DE FRANSE WERELDKEUKEN

Van de Provence tot Pondicherry

Tessa Kiros

Fotografie Manos Chatzikonstantis

Styling Michail Touros

TERRA

INHOUD

Frans garen 6

PROVENCE 11

GUADELOUPE 55

VIETNAM 93

PONDICHERRY 143

RÉUNION 199

NORMANDIË 243

Register 284

FRANS GAREN

Onderweg naar Parijs zag ik eens een gezin dat met een prachtige verzameling manden op reis was. De moeder was donker en had sproeten. Ik vroeg me af waar ze vandaan kwamen en vroeg het hun. De manden kwamen uit Laos, en het gezin zelf was honderd procent Frans: zij was geboren op Martinique en had een vader uit Guadeloupe en een moeder uit Parijs, en zelf was zij ook opgegroeid in Parijs; daar had ze haar echtgenoot leren kennen. En nu waren ze op weg naar huis, met manden en andere schatten uit de hele wereld.

Parijs en andere Franse regio's, inclusief de overzeese delen, vormen samen een fascinerende mengelmoes. Op de luchthaven in Parijs komt dat allemaal samen. Het is er een drukte van jewelste. Overal zie je vrouwen met geruite hoofddoeken en mooie halsdoeken, op weg om de zomer in hun land van herkomst door te brengen. Complete families reizen van de metropool die nu hun thuis is naar andere Franse departementen over de hele wereld. Sommige komen terug met broodvruchten uit Guadeloupe, palmharten uit Réunion, of groene mango's en andere specialiteiten. Het is fantastisch om te zien – een tapijt dat geweven is uit allerlei tradities en culturen uit de hele wereld, aan elkaar genaaid met Frans garen.

In de zeventiende eeuw begon Frankrijk handelscompagnieën op te zetten en stichtte het overzeese koloniën om te kunnen wedijveren met Spanje, Portugal, de Zeven Provinciën (Nederland) en Groot-Brittannië. Behalve financiële voordelen en aanzien was ook het verspreiden van het katholicisme en de Franse taal en cultuur een belangrijk doel. Er werden handelsroutes naar het Verre Oosten en het Amerikaanse continent vastgelegd en onbekende, exotische etenswaren werden met scheepsladingen tegelijk naar Europa gebracht.

Aardappels, tomaten, paprika's en mais waren enkele van de eerste bijzondere ontdekkingen uit de Nieuwe Wereld. Specerijen als kruidnagels werden al enige tijd over land vanuit het Oosten aangevoerd en waren al ingeburgerd in de Europese keukens. Maar de grote zeevaarders trokken eropuit om praktischere routes te vinden voor de specerijenhandel.

Er werd niet alleen in bijzondere ingrediënten gehandeld. De nieuwe territoria leverden ook land waar producten als tabak, tarwe en suiker konden worden verbouwd, die steeds meer in trek waren in Europa. Naarmate er meer kolonies

kwamen, ontstond er overzee ook een levendige handel in Europese goederen. Emigranten brachten hun eigen voedsel mee naar al die exotische oorden. Zo begonnen de verschillende keukens zich met elkaar te verweven – een mengeling van specerijen, bereidingswijzen en smaken.

Later, toen het Franse Keizerrijk uiteen begon te vallen, viel een aantal kolonies ten prooi aan oorlog of werd er de onafhankelijkheid uitgeroepen. Andere werden bij Frankrijk opgenomen als overzeese departementen – deze départements en territoires d'outre-mer horen tot de dag van vandaag bij de Franse unie.

