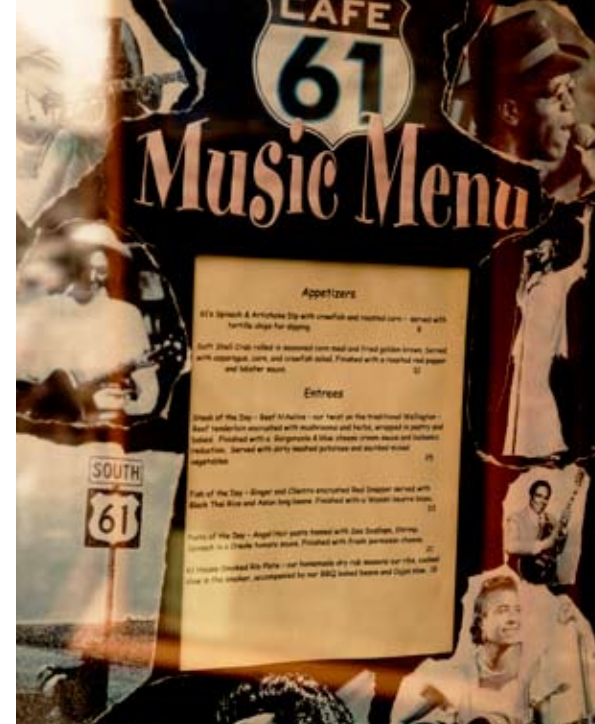




Soul food is ontstaan in het zuiden van Amerika, op de plantages waar de slaven ploeterden. Door hun schaarse levensmiddelen te mixen met creativiteit en aandacht wisten de koks smakelijke gerechten tevoorschijn te toveren. Broodpudding, hoppin' John en fried chicken zijn nog steeds geliefd: soul food is eten dat ontroert.

Southern omfort



Voor een **ontbijt met soul**: hoecakes, in olie gebakken plat maïsbrood, met suikerstroop.



Soul food is het eten van koks die **meer liefde dan geld** hadden.

“Are you kidding? Of ik wat met *soul food* heb? I love it. Ik ben ermee opgegroeid en eet het nog steeds elke zondagavond bij mijn ouders thuis: maïsbrood, gefrituurde kip of gebraden ham, als groente *collard greens*. *Candied yams*, knollen bereid met suiker, zijn er ook. Stond er ham op het menu, dan worden de restjes daarvan verwerkt in een bruinebonenschotel voor de volgende dag.” Gelukkig voor Jackie Reed, communications manager van het Memphis Convention and Visitors Bureau, kan ze op andere dagen ook haar soulfoodhonger stillen. Tussen de vele barbecueer-stantines in haar woonplaats – Memphis is het ‘Pork Barbecue Capital of the World’ – zitten soulfoodinstituten als Four Way, The Cupboard en Alcenia’s. De naam soul food stamt uit de jaren zestig. In de tijd dat soulmuziek het helemaal was, werd het woord soul gekoppeld aan uitingen van de zwarte cultuur. Niet alleen in het zuidelijk gelegen Memphis, maar ook elders in Amerika zitten soulfood-restaurants. De basis van deze Afro-Amerikaanse keuken ligt echter in de zuidelijke staten, op de plantages waar de slaven ploeterden.

Afdankertjes

De slaven uit onder meer Senegal en Angola waren voor hun voedselvoorziening grotendeels afhankelijk van hun baas. Ze kregen meestal wat meel, rijst, groente, zout, suikerstroop en varkensvlees. Vaak waren het afdankertjes; de baas at de poten van het varken, de slaven de ingewanden. De *chitterlings* werden door de slaven gekookt of gebakken. Was er azijn, dan druppelden ze dat eroverheen. Door te vissen en te jagen op alles wat bewoog, breidden de slaven hun voedselvoorraad uit. Ook verbouwden ze zelf zo veel mogelijk kruiden en groenten. Yammen, *black-eyed peas*, collard greens (boerenkool) en *turnip greens* (de bladeren van een raap) werden veel gegeten. Eenpansgerechten waren de norm; er was maar één pan per gezin. De koks maakten bijvoorbeeld groentestoofpotten en *hoppin’ John*, een combinatie van black-eyed peas, rijst en bacon. Ze gebruikten veel knoflook en kruiden als tijm en laurierbladeren, een erfenis uit Afrika. Aan weggooien deden ze niet. Van oud brood werd broodpudding gemaakt, van groentevocht het drankje *pot likker*. Elizabeth Williams, president van het Southern Food and Beverage Museum, zegt het zo: “Soul food is voortgekomen uit een creatief antwoord op armoede.”

