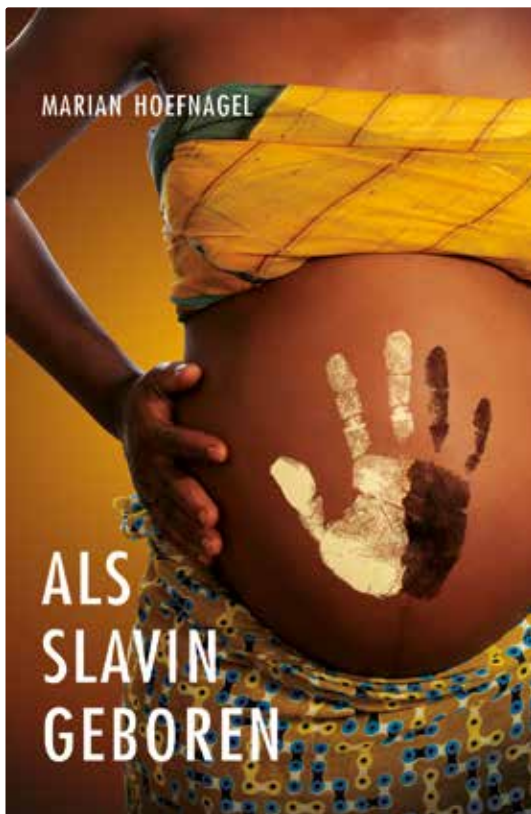




RECEPTEN

In het boek *Als slaavin geboren* lees je wat de hoofdpersonen koken en eten. Ze maken bijvoorbeeld tajer en cassavesoep.

Auteur Marian Hoefnagel schreef een paar recepten bij het boek.



- › **Tajer** *pag 2*
- › **Cassave** *pag 3*
- › **Gort** *pag 4*
- › **Bakbanaan** *pag 4*
- › **Over het boek** *pag 5*



Tajer

Wat is tajer?

Tajer is een groente die een beetje als spinazie smaakt. Het zijn grote, groene bladeren met een dikke steel.



Hoe maak je het schoon?

- Snijd de steel van de bladeren.
- Haal ook de dikke nerf uit het blad.
- Snijd de bladeren in reepjes.
- Haal de harde onderkant van de steel.
- Snijd de steel in plakjes.
- Was de groente.

Wat kun je doen met tajer?

Je kunt tajer koken, stoven en (roer)bakken.

KOKEN

- Doe de reepjes blad in een grote pan met weinig water. De stelen gebruik je niet.
- Kook de tajer maar kort. Tijdens het koken slinkt de groente snel.
- Schep de groente tijdens het koken regelmatig om.
- Breng op smaak met zout en nootmuskaat.

Lekker met gekookte eieren.

STOVEN

- Doe het blad met de steel (in plakjes) in een braadpan.
- Voeg een beetje boter toe.
- Doe de deksel op de pan.
- Laat 20 minuten stoven op een laag vuur.
- Door af en toe om te roeren krijgt de tajer een zachtere smaak.
- Breng op smaak met zout en peper.

Lekker bij kip of vis.

BAKKEN

- Verhit wat kokosolie in een koekenpan.
- Bak de tajer op hoog vuur.
- Bak eerst de plakjes steel.
- Voeg daarna het blad toe.
- Breng op smaak met zout en peper.

Lekker met rijst.



> Wist je dat je de knollen van tajer ook kunt eten?

Cassave

Wat is cassave?

Cassave is een soort wortel, die een beetje naar aardappel smaakt. Cassave heeft een bruine schil en is ongeveer 8 cm breed en wel 90 cm lang. Je kunt cassave niet rauw eten, je moet het altijd eerst koken.



Hoe maak je het schoon?

- Eerst schil je de cassave.
- Dan snijd je hem doormidden.
- In het midden zit een hard deel, dat snijd je eruit.
- Snijd dan de cassave in stukken.
- Die stukken kook je, net als aardappels.

Wat kun je doen met cassave?

Je kunt met cassave hetzelfde doen als met aardappels: koken, bakken, frituren en er soep van maken.

KOKEN

Cassave is gaar als je er makkelijk met een vork in kunt prikken.

BAKKEN OF FRITUREN

Net als aardappels, kun je cassave bakken of frituren.

Met een beetje zout erop ... heerlijk!

Het lijkt dan een beetje op friet of chips.

SOEP

Gekookte cassave wordt vaak door soep gedaan.

Het maakt de soep dikker.

Cassave kan door alle soorten soep. Groentesoep, kippensoep, tomatensoep, pompoensoep en vissoep.



> Van gefrituurde cassave kun je een soort chips maken.

Gort

Wat is gort?

Gort is gepelde gerst, een graansoort dus.

Gort klinkt vies, maar kan best lekker zijn.

Hoe maak je het schoon?

- Gort moet altijd gekookt worden. Dat duurt best lang.
- Gort kan nooit té lang gekookt worden. Want gort wordt niet papperig.
- Tegenwoordig is er ook snelkookgort, die hoeft niet zo lang te koken.

Wat kun je doen met gort?

- Van gort kun je soep maken. Bijvoorbeeld met wortels en uien.
- Maar gort kun je ook eten zoals je rijst eet.
Dus bijvoorbeeld met gebakken uien en paddenstoelen.
Of met roerbakgroente en stukjes gebakken kip.



> Je kunt gort eten zoals je rijst eet.



> Gort is ook lekker in de soep.



Bakbanaan

De bananen in het boek zijn bakbananen, geen gewone bananen. Bakbananen zijn erg lekker, maar je kunt ze niet rauw eten. Ze moeten altijd gebakken worden. Bijvoorbeeld in plakjes.

Over het boek

'Nana, ik ben zo ongelukkig,' zegt Kwasi ineens snikkend.

Nana schrikt ervan. Ze kijkt angstig om zich heen, maar er is gelukkig niemand in de buurt.

'Ach, jongen,' zegt ze dan. 'Dat is je leeftijd. Iedere jongen van veertien is ongelukkig. Over een paar jaar voel je je veel beter. Dan heb je een vrouw en een eigen hutje.'

'Nee, nana,' zegt Kwasi. 'Ik zal hier nooit gelukkig zijn. Ik haat het hier. Ik ben een veldslaaf! Ik heb niets en ik mag niets.'

Hun oma is slavin, hun moeder is slavin. En zelf werkt de 14-jarige tweeling Kwasi en Maisa ook als slaaf op een plantage.

In dit boek vertellen drie generaties hoe het is om tiener te zijn in de slaventijd. Verhalen over ellende, pijn en verdriet. Maar ook over moed, liefde en familie.



Titel Als slavin geboren
Auteur Marian Hoefnagel
Serie Veertien | De tijd van je leven
Uitgever Eenvoudig Communiceren
ISBN 978 90 8696 202 0
96 pagina's | gebonden

Over de serie

VEERTIEN
*De tijd van
je leven*

Als slavin geboren maakt deel uit van de reeks *Veertien*. Dit is een serie boeken over jongeren van veertien jaar. Jongeren die leven in een andere tijd dan nu. Of op een andere plek dan hier. Hoe is het om veertien te zijn in de Gouden Eeuw? In de Romeinse tijd? Of in de Tweede Wereldoorlog?