

WELKOM

Toen ik nog jong en dom was besloot ik op een dag een boek te schrijven over een schrijver die een boek schrijft over een schrijver die een boek gaat schrijven over het schrijven van een boek over een schrijver. Dat leek me een ongelooflijk interessant onderwerp. Als enige, bleek.

Toen ik mijn vrouw Mascha van mijn voornemen vertelde, mompelde ze ‘bóóóóring’, en mijn uitgever destijds zei ‘interessant’, wat ongeveer hetzelfde betekent. In een talkshow vertelde ik later dat mijn beoogde roman zou moeten gaan over de invloed van boekrecensies en de vaak idioot harde reacties van het publiek op schrijvers, waarop de aanwezige Haagse kooktornado Pierre Wind bulderde dat dit fenomeen in misschien nog grotere mate opging voor... koks. Ook zij worstelen met uiteenlopende beoordelingen, Michelinsterren en de stress van het almaar op topniveau moeten presteren.

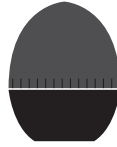
Door Winds opmerkingen dacht ik na over mijn boek, en nog die avond besloot ik van de hoofdpersoon een chef-kok te maken in plaats van een schrijver. Een mijn beste beslissingen, al zeg ik het zelf. Een jaar later verscheen mijn roman *Troost*, waarvoor ik ter voorbereiding de hele *Larousse Gastronomique* en de *Oxford Companion to Food* had gelezen en stage had gelopen bij Jon Sisternans, een voormalige tv-kok die ooit twee Michelinsterren bij elkaar kookte (en die ik in dit boek een paar keer zal noemen).

Na verschijning van *Troost* werd ik door verschillende kranten, bladen en tijdschriften gevraagd om over het onderwerp ‘eten’ te schrij-

ven – en twaalf jaar later doe ik dat nog steeds. In dit boek heb ik stukken gebundeld die ik in de loop der jaren over ingrediënten, koks en voedsel heb gepubliceerd. Omdat bij de meeste artikelen al een recept zat – vaak door Mascha bedacht – hadden uitgever Arend Hosman en ik het idee om alle stukken van een gerecht te voorzien.

Ten geleide van de recepten: de aangegeven temperaturen kunnen verschillen, ik kook zelf met een heteluchtoven. De recepten zijn in principe voor vier personen, tenzij anders aangegeven. In recepten van anderen lees ik dat er soms nogal moeilijk wordt gedaan over hoeveel grammen per eetlepel; bij mij is een eetlepel gewoon een eetlepel en het eigen oordeel is hierbij doorslaggevend. Sterker nog: het eigen oordeel is in alle gevallen doorslaggevend. Zie de recepten als een leidraad en zeker niet als een voorschrift. Laat het vooraf duidelijk zijn: ik ben geen professionele kok, noch een professionele receptenschrijver, maar wel iemand die (vaak) met plezier kookt, eet en schrijft. En ik hoop dat dit plezier overkomt. Eet en lees smakelijk!

VANUIT HET EI



Volgens Van Dale betekent *lucullus* ‘lekkerbek’ of ‘smulpaap’ – en dat ben jij, want anders las je dit niet. Misschien is het aardig om eerst *ab ovo* te gaan, oftewel me letterlijk ‘vanuit het ei’ te introduceren. Ik stam uit een geslacht van lucullussen: mijn moeder was een echte *gourmande*, zoals *foodies* vroeger werden genoemd. Ze was een klassieke keukenvorstin, in haar jonge jaren had ze al vele kookcursussen gedaan, ze bereidde per maaltijd meerdere groenten, serveerde haar gerechten nooit rechtstreeks uit de pan en maakte alles het liefste zelf klaar. Voor haar geen pot- of blikvoer. En ze was lid van de Weight Watchers, dat moet ik er ook bij zeggen.

Van mijn ouderlijke keuken herinner ik me vooral mijn moeders tomatensoep, maar ook het gemak waarmee ze ragout bereidde en de overweldigende smaak van haar mayonaises, hollandaises en bernaises. Ik vond het een van de wonderen van haar kookkunst: het moment dat olie, wat azijn en een eierdooier veranderden in een goddelijke kwak. Het was denk ik mijn eerste echte gastronomische ervaring: de romige, zalverige, zachtzure smaak van zelfgemaakte mayonaise. Een van mijn eerste lievelingskostjes destijds was een gerecht dat mijn moeder plechtig uitsprak als ‘*uf duur majonèze*’.

