

WVTTK (wat verder ter tafel komt)

Behalve stapels receptenboeken van bekende koks of aanstormend talent verschijnt er ook opvallende andere culinaire literatuur. Boeken met een bijzondere invalshoek: vernieuwend, tegendraads, anarchistisch of visionair. BOEK zet wat speciale culi-voorbeelden op een rij.



ALLEEN VOOR ECHTE MANNEN

Mannen hebben het zwaar, vooral wanneer ze in een Vinex-wijk wonen. Geen enkele uitdaging, verveling alom. Gelukkig is er een *wake-upcall* in de vorm van het *Handboek voor de Vinex-jager*. Een handleiding waarmee de man weer 'gehoor kan geven

aan zijn diepste driften en luisteren naar de *call of the wild*'. De Vinex-jager is zelfvoorzienend, hij maakt en vangt alles zelf. Van meerkoet en rivierkreeft (uit de Amsterdamse gracht) tot stadskip en *roadkill*. Sjoerd Mulder en Meneer Wateetons geven instructies voor het zelf brouwen van wijn en bier, het optuigen van een werphengel en het schoonmaken van gevangen vis, het maken van een kaaspers (voor feta van gestremde moedermelk), het pekelen en roken van allerlei etenswaren. En ja, voor wie eenmaal het avontuur ruikt, is niets meer veilig. De dieren van de kinderboerderij, de cavia van de burens (heerlijk als salami, aldus de schrijvers), dat schattige egeltje in de tuin. Moeders, doe de deur op slot!

Handboek voor de Vinex-jager (152 p.), Prometheus €18,95

VAN HET LAND

Moestuiniëren is nog nooit zo populair geweest. We zijn massaal onze eigen groenten gaan verbouwen op het erf en in de stads- of daktuin. Niet zozeer uit economisch oogpunt, maar vooral als liefhebberij. Of uit overtuiging: weet wat je eet en biologisch is beter. Alma Huiskens en Doortje Stellwagen 'emigreerden' zes jaar geleden naar Groningen. Over hun tot wasdom gekomen moestuin, De Groene Luwte, schreven ze het vuistdikke *Met mest en vork*: 'een kook-, natuur- en tuinboek'.



Het is een kijk- en leesboek op de koop toe. 'Zelfs een onderwerp als "zelf composteren" wordt in Alma's handen ronduit *unputdownable*', schreef Renate Dorrestein. **Met mest en vork** (630 p.), Lemniscaat, €39,50

KOKEN IN MAGERE TIJDEN

De Koninklijke Bibliotheek in Den Haag heeft momenteel een webexpositie over vier eeuwen Nederlandse kookboeken. Opvallend is hoeveel kookboekjes er tijdens de oorlogen verschenen. Zoals *Oorlogskookboek* uit 1918: 'een eenvoudige

WILDPLUKKEN

De allernieuwste mode is wildplukken, ook wel 'bermsnacken' of oogsten zonder zaaien genoemd. In de natuur liggen eetbare producten immers voor het plukken: van paardenbloem tot watermunt en van zeewier tot kastanje. En voor de waaghals: muskusrat. Ook in de stad valt genoeg te culi-jutten. Je moet alleen even weten waar – dankzij de wildpluk-app. Lekker anarchistisch en goedkoop. Daar hoort natuurlijk geen traditioneel kookboek bij, wel een blog en een app. **oogstenzonderzaaien.nl** en **wildplukwijzer.nl**

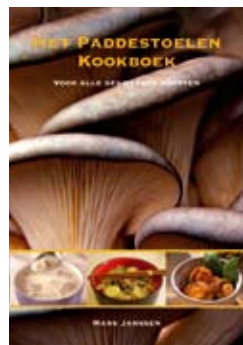


handleiding ter bereiding van smakelijke, voedzame gerechten en vleesloze schotels uit de thans beschikbaar zijnde levensmiddelen met praktische ervaring samengesteld door een Hollandsche huisvrouw'. De lezer leert hoe koffie van weinig bonen smakelijk wordt en hoe eenvoudig het drogen van appels en selderij is. Ook zijn er zuinige recepten als oorlogscake, schijngenhakt, soep of kroketten van witte bonen. De onvolprezen schrijfster M.F.K. Fisher deed in 1942 iets soortgelijks in *How to cook a wolf*, maar pleitte er tegelijkertijd voor om ook in betere tijden avontuurlijk, smakelijk maar vooral bescheiden te ko-



ken. De Amsterdamse Kyra ten Cate bundelde begin dit jaar haar moeders recepten uit de oorlogswinter en bracht die onder de titel *Koken in moeilijke tijden* in eigen beheer uit. Met fraaie illustraties en een inleiding van Johannes van Dam: 'Een juweeltje. Hoe de menselijke geest nog goud kan vinden als de nood het hoogst is. Is het niet uit noodzaak, dan wel om het plezier dat dat geeft.'

Koken in moeilijke tijden, €17,50, te bestellen in de boekhandel.



