



# CODE NOIR

RECEPTEN VAN DE CARIBISCHE EILANDEN LELANI LEWIS

NIJGH & VAN DITMAR



**VOORWOORD / 8**  
**EEN MONSTERLIJK DOCUMENT / 12**  
**FAMILIE EN IDENTITEIT / 14**  
**CODE NOIR / 24**

**KEUKENKAST / 29**  
**BASISRECEPTEN / 49**  
**LIMIN': OM TE DELEN / 63**  
**ELKE DAG / 93**  
**LOW & SLOW / 147**  
**ZOET / 175**  
**PICKLES & CONDIMENTEN / 199**  
**DRANK / 227**

**LITERATUURLIJST / 246**  
**REGISTER / 248**  
**DANK / 255**



## VOORWOORD

*Code Noir* is een kookboek dat doordrenkt is van geschiedenis. Niet alleen vanwege de titel, die slaat op een zeventiende-eeuws decreet waarin Lodewijk XIV liet vastleggen hoe tot slaaf gemaakte Afrikanen in de Franse koloniën behandeld moesten worden (zie blz. 12), maar vooral omdat het ingaat op het eten en de mensen die door de gruwelijke loop van de geschiedenis samenkwamen in de Cariben, waardoor ook ingrediënten uit de Oude en Nieuwe Wereld op één bord terecht kwamen.

In dit boek vind je verhalen over die ingrediënten, hun reizen en hun toepassing in de dagelijkse kost van mensen uit de Cariben. Ik ken weinig personen die een kookboek van begin tot eind lezen – ik ben hier zelf ook schuldig aan: ik blader meestal direct naar de uitnodigende receptenfoto's – maar ik hoop je met *Code Noir* net zoveel te interesseren voor de verhalen achter de gerechten als voor de hongerigmakende foto's en recepten. Hopelijk vind je ze net zo fascinerend als ik.

Belangrijk om te vermelden is dat 'de Caribische keuken' niet bestaat. Logisch, aangezien het gebied zich over vele duizenden kilometers uitstrekt en uit meer dan duizend eilanden bestaat. Meestal worden de Cariben ingedeeld in de Grote en Kleine Antillen. Bij de Grote horen de vier eilanden Cuba, Jamaica, Hispaniola (met Haïti en de Dominicaanse Republiek) en Puerto Rico. De Kleine – die je weer kunt onderverdelen in de Bovenwindse en Benedenwindse Eilanden – liggen meer naar het zuidoosten en bestaan uit dertien landen, waaronder de onder Nederlanders misschien wel bekendste eilanden Bonaire en Curaçao, Saba, Sint-Eustatius en Sint-Maarten. Je vindt er meer dan dertien etnische groepen en vele talen, waaruit ook weer nieuwe mengtalen zijn ontstaan. Daarbij zijn landen die aan de regio grenzen nauw met het gebied verbonden, onder meer door Caricom, een intergouvernementele organisatie waarin economische integratie en samenwerking wordt bevorderd. Naast de Caribische eilanden horen onder meer Suriname, Belize en Guyana bij de club.

Er is geen eiland in het Caribisch gebied dat niet als een knikker op een schoolplein heen en weer is gerold tussen de koloniale handen van de Spanjaarden,



Engelsen, Fransen en Hollanders. Die Europese machten verwierpen en ontvreemden eeuwenoude culturen, landbouw en technologie. Ze forceerden hun taal, religie en eten in de cultuur, en brachten mensen van over de hele wereld naar deze regio.

Ondanks de grote diversiteit bestaan er ook veel overeenkomsten tussen de landen, niet alleen in de flora en fauna, maar ook in de aard van de bewoners, ondanks hun verschillende achtergronden. En toch: met zulke diversiteit is het onmogelijk om één gerecht aan te wijzen dat typerend voor de hele regio zou kunnen zijn. Als ik het heb over de Caribische keuken, heb ik het dus over het eten van het hele gebied, en zal ik altijd verduidelijken over welk land ik het precies heb.

