

# Rook!

CULINAIR ROKEN OP DE BBQ EN IN ANDERE ROOKKASTEN

**VOLG DE 7 STAPPEN NAAR PERFECT GEROOKTE  
VLEES- EN VISGERECHTEN, GROENTEN EN DESSERTS**

STEVEN RAICHLEN



Karakter Uitgevers B.V.

*Voor Ella, Mia en Julian – jullie zetten mij in vuur en vlam.*





# INHOUD

<b>INLEIDING: EEN SNELCURSUS ROKEN . . . . .</b>	<b>1</b>
<b>DE ZEVEN TREDEN NAAR HET ROOKNIRWANA . . . . .</b>	<b>3</b>
<b>VOORGERECHTEN . . . . .</b>	<b>33</b>
<b>RUNDEVLEES . . . . .</b>	<b>61</b>
<b>VARKENSVLEES . . . . .</b>	<b>87</b>
<b>LAMSVLEES . . . . .</b>	<b>123</b>
<b>BURGERS, WORSTJES EN MEER . . . . .</b>	<b>135</b>
<b>GEVOGELTE . . . . .</b>	<b>149</b>
<b>VIS EN ZEEVRUCHTEN . . . . .</b>	<b>173</b>
<b>GROENTE, BIJGERECHTEN EN VLEESLOOS ROKEN . . . . .</b>	<b>201</b>
<b>NAGERECHTEN . . . . .</b>	<b>227</b>
<b>COCKTAILS . . . . .</b>	<b>243</b>
<b>OVENTEMPERATUREN EN INHOUDSMATEN . . . . .</b>	<b>259</b>
<b>DE VERSCHILLENDE ROOKOVENS (SMOKERS) . . . . .</b>	<b>261</b>
<b>EXTRA ROOKGEREI . . . . .</b>	<b>278</b>
<b>FOTOVERANTWOORDING . . . . .</b>	<b>281</b>
<b>REGISTER . . . . .</b>	<b>283</b>



## INLEIDING

# EEN SNELCURSUS ROKEN

Ik zou dit boek op allerlei plaatsen kunnen laten beginnen. Bij de Amerikaanse Royal World Series of Barbecue in Kansas City, bijvoorbeeld. Hier voeren meer dan 600 barbecueteams uit de hele wereld 3 dagen en nachten lang een culinaire strijd, waarbij ze geurige wolken over Arrowhead Stadium uitstorten. Of in de Italiaanse Alpen, waar gepekelde hammen 2 weken lang op jeneverbeshout worden gerookt voor een rokerige prosciutto die ‘speck’ wordt genoemd. Een vergelijkbaar tafereel vindt plaats in Surrey, Virginia, waar de familie Edwards sinds 1926 ham rookt. Ik zou ook kunnen beginnen op Islay-Island in Schotland, waar de gerst voor Schotse whisky op turf wordt gerookt, of op de ruige hellingen rond Oaxaca, Mexico, waar men de agaveharten in grondovens rookt en roostert voor de bereiding van een unieke rokerige drank die ‘mescal’ heet. Of iets dichterbij, in Bornholm, Denemarken. Op dit kleine eiland in de Oostzee stonden rond 1930 – op het hoogtepunt van de gerookteharingindustrie – meer dan 120 actieve rookhuizen; de witgekalkte schoorstenen steken nog altijd af tegen de horizon.

De beste plaats om mijn boek te beginnen is misschien wel mijn achtertuin, waar – terwijl ik dit schrijf – zalm, sint-jakobsschelpen, beef jerky en niet te vergeten ricotta, mosterd en chilisaus liggen te roken in een cederhouten rook-

huis dat ik samen met mijn buurman Roger heb gebouwd.

Rook. Er zijn maar weinig woorden die je zo hongerig kunnen maken. Denk aan enkele van de lekkerste soorten voedsel ter wereld: ham, spek, zalm, die stuk voor stuk hun opvallende smaak en karakter aan rook danken.

Dit boek gaat over voedsel roken. Koudgerookte levensmiddelen zoals mozzarella affumicata en Scandinavische lax. Amerikaanse barbecue, van Texaanse brisket tot pulled pork in de stijl van Noord-Carolina tot Kansas City-ribs. Gerookt voedsel uit de hele wereld, zoals Jamaican jerk kip en Chinese-theegerookte eend.

