

Inhoud

Vooraf 9

Hoofdstuk 1 Vóór Parwana 11

Hoofdstuk 2 Afkomst & erbij horen 57

Hoofdstuk 3 Het uiteenspatten van een droom 99

Hoofdstuk 4 De benarde situatie van de verdrevenen 161

Hoofdstuk 5 Het verplaatsbare feest van cultuur 203

Na ons 245

Dankwoord 249

Over de auteur 251

Register 252







‘Wat je zoekt, zoekt jou.’

Rumi, dertiende-eeuwse Perzische dichter en theoloog

Mijn familie had nooit grote plannen om een restaurant te runnen. Parwana is begonnen door mijn moeder (foto links). Zij had sterk het gevoel dat het voor ons, als migranten in Australië, heel belangrijk was om de gewoonten, smaken en essentie van onze Afghaanse keuken te behouden. En om deze ook te delen met de mensen in ons nieuwe thuisland. Ze had een diepgewortelde liefde geërfd voor haar traditionele eten en de rituelen die daarbij horen. Dit gevoel, gecombineerd met onze ervaringen als ontheemden die de verwoestende effecten van de oorlog op de Afghaanse cultuur van dichtbij hadden meegemaakt, leidde tot de oprichting van Parwana. Op deze manier werd Parwana gedreven door herinnering, verzoening en creativiteit, doorspekt met een mengeling van verlies en hoop.

Achteraf gezien bestond het idee al langer in allerlei gedaanten. Het moest alleen nog zijn weg naar ons vinden voordat we in 2009 Parwana konden openen. Het restaurant en het eten dat we serveerden was een afspiegeling van de enorme kruisbestuiving en culturele uitwisseling die de basis vormen van de geschiedenis van Afghanistan, gelegen in het centrum van de oude zijderoute. Terwijl het land door de eeuwen heen veranderde, werd dit ook zichtbaar in de keuken en de bijbehorende tradities. Op het moment dat de zware conflicten speelden, was mijn familie al geëmigreerd naar Australië. Door de emoties van onze vrijwillige ballingschap, waarvan we nu de uitdagingen en kansen onder ogen zagen, kwam eten weer in een nieuw daglicht te staan. Eten was nooit statisch geweest, maar een zich steeds ontwikkelende manier om verbonden te blijven met onze geschiedenis. En om hoop te houden voor de toekomst. Voor ons is eten een middel geworden om een groter verhaal te vertellen. Dit boek bevat niet alleen recepten, maar ook de achterliggende geschiedenis en dynamiek.

Het besef van deze geschiedenis en dynamiek is belangrijk, zelfs noodzakelijk, om de Afghaanse keuken te begrijpen. Te lang is het verhaal over Afghanistan er een geweest van verovering, overheersing en manipulatie door degenen die het land wilden controleren.

Beelden van geweld en rampspoed overheersen. Dit leidt tot een beeld van een afgelegen en gewelddadig land, te ‘anders’ om mee samen te werken, een woestenij om medelijden mee te hebben. Hoewel het klopt dat veel Afghanen generaties lang hebben geleden, worden de redenen voor dit lijden sterk gekoppeld aan de heersende verhalen, die het land en zijn bewoners afschilderen als ‘ver weg’ en onverenigbaar.

Maar de waarheid over Afghanistan, die steeds duidelijker wordt, ligt in de verhalen van de onderliggende, onderlinge verbondenheid. In het eten, de ingrediënten, smaken, rituelen en ervaringen van mijn familie komt deze verbondenheid tot uiting. Ik schrijf erover in dit boek. Daarnaast heb ik naar goed Afghaans gebruik de verhalen over eten en cultuur aan elkaar geregen, aangezien in dit land de historische banden sterk en langdurig zijn – en ze de lens vormen waardoor de wereld geobserveerd en begrepen wordt. Waar mogelijk en relevant heb ik dat gedaan via de familiegeschiedenis van mijn moeder; haar liefde voor koken bracht Parwana immers tot leven.

Parwana en zijn gerechten omvatten voor ons vele lagen van betekenis. Ze vertellen een verhaal van het onverwachte. Mensen die voor het eerst Afghaans eten, zijn vaak verrast door de vertrouwdheid met het eten, dat een onbekende, rijke geschiedenis van verbondenheid in zich draagt. De gerechten vertellen tevens de geschiedenis van mijn moeder, die haar eigen moeder verloor toen ze vier was en werd opgevoed door een vader die haar al op jonge leeftijd aanmoedigde haar liefde voor koken te volgen. Ze vertellen het verhaal van wie we geworden zijn, gevormd door de emotionele en culturele evoluties die we meemaakten. En, heel belangrijk, ze vertellen het verhaal over hoe wij door eten en Parwana een universeel verlangen naar verbinding hebben ervaren. Ongeacht de waargenomen verschillen, streven we naar een toekomst waarin we samen met elkaar door het leven kunnen gaan.

CHAAR MASALA

چار مسالہ

Chaar masala laat zich vertalen als ‘vier specerijen’, maar dit mengsel bevat niet letterlijk vier specerijen. Het is een mix van meerdere specerijen en wordt gebruikt als smaakmaker van veel verschillende gerechten. Het mengsel varieert per regio en zelfs per huishouden, maar bevat meestal een selectie van warme specerijen als komijn, koriander, kardemom, peper, kaneel, kurkuma, saffraan en nootmuskaat.

Chaar masala is vergelijkbaar met garam masala, wat ‘hete specerijen’ betekent. Dit specerijenmengsel van Mongoolse oorsprong wordt veel gebruikt in de traditionele Indiase keuken. In vergelijking met sommige van zijn Zuid-Aziatische burens is de Afghaanse keuken echter milder en worden chilipepers in een specerijenmengsel over het algemeen vers naar smaak toegevoegd in plaats van in poedervorm.

