

noosh-e-jaan

نووش جان

Een culinaire wereldreis per fiets

TIEME HERMANS

TERRA

© 2018

Uitgeverij TERRA

Terra maakt deel uit van TerraLannoo bv

Postbus 97

3990 DB Houten, Nederland

info@terralannoo.nl

www.terra-publishing.com

Tekst: Tieme Hermans

Illustraties: Yorick Bergsma

Fotografie: Veenstra Visueel

Fotoverantwoording:

– Jim Cowan: 19, 81

– Martijn Glastra van Loon: 72-73

– Tieme Hermans: 42-43, 52-53, 64-65, 67, 86-87, 96

– Veenstra Visueel: 11, 13, 15, 17, 23, 25, 27, 29, 31, 35,
37, 39, 41, 45, 49, 51, 55, 57, 59, 63, 69, 75, 77, 79, 83, 89,
91, 93, 95

Ontwerp omslag en binnenwerk:

Sander Pinkse Boekproducties

Eerste druk, 2018

ISBN 978 90 8989 768 8

NUR 500

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inhoudsopgave

Inleiding 7

West- en Centraal-Europa 8

- * Nederland 10
- * Duitsland 12
- * Tsjechië 14
- * Slowakije 16
- * Hongarije 18

Oost-Europa 20

- * Roemenië 22
- * Moldavië 24
- * Transnistrië 26
- * Oekraïne 28
- * Rusland 30

De Kaukasus en West-Azië 32

- * Georgië 34
- * Armenië 36
- * Nagorno-Karabach 38
- * Turkije 40
- * Iran 44

Centraal-Azië 46

- * Turkmenistan 48
- * Oezbekistan 50
- * Tadzjikistan 54
- * Kirgizië 56
- * Kazachstan 58

China en Mongolië 60

- * West-China 62
- * Mongolië 66
- * Oost-China 68

Zuidoost-Azië 70

- * Vietnam 74
- * Cambodja 76
- * Thailand 78
- * Birma 80
- * Laos 82

De laatste slagen 84

- * Maleisië 88
- * Singapore 90
- * Sumatra 92
- * Bali 94

Dankwoord 96



Inleiding

De droom om te reizen ontstond toen ik als kind aan mijn vader vroeg naar al die onbekende landen op onze wereldbol. Hij vertelde over Afrikaanse stammen, verre woestijnen en het grote trollenbos. Ja, ik was dat jongetje dat de klas uit tijgerde, altijd onder de pleisters zat en belachelijke spelletjes verzoon op de speelplaats. Ik kon geen seconde stilzitten en zat vol met ideeën. School was dan ook nooit mijn beste setting. Ik nam een lange omweg en leerde in de horeca wat liefde voor eten was; een liefde die ik deelde aan de keukentafel met familie en vrienden. Tot slot belandde ik echter toch als schrijver aan een bureau met de pen in de hand, al kon ook de journalistiek mijn aandacht niet lang vasthouden. De droom om de wereld te veroveren bleef in leven.

In 2011 besloot ik dat het moest gebeuren: de wijde wereld in. Ik had geld noch spullen en wilde langzaam reizen. Ik droomde van een nomadisch leven met een tent en eindeloze ruimte om me heen. Het idee van een fietsreis was snel geboren. Zo kon ik echt dicht bij de mensen komen waar ik al jaren over las in boeken. Wat doen ze? Wat eten ze? Zijn ze net als wij of toch niet? Ik wilde alles met eigen

