

Kook bijbel

Niki Segnit

Kook bijbel

→ Het ene recept leidt naar het andere

Uit het Engels vertaald door Henja Schneider en Jaromir Schneider

Podium, Amsterdam – Luster, Antwerpen

‘In *The New Yorker* stond ooit een interview met effectenmakelaar Lemuel Benedict – een naam die ze in New York ook nu nog wel kennen. Hij kwam met een gigantische kater het Waldorf binnen en bestelde warme toast met boter, twee gepocheerde eieren, gebakken spek en hollandaisesaus. De chef vond het een boeiende bestelling, verving de toast door een Engelse muffin, het (doorregen) spek door ham en zie daar: een legende was geboren. Dit is de manier waarop koks voedsel maken: ze zien iets, proeven iets en slaan aan het knutselen.’

A.A. GILL, *BREAKFAST AT THE WOLSELEY*

‘Wanneer we proberen iets te kiezen dat op zichzelf staat, komen we erachter dat het verbonden is met al het andere in het universum.’

JOHN MUIR, *MY FIRST SUMMER IN THE SIERRA*

Oorspronkelijke titel Lateral Cooking
Oorspronkelijke uitgever Bloomsbury Publishing
© 2018 Niki Segnit
© 2018 Nederlandse vertaling Henja Schneider en Jaromir Schneider/
Uitgeverij Podium
Boekontwerp A Practice for Everyday Life, Londen
Opmaak omslag bij Barbara
Opmaak binnenwerk Sander Pinkse Boekproductie

Voor Nederland:
ISBN 978 90 5759 917 0
Uitgeverij Podium, Amsterdam
www.uitgeverijpodium.nl

Voor België:
ISBN 978 94 6058 236 3
Uitgeverij Luster, Antwerpen
www.uitgeverijluster.be
D/2018/12.005/16

8	Voorwoord door Yotam Ottolenghi
10	Intuïtief leren koken
20	Brood
76	Maisbrood, Polenta & Gnocchi
124	Beslag
164	Roux
214	Bouillon, Soep & Stoof
294	Noten
340	Cake & Koekjes
392	Chocolade
430	Suiker
486	Custard
536	Saus
576	Deeg
610	Bibliografie
618	Verantwoording
620	Woord van dank
621	Register

Voorwoord

Er zijn maar weinig boeken die voor mij de status van het ideale handboek halen: de altijd beschikbare steun en toeverlaat. De gids die me met onbetwistbare autoriteit vertelt over zaken die me na aan het hart liggen. Het eerste boek van Niki Segnit, *De smaakbijbel*, heeft het zover gebracht: het is mijn handboek wanneer het om het combineren van smaken gaat.

Ik bladerde *De smaakbijbel* even door toen ik het van een vriend had gekregen. Ik vond de hele onderneming aanvankelijk wat je noemt een gotspe, maar toen ik ervoor ging zitten en het boek goed begon te lezen, raakte ik diep onder de indruk. Ik las het van begin tot eind en kon mijn geluk niet op: zojuist had ik van een vriend het equivalent gekregen van het oplossingenboekje voor de Rubiks-kubus dat ik als kind zo fantastisch vond. Het enige verschil was dat dit boek de oplossing bevatte voor elke smaakcombinatiepuzzel die iemand maar zou kunnen bedenken!

Als kok en culinair schrijver is het mijn werk om eindeloos verschillende combinaties van smaken te ‘beproeven’: ik doe dat in mijn hoofd, ik doe dat in pannen en in braadsledes, ik doe dat in soepkommen en longdrinkglazen en ik doe dat op het puntje van m’n tong. *De smaakbijbel* is werkelijk het enige hulpmiddel waarmee ik mijn bedenksels over het combineren van smaken kan testen zonder dat ik de keuken in hoef om de weg naar een nieuw gerecht te zoeken. Kunnen anijszaad en perzik het met elkaar vinden? Laat ik het even aan Niki vragen. Zou het lekker zijn om pastinaak in mijn visstoof te doen? Dan zoek ik dat gewoon even op in Niki’s bijbeltje. Kwestie van een paar minuten.

Maar de tijdwinst is niet het belangrijkste. Wat me oneindig veel voldoening geeft is de aanmoediging die ik krijg, het gevoel dat ik op het juiste spoor zit, dat mijn bedenksels reëel zijn en goed gefundeerd. Niki Segnit heeft al schrijvend een instituut neergezet van koks, culinaire publicisten en experts in wie ik genoeg vertrouwen heb om ze te raadplegen en bij hen bevestiging te zoeken. En terwijl Niki serieuze zaken naar voren brengt, zorgt ze er altijd voor dat niemand wegdut of verveeld raakt. Het overkomt me niet vaak dat ik bij het lezen van boeken over eten en koken zit te grinniken, maar met een boek van Segnit op schoot is dat regelmatig wel het geval.

Een mooi staaltje uit de *Kookbijbel*: ‘Bouillon is een fond met extraatjes – de ingrediënten die je gebruikt om hem te trekken worden opgegeten in plaats van weggegooid. *Pot-au-feu* is daar een goed voorbeeld van. Daniel Boulud noemde dit gerecht een “lofdicht op de Franse ziel”, waarvan het maken trouwens flink wat tijd kost. Marlene Dietrich maakte het vaak in de pauzes tussen haar scènes door tijdens filmopnames. Maar *pot-au-feu* vraagt niet veel aandacht, dus ze hield tijd genoeg over om haar tekst door te nemen en haar wenkbrauwen bij te werken.’ Wie valt er nou niet voor het trio Boulud-Dietrich-Segnit?

Maar wat ik wil zeggen is wel serieus. Wat de wereld van Niki Segnit zo fascinerend maakt, is de behendige manier waarop ze haar fenomenale kennis – ongetwijfeld de vrucht van lange dagen in leeszalen tussen stapels wetenschappelijke teksten – lardeert met haar persoonlijke verhalen en bijzondere anekdotes. Voor het geval je de verkeerde indruk mocht krijgen wanneer je dit lijvige boekwerk ziet liggen: humor blijft essentieel voor Niki, evenals de sensualiteit van eten.

Haar karakteristieke, opvallend ontspannen schrijfstijl, gecombineerd met de knappe, schematische manier waarop ze een zo groot onderwerp in verteerbare – hoewel niet altijd hapklare – brokjes verdeelt, is in de *Kookbijbel* consequent doorgevoerd. In haar eerste boek analyseerde Segnit onze *voedselbelevingen*. Ze rangschikte ze op een heldere manier en bezorgde ons talloze keren een aha-erlebnis. Dat patroon vinden we terug in dit tweede boek, waarin ze onze *voedselbereidingen* onderzoekt: ze schept orde in de kookchaos door de dwarsverbanden bloot te leggen tussen de ene kooktechniek en de andere, en tussen het ene gerecht en het andere.

Ik moet toegeven dat ik, als kookschrijver, behoorlijk jaloers ben op deze prestatie. Niki Segnit geeft blijk van diepgaand begrip en een mate van inzicht die ik waarschijnlijk nooit zal bereiken. Maar ik ben vooral geraakt door het feit dat zij een van mijn diepste en meest nerdy fantasieën waarmaakt: bij het schrijven van recepten kan ik het gewoon niet accepteren dat er een moment komt waarop je moet stoppen met proberen, proberen en nog eens proberen. Elke keer weer vind ik het oneindig frustrerend dat ik nog niet alle denkbare variaties heb onderzocht, en dat ik daardoor een mogelijk topgerecht onontdekt laat. Het is het culinaire equivalent van FOMO: de beruchte Fear Of Missing Out waar veel mensen tegenwoordig aan lijden.

De *Kookbijbel* is gespeend van die angst, omdat het boek vol staat met recepten die een open einde hebben. Naast de officiële versie van het gerecht biedt Segnit speelruimte in de vorm van ‘mogelijke variaties’. Hiermee stelt ze de lezers een rijkgevulde gereedschapskist ter beschikking waarmee zij zelf in de keuken op ontdekkingstocht kunnen gaan. In een eenvoudig brood kun je bijvoorbeeld eenderde van de bloem vervangen door hetzelfde gewicht aan warme appelmoes, waardoor de keuken zich tijdens het bakken vult ‘met de geur van appelbeignets’. Wie neemt, na dit gelezen te hebben, nog genoegen met het bakken van een saai standaardbrood? En als je appels gebruikt, waarom dan geen kweeperen? Of abrikozen? Of zelfs courgettes?

Je moet over bijzondere capaciteiten en kennis beschikken om zo’n enorm net van onbekende wegen in kaart te kunnen brengen voor andere mensen die niets liever willen dan zelf op ontdekkingsreis gaan. Je moet daarvoor kunnen schrijven en koken, en informatie kunnen overbrengen zonder saai te worden. Je moet kunnen entertainen, prikkelen, betoveren en in vervoering brengen. Eigenzinnig, intelligent, zelfverzekerd, bescheiden – dankzij deze kwaliteiten heeft Niki wederom een waar handboek afgeleverd: het handboek voor koken met fantasie.

YOTAM OTTOLENGHI

Intuïtief leren koken

Mijn moeders moeder bezat niet één kookboek. Ze kookte alles uit het hoofd en op gevoel – dat wil zeggen, met een oordeelkundig oog en een ervaren hand, maar zonder enig geschreven recept om op terug te vallen. Wat zou zij hebben gemaakt uit al die receptenboeken die ik wél op de plank heb staan? Zo zijn er Anna, Claudia, Delia, Fuchsia, Nigel, Nigella, Madhur, Marcella en Yotam. Ik heb *Koken met Fruit*, *Koken met Groenten*, *Koken met Mosterd*, *Koken met Yoghurt* en *Het Grote Vleesboek*. En *Hoe te Koken*, *Hoe te Eten*, *Wat te Eten* en *Wat Nu te Eten*. De omvang van mijn boekenschat was omgekeerd evenredig aan de mate van zelfvertrouwen die ik kreeg door eruit te koken. Soms had ik iets al wel tien keer gemaakt, maar moest ik het recept elke keer opnieuw opzoeken. Ik beantwoordde exact aan het beeld van De Perfecte Huisvrouw: gehoorzaam, op het dwangneurotische af. Als er in een recept ‘1 theelepeltje water’ stond, hield ik een lepeltje vlak onder de kraan en probeerde ik het precies tot aan de rand te vullen. Als het overliep, gooide ik het weg en begon ik opnieuw, omdat ik anders niet wist of het niet net te veel of te weinig water was.