Mijn eigen reis begon in de Provence, met mijn waardering voor de stoffen, kleuren en patronen. Ik dacht aan mijn eerste reis naar India en aan de details en patronen van de katoenen stoffen daar. Hoe het een het ander inspireert en verbindt. Hoe een brood uit Frankrijk ineens een alledaags product kan worden in een land aan de andere kant van de wereld. Ik droomde van de zon van de Provence en de mist van Normandië terwijl ik aan de kust van de Middellandse Zee en de Atlantische Oceaan vertoefde. Deze twee gebieden verbonden het Franse vasteland met de rest van de wereld. Ik had vaak genoeg verhalen gehoord over fascinerende plekken ver weg, waar Franse gouverneurs naartoe waren gestuurd en waar aromatische vruchten en prachtige mensen zich vermengden met de geuren van kaneel en gember.

Ik wilde enkele van de plekken bezoeken waar Franse ontdekkingsreizigers kolonies hadden gesticht. Ze voeren met jutezakken en houten kratten gevuld met het mooiste porselein over de oceanen, om hun gezinnen ergens onder te brengen en met hun spullen te pronken in tropische temperaturen onder zoemende ventilatoren in een omgeving met de geuren en kleuren van vanille en rum. Ik wilde het voedsel en de smaken ontdekken en hoe die waren vermengd met verschillende tradities en nieuwe landen.

De wereldkaart is bezaaid met sporen van de Franse hang naar avontuur. De plekken waar ik me instinctief tot aangetrokken voel, met hun welluidende namen en suggestieve beelden, zijn allemaal bereikbaar over water. Dit is duidelijk het gevolg van het zeevarende karakter van het kolonialisme, en heeft ervoor gezorgd dat er op die plekken ontzettend veel ingrediënten uit de zee worden gebruikt. Het is geweldig om te zien hoe regenboogkleurige vissen, mosselen en kreeften als ambassadeurs van hun land op tafel verschijnen. Geflambeerd in rum, gestoofd met tomaten en specerijen, doortrokken van saffraan of kokos – het resultaat is een gerecht dat karakteristiek is voor het betreffende land, maar toch onlosmakelijk verbonden is met een andere natie.

Dit is een verzameling recepten van mijn reizen naar een aantal van die plekken.