De Belgische overheid maakte bekend dat zij de beruchte ‘mayonaisewet’ uit 1955 wilde aanpassen aan de eisen van de moderne voedingsindustrie. Volgens de oude wet moest er in Belgische mayonaise minimaal tachtig procent vetstof en zevenenhalf procent eigeel zitten. Terecht, want mayonaise moet vet zijn. Belgische voedselabrikanten

wilden echter de hoeveelheid olie liever vervangen door water, suiker en chemische toevoegingen, zoals in andere landen gebruikelijk is (de meeste Nederlandse fabrieksmayonaises vallen het beste te omschrijven als ‘hartige jam’ en ‘suikerdipsaus’).

Mijn moeder zou zich hebben omgedraaid in haar urn als dit besluit haar ter ore was komen. Vandaar een ode aan haar *uf duurs*. Een simpeler schotel is niet denkbaar – hardgekookte eieren met een lik mayo – maar in de eenvoud zit de volmaaktheid.

Breng water aan de kook en kook hierin de eieren in acht minuten hard. Schep ze uit het water en houd ze even onder de koude kraan. Pel de eieren als ze voldoende afgekoeld zijn. Meng voor de mayonaise de eierdooiers, de mosterd en het citroensap in een kom tot een romige massa. Voeg vervolgens al kloppend beetje bij beetje de olie toe. Zodra er een mooie emulsie is ontstaan kun je de rest van de olie in een dun straaltje toevoegen; blijf steeds kloppen. Als de mayonaise de gewenste dikte heeft, kun je hem op smaak brengen met peper en zout.

Snijd de eieren over de lengte doormidden, leg op elk bord twee eierhelften en schep hierover een goeie dot mayonaise. Garneer eventueel met wat plakjes tomaat voor de frisheid. Denk bij het opeten aan je moeder.

4 eieren
2 eierdooiers
1 theelepel mosterd
1 eetlepel citroensap
150 milliliter zonnebloemolie of arachideolie
zout en peper
eventueel wat plakjes tomaat

(vegetarisch)

MOEDERDAG



Ze zeggen dat een mens leeft zolang er aan hem of haar wordt gedacht, en dat is een troostrijke gedachte. Ik denk dat ik nog dagelijks aan mijn moeder denk. Ze is alweer meer dan twintig jaar dood, al voelt dat eigenlijk veel korter. *Wer früher stirbt, ist länger tot*, aldus de Duitsers. Wie vroeg sterft, is langer dood. Dat geldt zeker voor mijn moeder, die hopelijk nog wel enige tijd dood zal zijn. Er komt een dag dat ze langer niet dan wel in mijn leven is geweest, als ik niet tenminste zelf vroegtijdig een tuintje op mijn buik krijg.

Mijn moeder overleed op haar zesenvijftigste, na – goddank – een rijk, humorvol en strijdbaar bestaan. Als politica heeft ze altijd geprobeerd zich in te zetten voor zwakkeren en minderbedeelden. Het rijke van haar bestaan zat 'm dan ook niet in financiële zaken, want daar was ze nu juist niet fortuinlijk. Ze was veel te vrijgevig en hield te veel van het organiseren van feestjes en soirees. Als gezegd was goed eten een onstuimig onderdeel van haar leven. Naast dat ze haar eigen patés maakte, bakte ze taarten en trok haar eigen bouillons. Als ze nog had geleefd sluit ik niet uit dat ze zich voor *Heel Holland Bakt* had ingeschreven – dus dat is ons bespaard gebleven.

Speciaal voor Moederdag wilde ik voor mijn kinderen een van mijn moeders gerechten eren: haar stoofschotel met lamsvlees, haar *omelette norvégienne*, haar huzarensalade, haar biefstuk stroganoff, haar idioot lekkere tomatensoep. Maar zoals het gaat: na mijn moeders overlijden heeft mijn zus haar recepten geconfisqueerd – een doos met aantekeningen en vergeelde papieren. Deze paperassen kwamen

terecht op zolder en na een verhuizing in een kelder, en daarna weer op een andere plek, en na verloop van jaren kan mijn zus ze niet meer vinden. Ach, misschien maar beter ook. Een filosoof zei dat herinneringen de wijnkelders van de geest zijn: we halen altijd de beste flessen naar boven. In mijn herinnering was de kookkunst van mijn moeder ongeëvenaard en het zou zonde zijn om die nalatenschap te ruïneren. Daarom een recept voor idioot lekkere tomatensoep van een andere moeder: mijn vrouw.