De vraag is dan in welk opzicht dit boek verschilt van alle andere barbecueboeken die ik heb geschreven. Hoewel roken in de meeste van mijn boeken wel aan bod komt, vooral zoals toegepast in de Amerikaanse barbecue-belt, draait dit boek uitsluitend om roken. Van gerookte soorten vlees, vis en zeevruchten tot gerookte cocktails, smaakmakers en nagerechten. Je leert hoe je al die beroemde gerookte producten kunt maken, maar ook voedsel dat je wellicht niet zo gauw in verband zou hebben gebracht met roken, zoals cheesecake, roomijs, mayonaise, boter en ijs. Steek de rookovens maar aan: we gaan beginnen.





# DE ZEVEN TREDEN NAAR HET ROOKNIRWANA

---

**R**oken is gemakkelijk, maar niet altijd eenvoudig. Er zijn honderden verschillende rookovens en elk type werkt weer anders. Je kunt er een kopen van enkele honderden of vele duizenden euro's, maar de prijs zegt niet altijd iets over de kwaliteit.

Je hebt ook allerlei soorten hout geschikt voor roken: hickory, eik, beuk, appel, mesquite, om er enkele te noemen. En dan hebben we het nog niet eens over de keuze tussen vers of gedroogd hout, droog of geweekt, blokken, chunks, chips of pellets.

Dan komt het vlees (kies je voor vet of magerder, biologisch of lokaal?). En natuurlijk de vis (wild of gekweekt, heel of gefileerd), groenten, kazen, eieren en desserts.

Als je eenmaal een vuurtje hebt gebouwd – en geloof me, er is volop discussie over hoe je dat het best kunt doen – kies je de rookmethode: warm- of koudroken, rookroosteren of met een handzaam rookapparaat. En je moet weten hoelang de verschillende producten moeten worden gerookt en wanneer ze klaar zijn.

Klinkt dit ingewikkeld? Dat is het ook (enigszins), maar ik heb het hele proces in zeven simpele stappen opgedeeld. Volg ze en binnen de kortste keren heb je het roken onder de knie.

---



## STAP 1 KIES JE ROOKOVEN

De eerste stap is het kiezen van een geschikt apparaat. Er zijn tientallen typen en honderden modellen! Bestudeer dit hoofdstuk goed en kijk ook op blz. 261 e.v.

Welke rookoven je neemt is afhankelijk van je ervaring, je wensen en het aantal mensen voor wie je meestal kookt – dit alles bepaalt jouw ‘rookpersoonlijkheid’.

**Beginner:** je wilt een betaalbare rookoven die gemakkelijk te bedienen is en niet te veel ruimte inneemt. Geschikt zijn: een houtskool- of andere ketelbarbecue met hoog deksel; een waterroker; een keramische rookoven en een rechtopstaand rookvat.

**Barbecue liefhebber die graag roken wil:** barbecueën is je eerste liefde, maar je wilt ook graag kunnen roken. Denk aan een ketelbarbecue of houtskoolbarbecue met deurtje; een houtbarbecue; een keramische rookoven of een offset-smoker met een vuurkamer met rooster.

**Gemaks- en resultaatgeoriënteerde roker:** je houdt van gerookt en gebarbecued voedsel, maar wilt het liefst een druk-op-de-knop-gasbarbecue. Neem een elektrische of gasrookoven of een pelletbarbecue.

**Procesgeoriënteerde roker:** niet alleen het resultaat is belangrijk maar het hele proces: het bouwen en onderhouden van een vuur, het regelen van de luchtinlaat, enz. Koop een waterroker of een offset-smoker.

**Gerooktvoedsel fanaat:** voor jou geldt: hoe rokeriger het voedsel, hoe beter. Kies voor een offset-smoker, waterroker of zelfs een rookhuis.

**Commerciële of wedstrijd-roker:** je kijkt naar elk barbecueprogramma op tv en wilt het opnemen tegen andere barbecuefanaten. Je kookt vaak voor veel mensen. Ga op zoek naar een grote Amerikaanse offset-smoker (big rig), het liefst op een trailer, of een carrouselrookoven.

**Stadsbewoners en klein-behuisde rokers:** je houdt van gerookt voedsel, maar kunt niet buiten grillen of roken omdat je klein woont in een dichtbevolkte omgeving. Koop een fornuisrookoventje of rookapparaat.

## SOORTEN ROOKOVENS





## ANATOMIE VAN EEN ROOKOVEN

**R**ookovens en -apparaten (smokers) variëren van kleine handzame rookapparaten tot gigantische ovens die op opleggers op het wedstrijdterrein staan. Ze kunnen bestaan uit niet meer dan een metalen 200 litervat, of zo complex zijn als een hightech Enviro-Pak-oven waar je letterlijk met een vrachtwagen doorheen kunt rijden. Sommige rookovens worden gestookt op hout of houtskool, andere op propaan of elektriciteit.