PROVENCE
PROVENÇA
PROUVENCO

ZUID-FRANKRIJK

POPULAIRSTE ACTIVITEIT: JEU DE BOULES

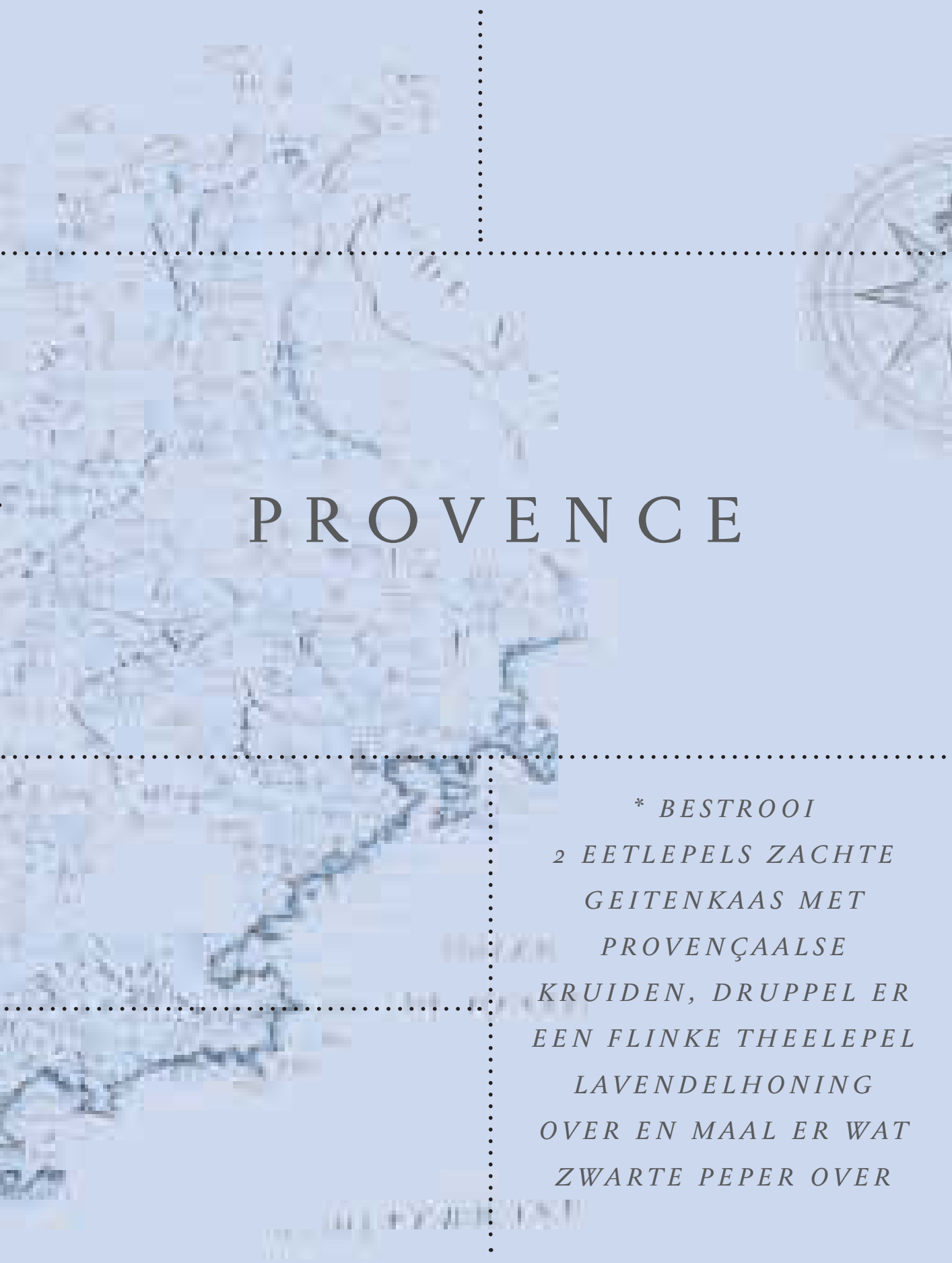
HOOFDSTAD: MARSEILLE

PROVENÇAALS-OCCITAANS DIALECT

ZEE: MIDDELLANDSE

PRODUCTEN: OLIJVEN, OLIJFOLIE, LAVENDEL, KRUIDEN, PASTIS, PAPRIKA, HONING, AMANDELEN, NOGA, ZWARTE TRUFFELS

DE MISTRAL



PROVENCE

* BESTROOI
2 EETLEPELS ZACHTE GEITENKAAS MET PROVENÇAALSE KRUIDEN, DRUPPEL ER EEN FLINKE THEELEPEL LAVENDELHONING OVER EN MAAL ER WAT ZWARTE PEPER OVER

PROVENCE

HIER IS MIJN REIS BEGONNEN,

DE PLEK DIE MIJ AAN LANGE ZEEREIZEN DEED DENKEN

EN AAN HANDEL MET ANDERE LANDEN.

Ik heb het geluk dat ik zo dicht bij de Provence woon dat ik er spontaan naartoe kan rijden als ik zin heb in een amandelcroissant of bouillabaisse. En dan kom ik weer thuis met manden vol schatten, ingrediënten en verhalen over aioli.

Provincia Romana – de eerste Romeinse provincie buiten Italië – werd de Provence. Het maakt al sinds 1481 deel uit van Frankrijk, maar heeft nog altijd een zeer sterke culturele identiteit en een eigen dialect. Dit is vooral merkbaar in de kleinere dorpen. De hoofdstad Marseille, een belangrijke stad en haven, vormde samen met Toulon een toegangspoort naar Noord-Afrika en de Oriënt, vanwaar het Franse Rijk handel kon drijven in exotische specerijen en producten.