Dit recept van chaar masala gebruiken we ook in onze keuken in Parwana; je zult het bij een aantal recepten in dit boek tegenkomen. De keuze en verhouding van de specerijen zijn in de loop der jaren steeds meer verfijnd om een delicaat evenwicht tussen warmte, smaak en geur te bereiken. Onze chaar masala is dan ook bedoeld om het beste naar boven te halen uit de ingrediënten waaraan het wordt toegevoegd. Je kunt het specerijenmengsel natuurlijk aan je eigen smaak aanpassen.

4 kaneelstokjes
8 gedroogde laurierbladeren
7 bruine kardemompeulen
1½ el groene kardemompeulen
1½ el komijnzaad
2 el korianderzaad
2 tl kruidnagel

Rooster alle ingrediënten 3 minuten in een droge antiaanbakpan op laag vuur tot ze beginnen te geuren. Houd ze goed in de gaten en schud de pan regelmatig, zodat ze niet aanbranden. Haal ze van het vuur en laat ze volledig afkoelen.

Maal de ingrediënten zodra ze afgekoeld zijn in een specerijenmolen fijn of plet ze in een vijzel tot een fijn poeder.

In een luchtdicht afgesloten pot is de chaar masala maximaal 6 maanden houdbaar. Maar let op: de kracht van het mengsel zit hem in de versheid, dus je kunt de chaar masala het best binnen enkele weken opmaken.

KULCHA NAWROZI

کچی نوروزی

250 g boter
310 g poedersuiker, plus 2 el extra
om te bestrooien
2 grote eieren
2 el rozenwater
375 g zelfrijzend bakmeel, plus extra
om te bestuiven
320 g rijstmeel
zout
eetbaar papier en fijngemalen pistache-
noten, om te serveren (optioneel)

Deze koekjes worden speciaal gemaakt voor vieringen van Noroez. Ze worden zelden thuis gebakken, maar meestal gekocht bij lokale Afghaanse bakkerijen die gespecialiseerd zijn in dit soort traditionele zoetigheden. Tijdens de festiviteiten liggen de etalages vol met stapels zoete lekkernijen op vellen gekleurd vloeiend papier. In dit recept wordt rijstmeel gebruikt om de koekjes een lichte en luchtige textuur te geven.



Klop de boter en suiker met een elektrische mixer tot een bleek en romig mengsel. Voeg de eieren een voor een toe; zorg dat het ei volledig is opgenomen voordat je het volgende toevoegt. Schenk het rozenwater erbij en meng alles goed. Zeef beide soorten meel boven de kom en voeg een snufje zout toe. Meng alles tot slot met een houten lepel tot een zacht en licht kleverig deeg.

Leg het deeg op een licht met meel bestoven oppervlak en kneed het 2 minuten tot het zijn kleverigheid verliest. Wikkel het in plasticfolie en laat het 30 minuten in de koelkast afkoelen en stevig worden.

Verwarm intussen de oven voor tot 180 °C en bekleed een grote bakplaat met bakpapier.

Verdeel het deeg in 12 ongeveer gelijke porties en rol het met de hand tot gladde ballen. Leg ze op de bakplaat, met voldoende afstand ertussen, druk ze plat, zodat je schijven hebt

van circa 10 centimeter doorsnee. Druk met een vork zachtjes op het midden van elk koekje om ondiepe groeven in de bovenkant te maken.

Plaats de bakplaat in het midden van de oven en bak de koekjes 15 minuten tot ze stevig zijn en een bleke goudkleur hebben. Ze mogen niet te veel gebruid zijn. Zet ze opzij om af te koelen.

Deze koekjes worden traditiegetrouw geserveerd op kleurrijk tissuepapier. Als jou dat ook leuk lijkt, kun je het eetbare papier door gekleurd tissue- of zijdepapier vervangen. Knip het papier in vierkantjes die net iets groter zijn dan de koekjes. Doe de extra poedersuiker in een kommetje en roer er druppelsgewijs 1-1/2 theelepel koud water door tot er een dikke, melkachtige pasta ontstaat. Gebruik de pasta om de gekleurde papieren vierkantjes aan de onderkant van de koekjes te plakken. Je kunt van de pasta ook een hoeveelheid ter grootte van een muntstuk op elk koekje aanbrengen en de gemalen pistachenoten erop strooien. De kulcha nawrozi zijn maximaal een week houdbaar in een luchtdicht afsluitbare bewaardoos.

BOLANI

بولانی

Bolani zijn heerlijke naanbroden die gevuld worden met een verscheidenheid aan ingrediënten en vervolgens goudbruin en knapperig gebakken worden in een koekenpan.

Net als de dumplinggerechten mantu (blz. 38) en ashak (blz. 44) is bolani een arbeidsintensief gerecht dat meestal tijdens een feestelijke gelegenheid samen met familie en vrienden wordt bereid en direct van de tawah, een traditionele platte ijzeren koekenpan, wordt gegeten. Je eet deze platbroden door er reepjes af te scheuren en ze in een saus te dippen, zoals morchek sorkh (blz. 87), gewone dikke yoghurt of jaan-e-ama-yoghurdip (blz. 191). Afghanen serveren er graag een kopje zoete thee bij.

Kijk voor de verschillende vullingen op blz. 52-53. Het is belangrijk om de door jou gekozen vulling voor het uitrollen van het deeg klaar te hebben; een goed moment om dit alvast te doen is als het deeg ligt te rusten.