Draai van het gehakt, de ei en een snuf zout kleine balletjes. Doe de tomaten in een pan. Verwarm tot er een laagje vocht staat. Het deksel erop en het vuur hoger. Kook tot er een zachte massa is ontstaan. Druk de massa na afkoelen door een zeef. Vang het tomatenvocht op in een pan (en gooi de rest weg). Houd minstens een liter sap over, zo niet: aanvullen met water en een lepel tomatenpuree. Fruit de sjalotjes en daarna de knoflook. Roer er bloem doorheen en giet met een dunne straal het tomatenvocht erbij. Goed roeren. Breng de soep aan de kook, samen met verse kruiden, laurierbladeren en een bouillonblokje. Laat een kwartier doorkoken, verwijder de kruiden, voeg de balletjes toe, laat nog vijf minuten koken en voeg zout en peper toe. Serveer met een scheutje room of een moederlijk drolletje mascarpone.

150 gram gehakt

1 ei

1½ kilo tomaten (goed rijp, in vieren gesneden)

2 sjalotjes of 1 grote ui

1 teen knoflook

bloem (2 tot 3 eetlepels)

verse kruiden (peterselie, tijm, basilicum, marjolein, maggikruid of lavas)

2 laurierbladeren

groentebouillonblokje

olijfolie of boter

zout en peper

room of mascarpone

CURRY



Gisteren was het haar verjaardag en hoewel ze alweer drieëntwintig jaar geleden overleed blijft dat toch een dag waarop we een paar keer extra aan mijn moeder denken. De liefde van mijn vader ging blijkbaar niet door de mond, want toen ik elf jaar was gingen mijn ouders uit elkaar, waarna er een last van mijn moeders schouders viel en ze eindelijk kon doen wat ze zich jarenlang had ontzegd: reizen en de wereld ontdekken. Op een van die stroomtochten naar nieuwe ervaringen nam ze mij en mijn zus – en naar later bleek ook een minnaar, maar dat valt hier buiten het bereik – mee naar Londen, een stad die grote aantrekkingskracht op haar had. We gingen er naar een musical, reden in een *double-decker bus* en bezochten de toeristische highlights.

Maar het meeste indruk maakte een bezoek aan een Indiaas restaurant, waar ik voor het eerst van mijn leven een curry at. Dat was een ongekende smaaksensatie die mijn jeugdige perceptie van ‘eten’ compleet veranderde. Niet dat ik niet tevreden was over mijn moeders pappot, maar dit was een gerecht uit een totaal ander universum.

Waarschijnlijk was mijn eerste curry een zogenaamde *butter chicken curry*, wat ik baseer op mijn herinnering aan de geeloranje crèmekleur van de schotel. Een paar weken geleden was ik terug in Londen, voor de presentatie van een vertaling van een van mijn boeken. Mijn coauteur, die jarenlang in Engeland heeft gewoond, nam me mee naar Brick Lane, het centrum van de Indiase eetcultuur in Londen. Toen ik

de straat betrad kwam mijn bezoek van destijds weer terug: hier was ik onmiskenbaar eerder geweest.

We zagen vele eethuizen gebroederlijk naast elkaar, variërend van een Masterchef of the Year, The World's Best Curry House, The Oldest Restaurant in Brick Lane tot The Best Indian Restaurant. We kozen voor The Best Curry House in the U.K., in de vage notie dat dit weleens het restaurant van toen geweest kon zijn. Op de kaart zag ik zowaar een butter chicken curry en tien minuten later stond de schotel dampend voor me. De hap die ik nam slingerde me veertig jaar terug in de tijd – en dat was aangenamer dan ik vooraf had gedacht.

Marineer het kippenvlees een kwartier in gember, twee teentjes knoflook, kerrie en een eetlepel chilipoeder. Bak het in olie en bewaar het in een schaal. Doe de uien in de pan met twee eetlepels boter. Als de uien glazig worden doe je gepelde tomaten, een teen knoflook, azijn, garam masala, gemberpoeder, paprikapoeder een theelepel chilipoeder, palmsuiker en sambal erbij, plus de kippenbouillon. Laat dit twintig minuten pruttelen. Giet de saus in een schaal en pureer het geheel goed tot het mengsel heel *smooth* is. Giet de saus door een zeef terug in de pan (druk het vocht met een de achterkant van een lepel uit het residu). De gebraden kip mag terug in de pan, samen met de rest van de boter, drie eetlepels crème fraîche, gehakte cashewnoten en fenegriekblad. Op smaak brengen met zout en peper. Nog tien minuten zachtjes doorkoken en garner de curry met een eetlepel crème fraîche en gehakte peterselie.