Ondanks de brede keus aan vormen, formaten en configuraties hebben de meeste smokers een vergelijkbare constructie. Het is belangrijk dat je snapt hoe de verschillende onderdelen werken.

Aan een kant van of onder in de rookoven zit de **vuurkamer**, waar je hout of houtproducten verbrandt om rook te genereren. Aan de andere kant vind je de **schoorsteen**, die een luchtstroming creëert die de rook door de rookoven naar buiten trekt.

Daartussen bevinden zich de **rookkamer** en de **hitteverdeelpaat** (diffuser). In de rookkamer wordt het voedsel gerookt en vaak tegelijkertijd gegaard. Deze kan naast de vuurkamer zitten of er direct boven. (Bij rookapparaten gebruik je een aparte bak, zoals een cocktailshaker, als rookkamer.) Aan een kant van de rookkamer vind je soms een **vetuitloop** met een klein emmertje om vet en vloeistof op te vangen.

Hoewel vuur voor hitte zorgt, worden de meeste producten op lage temperatuur gerookt. De verdeelplaat schermt het voedsel af van de volle kracht van het vuur. In een waterrooker is dat een ondiepe **waterbak** die met vocht is gevuld en tussen het vuur en de rookkamer wordt geplaatst. In een keramische rookoven zit er een **convectieplaat** tussen de kooltjes en het rooster. In een offset-barrelsmoker is het een verschuifbare - meestal geperforeerde - metalen plaat die onder het rooster wordt geplaatst.

De **ventilatiegaten** zijn klein maar belangrijk. De inlaatgaten in de vuurkamer bepalen de luchtstroom

die de oven binnenkomt. De schoorsteenafsluiter aan het einde van de rookkamer - een ronddraaiende schijf of een luchtschuif - regelt de uitlaat van hete lucht en rook. Samen bepalen ze de luchtstroom - en daardoor de hitte - in de rookoven. Onthoud deze eenvoudige regels:

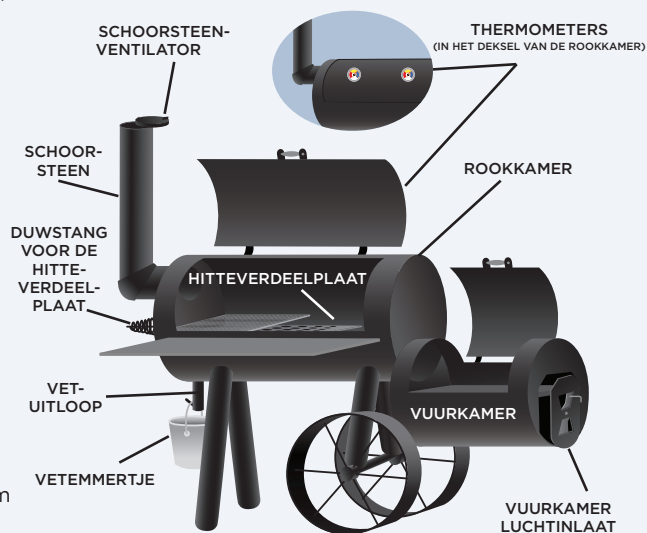
- Grotere luchtdoorstroming is gelijk aan grotere hitte.
- Beperkte luchtdoorstroming is gelijk aan geringere hitte.

Open of sluit de ventilatiegaten om de luchtdoorstroming en de hitte te regelen.

Elektrische rookovens (en pelletbarbecues) hebben een elektrisch hitte-element om het hout te verbranden en een thermostaat om de temperatuur te regelen. Gasrookovens hebben eveneens een thermostaat voor de temperatuurregeling. Stel de temperatuur in en laat de thermostaat de rest doen. Bedenk bij het werken met pelletbarbecues dat:

- een lagere temperatuur meer rook oplevert
- een hogere temperatuur minder rook oplevert.

Dat geldt trouwens voor de meeste rookovens.



## STAP 2

# VOED HET VUUR

Hout is de voornaamste brandstof bij het roken, of je nu kiest voor hickory om spareribs in Kansas City te roken, elzenhout voor zalm in Alaska of pimenthout om authentieke Jamaican jerk te maken.

