JIGAL KRANT

Kanen met Krant

Veganistische shoarma

Voor 4 personen

shoarma

- 2 tl komijnpoeder
- 1 el ras el hanout of baharat
- 2 tl granaatappelmelasse
- 1 tl harissa
- extra vergine olijfolie
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 150 g oesterzwammen
- 1 grote portobello
- 200 g verse seitan (biowinkel)
- 2 lente-uien
- eenvoudige olijfolie

salade

- 1 kleine rode ui
- 3 trostomaten
- 2 minikomkommers
- 2 augurkjes
- 6 takjes oregano
- 4 takjes bladpeterselie
- 1 el citroensap
- extra vergine olijfolie

techina

- 5 el rauwe techina (100 g)
- 1-2 el citroensap

- 4 pita's

In Tel Aviv, door vriend en vijand erkend als wereldwijde hoofdstad van het veganisme, is men niet meer zo snel onder de indruk van een nieuw diervrij horecaconcept. Toch werd de nieuwe snackbar van chef en ondernemer Harel Zakaim breed uitgemeten in de Israëlische media. Sultana is weliswaar niet de eerste veganistische shoarmatent in de stad, maar wel de eerste waar het imitatievlees van een authentiek roterend spit wordt afgeschoren. Dat is voornamelijk voor de show, want gemaakt van vleesvervangers wordt shoarma daar niet sappiger van. Sterker, veganistische shoarma is vetarm en blijft daardoor niet aan elkaar plakken. In *Haaretz* verklaarde Harel Zakaim uren nodig te hebben om het nepvlees aan het spit te rijgen.

Een half jaar had Zakaim nodig om zijn ultieme recept samen te stellen. Over de ingrediënten doet hij niet geheimzinnig. Hij maakt zijn shoarma van bospaddenstoelen en seitan, een ietwat sponzige vleesvervanger van tarwegluten. Met die informatie ging ik aan de slag in mijn eigen keuken. Hoewel ik die van Sultana nog niet heb geproefd, denk ik dat ik na een week een heel behoorlijke plantaardige shoarma op tafel zet. ■

Bereiding

- Klop in de ruime kom de specerijen, granaatappelmelasse, harissa en een royale scheut olijfolie tot een papje. Snijd of scheur de oesterzwammen, portobello en seitan in reepjes en snijd de lente-uien in dunne ringetjes. Hussel alles goed door elkaar en laat een poos marineren buiten de ijskast.

- Snipper de ui. Snijd de tomaten in kleine blokjes en laat uitlekken in een zeef. Snijd de komkommers in kleine blokjes en de augurkjes in dunne reepjes. Ris de oreganoblaadjes van hun takjes en hak grof met de peterselie. Meng alles en breng op smaak met citroensap, olijfolie, zout en versgemalen peper.

- Meng de rauwe techina met het citroensap in een ruime kom. Je zal zien dat de techina steeds stugger wordt. Voeg geleidelijk kleine scheutjes water toe, zodat de saus de dikte krijgt van slasaus. Breng op smaak met een snuf zout.

- Verhit een grote koekenpan en bak de shoarma zonder extra olijfolie op hoog vuur in 3-5 minuten gaar. Breng op smaak met versgemalen peper en een flinke snuf zout.

- Rooster de pita's kort in de broodrooster zodat ze wel heet, maar niet knapperig worden. Snijd open en smeer de binnenzijde in met techina. Vul de pita's daarna afwisselend met shoarma en salade. Maak af met een royale plens techina. Voeg desgewenst nog wat schoeg toe voor extra scherpte.

NIW7843_recept.indd 1 29-08-18 16:43