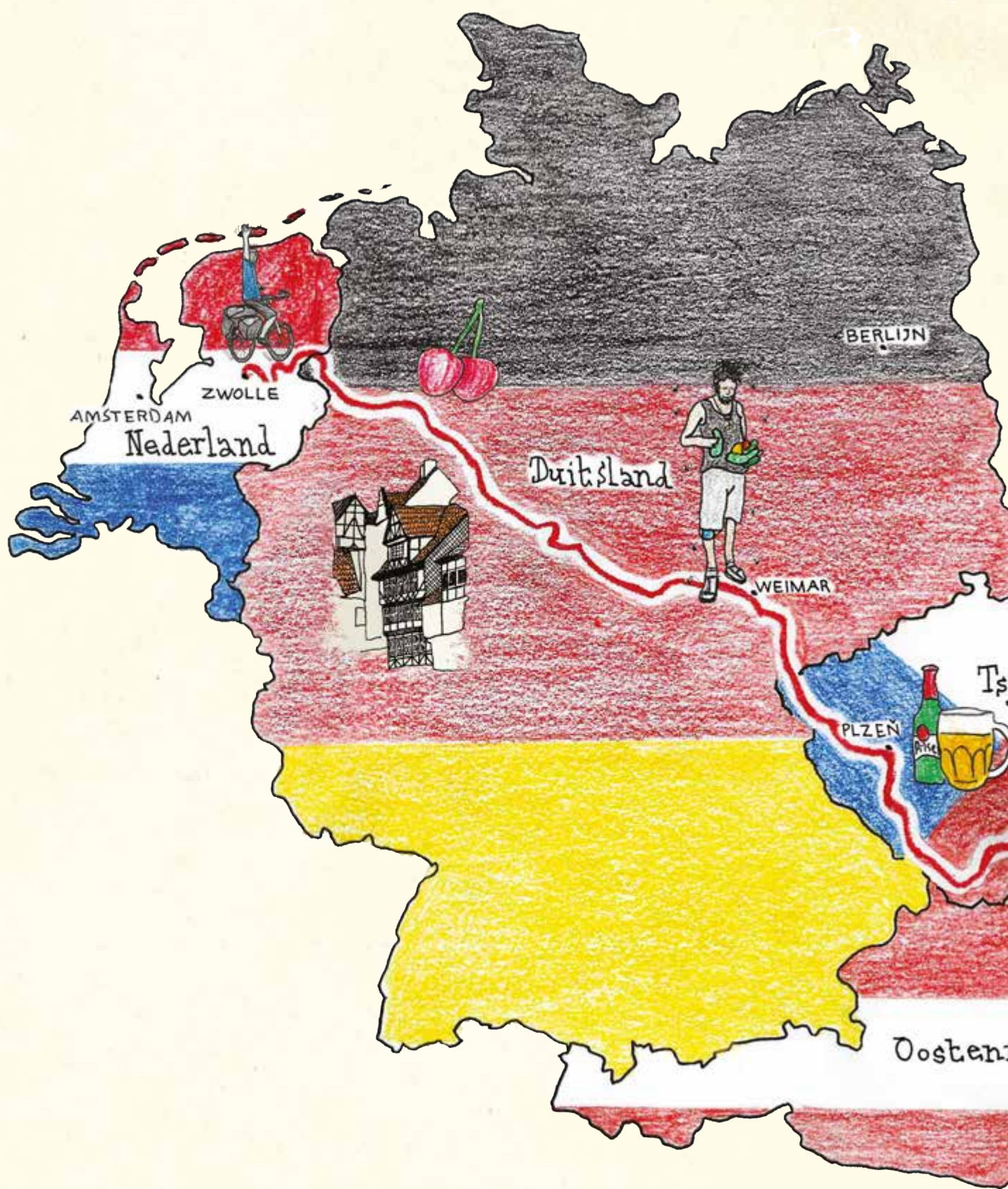
ogen zien en ervaren. En ik wilde de mogelijkheid hebben te stoppen bij elk boerderijtje, om elke willekeurige afslag te nemen en een praatje te maken met wie er ook maar op mijn pad kwam.

Het werd de reis van mijn leven. In meer dan dertig landen gingen er deuren voor me open en kreeg ik de kans te proeven van het dagelijks leven en de beste lokale cuisines. *Noosh-e-Jaan* voelt als slechts het topje van de ijsberg aan avonturen en bijzondere ontmoetingen, maar staat tegelijk symbool voor de kracht van het alledaagse.

De collectie grotendeels zeer toegankelijke recepten in dit boek komt rechtstreeks uit de keukens van vele traditionele families waar ik te gast was. Graag neem ik je mee op een culinaire reis naar al deze verre landen. Alsof je zelf om dat kleine kookvuur zat.

Noosh-e-jaan!