Als verdediging mag ik zeggen dat de culinaire horizon van mijn grootmoeder smaller was dan de mijne. Haar menukaart bestond uit niet meer dan een stuk of tien klassieke, aan het seizoen aangepaste Britse recepten. Wat onder de korst van haar kruimeltaart schuilging, hing af van wat er op dat moment aan fruit beschikbaar was: rabarberstengels vanonder de omgekeerde emmer, of appels van de zes verschillende soorten appelboom die in haar achtertuin stonden. Toen ik opgroeide verschenen er langzamerhand Indiase, Thaise en Chinese gerechten op het Engelse menu, dat door de generatiegenoten van mijn moeder nog werd uitgebreid met de Franse, Italiaanse en Spaanse klassiekers die zij onder de knie hadden gekregen. Tegenwoordig kunnen enthousiaste koks Japanse *nori* en sushimatjes in hun buurtsuper kopen. Hawaïaanse *poke* is dit jaar helemaal in. Vergeleken met het huiselijke repertoire van mijn oma – van *toad in the hole* en *shepherd's pie* tot *roly-poly* met jam – is de hoeveelheid verkrijgbare ingrediënten en gerechten van over de hele wereld enorm gegroeid en dat maakt het moeilijk om recepten allemaal in je geheugen op te slaan. In elk geval kun je je afvragen of dat ook eigenlijk wel de moeite waard is, nu je alles kunt googelen.

Mijn korte antwoord is ja. Mijn lange antwoord is dit boek.

De *Kookbijbel* is voortgekomen uit de experimenten met smaakcombinaties die de basis vormden voor mijn eerste boek, *De smaakbijbel*. Als je wilt proberen of het ene ingrediënt bij het andere past, doe je dat vaak door een klassiek gerecht aan te passen of door een nieuw gerecht te creëren. Door al die geleende en originele recepten te gebruiken om de ene smaakcombinatie na de andere te testen, begon ik iets te snappen van de basisformules die aan recepten ten grondslag liggen. In wezen onderwierp ik de recepten aan een omgekeerd proces – ik paste een gerecht aan of bedacht een gerecht, en

ontmantelde het dan tot ik bij de essentie was, bij het basisrecept voor alle andere smaakcombinaties die ik wilde proberen.

Naarmate mijn map met basisrecepten dikker werd, begon ik de benodigde hoeveelheden op te schrijven die voor diverse gerechten en grootten van porties nodig waren. En ik zocht naar speelruimte – ik bedoel daarmee bruikbare alternatieven voor het geval bepaalde ingrediënten niet beschikbaar waren, en voor interessante variaties die ik tegenkwam of zelf bedacht. Uiteindelijk realiseerde ik me dat ik vaker mijn aantekeningen raadpleegde dan de kookboeken die ik had. Sterker nog: dat ik hoe langer hoe vaker ook mijn map dicht liet. Ik was aan het leren om te koken zoals mijn oma deed, op basis van de combinatie geheugen en intuïtie.

Neem nou brood bakken. In het verleden zou ik een boek van de plank hebben gepakt dat bij mijn stemming paste. Naar wat voor soort recept en aanwijzingen stond mijn hoofd? Ging ik koken als een thuiskok, maar dan wel heel precies? Traditioneel? Modern? Als een op *terroir* en milieu gefixeerde lekkerbek? Geen wonder dat ik nooit kon bedenken waar ik voor ging. Ik maakte me veel te druk over de herkomst van mijn sorghummeel, of over de vraag of het mogelijk was om in een oud, krakkemikkig oventje een *fougasse* te bakken die net zo smaakte als de ‘Fougasse met gruyère en walnoten’ die uit een ommuurde tuin in Wales kwam. Maar toen ik eenmaal een basisrecept voor brood had ontdekt – en brood heeft de meest vaste standaardformule die er bestaat – merkte ik dat ik na het bakken van een paar broden geen ‘bereidingswijze’ meer nodig had. En na nog een paar broden zaten de verhoudingen tussen bloem, water, gist, zout en suiker in mijn geheugen gegrift. Tegelijkertijd waren mijn vingertoppen erop ingesteld geraakt om te voelen of het deeg meer bloem of meer water nodig had en om te voelen dat de consistentie van het deeg door het rekken van het gluten subtiel, maar onmiskenbaar was veranderd – zoals op een dag de zomer in de herfst veranderd blijkt te zijn.



Met andere woorden, de basis van de *Kookbijbel* wordt gevormd door een aantal formules die, wanneer je er eenmaal mee vertrouwd bent geraakt, praktisch altijd bruikbaar zijn voor wat je ook maar in je koelkast hebt, voor wat er in het seizoen of op de markt in de aanbieding is, en voor wat je ook maar wilt koken. Met een beetje geluk maken de basisrecepten je tot het soort kok of kokkin dat ik altijd heb willen worden – iemand die een compact en gewoon een gerecht maakt waarvoor de hoeveelheden en combinaties van ingrediënten elke keer weer anders kunnen zijn. Kortom: een instinctieve kok.

Omdat ik het zo belangrijk vind dat de formules gemakkelijk zijn te onthouden, heb ik me op eenvoud geconcentreerd. Er zullen zeker geraffineerder manieren bestaan om een brood te bakken, een bouillon te trekken of een mayonaise te maken, en ik zeg niet dat mijn methode de enig ideale methode is. Ik hoop in de eerste plaats dat de formules een betrouwbaar uitgangspunt

zijn en dat ze een serie basisbereidingen vormen die jij kunt uitwerken, met bijzonderheden en details die jij zelf bedenkt en eraan toevoegt. Elke formule is uitvoerig getest, maar de *Kookbijbel* wil jou ook inspireren tot experimenteren. Experimenten kunnen misgaan en zullen soms ook misgaan. Het enige wat ik kan zeggen is dat je jezelf mislukkingen moet gunnen, want dat is een voorwaarde om je bij het koken vrijer en creatiever te gaan voelen. En dat is wat ik met dit boek hoop te bereiken.

Het werken aan *De smaakbijbel* had als resultaat dat ik permanent bezig was met smaken, en dat heeft weer geleid tot het tweede belangrijke element in de *Kookbijbel*: een startpakket van smaakopties voor elk basisrecept. In hun essentie zijn veel klassieke gerechten smaakvarianties op één gemeenschappelijk basisthema. Het is een volstrekt natuurlijk proces om bijvoorbeeld na het maken van een bechamelsaus volgens de basismethode, een Mornay- of een soubisesaus te maken. Je hoeft daarvoor alleen maar de smaak van de saus te veranderen.

Als aanvulling op de klassiekers heb ik ook wat minder aan elkaar verwante smaakvarianties in één groep ondergebracht. Als je bijvoorbeeld de lijn volgt van het basisrecept voor het Perzische gerecht *fesenjan* – traditioneel gemaakt met gestampte walnoten en granaatappelmelasse – kom je als vanzelf uit bij andere notenstoofsels, zoals korma, Afrikaanse *mafe*, Georgische *satsivi* en Peruviaanse *ají de gallina*. Het zijn allemaal gerechten gebaseerd op ingrediënten en werkwijzen die ze gemeen hebben. Probeer een paar van deze heerlijke stoofsels en je zult al gauw op zoek gaan naar noten in je voorraadkast voor een gerecht waar je een eigen draai aan geeft.

Maar je zult ook onbekendere en minder traditionele suggesties vinden, zelfs suggesties die tegen je intuïtie ingaan. Daartoe heb ik ideeën van koks en culinaire schrijvers uit heden en verleden opgepikt en ook zelf een paar dingen bedacht. Ik geef toe dat vanille alleen best lekker kan zijn, maar geen enkele ijsliefhebber zou moeten rusten voordat hij of zij de olijfolievariëteit, die ik voor het eerst in Ronda tegenkwam, heeft geproefd, of anders het zoet-zurige roomijs met roomkaas dat Alain Ducasse bedacht. Japanners aromatiseren hun roomijs met sesam. Mijn huidige favoriet is citroenijs, dat wel héél eenvoudig is te maken: er is geen custardbasis of omroeren voor nodig.

En wat heb ik een plezier gehad toen ik, vertrekkend vanuit de klassieke smaakideeën, helemaal losging. Daaruit blijkt wel dat je, als je eenmaal de vaste grond van basisprincipes onder de knie hebt, vrijelijk je associaties kunt volgen. Bij mijn onderzoek naar custard, bijvoorbeeld, kwam ik een Grieks gerecht tegen, *galaktoboureko*. Het klinkt als iets uit de *Death-Star*-kantine, maar het bleek een heel huiselijke hybride te zijn van custard en baklava – of, om wat duidelijker te zijn, een met citroen (of vanille of kaneel) gearomatiseerde plak custard tussen twee lagen filogebak, besprenkeld met suikersiroop (die met sinaasappel, brandewijn of ouzo op smaak is gebracht) en bestrooid met poedersuiker. Ik had wat filodeeg, en ook een beetje pastis

die ik in plaats van ouzo kon gebruiken. Maar waar zou ik de custard door vervangen? Vanille was te vanilleachtig. Citroen klonk nog niet zo gek... Maar toen dacht ik ineens aan kokos. Ik had iets met kokoskoek sinds ik er, toen ik zeven was, voor het eerst over had gelezen in Clement Freuds *Grimble*. Dat boek ging over een jongetje dat zei dat hij kokoskoek het lekkerste vond dat hij ooit had gegeten. Althans, op een boterham met cornedbeef en abrikozendam na. Vervolgens had ik mijn moeder gek gezeurd om kokoskoek voor me te bakken. Maar om terug te komen: de gedachte aan een sidderende plak naar kokos smakende custard tussen brosse plakken filodeeg maakte oude verlangens in me wakker. Als ik nou eens een scherpe limoensiroop als tegenwicht aan de romige zoetheid zou inzetten? Of met kaneel wat warmte toevoegen? Of rum? Ik zwierf ver van Griekenland weg om iets nieuws te creëren, maar niet zo ver dat de essentie van het originele recept verloren ging. (Ik ging voor de kokos-en-limoencombinatie. Het was hemels: *galactisch* lekker.)

Ik vind het altijd heel frustrerend als ik iets volgens een recept maak dat, wanneer je het leest, fantastisch klinkt, maar waarin de als dominant bedoelde smaak door iets sterkers wordt overweldigd. Zo heb ik meer dan genoeg van de ‘bijzondere’ chocoladerepen in een zogenaamd chique wikkel (en met een navenante prijs), die na aankoop weinig meer blijken te zijn dan chocoladerepen met een merkwaardige nasmaak. Alle smaakopties in de *Kookbijbel* zijn uitgeprobeerd en geproefd: of ze lekker waren en – (iets) minder subjectief – of het aroma waar het om ging was terug te vinden in het uiteindelijke gerecht. De koks van vandaag hebben een enorm arsenaal aan goedkope aroma's tot hun beschikking – dus ik zou zeggen: als je ze wilt gebruiken, doe het dan zó dat de smaak herkenbaar is.



