten op middelhoog vuur. Voeg de verse kruiden en circa 2,5 liter water toe (zodat de kip onderstaat). Breng aan de kook en laat ongeveer 30 minuten sudderen, totdat de kip gaar is. Stoom de overige fijngesneden groenten aan in wat boter. Voeg de ontvelde kip aan de groenten toe en overgiet het met de gezeefde bouillon. Laat het geheel met de helft van de room 10 minuten sudderen. Klop tot slot de eierdooier door de overgebleven room, goed roeren en garneren met vers gehakte peterselie.

Met dank aan restaurant De Witte Leeuw in Gent.

Yakboterthee in Tibet, Peruaanse 'matte de coca' en rooibos uit Afrika, overal wordt thee op eigen wijze gedronken. Maar échte thee komt van de Camellia sinensis, een theeboom. Als de blaadjes met zorg worden geselecteerd is de eerste basis gelegd voor 'a nice cuppa tea'.

A nice cup of tea

Een vuurtje, een pan met kokend water en wat dwarrelende blaadjes van de Chinese Camelliaboom en zie, thee was ontdekt. Allereerst werd het gedronken vanwege de medicinale werking, later was thee een opkikker voor elk moment van de dag.

Drieduizend jaar geleden verscheen in China *The Book of Tea*. In dit encyclopedische werk wordt thee geroemd omdat het 'de geest harmoniseert, ledigheid verdrijft, vermoeidheid verjaagt, ideeën opwekt en slaperigheid voorkomt'. Volgens *The Book* kan thee het best gedronken worden in de natuur. In een lieflijk prieeltje tussen de pruimenbloesem of langs een kabbellend beekje komt de 'geest van de thee' vrij. Al nippend van superieure *longjing*-thee raakt de mens – volgens de principes van yin en yang – in harmonie met zichzelf en de natuur om hem heen. Het advies om thee met water uit de Yangtze-rivier te zetten kan beter niet worden opgevolgd.

In het dagelijkse leven drinken de Chinezen doorlopend groene 'slobber'-thee, eenvoudigweg uit een soort navulbare jampot. Om echt van de drank te genieten is er de theeceremonie waarbij superieure theeën worden geproefd. Door te ruiken, te kijken en zelfs te luisteren naar het ritselen van de blaadjes, door te nippen en te klakken met de tong wordt het ware karakter van thee doorgrond. Wie zich helemaal in de theecultuur wil onderdompelen kan badderen in een theebad, onder het motto *'Experience Life in Tea Soup'*.

In Japan is de theeceremonie tot in de finesse verfijnd. Pas na een lange leerschool wordt een geisha in staat gebracht om de groene poederthee met een vleugje zen op te kloppen en gracieus uit te schenken. De gasten genieten van de schuimige thee – dat qua uiterlijk nog het meest

op een kiwifruitshake lijkt – en laten zich verleiden tot de kunst van conversatie. Muziek, zang en het reciteren van haiku's zijn onderdeel van de klassieke ceremonie. Niet voor niets luidt het Japanse gezegde: 'Een man die geen thee in zich heeft, kan waarheid en schoonheid niet ten volle begrijpen'.

Via Hollandse VOC-schepen bereikte thee in de zeventiende eeuw Europa. Bij de Britten viel de nieuwe drank vooral in de smaak, met een wolkje melk *please*, om de bitterheid wat af te zwakken. De *'afternoon tea'* raakt vanaf het midden van de negentiende eeuw bij de elite in zwang, als Engelse variant op de theeceremonie. Het Wedgwood kopje thee begeleid door *cucumber sandwiches* en *scones with clotted cream* om *'that sinking feeling between lunch en supper'* te bestrijden.

De *'high tea'* daarentegen heeft niets met een luxueus 'theegelag' te maken, maar verwijst naar het avondmaal van de arbeiders. Door stevige kost als *baked beans*, *pies* en *sausages* wordt het in Engeland ook minder smakelijk *'meat tea'* genoemd.

Theeleuten, theetantes en ware liefhebbers drinken losse thee van een goede kwaliteit. Chemische smaakjes-thee en zakjes gevuld met gruis zijn uit den boze. Het wat stoffige imago van 'vier uur theetijd met een biscuitje' is opgepoetst; thee is in opmars en wint aan prestige. Naast een wijnkaart voeren steeds meer restaurants ook een theekaart die is afgestemd op de smaak van gerechten. In plaats van een fles chablis bij de vis raadt de theesommelier een potje met lichte, groene thee aan.

*Reis, proef en geniet! **



Chinese thee-eieren

Thee is een geliefd ingrediënt in de Chinese keuken vanwege de smaak en het aroma. Op veel plekken in China, van markten tot supermarkten, zie en ruik je thee-eieren. Ze worden gegeten als (thee)snack. Thee-eieren zijn eenvoudig zelf te maken en zien er door het marmerpatroon exotisch uit. Succes gegarandeerd als bijgerecht bij een oosterse maaltijd.

Ingrediënten:

- 8 verse eieren of 20 kwarteleitjes
- 3 eetlepels lichte sojasaus
- 3 eetlepels Shaoxing-rijstwijijn of droge sherry
- 3 eetlepels zwarte Chinese thee
- snufje zeezout
- 1 theelepel vijfkruidenpoeder (kaneel, steranijs, venkel, kruidnagel en peper)
- 3 plakken geplette gember

Kook de eieren in 8 tot 10 minuten hard. Laat ze schrikken in koud water. Klop en rol de eieren voorzichtig over een hard werkblad, zodat er barstjes in de eierschalen ontstaan.

Breng de overige ingrediënten in een pan met 1 liter water aan de kook. Laat de theesoep 15 minuten zachtjes koken en voeg de eieren toe. Laat de eieren vervolgens op heel zacht vuur 45 minuten sudderen. Zet het vuur uit en laat de eieren iets afkoelen in de pan.

Serveer de gepelde eieren warm of koud, in het geheel of doormidden gesneden met een eetlepel theesoep eroverheen.

Màn màn chī!

