

20 February 2010
Saturday Edition of NRC Handelsblad, the Netherlands

Sao Tome
Janneke Vreugdenhil

De ontdekking van een nieuwe keuken, je zou het kunnen vergelijken met een prille vriendschap. Alles is vers en dus spannend en leuk. Zo maakte ik laatst kennis met een kok uit Sao Tomé, en ieder hapje dat Joao Carlos Silva mij voorzette smaakte naar meer. Nooit eerder had ik maniokpasta gegeten, maar de korrelige en toch smeuiige structuur ervan beviel meteen. Nooit eerder at ik gebakken kokosreepjes met suiker en kaneel en direct wilde ik de schaal leeg snoepen.

Het moet gezegd, Joao Carlos Silva is niet de eerste de beste kok. Je zou hem gerust de beroemdste kok van Afrika kunnen noemen. Zijn kookprogramma 'Na roça com os tachos' wordt op het hele Afrikaanse continent uitgezonden en is razend populair. Maar Silva, 54, innemende lach, is er niet de man naar zich te wentelen in zijn faam. Veel liever stelt hij die in dienst van zijn geboorte-eiland.

Sao Tomé is een voormalige Portugese kolonie voor de kust van Gabon, een eiland met een oppervlakte van 1000 vierkante kilometer en 160.000 inwoners, en vormt een staatkundige eenheid met het nabij gelegen Principe. Sao Tomé e Principe is niet het armste land van Afrika. Aan landbouwpotentie geen gebrek; het klimaat gunstig voor koffie, cacao, suiker, palmolie en tropisch fruit. Begin vorige eeuw was het zelfs de grootste cacao producent ter wereld. Maar de economie heeft zwaar te lijden gehad onder politieke spanningen, en het land is op dit moment weinig welvarend.

Joao Carlos Silva kreeg de kans in Portugal te studeren, werkte er als jurist en kunstenaar, maar besloot terug te keren naar Sao Tomé. Hij kocht een verwaarloosde cacao plantage, waar hij een eco-guesthouse annex/restaurant runt. Samen met zijn vrouw Isaura Carvalho startte hij de Roçamundo Association, met als doelstelling de twee eilanden verder te ontwikkelen op educatief, ecologisch, cultureel en agronomisch gebied.

Een kok met een missie dus. Behalve als boegbeeld van Sao Tomé en Principe, wordt hij beschouwd als ambassadeur van de lusofonische keuken. Twee kookboeken staan op zijn naam, 'Na roça com os tachos' (Op de plantage met pannen) en 'Façam me o favour de ser felizes' (Geef me het plezier gelukkig te zijn). 'Na roça' verschijnt binnenkort in een Engelse vertaling, en voor wie een beetje avontuurlijk is ingesteld, valt er veel in te ontdekken.

Zoals het nationale gerecht van Sao Tomé en Principe: calulu. Calulu is een stoofpot van kip of vis met groenten. Silva maakt hem met gerookte kip, groene kool en bakbanaan. Eveneens populair zijn visballetjes, vaak van tonijn, soms ook van gedroogde vis, en vanzelfsprekend wordt er veel gekookt met lokale ananas, kokos, mango, papaja en cacao. Portugese klassiekers als feijoade (gestoofde bonen) en arroz doce (rijstepap) krijgen er een Afrikaanse twist – de bonen gestoofd in palmolie en de rijst gekookt in kokosmelk. En wat maniokpasta uit de eerste alinea betreft, die zou je kunnen vergelijken met onze aardappels of ons brood. Basisvoedsel waar je, als je het je kunt veroorloven tenminste, vlees, vis of groente bij eet.

Onderstaand recept is vanwege het gebruik van olijven niet traditioneel Afrikaans, maar wel typerend voor Silva's eigenzinnige kookstijl. De vanille – Sao Tomé produceert heel goede

vanille – geeft een verrassend aroma aan het gerecht. De toevoeging van garnalen is van mij, omdat ik ze er zo goed bij vind passen.

Lees meer over Joao Carlos Silva op: www.rocasaojoao.com/site_uk/

Maniokpasta met garnalen en olijven in vanille

Maniokmeel (of cassavemeel) is te koop bij tropische winkels. Het is tamelijk grof van structuur en ziet eruit als gedroogd, gemalen broodkruim.

Lunch- of voorgerecht voor 4 personen:

150 gram groene olijven, ontpit en gehalveerd

1 sjalot, in halve ringen

2 stokjes vanille, in de lengte opengesneden

extra vergine olijfolie

150 gram maniokmeel

½ tomaat, ontveld en in kleine blokjes

1 klein sjalotje, ragfijn gesneden

½ theelepel rodewijnazijn

8 grote grijze garnalen, ongepeld

Doe de olijven, de ringen ui, de vanillestokjes in een pot en zet ze onder met olijfolie. Laat dit mengsel 2 – 3 dagen marineren in de koelkast. Doe het maniokmeel in een kom. Meng er 4 eetlepels kokend water, de tomaatblokjes en fijngesneden ui door. Voeg 2 eetlepels olijfolie en naar smaak azijn, zout en versgemalen zwarte peper toe. Kneed met schone handen tot een dikke, smeuiige pasta. Voeg zo nodig nog iets extra olie of kokend water toe. Bekleed een klein, laag schaaltje met vershoudfolie en spreid het mengsel erin uit. Strijk de bovenkant glad, dek af met de overhangende flappen folie en zet enkele uren (of een etmaal) in de koelkast. Stort de maniokpasta op een snijplank. Snijd er mooie dobbelstenen van en leg op 4 borden elk een paar blokjes. Zet een wok op hoog vuur en wacht tot hij gaat walmen. Bestrooi de garnalen met wat (grof) zeezout. Schenk een scheutje olijfolie in de wok en roerbak de garnalen een paar minuten, tot ze net gaar zijn. Leg op ieder bord 2 garnalen. Lepel wat van de olijven met ui en olie over zowel de maniokpasta als de garnalen en serveer direct.