In Menton, de eerste stad die ik aandoe, kom ik citroenen en sinaasappels tegen. Ik maak een tussenstop in Nice, om socca te kopen op de markt in de oude stad. Het is het drukke verkeer absoluut waard: socca is knapperig, flinterdun en heerlijk gekruid. De kokkin schept de stukken uit haar enorme pan in een papieren puntzak en bestrooit ze met genoeg fijngemalen peper om mijn slokdarm te verbranden. 'Hier meteen opeten,' maant ze me een aantal keren. Ze laat zelfs haar volgende klant wachten om het nog een keer te zeggen: dat ik het moet opeten als het nog warm is.

Verderop zie ik gegrilde paprika's met anchoïade en tapenade. Verse geitenkaassalade die een tintelend gevoel in de mond achterlaat als je ervan hebt geproefd. Gezouten en zoete snijbietentaartjes. En allerlei gevulde minigroenten.

Overal drinken mensen pastis. Ik reis naar Saint-Tropez voor de tarte tropézienne – zacht, briocheachtig deeg gevuld met crème, glanzend van een laagje ei en bestrooid met suikerkristallen. Ik ben dol op de kleine variant die in één keer in je mond verdwijnt! In Grasse hebben ze grote fougasses met oranjebloesemwater, en verderop calissons – snoepjes van gekonfijt fruit en amandelen. Er zijn noten, noga, sorbets en ijs in alle smaken.

Ik weet niet hoe de mensen het doen, maar je kunt op een willekeurig moment, geblinddoekt, een aantal gerechten uit de Provençaalse keuken kiezen en ze zouden allemaal perfect bij elkaar passen. Hetzelfde geldt voor de stoffen. Op het oog lijken ze niet met elkaar te combineren, maar gooi je er een aantal op een hoop, dan blijken ze prima samen te gaan. De kleurrijke tians en ratatouilles in aardewerken schalen staan gerangschikt op al die stoffen, en het klopt gewoon allemaal. Misschien heeft het te maken met de combinaties in het landschap: de stenen en het water. En dan dat licht! Dat zet de belangrijkste dingen op de voorgrond in een gloed, maar geeft ook de achtergrond en het meubilair een rijp uiterlijk.

Het was maar goed dat de bewoners van het ruige, open landschap in staat waren hun land te bewerken om zo wonderbaarlijke dingen te produceren, zoals de olijven voor de pissaladières en de oliën met knoflook – gestampt en opgeklopt tot glanzende sauzen. Wilde kruiden die overal in de omgeving worden geplukt en het hele jaar door over braadstukken en groen-

ten worden gestrooid. Kleine dingen die van een gewone maaltijd een meesterwerk maken.

Als je de gerechten van de Provence op stukjes papier schrijft, ze door elkaar husselt, er eentje trekt, en nog een paar, en dan alles combineert – dan zul je het zelf ook zien. Hoe je het ene in het andere kunt schuiven, hoe je dingen onderling kunt uitwisselen. De kleuren, de stoffen, het eten. Naadloos. Er is niets wat er niet bij past. Dat is bijzonder. Chapeau!

Ik rijd verder, eindeloze kilometers van leegte en schoonheid. Het is niet eenvoudig om een bepaalde keuken van buitenaf te benaderen. Om de hartslag van de kookkunsten van een volk te voelen. Maar als buitenstaander kun je altijd observeren.

We kenden het al. Ik had gelezen over de Provençaalse beelden: de gesloten luiken, de zon die door de bladeren van de platanen schijnt en hun schaduwen die op oppervlakken vallen. De geluiden van cicaden en pastisglaasjes die over de bar verspreid staan. Het leven dat van de ene rustige dag overgaat in de volgende…

Het is moeilijk om onvolkomenheden te vinden. Het is overweldigend hoe afgezwakt alles eigenlijk is. Het is alsof ze er hier voor zijn gaan zitten en alles hebben doordacht en besproken. De olijfbomen. Verweerde gebouwen die overgaan in de lichtgekleurde bomen langs de straten en jeu-de-boulesbanen. Elke dag een andere markt. Ansjovis, kruiden, vijgen, brocante – kleuren en meubels die ik mee naar huis wil nemen. Elke dag wordt gevuld met inspiratie en schoonheid.