Toen ik bezig was met het uitzoeken van m'n aantekeningen kwam het idee in me op dat je elk basisrecept zou kunnen opnemen in een groter patroon, waardoor het ene recept aan het andere zou worden gelinkt. Ik had het gevoel dat het veel makkelijker zou zijn om uit je hoofd te leren koken als ik de formules op die manier ordende. Neem bijvoorbeeld het notenverhaal. Voor het maken van amandelspijs hoef je in feite alleen maar een gelijk gewicht aan gemalen amandelen en suiker te hebben, plus zoveel eiwit als nodig is om er een samenhangend mengsel van te maken. Voor macarons, het volgende stukje van het notenverhaal, heb je iets meer eiwit nodig. Dat eiwit wordt met de suiker opgeklopt voordat het amandelmeel erdoor wordt gespateld. Net als bij amandelspijs worden er gelijke hoeveelheden suiker en amandelmeel gebruikt. Als je het héle ei in plaats van alleen het eiwit gebruikt, krijg je het beslag voor Santiago-cake (als je daar hele sinaasappels – met schil en al – en bakpoeder bij doet, krijg je Claudia Rodens beroemde variatie op die cake). Voeg er boter (eenzelfde gewicht als dat van suiker en amandelen) aan toe voor frangipane, en ga zo maar door, tot je ten slotte terecht komt bij de Perzische notenstoof *fesenjan*.

Tijdens mijn geleidelijke metamorfose van recept-afhankelijke naar door-ingrediënten-geïnspireerde kookster, merkte ik dat het ook een economische manier van koken is: ik kwam op meer ideeën om iets te maken van wat er toevallig in huis was. En omdat ik meer ging begrijpen van de *relatie* tussen recepten werd ik vindingrijker in de keuken. Als je van plan bent om op zondag groot vlees te braden, is het slim om diezelfde dag te ontbijten met Amerikaanse pannenkoekjes, want het beslag daarvoor kun je met water verdunnen en voor de *Yorkshire pudding* bij het vlees gebruiken. Je kunt het pannenkoekenbeslag ook met melk verdunnen en er de volgende dag *crispelle* van bakken, die je voor een sober, vleesloos maandagavondmaal vult met ricotta en spinazie. Als je een chocoladetaart maakt voor een dinertje, verdeel dan de ganache die je mogelijk overhebt in porties: aromatiseer de ene portie met kardamom, de andere met een eau de vie (bijvoorbeeld Poire Williams) of met wat voor smaakgever je pet ook naar staat, en rol er truffels van. Of roer er meer room door, dan krijg je een chocoladesaus die je voor van alles kunt gebruiken. Het kan nooit kwaad om een potje chocoladesaus in de koelkast te hebben staan.

Wanneer je de familierelatie tussen gerechten doorkrijgt – zowel wat ingrediënten als technieken betreft –, dan kom je er ook achter dat bepaalde gerechten waarvan jij dacht dat je er geen ervaring mee had, eigenlijk geruststellend veel weg hebben van dingen die je al tientallen malen hebt klaargemaakt. Waarom had ik er zo tegen opgezien zelf tortilla's te bakken, terwijl ik voor chapati's mijn hand nooit omdraaide? Toen ik eenmaal op mijn chapati-ervaringen ging voortbouwen om zelf tortilla's te maken, bleek dat het uitbreiden van je arsenaal méér voordelen heeft: in dit geval werd ik beter in het uitrollen van deeg. Algauw had ik voor het met de hand uitrollen van een portie verse tagliatelle voor twee personen minder tijd nodig dan voor het zoeken, afstoffen, in elkaar zetten, gebruiken, weer uit elkaar halen en afwassen van mijn pastamachine. Het is uiteindelijk een kwestie van vertrouwen in jezelf. Als je eenmaal je eigen brood kunt bakken, is het bakken van een brioche nauwelijks een uitdaging meer.

Ik wil met dit alles absoluut niet betogen dat geschreven recepten lachwekkend overbodig zijn. Nog altijd kan ik opgaan in kookboeken, in oude en in nieuwe, en nog altijd scheur ik recepten uit bladen en stop ik ze in plakboeken. Alleen kan ik tegenwoordig geen recept meer lezen zonder me af te vragen of het in de kern niet neerkomt op een van de formules die ik in dit boek heb verzameld. Als dat niet het geval is, maak ik daar een aantekening van. Ik heb nog heel wat onderzoek te doen.



WAT ALGEMENE ADVIEZEN VOOR DE INTUÏTIEVE KOK

Het eerste wat ik zou willen zeggen is: kook. Vaak. Het onuitputtelijke, bodemloze internet maakt het makkelijk en ook heel verleidelijk om diep in de theorie te duiken. Maar de praktijk – en hoe meer, hoe beter – is niet te vervangen. Het creëren van een eigen versie van een gerecht is een kwestie

van vallen en opstaan – je zult het diverse keren moeten maken om het goed te krijgen. Maak al doende aantekeningen. Het is mij maar al te vaak gebeurd dat ik doorploeterde, erop vertrouwend dat ik de ingrediënten die ik gebruikte om een gerecht op de een of andere manier te veranderen, wel kon onthouden – en ik de volgende dag m'n hersens moest pijnigen omdat ik het toch niet meer wist. Vorig jaar nog had ik niet opgeschreven hoe ik mijn geïmproviseerde en veelgeprezen kersttaart precies had gemaakt. Dit jaar was hij lang zo lekker niet, doordat het beeld van Die Ideale Kersttaart uit het Verleden me maar bleef achtervolgen, zonder dat ik kon achterhalen wat ik wel en niet had gedaan.

Het tweede is: probeer jezelf te vergeven. Zo nu en dan zal een gerecht dat je voor het eerst maakt briljant uitvallen, maar veel vaker zul je – bijvoorbeeld wanneer je moedig je chocolate-genoise uit de oven haalt – geconfronteerd worden met de harde realiteit van het menselijk tekort. En zo hoort het ook. Die eerste gemuteerde pannenkoek ging ten onder zodat zijn opvolgers konden leven. Het kookproces van een gerecht doormaken is een onmisbare ervaring om het gerecht te begrijpen, en, natuurlijk, kun je iets pas aan je eigen smaak aanpassen wanneer je te weten bent gekomen wát je wilt aanpassen aan wát.

Ten derde: geef je gereedschap en de omstandigheden de schuld. Verschillen in potten en pannen, messen, weegschalen, de temperatuur in je keuken en met welk been je uit bed bent gestapt, het kan allemaal een onvoorspelbaar effect hebben op je prestaties in de keuken. Met name ovens zijn berucht om hun kuren. Op www.slate.com is daarover een nuttig artikel te vinden onder de titel 'Ignore Your Oven Dial' dat ik van harte aanbeveel: je kunt maar het beste een oventhermometer gebruiken om daarmee te controleren hoe exact de knop met oventemperaturen de werkelijke temperatuur van je oven aangeeft. Leg je erbij neer dat ovens voor huishoudelijk gebruik alleen maar zo om en nabij zijn te controleren. En wen jezelf eraan vooral op je eigen zingtuigen af te gaan voor de beoordeling of iets gaar is.

OVER HET GEBRUIK VAN DIT BOEK

Dit boek is verdeeld in twaalf hoofdstukken, de 'verhalen'. Elk verhaal begint met een kort stukje tekst over de gerechten die in dat hoofdstuk voorkomen en over het verband dat tussen die gerechten bestaat. De rest van het hoofdstuk is verdeeld in het Basisrecept, met daarop volgend de 'Speeltuinen' – waarin mogelijk aanpassingen en vervangende ingrediënten een plekje krijgen – en de 'Smaken en Variaties', dat de vele richtingen beschrijft waarin een gerecht kan worden ontwikkeld, waardoor je, hoop ik, geïnspireerd zult raken om zelf te gaan experimenteren. Waar dat nuttig is staan hier en daar ook illustraties om je fantasie verder op weg te helpen.

Ik heb geprobeerd om duidelijk onderscheid te maken tussen 'authentieke' recepten en diverse in-de-geest-van-benaderingen, maar ik geef grif toe dat sommige voorbeelden discutabel zijn. Zelfs over de eenvoudigste gerechten wordt gekibbeld – om de term gewapende confrontaties maar niet te

gebruiken – als het gaat om de vraag wat *the real thing* is: de enige echte oerversie. Het zal je ook opvallen dat de basisrecepten niet de gebruikelijke vorm hebben. Oventemperaturen en aanwijzingen voor het voorbereiden van (bak)vormen staan bijvoorbeeld niet bovenaan in een lijstje – het is dus van essentieel belang dat je het hele recept ten minste één keer doorleest voordat je begint te koken.

Als je de basisrecepten eenmaal kent – of jouw gepersonaliseerde versies ervan – kun je ze gebruiken om recepten te ‘lezen’ in andere kookboeken en -tijdschriften. Wanneer je bijvoorbeeld het basisrecept voor custard in je hoofd hebt, kun je behoorlijk accuraat beoordelen of andere versies naar jouw smaak al of niet te zoet of te vet zullen zijn.

Zo zou je ook de tips uit de ‘speeltuinen’ in dit boek kunnen gebruiken om vergelijkbare recepten uit andere bronnen aan te passen. Ik kan je niet beloven dat dat altijd een succesgerecht zal opleveren, en evenmin moet je het resultaat op het conto schrijven van de auteur van het recept in kwestie. Maar als je één ei minder hebt dan in de ingrediëntenlijst staat, of geen karnemelk hebt, dan zullen de mogelijkheden die je in de speeltuinen vindt je vast en zeker uit de brand helpen. Al was het alleen maar om je de hel van het online-kookforumgedoe te besparen, waarop de meest onschuldige, praktische vraag zich binnen de kortste keren tot een venijnige, dogmatische ruzie kan ontwikkelen.

Sommige tips in de Smaken & Variaties zijn volledig consistent met de basisrecepten. Andere wijken daar in zekere mate van af – wat betreft ingrediënten, proporties of werkwijzen – en zijn vooral opgenomen om te laten zien hoe je, hoewel wegzwendend van het basisrecept, een gelijksoortig resultaat kunt bereiken. Waar een basisrecept in twee of meer bereidingen is gesplitst, zoals platbroden en crackers, kunnen sommige suggesties óf voor het een, óf voor het ander bedoeld zijn: uit de context blijkt dan wel wát voor wát is bedoeld. Overigens zal de grote meerderheid van de ‘smaken’ op alle bereidingen toepasbaar zijn. Verder kunnen de smaken die onder één basisrecept staan in veel van de ‘Verhalen’ vaak vrijelijk voor andere basisrecepten worden gebruikt.