Tieme



AMSTERDAM

Nederland

ZWOLLE

Duitsland

BERLIJN

WEIMAR

PLZEN

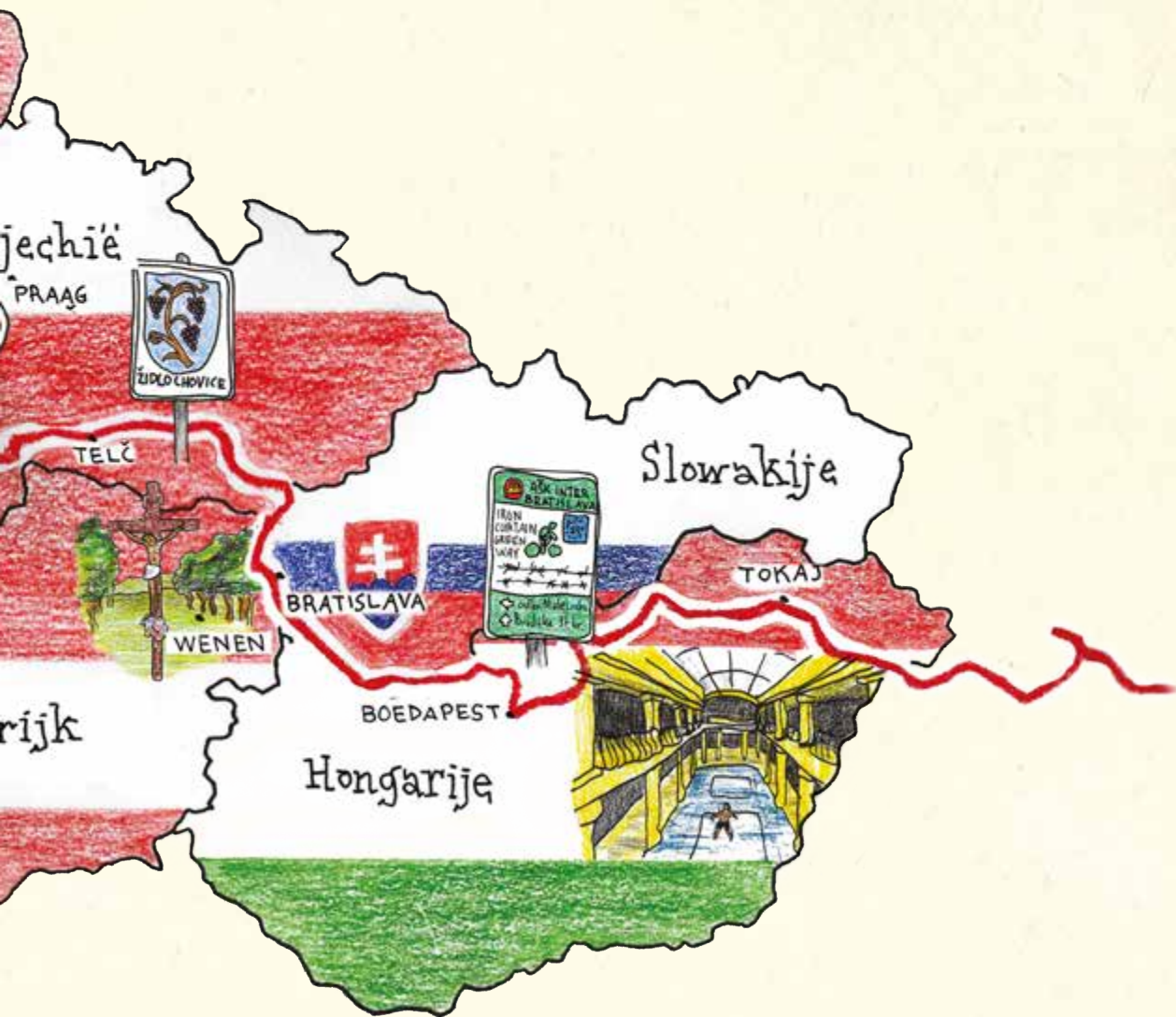
Oosten

Ts

West- en Centraal-Europa

Nederland * Duitsland * Tsjechië * Slowakije * Hongarije

Met moeite scheur ik me los van mijn veilige thuishaven en ik fiets in mijn eentje de grote wereld in. Ik voel me klein en onwennig en weet eigenlijk niet goed waar ik aan begonnen ben. Toch groeit het vertrouwen langzaam maar zeker door de gastvrijheid van de Duitse boeren, de Slowaakse families en het warme onthaal dat ik krijg in een Hongaarse wijngrot. Het is een zomer vol ontdekkingen in het bekende Europa, dat ik met nieuwe ogen leer zien. Op een dag sta ik op een heuveltop aan de kant van de weg en schreeuw ik het uit van geluk.