400 gram gefileerde kip in stukken (zonder bot)
3 centimeter verse gember, goed gehakt
3 teentjes knoflook, geperst
1 eetlepel kerrie
1 eetlepel chilipoeder plus 1 theelepel chilipoeder
olijfolie
2 uien, gesnipperd
80 gram boter
400 gram gepelde tomaten
scheutje azijn of wijnazijn

1 eetlepel garam masala
1 theelepel gemberpoeder
1 eetlepel paprikapoeder
50 gram palmsuiker (of bruine of witte suiker)
2 theelepels sambal badjak
100 milliliter kippenbouillon
60 gram crème fraîche (4 eetlepels)
50 gram gebrande gezouten cashewnoten, gehakt
1 eetlepel fenegriekblad (alternatief: komijn of karwijzaad)
zout en peper
2 eetlepels gehakte peterselie

PARTY PEOPLE



De smaken uit mijn jeugd. We hadden vroeger burens van wie de vrouw uit Indonesië kwam en de man uit Purmerend. Tante Annie, zoals onze buurvrouw heette – naar de gewoonte uit de jaren zeventig dat alle volwassenen door kinderen oom of tante werden genoemd – kon koken zoals ik dat later eigenlijk nooit meer ben tegengekomen. Indonesisch. Nog steeds pavlovt het water mij in de mond als ik iemand hoor praten over ‘de Indonesische keuken’.

Mijn tempo doeloe waren de gerechten die tante Annie voor mijn zus en mij bereidde als mijn ouders zich bezighielden met het redden van de wereld (het waren de jaren dat alle volwassenen zich bezighielden met ‘maatschappijkrietese akties’). Annie zorgde ervoor dat onze magen toch werden gevuld. Smoors, satés, verschillende soorten babi’s, pisang, ajams, bloemkoolkoekjes, garnalenkoekjes, maiskoekjes en vooral tante Annies rendang, die ik daarna nooit meer ergens zo ben tegengekomen.

Nooit meer? Met schrijver Dylan van Eijkeren raakte ik verzeild op het Indonesische festival Pesta Rakyat in Wassenaar. Op het terrein van de Indonesische School komen daar ieder jaar rond begin september zeventuizend mensen bij elkaar om zich te storten op zestig verschillende eetstandjes. Het festival – dat volgens Google Translate *party people* betekent – is een walhalla voor iedere rechtgeaarde liefhebber van de Indonesische keuken. Het hele *Groot Indonesisch Kookboek* van Beb Vuyk wordt er bereid. Ik ken geen festival waar het zo schaamteloos gaat om eten, eten, eten. Sinds onze eerste keer komen

mijn vriend en ik er iedere editie, al zijn we wel twee van de weinige totoks op het volksfeest.

Ook dit jaar heb ik mij weer rond gegeten aan alle mogelijke baksels en satés, en alles bracht mij terug naar de tempo doeloe van mijn jeugd. Op één gerecht na: ik at er verschillende rendangs, heerlijk, natuurlijk, overweldigend, maar geen van de schotels kwam in de buurt van de mythische en onovertroffen rendang van mijn oude buurvrouw. En dat was eigenlijk wel een opluchting.

Inmiddels maakt Mascha al een jaar of tien haar eigen rendang, die ook niet bepaald onversmadelijk is, en mij soms – kortstondig – terugbrengt naar mijn jeugd. Niet meer dan een paar seconden, maar toch.

Verhit de olie in een braadpan en fruit hierin de uien en de knoflook. Voeg na ongeveer drie minuten de suiker en alle kruiden behalve de salam- en limoenblaadjes toe, en bak alles voor vijf minuten, dan kunnen de rundvleesblokjes erbij. Roer alles goed om en bak het vlees even aan. Schenk de kokosmelk erbij, voeg de salam- en limoenblaadjes toe en breng alles aan de kook. Laat het gerecht met deksel op de pan minimaal twee uur pruttelen op zacht vuur, liefst langer, het vlees moet bijna uit elkaar vallen. Breng het gerecht eventueel op smaak met zout en haal voor het serveren het citroengras en de blaadjes eruit. Lekker met rijst, Indonesische boontjes en zoetzure komkommer.

