Jigal Krant

Kanen met nesjomme
Sjaksjoeka

Geloof al die mensen niet die beweren dat ze al járen *sjaksjoeka* maken. De populariteit van het robuuste eenpansgerecht is iets van de laatste tijd en ik heb mijn boekenkast om het te bewijzen. In slechts twee van mijn Israëlische kookboeken wordt een recept voor sjaksjoeka gegeven, en dat zijn recente uitgaven. De kookboeken die al wat langer de Israëlische eer hooghouden op mijn boekenplank, reppen met geen woord over het gerecht. Hier in Nederland was sjaksjoeka al helemaal een onbekende exoot, getuige zijn afwezigheid in Johannes van Dams magnum opus *Dedikkevandam*. Als Claudia Roden in haar standaardwerk *De Joodse keuken* niet een receptje had opgenomen, zou je bijna gaan twijfelen aan de eeuwenoude geschiedenis van sjaksjoeka.

De wortels van sjaksjoeka liggen in Tunesië. Daar werden groenten als artisjokken, courgettes, aardappels en bonen langzaam in een tajine gegaard tot een dikke saus, waarna er eieren in werden gegaard. Zowel in het Arabisch als in het Berbers betekent sjaksjoeka iets in de trant van 'ratjetoe', en dat is precies wat het is: een oriëntaalse ratatouille met gepocheerde eieren.

De Tunesische Joden, die in de jaren 50 massaal hun land ontvluchtten, bleven ook na hun emigratie naar Israël hun geliefde groenteragout maken. De hoofdgroenten werden de in Israël overvloedige tomaten en paprika's, maar het principe bleef hetzelfde. Sjaksjoeka bleef lang een gerecht dat vooral thuis werd gemaakt, meestal als avondmaal. Maar de laatste jaren wint sjaksjoeka aan populariteit in Israëlische restaurants, niet als diner, maar als lunchgerecht. Dankzij het missiewerk van de Brits-Israëlische kookgoeroe Yotam Ottolenghi staat sjaksjoeka ook in Nederland steeds vaker op de kaart bij hippe lunchrestaurantjes.

Sinds een paar maanden (ik ben eerlijk) maak ik minstens één keer per week sjaksjoeka. Ik kan niet meer zonder, al was het maar omdat het hele huis er zo fantastisch van gaat geuren. Een paar weken geleden schoof een Israëlische vriend bij me aan op zo'n sjaksjoekamiddag en sindsdien geeft hij schoorvoetend toe: de lekkerste sjaksjoeka at hij niet is Israël, maar in Amsterdam.

Het geheim van een goede sjaksjoeka zit 'm niet in de exacte hoeveelheden. Laat je weegschaal lekker in de kast staan. Veel belangrijker is het dat je alleen de lekkerste ingrediënten gebruikt. Gebruik rijpe, geurige tomaten en check van te voren of de harissa goed is. Een slechte harissa (ik had er laatst een met een overdaad aan ranzige fabrieksknoflook) kan je hele sjaksjoeka om zeep helpen. Daarnaast hecht ik er belang aan om de groenten zo klein mogelijk te snijden, zodat je een gladde saus krijgt, waarin de verschillende smaken goed in elkaar overvloeien. De lekkerste harissa, rash el hanout, sumak en za'atar koop je in Turkse en Marokkaanse winkels.

Voor 2-4 personen

550 g Tasty Tom tomaten (16-18 stuks)
2 puntpaprika's
2 uien
2 theelepels harissa
2 theelepels rash el hanout
2 theelepels za'atar
2 tenen knoflook
laurierblad
4-8 eieren
100 g feta
verse munt
theelepel sumak
olijfolie
stevig brood, voor erbij

- Snijd de uien, puntpaprika's, knoflook en tomaten zo klein mogelijk. Verwijder eerst de zaden van de tomaten en de zaadlijsten van de paprika's.

- Verhit een scheut olijfolie in een grote koekenpan, bak de uien en paprika met de harissa twee minuten op middelhoog vuur. Voeg de tomaten, knoflook, kruiden en laurierblad toe en laat op laag vuur in circa 20 minuten tot een dikke saus inkoken. Dek af met een (spat)deksel. Laat de afzuigkap vooral uit!

- Als je het leuk vindt om iedereen zijn eigen portie te geven, kan je de saus over meerdere kleine pannetjes verdelen. Verwijder het laurierblaadje, maak kuiltjes in de saus en breek hierboven de eieren. Laat in een minuut of tien pocheren. Bestrooi, zodra het eiwit begint te stollen, de sjaksjoeka met verkruimelde feta en fijngehakte muntblaadjes. Garneer met sumak en serveer in de pan met brood.

Voor opmerkingen of vragen: recepten@niw.nl

NIW7433_Recept.indd 1 14-05-14 15:46