Meng de bloem, gist en het zout in een middelgrote kom. Maak een kuiltje in het midden en voeg langzaam net genoeg warm water toe om de ingrediënten nat te maken. Meng alles met je handen in een cirkelvormige beweging tot een glad mengsel en voeg de olie toe. Voeg langzaam, al knedend met je handen, het resterende water toe (je hebt misschien niet alles nodig; gebruik net voldoende om een stevig deeg te vormen) en kneed alles tot een stevig deeg. Het kan nodig zijn om de hoeveelheid water of bloem iets aan te passen voor de juiste consistentie.

485 g bloem, plus extra om te bestuiven
1½ droge gist
2 tl zout
375 ml lauwarm water
1 el zonnebloemolie, plus extra voor het bakken
vulling naar keuze (blz. 52-53), voor erbij

Maak een bal van het deeg en leg deze in een ingevette kom. Dek de kom af met een theedoek en laat het deeg circa 30 minuten rusten tot het in omvang is verdubbeld. Verdeel het deeg in zes gelijke porties en rol elke portie tussen je handen tot een balletje. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat, met 5 centimeter ertussen. Leg er een theedoek overheen en laat alles nog eens 10 minuten rusten tot de balletjes in omvang zijn verdubbeld.

Leg een van de balletjes op een licht met bloem bestoven werkblad en rol het uit tot een cirkel met een doorsnee van circa 10-12 centimeter. Het vergt even wat oefening voordat je het onder de knie hebt; de truc is om vanuit het midden naar buiten toe te werken. Leg 3 eetlepels vulling op een helft van de cirkel en spreid deze gelijkmatig (over de helft van het deeg) uit; zorg dat er een rand van 1 centimeter overblijft. Vouw de andere helft van het deeg over de vulling, zodat je een halve cirkel hebt, en druk de randen stevig op elkaar. Herhaal deze werkwijze met het resterende deeg en de rest van de vulling.

Verhit een tawah of (koeken)pan met zware bodem en voeg net zoveel olie tot dat de bodem van de pan bedekt is. Bak de bolani's een voor een 4 minuten aan beide kanten tot ze goudbruin en knapperig zijn.

Laat ze op een met keukenpapier bekleed bord uitlekken en serveer ze warm met een chutney of yoghurt dressing om te dippen.



Hoofdstuk 2

Afkomst & erbij horen



فصل دوم

AFGHANISTAN VERRIJST UIT DE MIST VAN DE GESCHIEDENIS

فصل دوم

Liefde voor een land

‘Via ons bloed zijn we ondergedompeld in liefde voor u.

De jeugd verliest zijn hoofd in uw naam.

Mijn hart vindt rust als ik naar u toekom.

Als ik weg ben bij u, wordt mijn hart als door een slang gewurgd door verdriet.

Ik vergeet de troon van Delhi

als ik denk aan de bergtoppen van mijn mooie Pakhtunkhwa.

Wanneer ik zou moeten kiezen tussen de wereld en u,

zou ik niet aarzelen om uw kale woestijnen als de mijne te beschouwen.’

Ahmad Shah Durrani, ‘de vader van Afghanistan’

Het verhaal van Afghanistan in de negentiende eeuw wordt beïnvloed door twee uiteenlopende en vaak conflicterende verhaallijnen: de poging van de Engelsen hun rijk te behouden en te verstevigen, en de opkomst van Rusland. Voor de landen die tussen deze twee rijken in lagen, die ook nog eens graag de zuidelijke parels Perzië en India wilden veroveren, betekende dit meestal problemen. In de negentiende eeuw grensde Afghanistan aan zowel India als Perzië, terwijl een aan vertrouwen winnend Rusland als een donderwolk opdoemde. Het was dan ook niet verrassend dat Afghanistan verwickeld raakte in de strijd tussen Engeland en Rusland, die door de Britten ook wel de Great Game werd genoemd. In eerste instantie probeerden beide machten om de gunst van de emir te winnen, Dost Mohammed Khan, maar uiteindelijk draaide het uit op een conflict.

In de tijd dat de Great Game met veel geweld werd gespeeld in Afghanistan, broeide er ook een gevoel van identiteit en kracht in het land. In de jaren voorafgaand aan deze buitenlandse strijd had de achttiende eeuw een zekere zin van ‘Afghaans zijn’ voortgebracht. Dat kwam langzaam tevoorschijn uit de cocon van de geschiedenis waarin het gegroeid was. Deze unieke smeltkroes van culturen en verschillende genen had vanuit het verleden beschouwd eindelijk een wat vaste vorm gekregen. Van de achttiende tot de twintigste eeuw, toen het concept van het moderne land zich over de wereld verspreidde, ontwikkelde de Afghaanse identiteit zich steeds verder. Eten, cultuur en verwantschap

speelden allemaal een rol in de versnelling en de definiëring van deze evolutie. Ondanks, of misschien wel dankzij de buitenlandse bezetting van Afghanistan tijdens de negentiende eeuw, werden onafhankelijkheid, cultuur en tradities steeds belangrijker. Er gloorde hoop dat Afghanistan, niet geschaad door de ambities van anderen, zou kunnen uitgroeien tot een land van eigen tradities en potentieel. In dit tijdperk werd eten verder ingebed in en uitgedrukt door een gevoel van een nationale identiteit. Dit moment was nog voor de massale exodus van de bevolking in de late twintigste eeuw. Het markeert het hoogtepunt van het verhaal over Afghaans eten en zijn cultivering. Het was ook in deze periode dat de minder vluchtige herinneringen aan personen en gebeurtenissen die de loop van mijn moeders leven zouden bepalen en haar passie voor koken zouden voeden, in mijn familieverhaal naar voren begonnen te komen.