Zware kost

Inmiddels is de kwaliteit van de soulfoodingrediënten verbeterd, vooral die van het gebruikte vlees. Veel soulfoodkoks van nu gebruiken minder zout dan hun voorouders en bakken niet in reuzel, maar in plantaardige olie. Nog steeds is soul food behoorlijk zware kost. Soulfoodgerechten zijn ook net wat pittiger en zoeter dan veel andere Amerikaanse gerechten. *Sweet potato pie* is vandaag de dag een geliefde soulfooddis. Net zoals macaroni met kaas, gestoofde okra’s met pepertjes en gebakken vis met *hush puppies*, gefrituurde zoute balletjes van maïsmeel en gesnipperde uien. Op een echt soulfoodmenu mogen volgens museumbaas Williams maïsbrood, greens, bonen en pot likker niet ontbreken. Gefrituurde kip en candied yams evenmin, vindt soulfoodfan Reed. Voor een ontbijt met soul adviseert zij *hoecakes*, in olie gebakken plat maïsbrood, met suikerstroop. *Fried catfish* vindt zij een goede optie voor later op de dag. Zeker in Memphis. Door de nabijheid van de Mississippi Delta is er in Memphis veel verse vis verkrijgbaar, waaronder meerval. Catfish pronkt op het menu van alle lokale restaurants. De soulfoodvariant van Four Way is opvallend goed. In dit restaurant waar Martin Luther King geregeld aanschoof, gonzen gospels. Voor na de vis is er de sweet potato pie, zo zacht als fluweel. Bij The Cupboard zijn de groentes verplichte nummers, vooral de *fried green tomatoes* – knapperig, met precies genoeg zout en peper. De kool van Alcenia’s is ook befaamd. Meer dan een uur staat deze groente te koken, voorzien van een geheime kruidenmix en *lots of pepper*. Met een beetje geluk is er broodpudding of custardtaart, die andere topper. Is de eigenares er, dan wacht bij vertrek een stevige omhelzing en een stralende lach: *love is in the air*.

Troostvoer

Soul food is, zo wordt gezegd, het eten van koks die meer liefde dan geld hadden. De koks in de slavernij deden hun uiterste best om vanuit schaarste iets moois te creëren. Maaltijden waren belangrijk. Na een dag zwoegen was het diner dé plek om met de familie samen te zijn; om samen te praten, te lachen. Samen eten is nog steeds belangrijk in de Afro-Amerikaanse cultuur. Het grote aantal eetfestij-

nen is opvallend. Geregeld worden er *potluck dinners* georganiseerd, waarbij elke gast een ander gerecht meeneemt. Veel families organiseren standaard elke zondag een etentje voor familie en vrienden, meestal na afloop van een kerkbezoek. Traditioneel eten gezinnen samen op nieuwjaarsdag. Hoppin’ John mag dan niet ontbreken; de black eyed peas uit deze rijst-bonenschotel moeten een jaar vol geluk waarborgen. De naam schijnt te verwijzen naar ‘hop in, John’ (schuif aan, John). Aan de Afro-Amerikaanse dis is altijd plaats voor een gast. Om soul food hangt iets bijzonders. Vooral mensen die het van kindsaf aan al kregen, ervaren dat zo. Zoals soulfoodfan Reed en Cassandra Gaines, organisatrice van de jaarlijkse National Soul Food Cook-Off, een grootse kookwedstrijd: “Soul food roept herinneringen op aan mooie tijden. Aan omringd zijn door familie en vrienden. Aan heerlijk eten dat zo liefdevol werd bereid door je moeder, je oma. Soul food biedt troost. Het is *comfort food*.”

Fried catfish en daarna **sweet potato pie** zo zacht als fluweel: bij restaurant **Four Way** in Memphis.



Pork barbecue capital of the world

Tekst Patricia Jacob
Fotografie Ron Tetteroo

Dat Memphis het 'Pork Barbecue Capital of the World' is, weten Piggy Stardust, Sweet Swine O'Mine en vele anderen. Vanwaar die bijnaam?

Justin Timberlake, Bill Clinton en de Rolling Stones zijn er verzet op: de spareribs van Charles Vergo's Rendezvous in Memphis. Het gerucht gaat dat de Stones er ooit voor een speciale gelegenheid maar liefst 1000 pond ribs bestelden. Rendezvous is een van de vele barbecuerestaurants in de stad. Varkensvlees domineert de menukaart. Memphis' claim to fame is de dry barbecue. Hierbij wordt het

vlees ingewreven met een mengsel van onder meer knoflook- en paprikapoeder, tijm, cayennepeper en bruine suiker. Uren later, als de marinade goed ingetrokken is, gaat het vlees in een smoker, een barbecue die uit twee gedeelten bestaat. In het ene compartiment wordt houtvuur gestookt, in het andere komt het vlees. De rook die van de 'vuurkamer' naar de 'vleeskamer' stroomt, zorgt dat het vlees langzaam maar zeker gaar wordt. Zo zijn spareribs pas klaar na circa vijf uur. Maar mals en zacht dat het vlees dan is! Het valt zó van het bot. Voor carnivoren die snakken naar

