JIGAL KRANT

De kosjere hamvraag

Techina

Het is vrijwel onmogelijk het belang van techina voor de moderne Israëlische keuken te overschatten. De pasta van vermalen sesamzaadjes is geliefd in de hele regio, maar nergens zo alom aanwezig als in Israël. Techina is onmisbaar in de klassieke pitasnacks falafel, shoarma en sabich, maar is veel meer dan een ordinaire snackbarsaus. Ook in de beste restaurants van Tel Aviv gaan er dagelijks liters doorheen. Als je niet van techina houdt, heb je het in Israël moeilijk. Eigenlijk ken ik maar één wereldkeuken met een vergelijkbare fascinatie voor een enkele saus: wat sojasaus is voor de Japanner, is techina voor de Israëli.

Ik vind techina de mooiste saus van de wereld. Ze is snel en gemakkelijk te maken en tilt zowat elk ingrediënt naar een hoger plan. De weldadig romige structuur doet anders vermoeden, maar techina bevat veel minder calorieën dan beruchte dikmakers als mayonaise, hollandaise-, bechamel- of knoflooksaus. Bovendien is ze in tegenstelling tot veel andere beroemde sauzen veganistisch, lactosevrij én parve, wat betekent dat orthodoxe Joden techina naar hartelust mogen combineren met vlees, vis en zuivel.

Zowel de pure sesampasta als de met citroensap, knoflook en water aangemaakte saus wordt techina genoemd. Dat kan nog weleens voor verwarring zorgen, al helemaal omdat de doorgewinterde liefhebber net zo lief onaangemaakte techina over zijn eten giet. Om verwarring te voorkomen, noemen Israëli's het spul uit het potje *techina goelmiet*, 'rauwe techina', de aangemaakte saus heet simpelweg techina. Zeg alsjeblieft nóóit techinasaus, dat klinkt even afschuwelijk als pitabroodje, mozzarellakaas, pomodoritomaten, salsasaus en tiramisutaart.

100%

Voor een product dat in principe uit maar één ingrediënt bestaat is het verschil in kwaliteit tussen de verschillende merken verbazingwekkend groot. Mijd techina uit supermarkten en al helemaal uit natuurwinkels. Ook bij de Turk en de Marokkaan is het oppassen geblazen. Controleer allereerst of de techina inderdaad voor 100% uit sesamzaadjes bestaat. Dat zorgt doorgaans al voor een aanzienlijke schifting. Voorts geeft het land van herkomst een aardige indicatie van de kwaliteit. De beste merken zijn Israëlisch of Palestijns, maar ook aan Libanese techina kan je je geen buil vallen. Mijn favorieten zijn Al Arz uit Nazareth (sinds kort te koop bij Mouwes in de Amsterdamse Kastelenstraat) en Har Bracha, Karawan en Yona uit Nabloes. Dat stadje, gelegen in het noordelijk deel van de Westelijke Jordaanoever geldt als de techinahoofdstad van het Midden-Oosten. In schril contrast met de BDS-beweging, die de Palestijnse zaak meent te dienen met een boycot van Israëlische producten, richten de Palestijnse techinafabrikanten zich juist op de Israëlische markt. In hun fabrieken houden rabbijnen toezicht, opdat hun techina officieel kosjer wordt verklaard. Op de plastic potten die in vrachtwagens naar de restaurants en supermarkten van Tel Aviv gaan, staan opvallend vaak logo's met witte vredesduiven afgebeeld. ■

Zeg alsjeblieft nóóit techinasaus, dat klinkt even afschuwelijk als pitabroodje, mozzarellakaas, pomodoritomaten, salsasaus en tiramisutaart

7723_hamvraag.indd 1

29-03-17 12:08