Omwille van de duidelijkheid heb ik soms een ‘voorbeeldsmak’ voor een basisrecept gekozen – bijvoorbeeld aardbeien in een sorbet – maar je kunt ervan uitgaan dat de Smaken & Variaties voor sorbets in het algemeen opgaan voor sorbets, en dat de aardbeiensmaak niet een bijzondere voorliefde van me is. Omgekeerd kunnen de meeste voorbeelden uit de ‘Speeltuin’ worden toegepast op het algemene principe en niet op één smaak in het bijzonder.

Gebruik alsjeblieft je gezonde verstand als het om hygiëne gaat of om het risico van voedselvergiftiging. Zorg ervoor dat je handen en de spullen die je gebruikt altijd schoon zijn. Zorg ervoor dat je weet welke ingrediënten helemaal gaar moeten zijn voordat je ze aan iemand voorschotelt. Als je niet precies weet hoe je kunt vaststellen of iets gaar is of niet, zullen een digitale

thermometer en de temperatuurtabellen (de tabellen staan altijd bij de recepten), je goede diensten bewijzen. Leer welke ingrediënten je in de koelkast moet bewaren en laat gekookte voedingsmiddelen zo snel mogelijk afkoelen, vooral wanneer het rijst, vlees, vis, eieren en zuivelproducten betreft.



WAT OPMERKINGEN OVER MATEN EN INGREDIËNTEN

VOLUME VERSUS GEWICHT Ik gebruik altijd Amerikaanse cups wanneer dat de gang van zaken makkelijker maakt – maar ik geef ook de metrische equivalenten. Je hebt ongetwijfeld je voorkeur voor het ene of het andere systeem, maar je kunt ervan uitgaan dat ze in de basisrecepten veilig uitwisselbaar zijn. In deze strenge tijd van nauwgezette voorschriften en regels is het usance om alles tot op de laatste milligram af te wegen – vooral als het om bakken gaat – maar ik sta daar sceptisch tegenover. De ietwat onnauwkeurige volume-afmeetmethode wordt al jaren in de vs gebruikt. En in mijn ervaring zijn er veel betrouwbare, om niet te zeggen geweldige bakboeken die zich verlaten op de cup, met al z’n opgewekte onnauwkeurigheid.

HET AFWEGEN VAN VLOEISTOFFEN Het is ook gewoonte geworden om hoeveelheden water in grammen te noteren. Omdat 1 ml water 1 gram weegt, kun je dus gewoon kiezen of je water op je weegschaal afmeet of in een maatbeker. Wat je wilt. Ook melk en room zitten voldoende dicht bij de 1 g = 1 ml.

GLUTENVRIJ Waar dat ook maar enigszins mogelijk was, heb ik geprobeerd glutenvrije versies op te nemen. Ik moet wel zeggen dat ik weinig ervaring heb op dit gebied, vooral gezien vanuit het perspectief van de behoefte aan voedingsstoffen. Ik draag het daarom graag aan ervaren gebruikers van glutenvrije meelmengsels over waar, in hoeverre en welke alternatieven kunnen worden aanbevolen.

DUBBELKOOLZURE SODA OF BAKSODA, niet te verwarren met bakpoeder. Baksoda moet door zure ingrediënten (zoals karnemelk, bruine suiker, golden syrup) worden geactiveerd. Als je te veel baksoda in cake of brood gebruikt, ontstaat er een zepige of metalige smaak. Bakpoeder is een mengsel van baksoda en een activerend zuur.

BOTER Gebruik je ongezoeten boter, dan kun je zout naar smaak toevoegen. Gezoeten boter is prima als je er alleen maar een paar eetlepels van gebruikt, bijvoorbeeld in brooddeeg of beslag.

BAKOLIE Ik adviseer vaak neutrale olie, waarmee ik pinda-, mais-, druivenpit- of zonnebloemolie bedoel, hoewel ik weet dat veel mensen deze laatste olie uit gezondheidsoverwegingen liever niet verhitten.

EIEREN Neem medium of large, tenzij nadrukkelijk de ene of de andere maat wordt genoemd. In Engeland weegt een middelgroot ei 53-63 gram, een groot ei 63-73 gram.

MIREPOIX Een gebruikelijke naam voor het mengsel van in piepkleine blokjes gesneden ui, wortel en selderij, dat in veel recepten als basis wordt gebruikt.

OP SMAAK BRENGEN Meestal meld ik niet of en wanneer ik peper toevoeg: dat moet je zelf weten. Wat zout betreft noem ik de hoeveelheid die ik zelf lekker vind, maar die vind jij misschien wat aan de kleine kant. Dit boek zou aanzienlijk hartiger zijn geweest als mijn echtgenoot het had geschreven.

SUIKER Als in een recept suiker staat en geen fijne tafelsuiker, kun je fijne tafelsuiker gebruiken of gewone kristalsuiker. Gewone kristalsuiker lost iets minder makkelijk op in een mengsel of in room: je zult dan iets langer moeten kloppen.



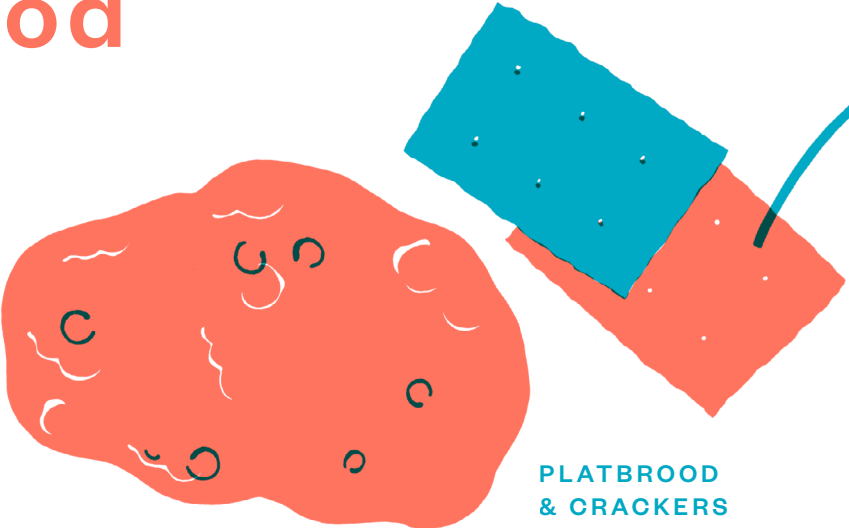
FRITUREN ZONDER EEN FRITUURPAN

Vul een pan niet verder dan voor eenderde met olie. Vooral oliën die een hoge temperatuur verdragen zijn geschikt om in te frituren, zoals pinda-, mais- of zonnebloemolie. Ook spekvet is een optie. Er zijn koks die het liefst een wok gebruiken, maar doe dat alleen als je er een hebt die stabiel op het fornuis kan staan. Wanneer je een pan met een handvat gebruikt, draai de pan dan zo dat het handvat naar het midden van het fornuis wijst, dan is er minder kans dat je de pan omstoot. Houd bij frituren kinderen en huisdieren uit de buurt. Verlies hete olie nooit ofte nimmer ook maar één moment uit het oog. Houd het deksel van de pan bij de hand en leg het onmiddellijk op de pan als de vlam erin mocht slaan. Als je geen deksel hebt, gebruik dan een bakplaat, branddeken of brandblusser om het vuur mee af te dekken. Giet nooit water op brandende olie.

Verhit de olie zonder deksel op de pan, op matig vuur. Controleer de temperatuur met een thermometer: je streeft naar 180-190 °C. Als je geen thermometer hebt, gooi dan een blokje droog brood in de olie: dat zou in 10-15 seconden goudbruin moeten worden. Als je beignets frituurt, zou je een druppel beslag in de olie kunnen laten vallen. De druppel moet zinken en onmiddellijk weer naar de oppervlakte komen en sissend bruin worden. Vochtige ingrediënten maken dat de olie gaat spetteren, dus dep ze zo droog mogelijk voordat je ze gaat frituren. Laat nooit ingrediënten zó in de olie vallen, dan krijg je spetters; gebruik een tang of een zeef met een steel om dat wat je wilt frituren rustig in de olie te laten zakken. Bak je producten in porties om de pan niet te vol te maken en om te voorkomen dat de temperatuur van de olie te veel daalt. Laat de olie tussen het bakken van de porties door weer op temperatuur komen en schep in die tijd ook alle ongerechtigheden die boven komen drijven af met een schuimspaan. Als de olie in welk stadium dan ook begint te roken, zet de pan dan direct van het vuur en laat de olie afkoelen.

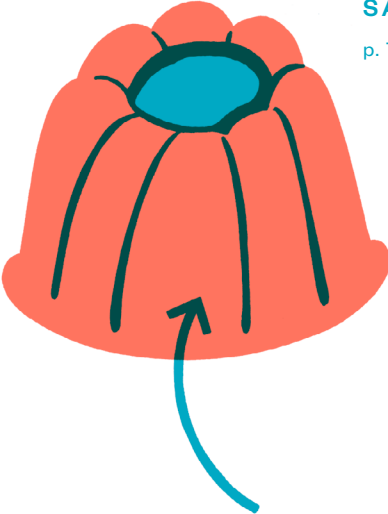
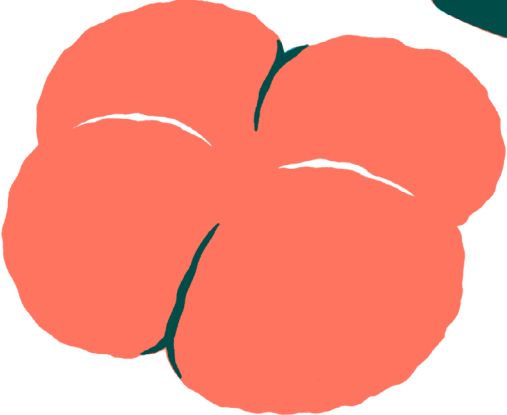
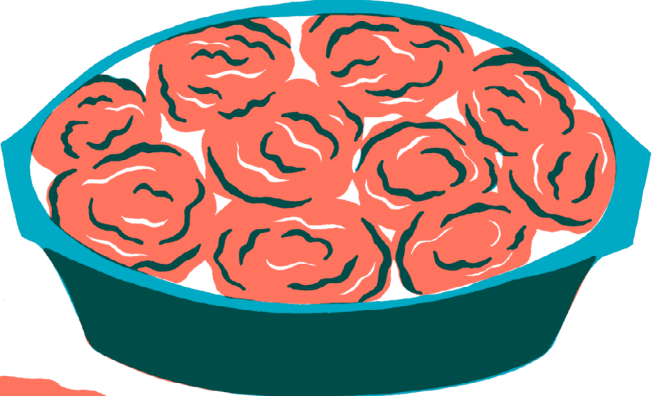
Leg het gefrituurde voedsel op een plaat of bord met keukenpapier erop, om ze te laten uitlekken. Houd ze, indien nodig, warm in een lauwe oven tot je ze gaat serveren. Laat de olie afkoelen wanneer je klaar bent met frituren. Giet de afgekoelde olie door een zeef in een kan. Giet de olie door een trechter vanuit de kan terug in de fles. Wanneer frituurolie ranzig begint te smaken of ongewenste geurtjes afgeeft, mag je hem nooit door de gootsteen of wc gieten, maar moet je de olie in de oude fles terugdoen en de fles in de daartoe bestemde afvalbak deponeren.