Ik had op een dag net mijn tweede citroentaartje gegeten en was op weg naar huis. Toen ik naar mijn auto liep, vroeg een jonge man me: 'Vous êtes d'ici? Vous connaissez le romarin?' (Hij moest eens weten hoe dol ik ben op rozemarijn!) De kok had hem eropuit gestuurd om het kruid te verzamelen, dus hielp ik hem zoeken tussen de wilde struiken en bloemen die langs de kust groeiden. Zijn gezicht klaarde op toen we het vonden en hij rende weg, met zijn armen vol met het bloeiende kruid.

Ik ging er ook vandoor – mijn handen geurend naar rozemarijn, blij dat ik een kleine culinaire bijdrage had kunnen leveren aan Frankrijk.

MOULES AU PISTOU

Hier worden mosselen geserveerd met tomatensaus en een beetje pistou, de knoflook-basilicumpuree die zo kenmerkend is voor de Provence. Je kunt de pistou het best vers maken, maar als je hem van tevoren maakt, moet je ervoor zorgen dat je hem op kamertemperatuur serveert. Je hebt mooie, brede kommen nodig en een paar lege kommen om op tafel te zetten voor de mosselschelpen.

Geef er royale stukken geroosterde baguette bij.

Voor 2 personen

1,2 kg mosselen
2 el olijfolie
1 teen knoflook, gepeld
1,85 dl tomatenpassata
60 ml witte wijn
een paar takjes peterselie
zout en versgemalen zwarte peper

Voor de pistou
1 teen knoflook, grof gehakt
een handvol basilicumblaadjes
2 el olijfolie

Verwijder de baarden van de mosselen en boen ze schoon onder de koude kraan. Gooi exemplaren die open zijn en niet dichtgaan als je er hard mee op het aanrecht tikt, weg. Bewaar de mosselen tot gebruik in een kom koud water, maar laat ze niet te lang staan.

Verhit de olijfolie en knoflook samen in een kleine pan en wacht tot de knoflook lekker begint te geuren. Voeg de passata en twee snufjes peper toe. Dek de pan af en laat het mengsel ongeveer 5 minuten zachtjes koken. Haal het dan van het vuur en houd het warm.

Doe de knoflook en het basilicum voor de pistou in de kom van een blender of keukenmachine. Maal ze op de pulsestand terwijl je de olie er geleidelijk bij giet. Breng het geheel op smaak met een snuf peper en een klein beetje zout (de mosselen zijn al hartig).

Verhit een grote, brede pan op hoog vuur en doe de mosselen erin. Voeg de wijn en peterselie toe, leg een deksel op de pan en stoom de mosselen tot ze open zijn. Haal de pan van het vuur en gooi ongeopende mosselen weg. Houd de mosselen tegen met een schuimspaan en giet ongeveer 1,25 dl van het kookvocht in een kom. (Je hebt de rest niet nodig.)

Giet de tomatensaus met het achtergehouden vocht bij de mosselen. Zet de pan nog 1 minuut op het vuur en schep alles met een grote lepel voorzichtig om, zodat de smaken zich vermengen.

Verdeel de mosselen over brede kommen en schep op elke portie een flinke eetlepel pistou. Meng de pistou voor het eten door de mosselen en tomatensaus.

PASTIS

Dit levert een flink aperitief op, in plaats van één enkele teug. Giet 25 ml (5 theelepels) pastis in een longdrinkglas en voeg 1 dl koud water toe, gevolgd door 4 of 5 ijsblokjes.