Toen ik me een aantal jaar geleden begon te verdiepen in de historie van de Caribische keukens, werd me duidelijk dat zoveel ingrediënten die we dagelijks over vrijwel de hele wereld op steeds weer andere manieren gebruiken, intrigerende en ingewikkelde geschiedenissen en herkomst hebben. Dit inzicht bracht me tot een filosofie die ik in al mijn werk wil laten terugkomen: het idee dat eten een tastbaar iets is om mensen van allerlei achtergronden samen te laten komen, ongeacht vermeende verschillen. Een citaat dat dit perfect samenvat:

‘With a deeper understanding of the movement of these ingredients, we’ll see just how connected the whole world is by the food that we consume.’

– Chris Ying in *You and I Eat the Same* (2018)

Ik nodig je uit om te bladeren langs de foto’s, recepten te maken waar je zelfs nog nooit van gedroomd hebt en je smaakpapillen te prikkelen met nieuwe combinaties van specerijen. Ik hoop dat je iets leert van dit boek, misschien wel iets over jezelf, maar ik hoop vooral dat je er plezier aan beleeft.

*Lelani Lewis*



## PIMENTOCHILI | MADAME-JEANETTE

In de Cariben gebruiken ze voornamelijk Scotch bonnet en pimentochili om eten pit te geven. Ze lijken op elkaar, maar pimentochili's zijn nog rimpeliger en wat langer. Ze zijn iets milder dan Scotch bonnets, maar het verschil is niet groot. Je vindt ze meestal alleen in het geel en groen. Hier kun je het best madame-jeanettes kopen bij de tropische supermarkt, die lijken veel op pimentochili's, al zijn ze iets pittiger. Je kunt ze makkelijk invriezen en raspen.

## PINDA'S

De pinda komt oorspronkelijk uit Zuid-Amerika, maar wordt minder gebruikt in de Cariben dan in Afrikaanse keukens. Geen noot maar een peulvrucht, en de pinda zelf is eigenlijk het zaadje: hij groeit ook onder de grond – vandaar het woord ground nut. Als je pinda's tegenkomt op de Caribische eilanden, is het eerder in snoep en zoete drankjes als pindapunch dan in hartige gerechten. Ik zou ongeroosterde gepelde pinda's gebruiken voor de recepten in dit boek. Voor desserts en punch kun je pinda's zelf roosteren en fijnmalen, of pindakaas kopen.

## RED SNAPPER (RODE SNAPPER)

Deze rode glinsterende vis smaakt net zo mooi als hij eruitziet en staat vaak op tafel bij Caribische koks. Hij heeft een vlezige consistentie en veel graatjes, maar laat je daardoor niet afschrikken: je kunt hem vaak als filet kopen, of laten schoonmaken door de visboer. Af en toe ligt red snapper op de markt, haal hem anders bevroren in Surinaamse of Aziatische winkels.

## RODE KIDNEYBONEN

De meest gebruikte peulvrucht in de Caribische klas-sieker rice and peas – en vraag me niet waarom dat dan niet rice and beans heet. Je ziet rode kidney-bonen ook in stewed peas – wederom: geen erwten. De bonen komen net als de meeste andere bonen uit de Amerika's en kunnen felrood zijn, maar ook wit en zwart gevlekt. Kook ze altijd; rauwe bonen zijn giftig.

Week ze een nacht voor in koud water en kook ze dan in vers water. De bonen zijn klaar als hun vel niet rimpelig meer is en ze mooi bol staan. Of koop ze in blik.

## RUM

Dé favoriete drank in de Cariben en delen van Zuid-Amerika. Vrijwel elk eiland heeft zijn eigen versie van deze soort alcohol, gemaakt van suikerrietsap of het bijproduct van suiker: melasse. In de zestiende eeuw stond rum bekend onder piraten als Guildivel of Kill Devil, en het was de reden van veel zedeloosheid in vrijhaven Port Royal (Jamaica), ook wel 'de zondigste stad ter wereld'. Rum werd een grote inkomstenbron van suikerrietplantagehouders op de Caribische eilanden. De melasse ging over zee naar Noord-Amerika en Europa waar er rum van gemaakt werd. Vervolgens dienden vaten rum als ruilmiddel om tot slaaf gemaakte Afrikanen te kopen. Op de plantages kregen de tot slaaf gemaakten rum om ze rustig te houden, maar uit veel verslagen blijkt dat ook de plantagehouders grote hoeveelheden wegzetten. Rum kan soepel en verfijnd zijn als cognac of brandy, of zo sterk dat je keel ervan brandt. Een overproof rum betekent kortgezegd dat de drank vijftig procent alcohol bevat. Witte rum is helder en licht van smaak; bruine rum heeft in houten vaten gerijpt, heeft iets rokerigs en ruikt naar vanille en melasse.