Brood

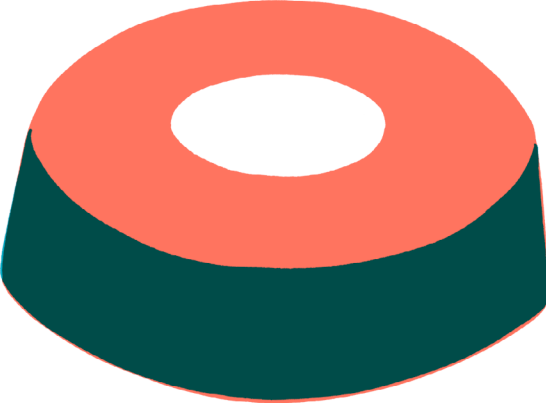


PLATBROOD & CRACKERS
p. 31

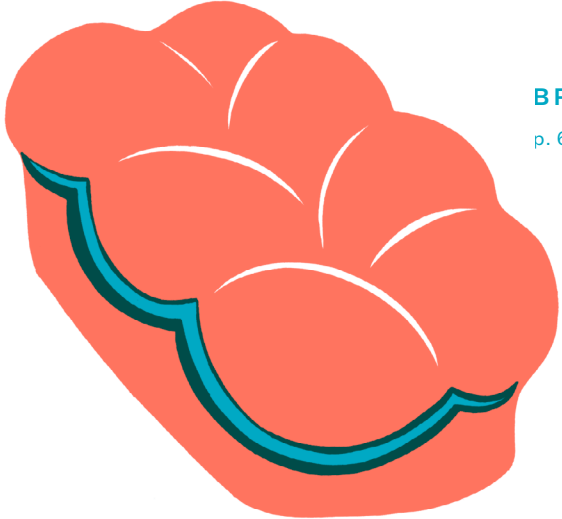
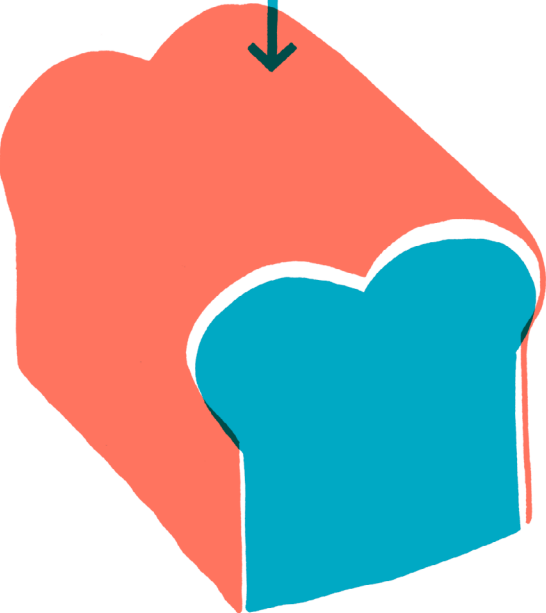
SODABROOD, SCONES & COBBLER
p. 40



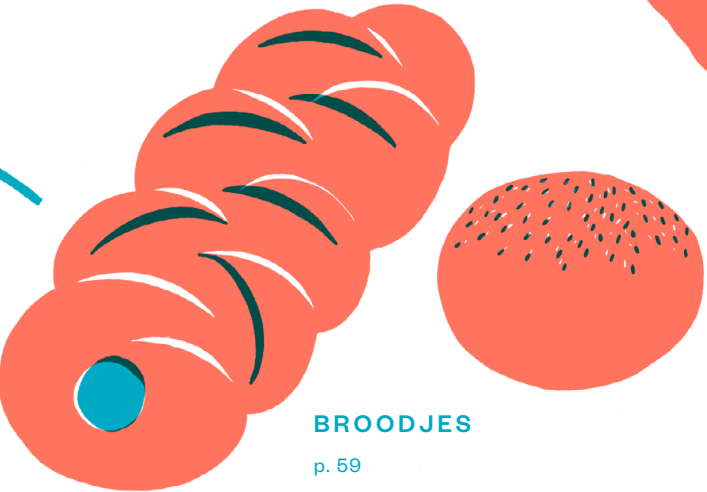
BABA'S & SAVARINS
p. 72



MET GIST GEREZEN BROOD
p. 48



BRIOCHE
p. 65



BROODJES
p. 59

Tegen het einde van een maandenlange tocht van Louisiana naar Nevada, kreeg ik heimwee naar mijn keuken. Ik dwaalde doelloos door enorme Amerikaanse supermarkten, want wat moest ik met vlees, vis of groente als ik geen plek had om ze te klaar te maken. Ik had bijna niks in mijn karretje liggen en was er bijna zeker van dat de winkeldetective me in de gaten hield. Meestal kocht ik alleen maar een paar pakjes gedroogde kruiden of interessante specerijenmengsels, maar die zorgden dan op het vliegveld weer voor andere problemen. Zulke bruingroenige, in cellofaan verpakte klompjes plantaardig spul zijn er niet op gemaakt om je snel door de douane heen te loodsen.

Mijn aantekeningenboekjes waren al net zo vol als m'n koffers. Onderweg neergekrabbelde tekeningetjes en beschrijvingen – sommige best leesbaar – van ideeën die ik had opgedaan: een lasagne van twintig lagen, in een vat gefermenteerde cocktails, kimchi-*croque monsieur*, en over de *tres leches*-taart die ik in de Sonorawoestijn had geproefd en waar ik wat mee wou – m'n vingers jeukten. En wat deed ik met al die avontuurlijk culinaire plannen toen ik weer terug was in Londen? Ik bakte brood. Geen knoedels van amarant met groene olijven. Doodgewoon bruinbrood: eenvoudig, lekker en vertrouwd.

Nog voor ik de voordeur van mijn flat had opengedaan, drong er een vreemde geur in mijn neus. Ik zocht haastig in de olfactorische afdeling van mijn geurgeheugenkaartenbak en kwam uit bij Essaouira: een winderige, door het zout stijf staande stad aan de Atlantische kust van Marokko, waar ze backgammonspellen, pennendozen en ander toeristisch spul maakten van thuja, een lokale houtsoort die bekendstaat om z'n scherpe geur. Er was duidelijk iets mis. Normaal gesproken ontwikkelde mijn flat wanneer er een paar dagen niemand was geweest een koud en vrij neutraal aroma, zoiets als dat van gebak uit de koelkast. Niet dat van een Noord-Afrikaanse bazaar. De flat boven ons bleek lekkage te hebben gehad en de geur was afkomstig van door het vocht opgezwollen vloerplaten. Ik stroopte m'n mouwen op, pakte een kom en maakte brood. Dat is tenminste één ding waar makelaars gelijk in hebben: niets is zo welriekend, hartverwarmend en behaaglijk als de geur van meel en gist. De ovengeur maskeerde niet alleen de stank van rottend vloerenhout, maar maakte ook de flat weer tot ons thuis.

Ik bakte heel wat brood in de vele maanden die het kostte om uit de verzekeringsperikelen te komen; en toen die tijd eenmaal achter de rug was, was het broodbakken zo'n ingewortelde gewoonte geworden dat ik daarna nooit meer een brood heb gekocht. Omdat het broodbakken een regelrecht gevolg was van die onvoorziene waterschade, mogen we mijn broodbakgewoonte aldus als een goddelijke interventie beschouwen. Het recept voor gistbrood is een van de makkelijkste om uit je hoofd te leren: het komt neer op vier basis-ingrediënten in min of meer standaardhoeveelheden, die je op een eenvoudige manier combineert. Het recept leent zich ook heel gewillig voor experimenten. En wat de gang van zaken betreft: je zult al na een paar broden gevoel hebben ontwikkeld voor de juiste textuur en het moment herkennen waarop het deeg genoeg is bewerkt. Denk niet dat ik het broodbakken perfect beheers. Mijn handen missen de kracht die de meesterbakker heeft om zijn

deeg te rekken en te kneden, en om het te laten doen wat hij wil. In mijn geval spant het erom. Maar, perfect of niet, mijn zelfgebakken broden zijn altijd lekker en veel goedkoper dan de broden van de warme bakker uit de buurt. Van de honderden die uit mijn oven kwamen was er maar eentje die vreselijk smaakte (omdat ik truffelolie gebruikte – ja, ja, ik weet het). En er waren er ook een paar die niet helemaal goed waren gerezen. Voor eentje kan ik het zes jaar oude zakje gedroogde gist van mijn schoonvader de schuld geven, maar bij de andere kwam het vooral doordat het water dat ik had gebruikt om de gist te activeren te warm was. Maar goed, geroosterd en dik besmeerd met gerookte-zalmpaté zien zelfs de ergste misbaksels er nog elegant uit. En je kunt je gasten altijd nog vertellen dat je dit speciale brood juist gebakken had voor canapés.

Wanneer je de broodbakgewoonte eenmaal hebt ontwikkeld, zul je al snel aan de experimentele fase toe zijn. Er zijn zoveel verschillende manieren om met het basisrecept te spelen: gebruik bier, melk, cider, wijn of vruchtensap in plaats van water; gebruik diverse combinaties van soorten meel; meng noten, zaden of gedroogd fruit door het deeg. Begin met kleine broodjes wanneer je iets met exotische aroma's wilt proberen: de hoeveelheden van de diverse ingrediënten voor brood zijn gemakkelijk af te meten en het is best leuk om met één hand een klein deegje te kneden – zo leuk zelfs dat ik een keer uit puur enthousiasme wel veertien verschillende deegjes had gemaakt en die op de gekste plekken moest leggen om ze te laten rijzen. Toen ik een uur later in de keuken terugkwam leek het wel of ik een showroom voor borstimplantaten binnenstapte.

Gebruik voor een eenvoudig brood 500 g meel van harde tarwe, 300 ml lauw water, 2 theelepels instantgist en 1 theelepel zout. Je kunt er wat olie of een beetje boter aan toevoegen, en een of twee theelepels suiker, om het deeg te verrijken. Let wel, dit is absoluut niet *mijn* recept. Het is in de praktijk wel het basisrecept en daarom de moeite van het onthouden waard. Niet zo heel lang geleden, toen nog met oude Engelse maten werd gemeten, was het nog makkelijker: de formule luidde toen 1 *pound* bloem en ½ *pint* water, maar ook de metrische versie zal zich makkelijk in je geheugen nestelen. Deze verhouding tussen meel en vocht geldt voor (op een na) alle recepten in het broodhoofdstuk, waardoor je in de praktijk makkelijker kunt bepalen wat voor verschillen er ontstaan door variaties in de toegevoegde ingrediënten, en die om te rekenen. Je krijgt ook meer begrip voor wat er kan gebeuren wanneer je een verandering doorvoert: daardoor zul je heel snel een enorme schakering aan broden zonder recept kunnen bakken.