Mijn grootouders kwamen ter wereld in een tijd van een redelijk stabiele monarchie, met vooruitgang en hervormingen. Mijn moeder bracht haar kindertijd en puberteit door tijdens het veertigjarige bewind van koning Zahir Sjah, die later de laatste koning van Afghanistan zou blijken te zijn. Haar kindertijd voltrok zich in het weidse, historische landschap van Afghanistan en was onvergetelijk. Al het nieuwe in Afghanistan nam zijn eigen vorm aan, gesmeed onder de druk van de oude en indrukwekkende geschiedenis en het ruige landschap: beide vormden voortdurend het karakter en de gezichten van de inwoners. Oude tribale banden, hoewel ze

invloed hielden en nooit verdwenen waren, werden in een nieuwe wereld gehoord en geleid door enkele van de meest progressieve en verlichte leiders van Afghanistan. De islam werd gemoderniseerd op grondwettelijk niveau en families hielden picknicks aan de voet van de Hindoekoesj en in oude tuinen met kristalheldere beekjes. Er werd ook geïnvesteerd in onderwijs, in mijn moeders familie uitte zich dat vooral in literatuur en filosofie.

Durr-i-Durran: de parel onder de parels

Een van de eerste stappen naar een wat meer onderscheidende Afghaanse identiteit vond plaats in 1709, toen mannen van de inheemse Pashtun-stam (Pathanen), geleid door Mirwais Hotaki, de heerschappij van de Perzische Safawieden en Indiase Mogols omverwierpen in hun eigen regio Kandahar. Het rijk van de Hotakiden verspreidde zich over meerdere delen van Afghanistan en zelfs over delen van het huidige Iran, Tadzjikistan en Turkmenistan. In 1738 werd Afghanistan toch teruggedrongen door de Perzen onder leiding van Nader Sjah Afshar, de sjah van Perzië. Nader Sjah, die met zijn makkelijke overwinning op de Indiase Mogols een van de machtigste Perzische

sjahs was geworden, stond bekend als erg wreed en despotisch. Hij werd in 1747 vermoord, waarschijnlijk door zijn eigen mensen.

Sommige mensen waren loyaal aan Nader Sjah en betreurden zijn dood. Een van hen was Ahmad Shah Durrani, een Pashtun van Afghaanse origine. Hij had zich opgewerkt van politiek gevangene tot een van de trouwste generaals van Nader Sjah en leidde een cavalerie van duizenden mannen. Na de moord op Nader Sjah besloten de stamhoofden van Afghanistan dat het tijd was om een nieuwe leider te kiezen uit de eigen gelederen. Perzië was verwickeld in een interne strijd en de macht van de eens zo dominante Mogols in India was tanende. Dit was het moment voor Afghanistan om een eigen identiteit te ontwikkelen. Durrani was een gereserveerde en bescheiden man. Hij had zichzelf niet naar voren geschoven als troonopvolger en was wellicht niet de meest voor de hand liggende keuze. Toch werd hij genoemd als de beste kandidaat door een mystieke ziener, die iets unieks in zijn karakter zag. De stamhoofden namen het advies over en in 1747 werd de vijfentwintigjarige Durrani gekroond tot emir van Afghanistan.



DU PYAZA

دو پیازہ



Dit is een lamskebabschotel die mijn moeder zich nog herinnert uit haar jeugd. Het gerecht werd vaak geserveerd tijdens familiepicknicks op de prachtigste plekjes, zoals de vallei van het Hindoekoesjgebergte, ter ere van een feestelijke gelegenheid als de Meleh Golghondi – een festival dat de vluchtige, maar opvallende bloemenpracht van de judasboom eert.

Net als het landschap is ook dit gerecht met zijn contrasterende kleuren en texturen geliefd bij de Afghanen – en een prachtig middelpunt op elke Afghaanse tafel.

Zoals gebruikelijk in de Afghaanse keuken gebruiken we hier een snelkookpan om de bereidingstijd van het vlees te verkorten én om de ingrediënten gelijkmatig te laten garen. Als je geen snelkookpan hebt, gebruik dan een gewone grote pan en laat het vlees circa 1 uur koken. Vergeet niet om de spliterwten eerst een paar uur te laten weken voordat je ze kookt.

1 kleine rode ui, in ringen
125 ml witte wijnazijn
500 g lamsschenkel, met bot, in 4 stukken
1 grote ui, grof gehakt
1 tl gemalen kurkuma
1 el zout
110 g gele spliterwten, 4 uur geweekt in warm water
1 naanbrood (blz. 82), voor erbij
handje verse muntblaadjes, om te garneren

Doe de rode ui en azijn in een kommetje en zet dit circa 1 uur opzij. De ui wordt straks als garnering gebruikt.

Doe de lamsschenkel in een snelkookpan en voeg de ui, kurkuma, het zout en 875 milliliter water toe. Sluit het deksel van de pan en zet hem op hoog vuur. Zet het vuur wat lager zodra de pan onder druk is en laat alles 25 minuten koken.

Haal het vlees uit de pan, voeg de gele spliterwten toe en breng het geheel, zonder deksel, op hoog vuur aan de kook. Zet het vuur lager en laat alles nog 10 minuten sudderen tot de spliterwten zacht en volledig gaar zijn.

Voor het serveren: leg het naanbrood op een schaal. Schik het lamsvlees erop, schep de spliterwten erover en garneer alles royaal met de ingelegde rode ui, verse munt en enkele draaien zwarte peper uit de molen.

Scheur met je handen hapklare stukjes naanbrood met lamsvlees en spliterwten af en: geniet!

SALAATH AFGHANI

سلاطه

Afghaanse maaltijden worden bijna altijd begeleid door seizoensgroenten. Mijn grootvader had een grote moestuin waar hij onder andere tomaten, komkommers, citrusvruchten en kruiden kweekte. Deze werden vers geoogst en vervolgens fijngehakt om er de heerlijkste salades van te maken. Een andere favoriet in de Afghaanse keuken is de knapperige radijs die met zijn scherpe peperachtige smaak vele gerechten mooi aanvult.