Er is veel discussie over welke houtrook het best bij bepaalde soorten vlees of vis past. Sommigen doen veel moeite om bepaalde houtsoorten met bepaald voedsel te combineren – appel bij varkensvlees, bijvoorbeeld, of kersenhout bij kip.

Ik ga hier een ketterse uitspraak doen: de soort hout is minder belangrijk dan de manier waarop die wordt verbrand. Als je net begint met roken, werken

alle houtsoorten – hickory, eik, appel, kers en ahorn – even goed, hoewel de rook van elke soort een iets andere kleur en smaak heeft.

Bud Williford van Carolina Cookwood verdeelt hout in twee ruime categorieën: **boshout** en **boomgaardhout**. Voorbeelden van de eerste zijn hickory, pecan, eik en wilde soorten zoals esdoorn en els, en van de tweede fruitbomen zoals de populaire appel, kers en de toenemend gewilde perzik, peer en moerbei. Hier kan nog **exotisch hout** aan toegevoegd worden, zoals kamferhout, dat in China wordt gebruikt om te roken, en pimenthout van de pimentboom, dat de intens aromatische rook produceert die deels verantwoordelijk is voor de unieke smaak van Jamaican jerk.

Al deze houtsoorten hebben één ding gemeen: ze zijn afkomstig van

loofbomen (bladverliezend) en worden als hardhout geclassificeerd. Hout van de pijnboom, spar en andere groenblijvende naaldbomen is gewoonlijk niet geschikt om mee te roken; het levert een roetachtige rook op met sterke olieachtige geuren. Er zijn wel enkele uitzonderingen. Zo roken de Canadezen hun steaks graag boven verse sparrentakken. In Frankrijk rookt men mosselen boven droge dennennaalden voor het fantastische gerecht *écclade de moules*. Elders op planeet Barbecue roken mensen met thee (in China, zie blz. 168) en kruiden en specerijen zoals pimentbessen en kaneel (zie Jamaican jerk, blz. 154). De vreemdste brandstof om mee te roken is gedroogde schapenmest, die in IJsland wordt gebruikt voor het roken van schapen- en paardenvlees.

## HOEVEEL HOUT HEB JE NODIG?

Zoek in de gebruiksaanwijzing op hoeveel hout je nodig hebt. Hier volgt een ruwe schatting.

TYPE BRANDSTOF	TYPE ROOKOVEN	HOEVEELHEID
Blokken	Grote offset-smokers	1-3 gekloofde blokken per uur bij een goed smeulend sintelbed
Chunks (toegevoegd aan gloeiende houtskool)	Houtskoolbarbecues, waterrokers, keramische rookovens, rechtopstaande rookvaten	2-4 stuks per uur
Houtchips	Houtskoolbarbecues, waterrokers, keramische rookovens, rechtopstaande rookvaten	140-180 g elke 30-40 minuten
Pellets	Pelletbarbecues	Ca. 900 g per uur op hoog, 450-680 g op medium en 230 g op de rookinstelling
Rookmot	Fornuisrookoventjes, rookapparaten	1-2 el voor de eerste en 1 tl voor de laatste



## OVER HOUTSKOOL

**G**rote commerciële en wedstrijdrookovens gebruiken uitsluitend hout, maar de meesten van ons zullen een mengsel van houtskool en stukjes hout of houtsnippers gebruiken. Er zijn twee typen houtskool: **brokjes** en **briketten**.

**Houtskool** ontstaat door blokken hout in een houtskoolmeiler in een zuurstofarme omgeving te verbranden. Houtskool is erg variabel, afhankelijk van de houtsoort: zo geeft mesquitehout veel hitte en vonken. Esdoorn en eik (mijn favorieten) produceren een schone, constante hitte. Koop het liefst houtskool met onregelmatige puntige vormen. Rechte randen of rechte hoeken ontstaan vaak bij gebruik van houtskool gemaakt van houtkap- of timmerafval – niet mijn eerste keus. Brokken houtskool branden schoon en heet als ze net zijn aangestoken, maar de temperatuur daalt sneller dan bij briketten en ze branden minder lang. Maar je weet wel dat je een product van zuiver hout verbrandt. Aan een vuur kan direct verse houtskool worden toegevoegd zonder dat er onaangenaam smakende rook ontstaat.