PLATBRODEN En zo zijn we nu beland bij het westerse begin van het broodverhaal: ongerezen platbrood en crackers. Het maken van het deeg hiervoor is eenvoudig een kwestie van het mengen van meel met zoveel lauw water als nodig is om er een samenhangende, prettig kneedbare massa van te maken. Je hebt er eigenlijk helemaal geen recept voor nodig, maar het is geen slecht idee om van het basisrecept voor brood waar ik het net over had, uit te gaan. Laat de gist gewoon weg. Misschien moet je nog een beetje extra vocht door het deeg kneden om ervoor te zorgen dat al het meel wordt

opgenomen, vooral wanneer je volkorenmeel gebruikt, zoals voor chapati's. Bruin meel is dorstiger dan wit meel. Begin met het basisrecept en kneed er dan het extra vocht met kleine beetjes tegelijk door, tot je deeg het hoogtepunt van veerkrachtige stevigheid – dat tussen droog en kleverig in ligt – heeft bereikt. Een plantenspuit is hierbij je beste vriend. Mocht je te veel vocht hebben toegevoegd, doe er dan weer wat meel bij. Blijf, wanneer het deeg lekker aanvoelt, nog een paar minuten kneden en laat het dan (afgedekt of in huishoudfolie gewikkeld) een half uur bij kamertemperatuur rusten voordat je het gaat uitrollen.

Ervaren chapati-wallahs transformeren balletjes deeg schijnbaar moeiteloos en zonder deegroller in dunne vellen, die ze al even behendig in de pan leggen, met het soort vlugge handbewegingen waarmee wij normale stervelingen overvloedige bloem van onze handen schudden.

Dit meest basale van de basisrecepten – meel en water – kent toch een verrassend aantal variaties. Chapatideeg wordt gemaakt met atta, een zacht soort volkorenmeel, dat ook wordt gebruikt om vlokkige paratha's en bladerdeegachtige puri mee te maken. Je kunt deze drie broden – die van elkaar verschillen door de manier waarop het deeg uiteindelijk wordt bewerkt – allemaal van één deeg maken (zie pagina 32 en 37). Als je het deeg maakt met *maida*, een zacht wit meel, levert dat een brood op dat *luchi* wordt genoemd. Een gezoete versie daarvan, die extra dun kan worden uitgerold, gebruikt men voor de pannenkoekjes die bij Chinese krokant gebakken eend worden geserveerd. Ook tortilla's worden op een dergelijke manier gemaakt, met tarwebloem of met een maismeel dat *masa harina* heet, soms met toevoeging van een beetje reuzel. Houd er rekening mee dat deeg van mais en masa aanzienlijk kleveriger is dan deeg van andere graansoorten.

CRACKERS Er zijn diverse crackers waarvoor het basisrecept hetzelfde is als dat voor platbrood. Het deeg wordt daartoe uitgerold, in stukken gesneden en dan in de oven gebakken in plaats van in een pan op het vuur. Joodse matzes worden van wit meel gemaakt. Aan het deeg wordt zoveel olijfolie toegevoegd dat je met de hoeveelheid water een beetje voorzichtig moet zijn. In matzes worden, net als in biscuits, overal gaatjes geprikt met een vork, zodat de baksels in de droge hitte van de oven niet opbollen. In *Smaken & Variaties* vind je haverkoekjes en charcoal crackers, maar ook de Japanse boekweitnoedel *ni-hachi-soba*. Pastadeeg, dat wil zeggen de soort zonder eieren, kan met een identiek mengsel van bloem, olie en warm water worden gemaakt. Het verschil zit in de duur van het kneden – ongeveer 10 minuten – voordat de rusttijd – een half uur bij kamertemperatuur – ingaat.

De toevoeging van een kleine hoeveelheid chemisch rijsmiddel – dat wil zeggen baksoda of bakpoeder – aan dezelfde ingrediënten kan een onevenredig groot verschil maken. Dit uitermate veelzijdige basisrecept is het volgende onderwerp in dit Broodverhaal. Dit gebakken brood heeft een honingraatachtige, sponzige structuur, zoals die van een wat luchtiger platbrood, of in elk geval van iets dat geschikt is om een klassieke kaassandwich mee te maken.

SODABROOD Als je weinig tijd hebt en toch een brood wilt bakken waarvan je goed plakken kunt snijden, is sodabrood (*sodabread*) eigenlijk de beste keuze. Elizabeth David zei het al: sodabrood vraagt om een lichte hand, niet om geduld – precies het tegenovergestelde van wat gistbrood nodig heeft. 'Iedereen die wil koken – al is het op nog zo'n bescheiden niveau – moet sodabrood kunnen bakken,' zo stelt ze. Gebruik de algemene meel-vochtverhouding en ga aan de slag met 250 g meel, 150 ml karnemelk (of een van de alternatieven voor zurig vocht die in de Speeltuin worden genoemd), een halve theelepel zout en een halve theelepel baksoda. Net als bij ongerezen broden en gistbroden kun je er een beetje vet en suiker bij doen. Als ik snel brood nodig hebt, maak ik sodabrood met atta, het superfijne volkorenmeel dat ook voor chapati wordt gebruikt, en voeg ik er een ei aan toe. Niet precies wat je op een Ierse boerderij krijgt voorgeschoteld, maar wel mijn favoriet van alle versies sodabrood die ik heb geprobeerd. In Ierland wordt ook Spotted Dog gebakken, een gezoet sodabrood met gedroogd fruit, dat een Engelsman waarschijnlijk een Bloody Big Scone zou willen noemen.

SCONES Scones worden volgens hetzelfde basisrecept gemaakt als sodabrood, maar voor scones is boter verplicht: wrijf ongeveer 25 g boter door 250 g bloem. Standaard worden er een of twee theelepels suiker aan toegevoegd en meestal ook een bescheiden hoeveelheid sultana's. In de VS zit er meestal geen fruit in scones en worden ze *biscuits* genoemd. Ze worden daar, net als in Engeland, ook wel met boter en jam gegeten, maar ze staan vaker op de ontbijttafel, doordrenkt met jus en geserveerd met worstjes. Toen ik nog een groentje was in Atlanta zag ik overal langs de weg reclameborden voor 'biscuits and gravy', waarvan ik dacht dat het tarwebiscuitjes met chocolade waren die in jus dreven. Ieder zijn smaak, dacht ik bij mezelf. Tot een geboren en getogen inwoner van Georgia een bord *biscuits* voor me bestelde, die met een dikke, peperige saus werd geserveerd. Toen ging me een licht op.

Mijn moeder maakte haar scones met bakpoeder. Toen ik voor het eerst scones proefde die met soda waren gemaakt, liep ik niet over van enthousiasme. Soda kan een uitgesproken onaantrekkelijke, alkaline-achtige, metalige, zeperige smaak hebben. Doe je er te veel van in je deeg, dan loop je het risico dat je theetraktatie de bleekwatergeur krijgt van een ouderwetse overdekte markt die na sluitingstijd wordt schoongeschrobd. Maar bij oordeelkundig gebruik kan soda je scones juist een knisperend helder aroma geven, dat een prachtig contrast vormt met de vette weelde van room en boter. Een vleugje soda past ook opvallend goed bij gerookte of anderszins geconserveerde zaken, zoals de in de zuidelijke staten populaire combinatie van *biscuits* met rauwe ham, of de befaamde Ierse combinatie van kruimig sodabrood en gerookte zalm.

COBBLER Hetzelfde deeg wordt gebruikt om cobbler te maken – gestoofd vlees of een vruchtencompote met daarop iets wat je het best kunt omschrijven als dunne scones, die je in de oven een bruin korstje laat krijgen. Het is de snelle manier om het rijke smaak- en bevredigingsspectrum van een *pie* ofwel pastei te bereiken. Met dit recept maak je behalve snel brood, ook

snel gebak. Terwijl korstdeeg in de koelkast moet rusten voordat je het gaat bakken, kun je deeg voor scones het best gebruiken zodra je het hebt gemengd. Je hoeft het zelfs niet uit te rollen. Schep het gewoon in hoopjes op het spul waarmee je de cobbler wilt maken en zet de schaal in de oven.

MET GIST GEREZEN BROOD Gistbrood daarentegen vraagt per definitie een lang proces. Zelfs als je er instantgist voor gebruikt en het deeg daarom maar één keer hoeft te laten rijzen, en zelfs als je een lekker warm hoekje hebt waar het deeg rustig zijn gang kan gaan, moet je ruim anderhalf uur rekenen voordat je je brood uit de oven kunt halen. En de meeste mensen zijn het erover eens dat het brood het lekkerst is als je het ook nog een paar uur laat rusten voordat je het aansnijdt. Regelmatig je eigen brood bakken (zoals ik ging doen toen mijn plafond bijna naar beneden was gekomen) heeft het voordeel dat je al gauw in de gaten hebt hoe je dat het beste in je planning van verdere bezigheden kunt opnemen. Al neemt het bakken van gistbrood altijd wat tijd in beslag, het is niet allemaal *jouw* tijd die wordt geroofd. De tijd die je daadwerkelijk met het brood bezig moet zijn is niet lang: ons basisrecept vergt maar 12 tot 15 minuten, daarna is er een pauze van ongeveer een uur (waarin je, zoals ik toen ik van mijn reis thuiskwam, paperbacks kunt uitwringen of de schimmel van de muren kunt schrapen). Daarna moet je een paar minuten in actie komen om je deeg klaar te maken voor de tweede keer rijzen, en het in de oven te zetten. Daarna hoeft je je weer een half uur lang niet met het brood te bemoeien.

Je kunt het proces ook vertragen – als jou dat beter uitkomt – door het deeg in de koelkast te laten rijzen. De meeste doorgewinterde broodbakkers vinden dat een langzaam verlopend rijsp proces het aroma van het uiteindelijke brood verbetert. Op een vrijdagavond had ik in de pauzes tussen het aanbrengen van laagjes mascara een basisdeeg gemengd. Ik liet het rijzen terwijl ik naar het café ging. Toen ik de volgende ochtend de koelkast opendeed om spek en boter voor m'n ontbijt te pakken, zag ik twee prachtig mollige broden in hun bakblik staan, klaar om de oven in te gaan. Het was alsof ze door culikabouters waren gemaakt. Mijn echtgenoot verstoorde het sprookje wel een beetje door me eraan te herinneren dat ik het deeg had teruggeslagen en in de vormen had gelegd voor ik in m'n bed was geploft.