PADDOLICIOUS

Mark Janssen is mycogastronoom. Hij weet alles van wilde en gekweekte paddenstoelen en leidt excursies in Nederland en Frankrijk. Zijn vondsten, recepten en bevindingen legde hij vast in

twee in eigen beheer uitgebrachte handboeken voor beginners en gevorderden. Nieuw is zijn *Paddestoelekookboek* (de auteur laat principieel de tussen-n weg). Want buiten het wildseizoen wil een mens ook wat. Bovendien komen er veel gekweekte soorten bij waarover in Nederland nog weinig bekend is. Van de twintig wereldwijd meest gegeten soorten geeft Janssen informatie over herkomst en gebruik, zowel culinair als medisch, receptuur (sommige zijn prima rauw te eten) en adressen van leveranciers en markten.

Paddestoelekookboek (126 p.), €26,-, te bestellen op wildepaddestoeleneten.nl.

FUTURISTISCH ETEN

In 1932 publiceerde de kunstenaar Filippo Tommaso Marinetti zijn futuristisch kookboek. De mens moest zich bevrijden van zware kost als pasta, vond hij. Eten hoorde gezond, esthetisch, harmonieus en origineel te zijn. En alle zintuigen moesten



daarbij worden geprikkeld, niet enkel de tong. Dus bedacht Marinetti tectiele maaltijden (eten met je handen in een kostuum van schuurpapier!), dineren in het pikkedonker en het extremistenbanket, waarbij gasten zich alleen mochten laven aan geur. Zijn manifest, dat destijds nog sciencefiction leek, legde de basis voor het huidige moleculair koken. Maar hoe ziet eten anno 2030 eruit? Volgens de makers van *Eat Less, Live More & Pray for Beans* bestaat ons menu straks uit vier basisingrediënten: zaden, schimmels, bonen en bloed. Met dat laatste gaan we zelf vlees kweken in een reageerbuis. Want dierlijk vlees is dan te duur en schaars. *Menselijk* bloed moet uitkomst bieden. Maar, zo luidt het goede nieuws, dankzij ons nieuwe menu leven we langer en gezonder (we gaan op ons tachtigste met pensioen). Wie zich nu al wil voorbereiden, kan vast oefenen met interessante recepten als pasta van groene thee, chocoladecake met kikkererwtten of kroketten van de Mexicaanse maïsantozwam. Het kookboek is een initiatief van het Naturalis Biodiversity Center en hoort bij de gelijknamige tentoonstelling in het Leidse museum (68 p., €10,-). naturalis.nl

REVOLUTIONAIR

Tachtig procent van de wereldbevolking eet insecten; ze heten met een duur woord *entomofagen*. Zo beschouwen Mexicanen gepofte mieren als een delicatessen en eten ze in Japan graag wespen.

Insecten zijn niet alleen gezond – ze zitten vol eiwitten – het kweken is ook een stuk milieuvriendelijker dan de productie van vlees. Bovendien zijn er genoeg van: wereldwijd heeft de mens zo'n 200 miljoen tot 2 miljard insecten tot zijn beschikking. Dat wij in het Westen ook insecten gaan eten, is een kwestie van tijd. (Overigens krijgen we jaarlijks een half pond insect binnen zonder dat we dit weten, afkomstig van gewassen waarmee de dieren in aanraking komen, zoals appels en koffie.) In Nederland en België zijn al sprinkhanen, meel- en buffalowormen voor consumptie verkrijgbaar. Maar dan? Wat doe je ermee? Het *Insectenkookboek* biedt uitkomst met tal van recepten (bugsy kaasstengels), wetenswaardigheden en interviews met topkoks, kwekers en voedingsdeskundigen. Ook handig is een overzicht van eet- en niet eetbare insecten, waar ze te koop zijn en hoe je ze bewaart. Niet in de buurt van je slangenterrarium in elk geval.

Insectenkookboek (192 p.), Atlas, €24,95



SMAAKVRIENDEN

Een pareltje. Geen kookboek en toch onmisbaar in de keuken. Niki Segnit zocht naar een boek dat haar zou leren hoe ze ingrediënten beter kon combineren en waarom smaken al dan niet bij elkaar passen. Dat maakt iemand tot een echt goede kok, vond ze. Omdat een dergelijk overzichtswerk niet bestond, besloot ze dat zelf te maken. Ze benoemde 99 smaken, verdeelde die in 16 categorieën (smaakfamilies) en bracht die onder in een handige smaakschijf. Zo zie je in één oogopslag welke smaken bij elkaar passen. Wil je weten waarom, dan lees je het bijbehorende lemma (met recept!). Deze encyclopedie bevat 4.851 lemma's, van elk smaakpaar één. Maar laat je daar niet door afschrikken. Segnit schrijft boeiend en bondig. Ze verweeft wetenschap en geschiedenis met *faits divers*, vooroordelen en meningen van koks. Culiliteratuur van de bovenste plank, die je bovendien beter leert koken. En proeven.

Smaakbijbel (402 p.), Podium, €25,-.

