DE GRIEKSE EILANDEN

Moderne recepten uit de Griekse keuken

REBECCA SEAL

FOTOGRAFIE DOOR
STEVEN JOYCE

Karakter Uitgevers B.V.
www.karakteruitgevers.nl

ΑΓΙΟΓΕΩΡΓΙΟΣ
Π.ΚΩ 647

Voor Elodie en Rosa

INLEIDING 9
EEN OPMERKING OVER INGREDIËNTEN 10
THEELEPELS, EETLEPELS & OVENTEMPERATUREN 12

BRODEN & BAKSELS 14

MEZEDES & SALADES 34

VIS & ZEEVRUCHTEN 94

VLEES 132

VEGETARISCHE GERECHTEN 168

DESSERTS, ZOETIGHEID & DRANKJES 202

REGISTER 248
OVER DE AUTEUR & FOTOGRAAF 253
DANKWOORD 254

Inleiding

Elk Grieks eiland heeft zijn eigen, unieke cultuur en karakter, maar ze zijn allemaal door één ding met elkaar verbonden: een diepe liefde voor goed eten. Er liggen honderden eilanden rond de Griekse kust, in glinsterend, azuurblauw water. Sommige zijn niets meer dan rotsen die worden geteisterd door golven, andere bieden plek aan enkele huizen en een hagelwitte kerk pal aan zee, terwijl nog weer andere groter zijn, met eigen bergketens en onherbergzame, door de zon uitgedroogde binnenlanden. Ongeacht deze verschillen, wordt eten op elk bewoond eiland even serieus genomen. Het eten kan bestaan uit zilverglanzende, verse vis, net aan land gebracht en omgetoverd tot een lunch, of langzaam gegaarde berggeit, die een nacht heeft liggen stoven in de afkoelende sintels van een houtoven, een knapperige salade met scherpe kappertjes of zilte kaas, of zoet ingelegd fruit. Vraag een eilandbewoner, inclusief chef-koks, waar u het beste kunt eten op hun eiland… en ze zullen allemaal vertellen dat dat aan de keukentafel van hun moeder is.

Elk eiland is terecht trots op zijn culinaire tradities en ik had het geluk dat ontzettend veel mensen hun recepten en smaken met mij wilden delen. Er is veel meer te ontdekken na de toeristische favorieten. Sardientjes, tzatziki en saganaki zijn allemaal goed en wel, maar wie verder kijkt, vindt een rijkdom aan heerlijke gerechten, op welk eiland dan ook: probeer eens langzaam gegaard lamsvlees met tomaten en kikkererwten zoals ze het op Rhodos serveren, de citroenachtige visstoofpot *kakavia* die de vissers van het eiland aan boord van hun schepen maken met de kleinste, onverkoopbare vissen, tomatenbrood of watermeloentaart van Milos, of venkelpasteitjes met wilde bladgroenten, zoals ze die op Kreta eten.

Deze opsomming van recepten toont slechts een fractie van het eten op de Griekse eilanden; alles vastleggen zou een heel (dolgelukkig) leven kosten!

Een opmerking over ingrediënten

KAAS

Buiten Griekenland kennen we vooral feta, de zilte, kruimelige witte kaas van schapenmelk die eigenlijk de enige echte Griekse kaas is die in onze supermarkten te vinden is (halloumi is een Grieks-Cypriotische kaas). In heb in de recepten in dit boek makkelijk verkrijgbare alternatieven gegeven voor Griekse kazen, maar als u in de gelegenheid bent, moet u er toch eens naar op zoek gaan. *Graviera* is een harde gele kaas, vergelijkbaar met gruyère; *mizithra* is ofwel een romige zachte kaas die op ricotta lijkt, ofwel een gerijpte kaas om te raspen; *kasseri* wordt net zo gebruikt als mozzarella – hoewel de kaas van schapenmelk, en soms geitenmelk wordt gemaakt – en smelt goed; *kefalotiri* is een harde, vrij sterke kaas, gemaakt van schapen- en geitenmelk, die zó wordt geserveerd, als borrelhapje, of die net als Parmezaanse kaas of pecorino over pasta wordt geraspt; *kopanisti* is een peperige, witte zachte kaas; en *manouri* is een romige zachte kaas met een smaak die lijkt op die van feta.

GRIEKSE OREGANO

Oregano uit Griekenland is van zeer hoge kwaliteit en heeft een rijke smaak. Ik raad aan om deze soort te gebruiken, en noem hem daarom ook zo in de recepten; de smaak blijft zelfs goed als de oregano is gedroogd. In de Griekse keuken wordt ook verse oregano gebruikt (in salades of in een dressing van olijfolie en citroen voor over een warme aardappelsalade), dus probeer deze oregano te kweken in een pot op de vensterbank, en droog een deel voor in de winter.

OLIJFOLIE

In Griekenland hebben ze lekkere olijfolie in overvloed, en hij is zelden duur; de Grieken consumeren de meeste olijfolie per hoofd van de bevolking van de wereld. Er is altijd wel een olijfboomgaard in de buurt, en sommige olijfbomen in het land zijn echt eeuwen oud: een van de oudste staat in Vouves, op Kreta, en zou 3000 jaar oud zijn. Griekse koks gebruiken vrijwel altijd olijfolie voor het bakken en ook in dressings en sauzen. Bewaar de beste extra vergine olie voor gerechten die niet worden verwarmd, en gebruik gewone olijfolie om in te bakken.

PASTA

Kijk niet verbaasd op als u meerdere pastagerechten tegenkomt in dit boek; de Griekse keuken heeft een pastatraditie die minstens even lang is als die van Italië. Eeuwenlange handel in het Middellandse Zeegebied, plus periodes van bezetting van Griekenland door volken als de Venetianen, hebben invloed gehad op koks op de Griekse eilanden, net als dat hun technieken weer werden meegenomen naar andere gebieden.