PROVENÇAALSE KRUIDEN

Je kunt allerlei verse kruiden aan dit mengsel toevoegen – bijvoorbeeld dragon of oregano. Het is ideaal om er een pot van bij de hand te hebben om een gerecht extra smaakdiepte te geven. Het mengsel is prima te bewaren, mits alle kruiden goed gedroogd zijn.

Voor ca. 25 g

2 el tijmblaadjes
3 el marjolein
3 el bonenkruid
2 tl rozemarijn, gehakt
1 tl salie, gehakt

Verdeel de kruiden over een met keukenpapier beklede bakplaat en laat ze volledig drogen.

Verkruimel de gedroogde kruiden en meng ze. Doe ze in een luchtdicht afgesloten pot en bewaar ze op een droge, koele plaats.

PAN BAGNAT

Dit is een heerlijk lunchgerecht dat nog lekkerder wordt als je het even laat staan. Je kunt de vulling ook maken met andere ingrediënten die je lekker vindt.

Voor 4 personen

1 baguette

Voor de vulling
½ rode ui, gesneden
1 teen knoflook, fijngehakt
200 g grote cherrytomaten, elk in vieren gesneden
2 el kappertjes op azijn, uitgelekt
12 ontpitte groene olijven, gehalveerd
4 grote ansjovisfilets op olie, uitgelekt, gehakt
100 g tonijn op olie, uitgelekt
20-30 g bleekselderij, gesneden
een paar radijsjes, gesneden
4 el olijfolie
zeezout en versgemalen zwarte peper
groene jalapeñosaus (tabasco) of een andere chilisaus, naar smaak

Doe alle ingrediënten voor de vulling behalve de chilisaus met flink wat peper en een beetje zout (vanwege de ansjovis) in een kom. Meng alles goed. Proef dan of de smaak goed is. Dek het mengsel af en laat het ten minste een paar uur in de koelkast staan.

Snijd het stokbrood in vieren en snijd elk deel open. Druk de vulling er voorzichtig op en druppel er wat tabasco of andere chilisaus over. Leg de bovenkanten erop en druk het brood op elkaar. Eet het nu of later.

51

TAPENADE

Tapenade is lekker en veelzijdig. Er bestaan allerlei verschillende versies van – van glad tot lekker grof. Je kunt variëren met de hoeveelheden van de ingrediënten en van alles toevoegen of wijzigen om zo helemaal je eigen versie te maken. Les Filles du Pâtissier, een charmant restaurant in Saint-Rémy, serveert een heerlijke versie met amandelen. Tapenade is lekker op geroosterd stokbrood met een aperitiefje erbij. Of serveer het als voorgerecht met stukken verse groente – witlof, venkel, radijsjes – en gekookte eieren en geitenkaas.

Kies olijven die je meteen lekker vindt en die niet te zout of te intens zijn, want dan wordt het eindresultaat dat ook.

Voor ca. 225 g

½ teen knoflook
½ tl fijn geraspte citroenschil
3 takjes tijm, alleen de blaadjes
3 ansjovisfilets op olie (10 g), uitgelekt en in stukjes
1 flinke el kappertjes op azijn, uitgelekt
150 g ontpitte zwarte olijven
2 el olijfolie, plus zo nodig wat extra
1 tl citroensap
1 el bladpeterselie, gehakt
versgemalen zwarte peper

Pureer de knoflook in een vijzel of stamp hem op een snijplank tot puree. Maal de citroenrasp en vervolgens de tijmblaadjes erdoor.

Doe de ansjovis en kappertjes in de kom van een keukenmachine en maal ze kort. Voeg de olijven toe en maal ze met 1 eetlepel van de olijfolie op de pulsestand tot alles gemengd is, maar de olijven niet helemaal fijn zijn. Voeg het knoflookmengsel, het citroensap, de peterselie, wat zwarte peper en de overgebleven eetlepel olijfolie toe.