Nederland: de eerste slagen

Ik fiets langs de oude Ambachtsschool, Café Pierik en de bowlingbaan waar ik menig kinderfeestje heb gevierd. Zwolle heeft weinig raadsels voor me. De gebouwen en straatnamen zijn vertrouwd en ik kom er altijd bekenden tegen. Mijn stadje, waar elke hoek een verhaal heeft. Maar vandaag is alles anders. Voor het laatst fiets ik langs alle oude gebouwen en straten. Vandaag ben ik begonnen aan een wereldreis. Helemaal naar Bali, in mijn eentje. Een fietsreis die me in tweeënhalp jaar over 33.000 kilometer door ruim dertig landen en honderden plaatsen zal voeren.

Maar voor ik vertrek, geniet ik nog één keer van een uitgebreide lunch aan de eettafel bij mijn ouders; met brood, kaas en echte Zwolse mosterdsoep.

Wanneer ik word uitgezwaaid door de mensen van wie ik hou, weet ik dat het begin zwaar zal worden. Liefde, vriendschap, werk en geborgenheid laat ik in Nederland achter en ik ben amper getraind. Ik heb nauwelijks tijd gehad om mijn nieuwe spullen uit te testen; voor mijn gevoel fiets ik halsoverkop weg uit een gelukkig leventje.

Met een verbeterd gezicht fiets ik Zwolle uit en ik volg de Vechtdalroute die me binnen twee dagen Duitsland in zal leiden. Verstijfd zit ik in het zadel, ik kijk strak voor me uit en voel me ellendig.

Waarom doe ik dit eigenlijk? Waarom laat ik mijn

mooie leventje achter me? Tot overmaat van ramp verlies ik na een paar uur ook nog eens de route-paaltjes uit het oog en beland ik aan de rivier de Regge. Ik besluit mijn eerste bivak hier dan maar op te zetten om rustig al mijn kampeerspullen uit te testen, ook al is het nog vroeg.

Eerst de tent. Ik begrijp geen fluit van de instructies en zet hem ten slotte scheef en binnenstebuiten op. Dan is mijn kookstel aan de beurt, een benzinebrander. Ik draai wat aan de knoppen en er komt inderdaad benzine uit het slangetje gespoten. Maar wat nu? Voorzichtig steek ik hem aan, niet doorhebbend dat het reservoir allang overstroomd is en dat er brandstof over het kurkdroge gras sijpelt. Een enorme steekvlam schiet alle kanten op over de grond, terwijl de benzine eruit blijft komen. Snel draai ik het kraantje dicht en net op tijd weet ik de beginnende heidebrand uit te stampen.

Op de Dag van de Heer zijn de winkels hier dicht, wat betekent dat ik me moet redden met de knoflook, spaghetti en pindakaas die ik vanochtend uit mijn moeders keukenkastje plukte. Een twijfelachtige combinatie. Ik sluit mijn ogen en denk terug aan die overheerlijke mosterdsoep van vanmiddag. Wat een smakelijk begin van een culinaire wereldreis.



Zwolse mosterdsoep

Voor wie meer in het keukenkastje heeft staan dan spaghetti en pindakaas is er dit lekkere recept uit mijn geboortestad.

3 el roomboter * 200 g prei, in dunne ringen * 2 teentjes knoflook, fijngehakt * 4 à 5 el grove (Zwolse) mosterd * 8 dl groentebouillon (liefst geen blokje) * 2,5 dl slagroom * 150 g belegen kaas, geraspt * lente-ui ter garnering * zwarte peper * spekblokjes, uitgebakken (optioneel) * 1 zure appel, geraspt (optioneel)

1 Smelt de boter in een braadpan en bak de prei en knoflook zo'n 20 min. op middelhoog vuur tot de prei glazig is.

2 Zet het vuur laag, voeg 3 eetlepels mosterd toe en bak deze 3 min. mee.

3 Voeg de bouillon toe en breng de soep aan de kook.

4 Zet het vuur laag en kook onder af en toe roeren zo'n 20 min.

5 Haal de soep van het vuur en pureer deze met een staafmixer.

6 Voeg vervolgens de slagroom toe en breng opnieuw aan de kook.

7 Roer de kaas door de soep, proef deze en voeg naar smaak nog 1 à 2 eetlepels mosterd toe en zet het vuur uit.

8 Breng de mosterdsoep op smaak met zwarte peper, garneer met lente-ui en eventueel met uitgebakken spek of geraspte appel.