Ik moet wel een wijntje te veel gehad hebben, want ik was oorspronkelijk van plan om één brood te maken en de rest van het deeg te gebruiken voor pizza's en voor een *fatayer*, een samosa-achtig, driehoekig Arabisch gebak, gevuld met lamsvlees, spinazie of kaas. Met het basisrecept voor gistbrooddeeg kun je namelijk wonderbaarlijk veel kanten op. Je kunt ringen vormen van het deeg, die laten rijzen, koken en dan tot bagels bakken. Kneed er een beetje extra olie door voor focaccia: rol het gerezen deeg uit tot een rechthoek, maak er overal kuiltjes in, zodat het eruitziet als de bekleding van een Chesterfieldsofa, en laat het nog eens rijzen. Dan leg je je favoriete beleg erop en gaat je focaccia de oven in. Broodstengels (grissini), soepkommen van brood en zelfs pasteien kunnen met dit deeg worden gebakken. Als je het deeg niet meteen wilt gebruiken, is het in de vriezer of koelkast goed houdbaar. Het is bijna altijd de moeite waard om er een flinke voorraad van

te maken, aangenomen dat je ruimte hebt om het op de juiste manier op te slaan. Begin met een kilo meel en ga op basis daarvan aan de slag.

Als je nooit zelf croissants hebt gemaakt, probeer het dan eerst met een restje deeg, dat je om te beginnen gaat lamineren. Lamineren wil zeggen dat je gewoon deeg verandert in laagjesdeeg. Je hoeft daarvoor alleen maar een blokje koude boter op het deeg te leggen, het deeg uit te rollen en het een flink aantal keren dubbel te vouwen en weer uit te rollen. Het gelamineerde deeg snijd je vervolgens in driehoeken, die je tot het klassieke halvemaantje kunt rollen, of in rechthoeken waarvan je *pains au chocolat* of *aux raisins* kunt vouwen.

Voordat we verdergaan met ons broodverhaal, is het goed te weten dat er twee belangrijke methoden zijn om met gist gerezen brooddeeg te maken. De eerste is de *sponge*-methode. Dat betekent dat je een beslagje maakt van de gist, lauw water en een beetje bloem. Dat papje laat je, als dat mogelijk is, tot de volgende dag staan: er heeft zich dan een smakelijk laagje gevormd. Voeg nu aan dit voordeegje de rest van de ingrediënten toe, laat het deeg rijzen en bak het brood op de gewone manier. De details voor het werken met voordeeg vind je in de afdeling Speeltuinen (zie pagina 50). Als tijd geen rol speelt is dit dé manier, want de trage gisting zorgt voor een intensere smaak.

Als tijd echt helemaal geen punt is – dat wil zeggen, als je een paar dagen tijd hebt om te wachten tot 'wilde' gisten zich hebben ontwikkeld – zou je moeten overwegen om een 'moeder' te maken voor zuurdesembrood. Daartoe meng je meel en water. Voed de 'moeder' geregeld met vers meel en water, dan krijg je met een beetje geluk een natuurlijk gegist, zeer aromatisch beslag, dat na een paar dagen krachtig genoeg is om brood van te laten rijzen. Het maken van brood op deze manier is een hele onderneming, maar wel erg leuk. En als je eenmaal met het broodbakvirus bent besmet, kom je onvermijdelijk in de verleiding om zuurdesembrood te maken. De resultaten die ik in de loop van de jaren heb geboekt verschillen nogal. Ik heb meer dan eens ontdekt dat mijn 'moeder' te zwak was om een brood te laten rijzen, en zelfs als het rijzen wél was gelukt, kon het gebeuren dat ik het resultaat te zuur vond, alsof ik er te veel vitamine-C-poeder in had gedaan. In *Tartine Bread* legt surfer-bakker Chad Robertson zijn techniek uit om zuurdesembrood te maken dat zeer aromatisch en niet te zuur is. Hij heeft daar meer dan zesentwintig pagina's voor nodig, maar dan is het brood wel precies zoals ook ik vind dat het zou moeten zijn. Veel van het zuurdesembrood dat je bij de warme hipsterbakkers kunt krijgen is doodgewoon zuur, net als die getourmenteerde vriend van je, die denkt dat hij indruk maakt door overal negatief over te doen.

BROODJES Het is maar een klein stapje van gistbrood naar (luxe-)broodjes, zoals krentenbollen en broodjes voor hotdogs of burgers. Voor deze zachte, luchtige broodjes wordt een iets verrijkt deeg gebruikt, dat je krijgt door een deel van, of al het water, te vervangen door melk, en vervolgens een ei, en een beetje boter en suiker aan het deeg toe te voegen. Meng er desgewenst ook een handje gedroogd fruit en een specerijenmengsel door. Het is geen wonder dat het deeg door het toevoegen van een extra vochtele-

ment (ei) tamelijk kleverig kan worden, dus ben je blij met de deeghaak van je elektrische mixer. Of in elk geval met een paar plastic handschoenen, mocht je je deeg toch met de hand moeten of willen kneden.

BRIOCHE Ginette Mathiot geeft in *Je sais faire la pâtisserie* een recept voor *Brioche du pauvre* ('armeluisbrioche'), dat wanneer je het leest maar weinig verschilt van het basisrecept voor luxe-broodjes; maar ook het deeg voor échte brioche is niets anders dan luxe-broodjesdeeg, alleen met veel meer ei en veel meer boter. Je kunt je voorstellen dat er voor deeg waarin grote hoeveelheden eieren en boter worden verwerkt, veel minder melk en/of water nodig is, maar de verhoudingen komen ten slotte toch overeen met het basisrecept voor gistbrood. Reken maar uit: onze brioche vraagt om 5 eieren. Een groot ei is ongeveer 50 ml. Vijf eieren = 250 ml. Tel hierbij op de 50 ml water of melk om de gist te activeren, dan zit je weer op het basisrecept van 300 ml vocht op 500 g meel. Het resultaat is een kneedbaar brooddeeg. Alleen moet je hier nog wel de boter doorheen werken. De standaardhoeveelheid is de helft van het gewicht aan bloem, net als bij korstdeeg. (Je deeg kun je in feite ook als deeg voor gebak gebruiken: rol het uit voor een taartbodem of wikkel het om worstjes voor worstenbroodjes.) Door een deeg waarbij je bent uitgegaan van 500 gram meel, moet je dus een heel pakje boter (250 gram) kneden. Vandaar dat in de meeste recepten wordt aangeraden om briochedeeg in een standmixer te maken of, als je die niet hebt, in een foodprocessor, of eventueel met een elektrische handmixer voorzien van deeghaken. Als je geen van dit soort apparaten tot je beschikking hebt, zit er niets anders op dan flink in de boter te graaien, zoals Marlon Brando in de fameuze boterscène uit *Last Tango in Paris* deed. Rol je mouwen op, zet wat bijpassende muziek op en ga aan het werk tot de boter één wordt met het deeg. Als je niet geniet van deze sensatie, troost je dan met de gedachte dat je handen dagenlang lekker zacht zullen zijn.

Zoals elke (banket)bakker weet, voorkomt boter het rekken van de glutenstrengen in meel. Dat effect is zeer gewenst wanneer je korstgebak maakt, maar helemaal *niet* gewenst wanneer je brood wilt bakken. Bovendien zijn noch boter, noch eieren vriendelijk voor gist. Daarom is brioche zo'n lastige broodsoort. Het meest voorkomende probleem is dat het briochedeeg niet goed rijst, althans niet in die mate dat je verwachtte (terwijl de royale hoeveelheid ei op zichzelf ook al een zeker rijseffect heeft). Geduld is bij dit probleem een schone zaak. Het maken van een brioche kan zomaar drie keer langer duren dan je zou denken.

Door de grote hoeveelheid eiwit in het deeg wordt het risico dat de brioche tijdens het bakken uitdroogt groter. Sommige *briochiers* vervangen daarom een of twee eiwitten door eidooier. Maar zelfs dan moet je er rekening mee houden dat eigengebakken brioche niet zo lang 'vers' blijft als een brioche uit de supermarkt. Zorg ervoor dat je ruimte in je vriezer hebt voor brioche die niet binnen 48 uur is opgegeten. Maak wentelteefjes van oudbakken sneden brioche of verwerk ze in broodpudding. Of rooster ze, druppel er stroop op en geef er room bij. Als je in dit laatste geval voor rumsiroop kiest, krijg je iets dat op een niet erg gerezen *baba au rhum* lijkt.

BABA'S & SAVARINS Het volgende basisrecept is dat voor baba's en savarins. Het broodje is nogal droog als je er een hap van neemt voordat je de siroop erover giet, maar het is dan ook de bedoeling dat het in een zoete vijver komt te liggen, zodat het eigenlijk een afterdinner-drankje inclusief dessert is. Volgens Jelena Molokhovets – schrijfster van het klassieke Russische kookboek *Een Geschenk voor de Jonge Huisvrouw* – moet men de baba traditioneel drie keer laten rijzen. De meeste moderne recepten schrijven twee keer rijzen voor. En volgens sommige recepten, zoals het recept in dit boek, hoeft baba maar één keer te rijzen. Er bestaan zelfs versies die bakpoeder gebruiken in plaats van gist, zoals die van de baba in *Je sais faire la pâtisserie*. Het mengsel in mijn formule zit aan de vochtige kant van het spectrum – in plaats van het grootste deel van de hoeveelheid water/melk te vervangen door eieren, zoals in brioche, gebruik ik de eieren als aanvulling: 150 ml melk plus 3 eieren voor 250 g meel. Het resultaat lijkt meer op een dik beslag dan op een deeg. Als je het meer dan één keer laat rijzen, roer het dan met zachte hand door in plaats van het te kneden of terug te slaan.

Volgens de Amerikaanse culinair auteur Richard Foss aromatiseerden de Fransen hun baba's met cognac, totdat in 1835 een Parijse banketbakker de Franse waar ontrouw werd, voor rum koos en daarmee de aandacht van koks trok. Maar het duurde tot 1844 – het jaar waarin de ringvorm werd uitgevonden – voor de baba au rhum continentale roem verwierf. Alain Ducasse serveert zijn baba in de alternatieve klassieke vorm, die lijkt op een *cèpe* met een kleine hoed op een dikke steel. De baba wordt op een glanzend zilveren schaal binnengebracht. Vervolgens snijdt de kelner de paddenstoel dwars door hoed en steel in tweeën. Hij biedt dan een sortering van zes topsoorten rum aan, waarvan hij de nuances in smaak een voor een beschrijft. Ten slotte maakt hij het dessert af met slagroom.