1 grote ui, gehalveerd en in ringen
 2 grote tomaten, in stukjes
 2 Libanese komkommers, in stukjes
 8-10 radijsjes, schoongemaakt, in plakjes en in vieren
 handvol verse korianderblaadjes, grof gehakt
 handvol verse muntblaadjes, grof gehakt
 1 verse lange groene chilipeper, in ringen
 2 kropjes romainesla, fijngehakt
 4 bosuien, in ringen
 2 limoenen, gehalveerd en uitgeperst, plus extra partjes, om te garneren
 1 tl zout (of naar smaak)

Doe alle ingrediënten, behalve de limoenen, in een grote kom en schep alles om. Meng het limoensap met het zout en druppel over de salade. Leg de extra limoenpartjes erbij. Je kunt deze salade bij elke Afghaanse maaltijd serveren.



CHAPLI KEBAB

چاپلی کباب



1 kleine ui, grof gehakt
 1 verse lange rode chilipeper, in ringen;
 plus 1 extra, in de lengte gehalveerd,
 om te garneren
 1 handje verse korianderblaadjes
 en -steeltjes, grof gehakt, plus extra
 blaadjes om te garneren
 1 teen knoflook, grof gehakt
 500 g rundergehakt
 1 tl korianderzaad, gemalen in een
 specerijenmolen of geplet in een vijzel
 1 el chilivlokken
 1 tl versgemalen zwarte peper
 2 tl zout
 16 g bloem
 8 bosuien, in ringen
 1 ei (L)
 250 ml zonnebloemolie
 naanbrood (blz. 82), rode ui in ringen,
 chutney sabz (blz. 86) en chutney
 morcheh sorkh (blz. 87), voor erbij

Dit zijn smaakvolle dunne burgertjes van rund- of lamsvlees vol verse kruiden en specerijen. In Afghanistan zijn ze erg populair en kun je ze op elke straathoek eten. Mijn moeder weet nog goed dat ze als kind op lange roadtrips met de familie vaak bij chapli kebab-kraampjes langs de kant van de weg stopten om te eten. Deze streetfood-kebabs zaten boordevol chilipeper en waren gewikkeld in hete tandoori-naans met verse groenten en een dikke klodder spicy chutney.



Hak de ui, chilipeper, koriander en knoflook fijn in een keukenmachine. Doe het gehakt in een middelgrote kom en voeg het fijngehakte ui-pepermengsel, de specerijen, het zout, de bloem, bosui en het ei toe. Kneed alle ingrediënten circa 5 minuten zorgvuldig met je handen tot alles goed gemengd en de textuur een beetje kleverig is. Dek de kom af met huishoudfolie en zet hem 30 minuten in de koelkast.

Verdeel het vleesmengsel in acht gelijke porties en rol elke portie tussen je handen tot een bal. Vet je handen licht in met olie en druk de balletjes op een bakplaat met antiaanbaklaag plat, zodat

ze de vorm hebben van een burger met een doorsnee van circa 10 centimeter en een dikte van 1 centimeter.

Verhit hoog vuur de olie in een grote koekenpan op. Zodra de keukenthermometer 180 °C aangeeft, doe je in porties de burgers in de pan. Bak ze, onder af en toe keren, 2-3 minuten, zodat ze halfgaar zijn en hun vorm behouden. Haal ze met een schuimspaan uit de pan en laat ze uitlekken op een met keukenpapier bekleed bord. Als alle burgers half-gebakken zijn, draai je het vuur lager en bak je ze weer in porties 5 minuten per kant tot ze knapperig en diep goudbruin zijn. Laat ze opnieuw op een met keukenpapier bekleed bord uitlekken.

Serveer de chapli kebabs in grote stukken Afghaans naanbrood en garneer alles met rode ui, de chutneys en extra chilipeper en koriander naar smaak.

MORGH PALAW

مرغ پالو

Morgh palaw is een rijstgerecht waarbij onder de rijst stukjes kip begraven worden. De heerlijke kippenbouillon, yakhni morgh genaamd, wordt gebruikt om de rijst op smaak te brengen. Het geheel wordt gegarneerd met cranberry's en saffraan. Houd er rekening mee dat de rijst voor het koken minstens 2-3 uur in water moet weken.



Voor de yakhni morgh: verwarm de oven voor tot 220 °C. Verdeel de ui over een braadslede en leg de kip erop. Wrijf het vlees in met de olie en het zout en rooster het 30-40 minuten in de oven tot het goudbruin en de ui gekarameliseerd is. Doe alles in een snelkookpan en giet er 2,5 liter water bij. Sluit het deksel af, zet het vuur hoog en breng de pan onder. Draai het vuur laag zodra de pan onder druk is en laat alles 30 minuten langzaam garen. Laat de druk ontsnappen en open het deksel voorzichtig. Gooi het kippenkarkas weg en zeef de bouillon boven een kom; het is de bedoeling dat je uitkomt op circa 1 liter.

Wrijf voor de palaw de kip in met 1 theelepel zout. Verhit de olie in een middelgrote pan op hoog vuur en schroei hierin het vlees dicht en rondom (licht)bruin. Laat de kippenborst omhoog wijzen en voeg 875 milliliter yakhni morgh toe (de resterende bouillon kun je 3 dagen in de koelkast of een maand in de vriezer bewaren). Breng het geheel aan de kook en zet het vuur lager. Laat 15 minuten sudderen, draai de kip om en laat alles nog eens 15 minuten sudderen tot de kip gaar is. Haal de kip uit de pan en zet afgedekt opzij. Bewaar de bouillon in de pan voor over de rijst.