## SCOTCH BONNET

Naast tijm en lente-ui is Scotch bonnet denk ik het meest gebruikte ingrediënt in dit boek. De rimpelige ronde chilipeper scoort met 100.000 tot 350.000 hoog op de scovilleschaal – de schaal die Wilbur Scoville in 1912 ontwikkelde om de pittigheid van chilipepers mee in te delen (paprika is 0, tabascosaus 600-800, de heetste peper, de Carolina Reaper, is 1.400.000-2.200.000). Hoewel pittig heeft de Scotch bonnet ook een licht zoete nasmaak, die je steeds weer opnieuw een hap doet nemen. Gebruik de peper fijngehakt, of voeg hem in zijn geheel toe, zo geeft hij smaak af, maar geen hitte. Ik koop meestal een zak vol omdat ik ze zo vaak gebruik. Als je te veel hebt, kun je ze invriezen en ze later bevroren raspen, om een klein



**Caribisch eten en de Caribische cultuur zijn heel erg gericht op samen zijn: met vrienden de hele dag barbecueënd op het strand hangen, roti eten bij een straattentje, of *limin'* (slang voor *hanging out*) met de hele familie rondom een overvloedige buffettafel. Daarom vind je op de eilanden zoveel hapjes en snacks die je kunt delen. Ze zijn klein, maar bomvol smaak en met een spicy kick.**

**Veel van de snacks in dit hoofdstuk zijn perfect om met vrienden te delen op een etentje of feestje: liefst versgemaakt, zodat ze nog gloeiend heet zijn. Sommige recepten werken verslavend, ik heb je gewaarschuwd!**

**LIMIN':  
OM TE DELEN**



Er gaat niets boven geroosterde maiskolven en deze ‘ribbetjes’ – denk aan spare ribs – zijn geen uitzondering. Maar de figuurlijke kers op de taart is de jalapeñoboter met lente-ui, die ik de hele dag door naar binnen zou kunnen lepelen. En dan nog feta en koriander bovenop! Dit is een super bijgerecht, serveer het bijvoorbeeld bij de jerk chicken van bladzijde 142, of zet met een aantal andere kleine gerechten op tafel om te delen met vrienden.

Verwarm de oven voor tot 180 °C.

Verwijder de bladeren van de maiskolven en snijd een stuk van de onderkant af zodat je de kolf makkelijk neer kunt zetten. Gebruik een scherp mes en halveer 1 kolf in de lengte. Halveer de helften nog eens in de lengte zodat je 4 lange kwarten krijgt. Herhaal met de andere maiskolf. Zet opzij.

Meng de olijfolie, honing, tijm en specerijen in een kom. Breng op smaak met zout en peper. Wrijf elk stuk mais goed in met de olie. Leg ze op een bakplaat en zet ongeveer 20 minuten in de oven, tot de mais bruine randjes krijgt.

Maak intussen de lente-ui-jalapeñoboter: hak de lente-ui grof en ris de tijm. Doe met de overige ingrediënten in een keukenmachine en maal 1 minuut. Schep in een kom en breng op smaak met zout en peper.

Bestrijk de maisribbetjes met de lente-ui-jalapeñoboter en verdeel er de feta, limoenschil en het -sap en de koriander over.