**Briketten** zijn een samengestelde brandstof: een mengsel van houtsnippers, kolenstof, borax en brandversnellers op petroleumbasis. Soms zijn ze in zand tot kussenvormen geperst. Er zijn ook ‘natuurbriketten’ te koop gemaakt van hout of kokosnootschil en bindmiddelen op zetmeelbasis. Het voordeel van briketten is dat ze langer op een consistente temperatuur branden dan gewone houtskool (een schoorsteenstarter vol briketten behoudt 1 uur de temperatuur van 315 °C). Een nadeel is dat net aangestoken briketten een bijtende rook afgeven. Daarom adviseer ik om ze eerst in een schoorsteenstarter aan te steken en ze niet rechtstreeks op de oude kolen te leggen.

**OPMERKING:** de meeste houtskool produceert hitte, geen houtrook, daarom kan op alleen houtskool niet worden gerookt. Sommige producenten, zoals Kingsford, mengen kleine stukjes mesquite of hickory door sommige soorten briketten. Deze geven tijdens het roosteren een milde rookmaak, maar je moet meer hout toevoegen om rook te genereren.



Houtskoolbriketten (l) hebben allemaal dezelfde vorm. Houtskool (r) heeft onregelmatige vormen.



## EEN BEETJE WETENSCHAP – WAT IS ROOK (EN WAAROM SMAAKT HET ZO LEKKER)?

**E**erst wat algemene informatie over rook. Je weet het als je hem ziet. Je herkent hem als je hem ruikt en proeft. Het is de ziel van de barbecue en niet te vergeten de essentie van sommige van de lekkerste gerechten en dranken ter wereld – van bacon tot haring tot Schotse whisky.

Maar wat is rook precies, hoe komt het dat producten ernaar gaan smaken en waarom is het zo lekker?

Rook is een dampvormig bijproduct van brandend hout en andere organische materialen. Het bevat:

- vaste bestanddelen (in de vorm van kleine koolstofdeeltjes, 'roet' genaamd)
- vloeibare bestanddelen, zoals teer en oliën
- gasvormige bestanddelen (verantwoordelijk voor de meeste smaken die we in gerookt voedsel zo waarderen).

Alle drie dragen ze bij aan het uiterlijk, de geur en de smaak van gerookte producten.

Rook ontstaat bij de verbranding van hout, maar niet alle houtrook rookt of smaakt hetzelfde. Hardhout (van bladverliezende loofbomen zoals hickory en appel) geeft de smakelijkste rook. Ook andere plantaardige brandstoffen worden voor het roken gebruikt, van hooi voor het roken van kaas in Italië tot maiskolven voor het roken van spek in de Midwest.

Hout kent drie verbrandingsfasen:

- (uit)droging
- pyrolyse (decompositie door hitte)
- verbranding.

Anders gezegd: eerst droogt het vuur het hout uit, vervolgens wordt het afgebroken en tot slot ontvlamt het. Bij elke fase komt een ander type rook vrij en ontstaat er een ander cluster rooksmaken.

In zijn visionaire boek, *Modernist Cuisine*, deelt voedingsdeskundige Nathan Myhrvold

het rookproces op in zes belangrijke temperatuurfasen.

- **Bij 100 °C** kookt het water in het hout en komen stoom en kooldioxide vrij. Dat laatste reageert met het geschroefde hout en er ontstaan koolmonoxide en stikstofdioxide – bestanddelen die voor de beroemde rookring zorgen (blz. 127) in brisket en ander gerookt vlees.
- **Bij 170 °C** begint de pyrolyse, waarbij mierenzuur, azijnzuur en andere zure componenten vrijkomen. Deze zijn medeverantwoordelijk voor de wrange smaken in de rook en bevorderen de kleur en de conservering.
- **Bij 200 °C** wordt de rooksmak milder doordat bij de pyrolyse carbonylen ontstaan, aromatische moleculen die verantwoordelijk zijn voor de aantrekkelijke gele, bruine en donkerrode kleuren van gerookt eten. Een carbonyl – formaldehyde – werkt antibacterieel en conserverend.
- **Bij 300 °C** krijgt de rook een complexere smaak doordat de pyrolyse fenolen produceert. Deze aromatische verbindingen omvatten creosolen (verantwoordelijk voor de turfachtige smaak die met Schotse whisky wordt geassocieerd), iso-eugenol (verantwoordelijk voor de kruidnagelgeur en andere pittige geuren in de rook) en vanilline (bron van een vanilleachtige zoetheid). In dit stadium ontstaan er ook andere aantrekkelijke verbindingen, waaronder zoete maltitolen, nootachtige lactonen en naar karamel smakende furanen.
- **Bij 400 °C** wordt het hout zwart en is de rookproductie op haar hoogtepunt. Dit is het optimum voor rookvorming, met de hoogste concentratie aan fenolen, plus vloeibare druppels teer en olie die het voedsel kleur en smaak geven.
- **Bij 982 °C** ontbrandt het hout en verdwijnen de smaakproducerende verbindingen. Je kunt nu koken op het brandende hout, maar er niet meer mee roken.