Meng alles op de pulsestand snel tot één geheel. Schep de tapenade in een kom en roer er als je het nodig vindt nog wat olijfolie door. (Als de olijven een erg sterke smaak hebben, kun je er nog wat citroensap door roeren.)

Bewaar de tapenade afgedekt in de koelkast. De volgende dag is de tapenade ook erg lekker, als de smaken zich hebben vermengd.

PISTOUNADE

Dit is een soort tapenade die heerlijk is op brood. Het is ook lekker bij gegrilde vis of door pasta of gekookte aardappelen geroerd, en zelfs door een salade. Je hebt 200 g ontpitte groene olijven en een flinke hand basilicum nodig. Doe driekwart van de olijven in een blender. Voeg 1 geperste teen knoflook, 1 eetlepel kappertjes op azijn (uitgelekt), 3 eetlepels olijfolie en de helft van het basilicum toe. Maal alles op de pulsestand fijn. Voeg de rest van de olijven en het basilicum toe en maal alles kort, zodat er nog kleine stukjes in zitten. Breng het op smaak met zwarte peper en roer er zo nodig nog wat olijfolie door.

PISSALADIÈRE

Ik bak de uien zonder zout, want ik ben dol op het contrast van de bijna zoete uien en het intens zoute van de ansjovis en olijven. Het is ook erg lekker als je voor de ansjovis en olijven (die van de allerbeste kwaliteit moeten zijn) blokjes of plakjes tomaat over het deeg verdeelt. Als je erg grote ansjovisfilets hebt, kun je het aantal halveren en ze in de lengte in tweeën snijden.

Voor 4-6 personen

Voor het deeg
1 zakje (7 g) gedroogde gist
een snuf suiker
1,5 dl lauw water
250 g bloem
2 snufjes zout
1 el olijfolie

Voor de topping
ca. 7 el olijfolie
4 grote uien (800 g), dungesneden
1 el verse tijmblaadjes
ca. 24 (niet te grote) ansjovisfilets op olie, uitgelekt
ca. 18 hele, ontpitte zwarte olijven
versgemalen zwarte peper

Los de gist en suiker in een brede kom op in het water. Klop er dan een handvol bloem door. Dek het mengsel af met een doek en laat het 30 minuten staan, tot het begint te schuimen.

Voeg de rest van de bloem, het zout en de olijfolie toe. Leg het deeg op het werkblad en kneed het goed. Strooi wat bloem in de kom en leg het deeg erop. Maak een inkeping in de bovenkant van het deeg en dek de kom af met een schone doek. Laat het deeg 1½ uur staan, tot het in omvang is verdubbeld.

Verhit voor de topping 4 eetlepels olijfolie in een grote koekenpan op laag tot middelhoog vuur. Voeg de uien en tijmblaadjes toe en bak ze zachtjes, in ongeveer 20 minuten, tot ze zacht zijn. Haal de pan van het vuur.

Giet 1 eetlepel olijfolie op een ondiepe bakplaat van circa 33 x 28 cm en verdeel de olie met je handen over de bodem. Kneed het deeg voorzichtig in de kom en rek het grofweg uit tot een rechthoek. Leg het op de bakplaat. Gebruik beide handpalmen om het deeg op te rekken tot in de hoeken van de bakplaat.

Verdeel de gebakken uien gelijkmatig over het deeg, bijna tot aan de randen, en druk ze een beetje in het deeg zodat ze blijven zitten.

Verdeel de ansjovis in een ruitpatroon over het deeg en leg in het midden van elke ruit een olijf. Druppel wat eetlepels olie gelijkmatig over het geheel en maal er wat peper over.

Laat het deeg zo'n 30 minuten rijzen terwijl je de oven voorverwarmt op 200 °C.

Bak het brood ongeveer 30 minuten, tot de bodem goed gaar is (controleer het midden) en de bovenkant goudbruin kleurt met hier en daar een schroeiplekje. Bak het niet te lang: dan droogt het uit. Snijd het in stukken en eet het warm.