## CORN RIBS MET LENTE-UI- JALAPEÑO- BOTER

VOOR 2 PERSONEN

**2 maiskolven (ongekookt)**  
**3 eetl. olijfolie**  
**1½ eetl. honing**  
**4 takjes tijm, gerist**  
**2 theel. gerookte-paprikapoeder**  
**½ theel. cayennepeper**  
**½ theel. knoflookpoeder**  
**zout en versgemalen zwarte peper**  
**10 gram feta, verkruimeld**  
**geraspte schil en sap van 1 biologische  
limoen**  
**10 gram koriander, grof gehakt**

VOOR DE LENTE-UI-JALAPEÑOBOTER

**1 lente-ui**  
**5 takjes tijm**  
**50 gram boter**  
**15 gram jalapeño**  
**zout en versgemalen zwarte peper**



# CEVICHE

VOOR 2 PERSONEN

1 chayote  
1 rode ui  
1 sinaasappel  
2 limoenen  
1 citroen  
2 eetl. green seasoning (zie blz. 51)  
200 gram zeebaarsfilet zonder huid  
zout en versgemalen zwarte peper  
1 avocado  
20 gram bakbanaanchips (grote supermarkten, toko of Surinaamse winkel)

OOK NODIG  
mandoline

Verfrissend, zuur, spicy, zoet en romig en ontzettend makkelijk om te maken: deze ceviche kan wel eens je nieuwe standaard worden als je gasten over de vloer krijgt – verdubbel of verdriedubbel de hoeveelheden in dat geval. Serveer als voorgerecht of licht hoofdgerecht op een mooie zomeravond. De chayote kun je ook weglaten, maar geeft wel een lekker knapperige textuur.

Snijd de chayote en rode ui in dunne plakjes op de mandoline en zet apart.

Snijd de schil (inclusief wit) van de sinaasappel, dat gaat het makkelijkst door er eerst de boven- en onderkant af te snijden. Snijd de partjes van de sinaasappel tussen de vliezen uit en zet apart.

Pers de limoenen en citroen uit boven een kom en meng met de green seasoning.

Snijd de zeebaars in kleine blokjes en leg in de kom met het green seasoning-citrus sap. Voeg royaal zout en peper toe en laat 5 minuten marineren.

Verwijder de schil en pit van de avocado en snijd het vruchtvlees in de lengte in plakjes.

Verdeel de vis over twee borden en schep er wat extra green seasoning-citrusmarinade over. Leg er wat partjes sinaasappel, rode ui, chayote, avocado en bakbanaanchips bij en serveer direct.





Trini doubles is streetfood en in 1936 bedacht in Trinidad door Emamool Deen. Het verhaal gaat dat de combinatie van bara (gefrituurd brood) met kikkererwtencurry zo ontzettend lekker was, dat mensen altijd een dubbele portie bestelden. Vandaar de naam. Het is waarschijnlijk geïnspireerd op de Indiase channa bhatura. Ik vind dit soort Caribische gerechten fascinerend, omdat je heel duidelijk kunt zien waar ze vandaan komen. In dit geval liggen de wortels zonder twijfel bij de Indiase contractarbeiders die kwamen werken op de plantages in Trinidad na de afschaffing van de slavernij. Ze brachten hun geweldige eetcultuur mee en combineerden die met Caribische ingrediënten zoals Scotch bonnet – zo krijg je verrukkelijke creaties, zoals deze Trini doubles. Ik serveer er kokosyoghurt, tamarindesaus en komkommerchutney bij.

Week de kikkererwten met het bakpoeder 24 uur in een kom met ruim water.

Meng alle droge ingrediënten voor de bara's in een grote mengkom. Voeg beetje bij beetje 220 milliliter lauwwarm water toe, blijf mengen. Strooi wat bloem op een werkblad of grote plank en kneed het deeg tot het soepel is, ongeveer 10 minuten. Vet de mengkom in met de kokosolie en doe het deeg erin. Dek af met een vochtige theedoek en zet 1 uur weg om te rijzen. Verdeel het deeg dan in 10 balletjes, leg op een groot bord of een plank en dek nog 1 uur af om ze te laten rijzen.

Schep intussen het schuim van de kikkererwten en spoel ze af onder vers water. Zet opzij.

Hak de ui, knoflook en gember fijn. Verwarm de kokosolie in een grote pan met zware bodem op middelhoog vuur. Bak de ui, knoflook en gember tot de ui goudbruin is. Doe het currypoeder, de kikkererwten en green seasoning erbij. Schep goed om, giet 400 milliliter water in de pan en laat zachtjes 40 minuten tot 1 uur pruttelen, tot je de kikkererwten makkelijk plat kunt drukken tussen twee vingers. Breng op smaak met zout en peper.