- 2 eetlepels plantaardige olie
- 2 uien, gesnipperd
- 3 teentjes knoflook, geperst
- 2 eetlepels palmsuiker (toko) of bruine suiker
- 1 eetlepel korianderpoeder
- 1 eetlepel komijn
- 1 eetlepel kurkuma
- 4 kardemompeulen, gekneusd
- 2 eetlepels verse gemberwortel, geraspt
- 2 stengels citroengras, gekneusd
- 2 rode pepertjes, fijn gesneden (inclusief zaadjes)
- 1 kilo runderstoofvlees, in dobbelsteentjes gesneden
- 800 milliliter kokosmelk
- 4 salamblaadjes (toko)

4 limoenblaadjes (toko)

zout

eventueel rijst, Indonesische boontjes en zoetzure komkommer

CRÊPE SUZETTE



Mijn moeder nam mij mee naar een chic restaurant in Brussel, waar een zwartgeklede ober bij ons aan tafel crêpes suzette voor ons bereidde en daar een dusdanig theaterspektakel van maakte dat ik mij het voorval veertig jaar later nog herinner. Hij zette zijn gerecht in de brand en de vlammen laaiden hoog op in de protserige eetzaal. Een crêpe suzette is een dun pannenkoekje dat wordt geserveerd in een saus van boter, suiker, sinaasappel of mandarijn. Na opdienen wordt het flensje overgoten met likeur, meestal Grand Marnier, waarna het in de hens wordt gestoken (of geflambeerd, zoals koks het noemen) en vaak wordt het geserveerd met vanille-ijs. De smaak van de gekaramelliseerde citrus-botersaus met de zalvende zachtheid van het pannenkoekje is ongeëvenaard.

Zoals het met bijna alles in de eetkunde gaat weet niemand zeker waar het gerecht vandaan komt en wie de naam heeft bedacht. Er circuleren zeker vijf verschillende theorieën, waarvan de meest gangbare is dat de latere chef Henri Charpentier de uitvinder is. Op een dolle avond in 1895 was de prins van Wales in Monte Carlo te gast in een restaurant genaamd Café de Paris, waar een toen veertienjarige ober per ongeluk de fik zette in een flensje dat was besprenkeld met sinaasappellikeur. Het joch proefde van het verbrande gerecht en herkende meteen ‘de heerlijkste mengeling van zoete smaken die hij ooit had geproefd’. Daarom durfde hij het aan dit aan de prins te serveren, die prompt wilde weten hoe het gerecht heette.

‘Prinsenpannenkoek,’ antwoordde de jongen, waarop de latere

Engelse koning hem vroeg die naam te veranderen in ‘crêpe suzette’, naar de bevallige Française met wie hij de hort op was.

Waar of niet: het is een mooi verhaal. Henri Charpentier verruilde na dit incident het vak van ober voor dat van kok, en na te hebben gekookt voor staatshoofden en beroemdheden vertrok hij in 1906 naar New York, waar hij eveneens furore maakte. Op het hoogtepunt van zijn roem was hij een van meest gewilde chefs van Amerika.

Na een paar faillissementen kocht hij voor tien dollar van het Leger des Heils een oud fornuis en kookte hij in zijn kleine huiskamer voor maximaal twaalf mensen een spotgoedkope maaltijd (en dan moesten de gasten zelf hun eigen wijn meenemen). Hij was meestal meer dan een jaar van tevoren volgeboekt en uiteraard stonden crêpes suzette altijd op het menu.

Crêpe suzette! Meng boter, mandarijn sap, geraspte mandarijn schil en suiker goed door elkaar tot er een egale mandarijn boter ontstaat. Maak een beslag van bloem, eieren, melk en zout, en bak hiervan twaalf dunne flensjes. Bestrijk de flensjes met de mandarijn boter en vouw ze in vieren, leg ze vervolgens in een pan met gesmolten boter op matig vuur, schenk er likeur overheen en wakker de pyroomaan in uzelf aan. Gerechtig brandend opdienen, eventueel met een bolletje vanille-ijs. Denk bij het opdienen vooral aan Suzette. Of aan Henri Charpentier.