méer, is er het jaarlijkse Memphis in May World Championship Barbecue Cooking Contest, ook bekend als de 'Superbowl of Swine'. Honderden teams uit de hele wereld - van de Natural Born Grillers tot Piggy Stardust en Sweet Swine O'Mine - strijden om 90.000 dollar aan prijzengeld en grillen complete varkens, schouderstukken of ribs. Pork lovers komen hier om te kijken, te proeven en... te lachen. Voor het Ms. Piggie Contest paraderen mannen in roze tutu's over het podium. Luid en vals zingen ze liedjes. Over varkens. En: over de kunst van het barbecueën.

Klanken die kloppen.
Muziek als
bijgerecht of als
hoofdgerecht?



Ilse DeLange Incredible

Voor *World of Hurt*, haar debuut, vertrok Ilse DeLange naar Nashville en huurde ze de beste muzikanten van de stad in. Een goede move, zo bleek: haar album vloog over de toonbank en haar naam stónd. Dat de (country)zangeres vele gezichten heeft, toont ze wederom op haar laatste cd *Incredible*. De ene keer bezorgt ze je kippenvel (*Miracle*), de andere keer is ze aanstekelijk energiek (*So Incredible*). **Ilse DeLange, *Incredible* (CD), Universal Music. Concert: 21 maart, Ahoy, Rotterdam.**



Wouter Hamel Nobody's Tune

Na een debuutalbum waarmee hij een gouden plaat en een Zilveren Harp scoorde, staat Wouter Hamel nu in de schijnwerpers met zijn tweede cd. De titel *Nobody's Tune* verwijst naar zijn motto: "Stug je eigen gang gaan, je muzikaal nergens iets van aantrekken." Hamel flirt losjes met jazz, pop, folk en composities van Burt Bacharach. Pas op: zodra je het swingende *In Between* hebt gehoord, blijf je het meeneuriën. **Wouter Hamel, *Nobody's Tune* (CD), Dox Records. Concerten: 27 maart, De Oosterpoort, Groningen, 4 en 5 april, De Kleine Komedie, Amsterdam, 2 mei, Stadsschouwburg, Nijmegen.**



Beef Tina

Hoofdgerecht - 4 personen - voorbereiden ca. 10 min - bereiden ca. 10 min

- 4 biefstukken à 150 g
- 1 eetlepel zwarte peperkorrels
- zout
- 2 eetlepels olijfolie
- 15 g roomboter

Dep de biefstukken droog met keukenpapier. Kneus de peperkorrels in de vijzel of met een deegroller en doe ze in een diep bord. Bestrooi de biefstukken met zout en druk ze in de peperkorrels. Verhit de olie in een koekenpan. Bak de biefstukken op een hoog vuur 3-4 minuten aan 1 kant. Keer ze en voeg de boter toe. Bak de biefstukken op middelhoog vuur nog eens 3-4 minuten zodat het vlees rosé is. Neem de biefstukken uit de pan en laat ze op een warm bord, afgedekt met aluminiumfolie, 10 minuten rusten.

Maria Mena Cause and Effect

De Noorse zangeres Maria Mena brak in Nederland door met het nummer *Just Hold Me*. Haar schreeuw om aandacht is daar zo hartverscheurend dat die je lang bijblijft. Ook op haar cd *Cause and Effect* haalt ze à la Kate Bush alles uit de kast om luisteraars te raken. Ze lacht, ze schreeuwt. De thema's wanhoop, angst en geluk wisselen elkaar af. Verrassend: haar interpretatie van de Kiss-hit *I Was Made for Loving You*. **Maria Mena, *Cause and Effect* (CD), Sony. Concerten: 14 maart, Watt, Rotterdam en 15 maart, Tivoli, Rotterdam.**



Tina Turner Tina. The Platinum Collection

Private Dancer, What's Love Got to Do with It?, River Deep, Mountain High. Wie kent deze songs nu niet? Op de drie cd's die samen *Tina. The Platinum Collection* vormen, staan al haar klassiekers plus nieuw werk. Die energie... Het is bijna niet te geloven dat zij al in 1939 het levenslicht zag. Respect! **Tina Turner, *Tina. The Platinum Collection* (CD's), EMI Music. Concerten: 21, 22 maart en 2 mei, Gelredome, Arnhem.**
Foodmusic tip Beef Tina heeft trekken van de diva: tijdloos, rauw en flink gepeperd.