VOOR DE YAKHNI MORGH (KIPPENBOUILLON)
1 grote ui, fijngesneden
1 hele kip (1 kg), zonder huid
2 el zonnebloemolie
1 el zout

VOOR DE PALAW
1 hele kip (1 kg), zonder huid
2 tl zout
125 ml zonnebloemolie, plus 1 el extra
600 g langkorrelige rijst (sella basmati), 2-3 uur in water geweekt
1 tl gemalen kardemom
1 tl komijnzaad

VOOR DE TOPPING
½ tl saffraandraadjes; 1 el kokend water
1 el zonnebloemolie
50 g gedroogde cranberry's
1 tl kristalsuiker

Breng in een grote pan 2,5 liter water aan de kook. Laat de rijstkorrels uitlekken en spoel ze net zolang onder koud stromend water tot het water helder is. Voeg ze samen met 1 theelepel zout toe aan het kokende water en laat alles 6-8 minuten koken tot de rijstkorrels twee keer zo lang lijken te zijn. Laat de rijst uitlekken in een vergiet. Houd een flinke lepel apart. Schenk de bouillon over de rijst en meng alles voorzichtig. Roer ook de extra eetlepel olie erdoor. Maak een kuiltje in het midden van de rijst en leg de kip erin. Bedek hem met rijst en strooi de kardemom en komijn erover. Leg het deksel op de pan. Laat alles op hoog vuur koken tot er stoom onder het deksel vandaan komt. Zet het vuur laag en laat het geheel nog 20 minuten zachtjes koken.

Maak de topping ongeveer 10 minuten voor het serveren. Laat de saffraan in een kommetje met 1 eetlepel kokend water 5 minuten weken tot hij zijn kleur vrijgeeft. Doe de olie en cranberry's in een kleine steelpan en warm alles al roerend 1 minuut door. Haal de pan van het vuur en roer de suiker, een flinke lepel gekookte rijst en het saffraanwater erdoor. Verdeel de rijst over een grote schaal, leg de kip erop. Garneer het geheel met de cranberry-saffraantopping en serveer.

Vanaf linksboven: kulcheh shor (blz. 155); kulcheh chaarmaghzi (blz. 157); khetayee (blz. 146); khajoor (blz. 145)

Vanaf rechtsonder: roomhoortjes (blz. 149); gosh-e fil (blz. 142)



HET VERZOENEN VAN TEGENSTELLINGEN

فصل چهارم

‘Je vreugde is ontmaskerd verdriet.

En de bron waaruit je lach ontspringt, werd vaak gevuld met je tranen.

Hoe kan het anders zijn?

Hoe dieper het verdriet in je wezen kerft, hoe meer vreugde je kunt bevatten.

Is je beker met wijn niet dezelfde beker die in de oven van de pottenbakker werd gemaakt?

En is de luit die je geest kalmeert niet van hetzelfde hout dat met messen werd uitgehold?

Als je blij bent, kijk dan diep in je hart en je zult ontdekken dat het enige wat je zorgen gaf je ook vreugde geeft.

Als je verdrietig bent, kijk dan opnieuw in je hart en je zult zien dat je eigenlijk huilt om dat wat je vreugde schonk.’

Kahlil Gibran, *De Profeet*, 1923

De vlucht van mijn familie uit Afghanistan was eigenlijk het gevolg van de langdurige spirituele en psychologische vlucht die eraan voorafging. De aura van het land was aangetast; vermorzeld tussen twee ideologische tegenstellingen. Communisten en fundamentalistische islamieten vochten met veel geweld om het land te beheersen. Tegen de achtergrond van de Koude Oorlog mengden steeds meer buitenlandse machten zich in de strijd, met alleen hun eigen belangen voor ogen. In een steeds meer verbonden en geglobaliseerde wereld met steeds grotere machtsblokken als gevolg van technologische, militaire en wetenschappelijke revoluties, werden de gevolgen voor Afghanistan en de inwoners erg zwaar.

In de jaren tachtig van de vorige eeuw was Afghanistan ontdaan van zijn culturele en spirituele essentie, door het voortdurende conflict en het grote aantal gevluchte mensen. Toen mijn familie aankwam in Australië, moesten er veel wonden geheeld worden. Omdat we een toevluchtsoord hadden gevonden, konden we weer dromen. Maar deze dromen waren sterk verbonden met de rouw om alles wat we hadden verloren. We moesten de ogenschijnlijk verschillende werelden zien te verzoenen met elkaar. We hadden tijd en ook weer eten nodig voor dit proces. In een land ver van het thuisland van onze voorvaders, zou de herinnering aan voedsel ons verbinden. Jaren later, toen Parwana zijn deuren opende, konden we door een proces van interne verzoening iets maken wat we de mensen in ons nieuwe thuisland konden aanbieden.

Parwana was de manifestatie in de buitenwereld van onze ziel; een combinatie van onze geschiedenis, ons familieverhaal en onze ambities en beloften voor de toekomst.

We werden vluchtelingen

Onze passage van de Khyberpas in 1985, van Afghanistan naar Pakistan, was in meerdere opzichten een belangrijke stap. Ten eerste werden we vluchtelingen. De lange keten van mijn voorouders die verbonden was met het Afghaanse land was voor het eerst verbroken. De gevolgen hiervan zouden we allemaal voelen in onze levens. Ten tweede staken we een historisch controversiële grens over: de Durandlijn was in 1893 tijdens de Great Game getrokken. Het was een grens die altijd als onwettig werd gezien door Afghanistan. Toen Pakistan in 1947 werd gevormd, werd de grens een bron van conflicten tussen beide landen. De grens was een symbool van de voortdurende onrust en getrokken door buitenlandse machten om de landen kleiner te maken. Nu zocht mijn familie veiligheid door juist deze grens over te steken, worstelend met de tegenstrijdige gevoelens die bij het vluchten horen.