9 Serveer met stevig bruin brood, roomboter en belegen kaas.





Georgië: oogsttijd in het laagland

Natuurstenen huisjes, duizend jaar oude kloosters en kastelen. Wie op zoek is naar het oude Europa vindt het in Georgië. De dorpen ruiken naar mest en houtvuur en ik deel de weg met paard-en-wagens. Na een heftige klim vanuit Rusland over een bergpas van 2400 meter arriveer ik in het laagland en kom ik terecht bij een traditionele boerenfamilie die zich opmaakt voor de jaarlijkse druivenoogst. In de volle oktoberzon sta ik tussen de wijnranken naast een kromme oma, haar zwaarlijvige zoon en hun vrolijke buurvrouw. Behendig snijdt oma de rijpe druiven van de stok en ze mikt ze in de grote plastic emmer aan haar voeten. Ik doe enthousiast mee aan mijn eerste druivenpluk, al mis ik nog wat snelheid. 'Als klein meisje bleef ik thuis om te helpen met het koken van het feestmaal en stond ik vol spanning te wachten op de paardenkarren met druiven,' vertelt oma.



Tegenwoordig wordt de oogst per auto vervoerd, maar verder doen ze hier alles nog precies als vroeger: oogsten gaat met de hand, persen met de voet en de fermentatie gebeurt ondergronds in aardewerken kruiken.

Tijdens de lunchpauze is er heerlijk Georgisch houtovenbrood met tomaten en komkommers uit eigen tuin en kaas van de buurman. Na de onderbreking oogsten we vrolijk verder en ik krijg de smaak goed te pakken. Het is zwaar maar leuk werk. Tijdens het plukken kletsen de vrouwen uitbundig met elkaar, terwijl de mannen de volle emmers met druiven ophalen en in hun oude Lada zetten. Aan het eind van de hete middag zijn we klaar. In het beekje naast het veld wassen we het zweet en zand van ons gezicht en met twee auto's vol biologische druiven keren we terug naar het dorp.

Thuis worden we opgewacht door de vrouwen die zijn achtergebleven en die de hele dag hebben gezwoegd op een traditionele *supra*, een Georgische feestmaaltijd. Op tafel staan sjasliek met pruimensaus, sterke schapenkaas, salades, brood, spinaziepastas en auberginerolletjes met walnoot en granaatappel. De auberginerolletjes zijn voor mij het symbool van de klassieke fusionkeuken op dit culturele kruispunt. Georgië profiteert mee van de zachte smaken van het Middellandse Zeegebied, de robuuste kracht van de Russische cuisine, het vleugje rauwheid van de Aziatische steppe en de kruidige finesse van het Midden-Oosten.

Een kip wandelt de keuken in en wordt met een stok weggejaagd door een foeterende oma. De familieleden zitten dicht bij elkaar rond de grote eettafel in de oude boerderij en nemen de tijd om te genieten van het feestmaal. Ze zijn trots op hun land, hun familie en hun producten. Het vieren van de oogst is daarom belangrijk voor Georgische boerenfamilies. Met een luid '*kaumarjos!*' gaat het glas de lucht in. Proost!

Auberginerolletjes uit het oude Europa

Nodig je vrienden uit voor een echte Georgische supra en zet de tafel tjokvol met het beste van deze rijke keuken.

200 g walnoten, gepeld * 3 teentjes knoflook, fijngehakt * 1 tl gemalen fenegriek (optioneel) * 1 tl paprikapoeder * 0,5 tl korianderpoeder * 2 tl witte wijnazijn * 2 grote aubergines * 4 el olijfolie * 4 el verse granaatappelpitjes * verse peterselie of koriander * 1 kleine rode ui, in halve ringen * zout en peper



1 Maal de walnoten fijn in een vijzel of keukenmachine en meng met de knoflook, fenegriek, paprikapoeder, korianderpoeder, azijn, een scheutje lauwwarm water, zout en peper.

2 Snijd de aubergine in de lengte in dunne plakken, bak deze vervolgens op middelhoog vuur in olie tot beide kanten goudbruin zijn en laat uitlekken op keukenpapier.

3 Verdeel de walnootpasta gelijkmatig over elke plak aubergine. Mocht de pasta te dik zijn, voeg dan nog een scheutje water toe.

4 Vouw de aubergineplakken dubbel of rol ze op en garneer met granaatappelpitjes, koriander of peterselie en rode ui. Pin eventueel vast met een satéprikker.

5 Serveer als voorgerecht of samen met Armeense gehaktballetjes en bulgursalade uit Nagorno-Karabach (pagina 37 en 39) voor een echte Kaukasische maaltijd.