In plaats van de pure rum die door Ducasse wordt gebruikt, geven de meeste recepten aanwijzingen voor een (minder duur) mengsel van suikerstroop en rum. Jelena Molokhovets zegt dat dat mengsel 'zoet maar waterig' moet zijn. Daar ben ik niet zo'n voorstander van. Die klassieke baba au rhum lijkt me te veel op de zielige, in de regen achtergelaten cake, die Richard Harris een halve eeuw geleden in zijn tophit *MacArthur Park* bezong. Geef mij maar *gulab jamun* en *baklava*, waarbij elke hap die je neemt de kleverige zoetheid uitzweet van een kasteelroman. Daarom maak ik mijn rumsiroop met 3 delen suiker op 2 delen water en niet 1 op 1, zoals gebruikelijk is. In veel recepten staat dat je de rum mee moet laten koken met de suikerstroop, maar dat vind ik een buitengewoon slecht idee, tenzij je na het eten een zware machine moet besturen of een subduraal hematoom moet behandelen. Door de rum mee te laten koken verjaag je aromamoleculen. Dan krijgt zelfs het beste spul iets goedkoops en krijgt goedkoop spul het aroma van een slechte kwaliteit essence met vanillesmaak. Als je de hoeveelheid alcohol in je rumsiroop wilt beperken, kun je veel beter een klein beetje *raw rum* toevoegen aan een suikerstroopje waarin je een vanillestokje hebt laten trekken. Je kunt de rum ook vervangen door likeur, daar zit de helft minder alcohol in. Crème de cacao en Kahlua zijn uitstekende kandidaten als je van plan bent je baba met room te garneren. Als er iets van fruit in de baba zit, probeer dan amaretto.

Je zou ook een boek over cocktails kunnen raadplegen, zoals *Death & Co*, van David Kaplan, of, voor niet-alcoholische inspiratie, in dit boek het stukje lezen in de afdeling Smaken & Variaties op pagina 463, over het aromatiseren van siropen.

In sommige recepten is de baba zelf ge-upgraded. Russische babka's, bijvoorbeeld, zijn vaak gearomatiseerd met citroenschil of amandelen. Ook krenten, geweekt in rum of kirsch, zijn populair en worden in babka's soms gecombineerd met gekonfijte vruchtjes en/of citrusschilletjes, alsof het om een soort minipanettone gaat. Natuurlijk moeten die extra aroma's in je baba passen bij het aroma van je siroop. En omgekeerd.

Je hebt misschien gemerkt dat de deegmengsels in de loop van het verhaal geleidelijk vochtiger worden, van deeg voor ongerezen brood, dat zo droog is dat je het heel dun kunt uitrollen, via gistbrood en wat zachter luxe-brood naar boterig briochedeeg en beslag-achtig deeg voor baba. In de regel worden de recepten ook rijker aan vet, maar in de kern gaat het allemaal om hetzelfde – 300 ml vocht op 500 g meel – en daardoor zijn de alle basisrecepten eigenlijk heel makkelijk te onthouden. Rottende planken of niet, je zult zien dat je al heel gauw gewoon een kom en ingrediënten pakt en aan de gang gaat. De beloning zit hem in het eten, het samen oppeuzelen van wat je hebt gebakken. Niemand kan weerstand bieden aan lekker vers, goed brood – behalve dan misschien de allerfanatiekste koolhydratenhaters.

Platbrood & Crackers

Dit deeg is een veelzijdig uitgangspunt dat je kunt gebruiken voor diverse soorten platbrood, zoals chapati en tortilla. Als je een paar keer hebt geprobeerd het deeg te maken, begrijp je waarom mensen in India en Mexico de moeite nemen om zelf platbrood te bakken. En je hoeft ze echt niet alleen te serveren bij gerechten uit de oorspronkelijke keuken. Vers platbrood is heerlijk bij dikke soepen of bonenstoofschotels, en om quesadilla-achtige sandwiches van te maken. Je kunt het deeg ook gebruiken om noedels van te koken (zie boekweit op pagina 33) of om crackers van te bakken.

Voor 8 ronde platte broodjes van 17 cm, of 16 ronde crackers van 9 cm

INGREDIËNTEN

250 g bloem ^{A B}

1 tl zout

150 ml warm water ^{C D}

Desgewenst: 1-2 el vet

- 1 Zeef de bloem en het zout in een kom, maak een kuiltje in het midden en giet het warme water erin. Meng alles met een lepel of met de hand (of beide) tot een deeg. Voeg zo nodig nog wat extra bloem of water toe tot je een zacht, maar niet al te kleverig deeg hebt.
Het water moet warm zijn om het deeg kleverig en samenhangend te maken. Voor een rijker, soepeler deeg kun je 1-2 eetlepels olie, gesmolten boter of uitgebakken spek door het warme water mengen. Of je kunt hard vet door de bloem wrijven tot het volledig is opgenomen, en dan pas het water toevoegen.
- 2 Kneed het deeg 1-2 minuten, tot het mooi glad is.
- 3 Dek het geknede deeg af met een schone theedoek, en laat het ongeveer 30 minuten in de koelkast opstijven, zodat je het makkelijk kunt uitrollen en in vormen kunt snijden.

VOOR PLATBROOD

Verdeel het deeg in 8 gelijke porties en draai er balletjes van. Rol de balletjes met een deegroller uit tot ronde lapjes van ongeveer 2-3 mm dik. Bak de broodjes in een hete, droge koekenpan of op een droge bakplaat tot er bruine vlekjes op de onderkant zitten. Keer ze om en bak de andere kant net zo. Dek de broodjes af om ze warm te houden terwijl je de rest bakt.

Je kunt het deeg met bloem uitrollen, maar daar kunnen de broodjes nogal droog van worden; vandaar dat je het beter op een met olie ingevet werkvlak kunt doen. Draai het deeg tijdens het rollen regelmatig een slag, en keer het gaandeweg een paar keer om. Dek de andere porties deeg zolang af, zodat ze niet uitdrogen. Voor een optimale smaak kun je de gebakken broodjes terwijl ze nog warm zijn met een beetje gesmolten ghee of

boter invetten en er een snuf zout op strooien. Het is het lekkerst om ze zo snel mogelijk na het bakken te eten. Rauw deeg is in de koelkast een paar dagen houdbaar.

VOOR CRACKERS

Rol het deeg uit tot een dikte van 2-3 mm en snijd het met een mes, pizzawieltje of deegsteker in crackers. Leg ze op een ingevette bakplaat en prik er met een vork of een speciale deegperforator gaatjes in. Bak de crackers 10-12 minuten in een oven van 180 °C, tot er goudbruine plekjes op zitten. Laat ze op een rooster afkoelen en bewaar ze in een luchtdicht afsluitbare trommel.

SPEELTUIN

- A Met atta of volkorenmeel krijg je een chapati. Houd er rekening mee dat je met volkorenmeel wat meer water nodig hebt om het deeg goed zacht te krijgen; begin met 150 ml water en voeg later zo nodig wat meer toe. Zuid-Afrikaanse roti of Indiase luchi maak je van witte bloem. Voor puri's, die ook van witte bloem worden gemaakt, moet je het bovenstaande recept volgen en de uitgerolde broodjes een voor een frituren. De broodjes zwellen op tijdens het bakken en daarom zul je ze met een tang ondergedompeld moeten houden.
- B Dit deeg is heel geschikt om ingrediënten als geraspte wortel of gehakte kruiden aan toe te voegen.
- C Gebruik warm sap in plaats van water. Sommige soorten, zoals wortelsap, geven het deeg behalve een milde smaak ook een mooi kleurtje. Rol het deeg uit op een met olie ingevet werkvlak – dus niet bestoven met bloem. (In het geval van mijn bietenbrood deed het me een beetje denken aan calaminelotion op een zonverbrande huid).
- D Gebruik koud water; alleen heb je dan waarschijnlijk wel een beetje meer nodig.

Platbrood & Crackers → Smaken & Variaties

GERST

In de middeleeuwen verafschuwde de Engelse boerenbevolking het grove, bruine gerstbrood dat ze aten, en al helemaal wanneer het met bonen werd geserveerd. Stel je voor hoe de haveloze landarbeiders elke avond met een loodzware maaltijd in de maag naar bed gingen, en dan droomden van heerlijk luchtig, wit tarwebrood. Maar oh wee, wat zouden ze vinden van de manier waarop hun droom is verwezenlijkt als ze het fabriekstarwebrood van nu konden proeven, waarvan als je het samenperst weinig meer overblijft dan een klef balletje? Toen tarwe dankzij veredeling steeds beter bestand werd tegen een koud klimaat en de opbrengst van het makkelijk te oogsten graan daardoor toenam, raakte gerst steeds meer uit de gratie, hoewel het in sommige streken nog altijd een van de weinige levensvatbare gewassen is – zoals in delen van Scandinavië. In Noorwegen is het traditie om de doop van een kind te vieren met platbrood van gerst, waarvan een deel opzij wordt gelegd voor *hun* kleinkindceremonie. Gerst is de laatste jaren aan een comeback bezig, en om precies dezelfde redenen waarom het ooit opzij werd gezet: de krachtige smaak en het ontbreken van gluten, en natuurlijk ook vanwege de hedendaagse obsessie voor producten met een lage glykemische index. Je kunt platbroodjes maken van 100% gerstbloem, maar met 25% tarwebloem erin gaat het uitrollen van het deeg veel makkelijker en worden de broodjes zachter. Vergeleken met alleen tarwebloem moet er wel wat meer warm water bij om een samenhangend deeg te krijgen, maar begin met 150 ml water en voeg kleine scheutjes toe tot het deeg mooi zacht is.



BOEKWEIT

Het basisrecept voor ongerezen brood is ook geschikt voor noedels, zoals Japanse *ni-hachi-soba*. *Ni-hachi* betekent twee keer acht: eeuwen geleden kostte een kom soba 16 mon – dat was de valuta van Japan totdat in 1870 de yen werd ingevoerd. 2:8 is toevallig ook de verhouding tussen tarwebloem en boekweitmeel. Ambachtelijke soba bestaan uit 100% boekweit, maar voor de onervaren kok is het erg lastig om daar noedels van te maken die tijdens het koken heel blijven. Het gluten in tarwebloem zorgt ervoor dat *ni-hachi*-deeg een samenhangend deeg is. Ik gebruik heet water om het gist sneller te activeren, al is dat niet authentiek. Gebruik 200 g boekweitmeel, 50 g witte bloem (liefst harde of tipo 00, als je die hebt) en 150 ml heet water, en ga net zo te werk als voor platbrood. Zie hoe, zodra je het water toevoegt, de geur van de boekweit als de Korengeest uit het mengsel opstijgt: droog, nootachtig, en met een piepklein vleugje zuurdesem. Meng alle ingrediënten, kneed het deeg 10 minuten en rol het in een zo dun mogelijke rechthoek uit. Bestuif het met