Ten derde waren we nog niet volledig veilig als vluchtelingen in Pakistan. We hadden één dreiging overwonnen, maar werden alweer geconfronteerd met de volgende. Dit keer bestond de bedreiging uit de revolutionaire islamitische groeperingen, waarvan er veel Afghanistan waren ontvlucht tijdens de communistische heerschappij. In Pakistan hadden ze een veilige haven gevonden en bloeiden ze op. Net als de communistische controlestaat in Afghani-

stan, hadden deze islamitische groeperingen overal ogen. Hun ultieme doel was het omverwerpen van het communisme en heersen over Afghanistan. Gevluchte Afghanen die geen aanhanger waren van de islamitische ideologie, waren in Pakistan vogelvrij verklaard. Ze werden gezien als communistische agenten of aanhangers van het Westen. Ze werden beschouwd als vijanden van de islam, gebaseerd op hun geloof in vrouwenrechten, democratisering of een religie anders dan de islam.

Met deze benarde situatie in het achterhoofd, bereikten we een vluchtelingenkamp in Peshawar. Ondanks het gevaar dat ons omringde, zei mijn moeder dat ze hier de geur van de hemel kon ruiken. De goddelijke geur werd opgewekt door het feit dat we de grootste bedreigingen ontvlucht waren en op een plaats waren aangekomen waar zij en haar jonge gezin in ieder geval een kans hadden. We konden weer hopen.

De ego-monsters

Peshawar was al overstroomd door vluchtelingen. Veel van hen wachtten op documenten van verschillende buitenlandse ambassades die hun het recht ga-

ven zich ergens anders te vestigen. In die tijd verbleef ook Bahaouddin Majrooh als vluchteling in Pakistan en hij werkte nog steeds voor het Afghaanse Informatiecentrum (AIC). Naast zijn journalistieke kwalificaties, had Majrooh ook zijn doctoraal Frans behaald. Hij had veel werk gepubliceerd, waaronder poëzie in het Frans, Pasjtoe en Farsi. Zijn baanbrekendste werk was een episch gedicht: ‘Ajhdeha-i Khudi’ ofwel ‘Het ego-monster’. Hij schreef het in 1984 en het wordt nog steeds bewonderd door vele Afghanen en Fransen om zijn gelaagdheid en filosofische dimensies.

Het gedicht volgt de tocht van een nachtelijke reiziger. Hij doorkruist landen met tirannieke heersers aan het hoofd, aardig lijkend op Afghanistan en Pakistan, en ziet hoe deze mensen vechten om macht. Via het karakter van deze reiziger liet Majrooh zijn licht schijnen op hoe het land gedesorienteerd was geraakt door mensen met ‘onverzorgde baarden tot op hun navels die hun gezichten bedekten als zwarte maskers’. De metafoer van baarden die dienstdeden als maskers was voor Majrooh de manier om uit te drukken hoe de islamitische groepen zich verborgen achter religie als een excuus om hun ego-gedreven,

زلمی و فریدا ایوبی

Zelmai en Farida Ayubi



DAHL

دال

In heel Afghanistan en het Indische subcontinent wordt veel dahl gegeten. Dahl is een makkelijk gerecht waarmee je naar hartenlust kunt variëren, of het nu gaat om de linzensoort die je gebruikt, de specerijen of de hoeveelheid chilipepers. In dit recept dat we in Parwana serveren, maken we gebruik van rode splitlinzen omdat die de curry een zachte, romige textuur geven. Je kunt er challaw (blz. 111), een palaw-rijstschotel (blz. 113, 114, 125, 126 en 129) of gewoon wat naanbrood (blz. 82) bij serveren.

410 g rode splitlinzen
 125 ml zonnebloemolie
 2 uien, fijngesneden
 2 tenen knoflook, fijngehakt
 1 verse lange rode chilipeper, in ringen
 4 grote tomaten, in stukjes
 1 tl gemalen kurkuma
 1 tl gemalen koriander
 1 tl kerriepoeder
 1 el zout
 ½ tl chaar masala (blz. 21)
 gehakte verse korianderblaadjes en hele kerrieblaadjes, om te garneren

Doe de linzen met 1,5 liter water in een pan. Breng het geheel aan de kook, zet het vuur laag en laat het 15 minuten sudderen tot de linzen zacht zijn. Laat ze in een vergiet uitlekken. Doe de linzen weer in de pan en zet opzij.

Verhit de olie in een andere pan op hoog vuur en bak hierin de uien in 5 minuten goudbruin. Voeg de knoflook en chilipeper toe en bak ze 2 minuten mee tot ze zacht zijn en beginnen te geuren. Voeg de tomatenstukjes toe en bak ze onder af en toe roeren 2-3 minuten mee tot ze zacht zijn. Roer de specerijen en het zout door het mengsel en bak alles nog 2 minuten tot het begint te geuren.

Voeg de linzen en 1 liter water toe aan de pan en breng het geheel aan de kook. Laat de dahl 5-8 minuten koken tot hij ingedikt is en alle smaken uit de saus geabsorbeerd heeft. Schep de dahl voor het serveren in een kom en garneer hem met verse koriander- en kerrieblaadjes.



SAMBOSA

سَمبوسا

Sambosa's, of samosa's, zijn gevulde gefrituurde gebakjes die populair zijn in Afghanistan, en eigenlijk het hele Indische subcontinent. Toen mijn ouders nog in Kaboel woonden, stonden Indiase streetfoodverkopers (die al vele generaties in Afghanistan waren sinds de heerschappij van de Mogols) er bekend om dat ze de beste sambosa's maakten. Serveer ze met chutney sabz (blz. 86), chutney morcheh sorkh (blz. 87) of jaan-e-amayoghurdip (blz. 191).