Voor de boter:

100 gram zachte boter
sap van 1 mandarijn
geraspte schil van 1 mandarijn
50 gram suiker

Voor het beslag:

50 gram bloem
2 eieren
250 milliliter melk
zout

boter om te bakken en smelten

drie eetlepels favoriete, dan wel voorradige likeur (dit kan van alles zijn:

curaçao, triple-sec, cointreau, Grand Marnier, cognac of kirsch)
4 tot 6 bolletjes vanille-ijs

(vegetarisch)

DAVE'S MOM



Op 11 april 2017 overleed op 95-jarige leeftijd Dorothy Mengering (geboren Hofert), een naam die niemand hier iets zal zeggen. Zij kreeg in Amerika landelijke bekendheid als 'Dave's Mom', oftewel de moeder van de voormalige talkshowhost David Letterman van *The Late Show*. Dorothy Mengering verscheen regelmatig in dat programma om de rol van even wereldwijze als wereldvreemde moeder te spelen. Toen David Letterman tijdens de Olympische Spelen van 1994 uitzond vanuit Lillehammer interviewde Dave's Mom beroemde sporters en gasten (zo vroeg ze aan Hillary Clinton of haar man, destijds president, iets kon doen aan Lettermans verkeersboetes).

Ik heb een beetje een band met Dorothy, want ooit schreef ik een roman waarin haar zoon als personage voorkwam. In *Phileine zegt sorry* is mijn hoofdpersoon Phileine te gast bij David Letterman en zet ze zijn show op stelten. In een aanval van jeugdige overmoed besloot ik na verschijning van mijn boek een poging te doen David Letterman mijn roman te overhandigen (hoe vaak wordt een Amerikaanse tv-host per slot van rekening vereeuwigd in een Nederlandse roman), maar dat liep op niets uit. We konden geen kaarten voor de show bemachtigen en zagen Letterman ook niet toevallig in de buurt van het Ed Sullivan Theater, waar het programma werd opgenomen.

Maar toen. In een vestiging van de grote boekhandelsketen Barnes & Noble zag ik een kast met gesigioneerde boeken, een fenomeen waaraan in Amerika meer waarde wordt gehecht dan bij ons. Er stond een titel

genaamd *Home Cookin' with Dave's Mom*, een kookboek van Dorothy met een voorwoord van David Letterman zelf. Het door Dorothy persoonlijk gesigneerde boek bevatte alle familieklassiekers van Daves moeder, aangevuld met sappige anekdotes en sterke verhalen.

Ik heb het boek direct aangeschaft, niet omdat het een kookboek was, maar vanwege de link met een van mijn personages. Jarenlang was het mijn enige kookboek, tot ik besloot een roman over een kok te schrijven en culinaria gaandeweg mijn verslaving werden.

Toen *Phileine zegt sorry* in 2003 werd verfilmd hebben regisseur Robert Jan Westdijk en de producenten vele pogingen gedaan om David Letterman zo gek te krijgen dat hij zichzelf zou spelen. Hijzelf leek daartoe genegen en ons leek het fantastisch als Kim van Kooten in haar rol van Phileine *The Late Show* zou terroriseren, maar helaas lukten de pogingen toch niet. Als schrale troost heb ik toen voor Westdijk een maaltijd bereid uit *Home Cookin' with Dave's Mom*.

Pompoenmuffins (zestien stuks), naar een recept van Dave's Mom. Roer in een beslagkom de suiker, de melasse (de *syrup* of stroop) en de boter tot een crème. Voeg het ei en de pompoenblokjes toe en meng alles goed door elkaar. Meng in een andere kom de bloem met de *baking soda* en het zout, en roer dit mengsel door de pompoen crème. Roer de pecannoten luchtig door het beslag. Vul goed ingevette vormpjes halfvol met het beslag. Bak ze twintig minuten in een oven op 190 °C.

135 gram lichte basterdsuiker

60 milliliter melasse of molasse (verkrijgbaar bij natuurwinkels, toko's en sommige supermarkten. Een alternatief is *maple syrup*, appelstroop of gewone stroop)

120 gram ongezouten roomboter, op kamertemperatuur

1 ei, losgeklopt

150 gram pompoen, in blokjes, gekookt (het recept vraagt om pompoen in blik, maar die is moeilijk te verkrijgen)

230 gram bloem

1 theelepel baksoda (baking soda)

snuf zout

40 gram pecannoten, fijn gehakt

(vegetarisch)