## HOUTVORMEN EN HET GEBRUIK ERVAN

HOUTVORM	FORMAAT	GESCHIKT VOOR	VOORDELEN	AANDACHTSPUNTEN
Blokken 	30 x 45 cm	Grote offset-smoker (stick burner), commerciële rookovens	Genereert zowel hitte als rook	Kies een grote rookoven met een goede luchtdoorstroming. Pas na een uur krijg je een bed gloeiende kooltjes.
Chunks 	4-10 cm doorsnede	Kleine offset-smokers, waterrokers, keramische rookovens, rechtopstaande rookvaten, gasrookovens, gasbarbecues	Draagbaar, gemakkelijk op te bergen en een snelle rookproductie	Hoeven niet geweekt te worden. Bij een gasbarbecue plaats je ze onder het rooster of op of tussen de hittereflectoren of keramische briketten (zie blz. 21).
Chips of houtkrullen 	12-25 mm breed en lang, 6 mm dik	Kleine offset-smokers, waterrokers, keramische rookovens, rechtopstaande rookvaten, gasrookovens, gasbarbecues	Te koop bij tuincentra en speciaalzaken. Draagbaar, gemakkelijk op te slaan. Houtchips produceren snel rook	Week ze 30 minuten in water en laat ze uitlekken; dit vertraagt de verbranding.
Rookmot of -meel 	Hout in poedervorm	Elektrische rookovens, fornuisrookoventjes, rookapparaten	Verhit rookmot begint vrijwel direct te roken	Niet weken
Houtdisks of houtbriketten 	Kleine koekjes van samengeperst zaagsel	Elektrische rookovens	Eenvoudig, gemakkelijk te gebruiken en snelle rookproductie	Niet weken (ze vallen uit elkaar als ze te vochtig worden)
Pellets 	Kleine cilinders van samengeperst zaagsel	Pelletbarbecues, onder het raster van rookdozen, rookapparaten	Eenvoudig, gemakkelijk te gebruiken en snelle rookproductie	Niet weken (ze vallen uit elkaar als ze te vochtig worden)

## HOUTSOORTEN GESCHIKT VOOR ROKEN

Het sterretje staat bij alle algemene houtsoorten die geschikt zijn om allerlei voedsel te roken.  
Probeer ze allemaal!

HOUT	ROOKSMAAK	WAAR GEBRUIKT	TRADITIONEEL VOOR
<b>BOSHOUT</b>			
Beuk	Vol van smaak	Scandinavië, Duitsland	Varkensvlees en gevogelte
Eik*	Vol van smaak	VS: Californië en Texas; Europa, Zuid-Amerika	Alle vleessoorten, vis en zeevruchten, groenten
Els	Vol van smaak	VS: Pacific Northwest en Alaska	Zalm en andere vis en zeevruchten
Esdoorn	Mild	VS: New England; Canada: Québec	Gevogelte en varkensvlees
Hickory*	Vol van smaak	VS: zuiden en Midwest	Alle vleessoorten, vissoorten en groenten
Jeneverbes	Aromatisch	Europa	Haring, zalm en andere vis, spek
Mesquite	Sterk	VS: Texas en de Southwest	Rundvlees
Pecan	Vol van smaak	Zuid-Amerika	Varkensvlees en gevogelte
Walnoot	Vol van smaak	VS: Californië en oostelijk deel van de VS	Varkensvlees en ander vlees
<b>BOOMGAARDHOUT</b>			
Abrikoos	Vol van smaak	VS: Californië	Gevogelte en varkensvlees
Appel*	Vol van smaak	Overall in de VS	Alle vleessoorten (vooral spek), vis en groenten
Kers*	Vol van smaak	VS: Pacific Northwest en Upper Midwest	Alle vleessoorten, vis en groenten
Moerbeï	Mild	Zuid-Amerika	Gevogelte en varkensvlees
Peer	Mild	VS: Californië en New England	Gevogelte en varkensvlees
Perzik	Vol van smaak	Zuid-Amerika	Gevogelte en varkensvlees
Pruim	Vol van smaak	VS: Californië	Gevogelte en varkensvlees
Sinaasappel	Mild, zelfs zwak	VS: Florida en Californië	Gevogelte en varkensvlees