Breng de aardappels, wortel en 125 milliliter water in een pan aan de kook. Zet het vuur middelhoog en laat alles 15 minuten sudderen tot al het water is geabsorbeerd en de groenten gaar zijn. Doe ze in een grote kom en voeg de ui, specerijen en het zout toe. Meng alles voorzichtig en zet opzij.

Meng de bloem, het bakpoeder en zout in een kom. Voeg de olie toe en kneed alles met je handen. Maak een kuiltje in het midden, voeg het water toe en kneed alles in circa 5 minuten tot een glad en stevig deeg; als het nog te kleverig is, voeg een eetlepel bloem toe en kneed het opnieuw goed door. Dek de kom af met een theedoek en laat het deeg 20 minuten op kamertemperatuur rusten.

Verdeel het deeg in twee stukken. Rol één stuk op een met bloem bestoven werkblad uit tot een

2 kleine vastkokende aardappels,
in blokjes
1 kleine wortel, in blokjes
1 ui, gesnipperd
1 tl komijnzaad
1 tl gemberpoeder
1 tl versgemalen zwarte peper
2 tl zout

VOOR HET DEEG
300 g bloem, plus extra om te bestuiven
1 tl bakpoeder
1 tl zout
3 el zonnebloemolie, plus extra,
om te frituren
125 ml warm water

cirkel met een doorsnee van 30 centimeter. Steek er met een ronde uitsteekvorm van 10 centimeter doorsnee zo veel mogelijk rondjes uit. Schep een eetlepel afgekoelde vulling in het midden van elke cirkel en bevochtig de rand lichtjes met water. Vouw het deeg doormidden, over de vulling, zodat je een halve cirkel hebt; druk de randen stevig op elkaar, zodat ze niet opengaan tijdens het frituren. Breng met een vork voorzichtig decoratieve patroontjes in de randen van sommige sambosa's aan; je kunt het deeg langs de hele rand ook zo knijpen en draaien dat je een touwpatroon krijgt. Rol het tweede stuk deeg uit tot een vierkant van 30 × 30 centimeter en snijd dit in negen vierkantjes van 9 × 9 centimeter. Schep een eetlepel van de vulling in het midden van elk vierkantje, breng de tegenoverliggende hoekjes samen en vorm zo een driehoekje; druk de randen stevig dicht.

Zodra je circa achttien sambosa's klaar hebt om te frituren, vul je een pan met zware bodem voor een derde met olie. Verhit de olie op hoog vuur tot een keukenthermometer 180 °C aangeeft. Frituur de sambosa's, in porties, 2-3 minuten tot ze aan alle kanten goudbruin zijn en er belletjes op het oppervlak verschijnen; keer ze één keer om. Haal ze met een schuimspaan uit de olie en laat ze op een met keukenpapier bekleed bord uitlekken. Serveer ze heet.





FALOODA

فالوده

1 l volle melk
vanille-ijs, om te serveren
grof gehakte pistachenoten en
rozenblaadjes, om te garneren

VOOR DE MAGHOOT-JELLY

1 tl gele voedselkleurstof
3 el maizena

VOOR DE ROZENSIROOP

220 g kristalsuiker
1 el rozenwater
2 tl roze voedselkleurstof

VOOR HET BASILICUMZAAD

2 el gedroogd basilicumzaad (sabja)
625 ml kokend water

Dit melkachtige koude dessert met rozenwater is populair in het hele Indische subcontinent. Het wordt geserveerd in een hoog glas en heeft verschillende laagjes: rozensiroop, stukjes maghoot-jelly, ijs, melk en noten. In Afghanistan wordt falooda verkocht in kleine, kleurrijke ijswinkels die bekendstaan als *shir yakh feroshees*.

Dit recept bestaat uit verschillende onderdelen – rozensiroop, geweekte basilicumzaden en maghoot-jelly – die allemaal apart worden bereid en dan worden samengevoegd om falooda te maken.



Voor de maghoot-jelly: breng 500 milliliter water en de voedselkleurstof in een pan aan de kook. Roer de maizena met 2 eetlepels koud water in een kleine kom tot een gladde pasta. Voeg 2 eetlepels van het kokende gekleurde water aan de pasta toe en roer alles tot een papje. Voeg de verdunde maizena langzaam toe aan het kokende water; blijf goed roeren om te voorkomen dat er klontjes ontstaan. Zodra het mengsel na 2-3 minuten weer begint te koken, giet je het in een grote, ondiepe, hittebestendige schaal en laat je het minstens 2-3 uur afkoelen. Snijd de afgekoelde jelly in blokjes en zet ze tot gebruik opzij.

Voor de rozensiroop: verhit de suiker met 250 milliliter water op hoog vuur in een kleine steelpan; roer net zolang tot de suiker is opgelost. Breng het geheel aan de kook en laat het 2-3 minuten koken tot een keukenthermometer 112 °C aangeeft en de siroop al enigszins dik

wordt. Voeg het rozenwater en de voedselkleurstof toe, roer alles goed door en zet de siroop opzij om af te koelen.

Voor het basilicumzaad: doe de zaden in een kom en giet het kokende water eroverheen. Laat ze 15 minuten weken tot ze kleverig en gelatineachtig zijn. Zet opzij om af te koelen.

Zet zes hoge glazen klaar. Doe 2 eetlepels rozensiroop in elk glas. Voeg 1 eetlepel maghoot-jelly-blokjes toe, gevolgd door 1 eetlepel geweekte basilicumzaadjes. Vul het glas tot drie kwart met de koude melk, schep er een flinke eetlepel vanille-ijs bovenop en garneer het geheel met de pistachestukjes en rozenblaadjes.

Serveer meteen, met een rietje en een lepel.