Maak de Trini doubles: verwarm de zonnebloemolie in een diepe koekenpan op middelhoog vuur. Rek elk deegballetje uit tot een platte cirkel van 10 tot 12 centimeter doorsnee. Test of de olie ongeveer 170 °C is (gebruik een keukenthermometer, of laat een stukje deeg in de olie zakken: als dat direct bruist is de olie heet genoeg). Frituur elk deeggrondje aan beide kanten ongeveer 3 minuten tot goudbruin. Schep met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier.

Serveer de curry met de Trini doubles, kokosyoghurt, komkommerchutney en tamarindesaus.

## TRINI DOUBLES

VOOR 6 PERSONEN

VOOR DE CHANNACURRY

**250 gram gedroogde kikkererwten**  
**1 theel. bakpoeder**  
**1 middelgrote ui**  
**3 knoflooktenen**  
**10 gram gember, geschild**  
**2 eetl. kokosolie**  
**1 eetl. Caribisch currypoeder**  
**(zie blz. 50)**  
**3 eetl. green seasoning (zie blz. 51)**  
**zout en versgemalen zwarte peper**

VOOR DE BARA'S

**330 gram bloem, plus extra**  
**½ theel. bakpoeder**  
**1 theel. instantgist**  
**¼ theel. gemalen kurkuma**  
**1 theel. zout**  
**2 theel. bruine rietsuiker**  
**1 eetl. kokosolie**  
**400 ml zonnebloemolie of andere**  
**plantaardige olie, om te frituren**

OM TE SERVEREN

**kokos-limoenyoghurt (zie blz. 223)**  
**komkommerchutney (zie blz. 213)**  
**tamarindesaus (zie blz. 213)**

OOK NODIG

**pan om in te frituren**  
**keukenthermometer**  
**schuimspaan**



Langzaam gestoofd vlees dat helemaal uit elkaar valt vind ik altijd goddelijk. Maar dit recept, diep kruidig door kaneel en achiote, fris door citrusvruchten en intens geurig door bananenbladeren, blinkt extra uit.

Zet de varkensschouder in de pekel: zet het vlees in een grote kom onder met 1 tot 2 liter water en voeg het zout toe. Laat afgedekt 24 uur marineren in de koelkast.

Haal het vlees uit de pekel en spoel af. Leg in een kom en smeer de mojo goed over het hele stuk. Zet apart.

Houd de bananenbladeren kort boven de open vlam van je gasfornuis, als je dat hebt. Zo geven ze straks hun smaak goed af.

Verwarm de oven voor tot 220 °C.

Snijd de ui in kwarten. Halveer de tomaten en sinaasappels inclusief schil. Bedek de bodem en zijkanten van een grote stoofpan met 1 bananenblad. Leg de varkensschouder in de pan en verdeel de ui, tomaten, sinaasappels, kaneel, laurier, achiote en naar smaak zout en peper eraan en erover. Maak dicht met het andere bananenblad en dek af met een stuk aluminiumfolie of bakpapier. Zet het deksel op de pan en zet 20 minuten in de oven. Verlaag de temperatuur naar 180 °C en rooster nog 2 uur.

Haal de pan uit de oven, laat even rusten. Verwijder het bovenste bananenblad en trek het vlees uit elkaar met twee vorken. Meng het vrijgekomen sap uit de sinaasappels goed door het vlees. Breng op smaak met zout en peper.

Serveer bijvoorbeeld op een tostada (gebakken tortilla) met ananas-chilisaus (zie blz. 218), Trini chow chow (zie blz. 218) en plakjes avocado.

## GEROOSTERDE MOJO-VARKENS- SCHOUDER

6-8 PERSONEN

**700 gram varkensschouder**  
**200 gram zeezout**  
**10 eetl. mojo (zie blz. 57)**  
**2 grote bananenbladeren, ontdooid**  
**1 grote ui**  
**2 tomaten**  
**2 (biologische) sinaasappels**  
**2 kaneelstokjes**  
**3 laurierblaadjes**  
**4 eetl. achiotepasta**  
**zout en versgemalen zwarte peper**



PINEAPPLE UPSIDEDOWNCAKE MET ROZE PEPER



