

▶ Janneke

Wat van Fair komt...



Elke dag *Sinterklaasjournaal* en ik bespreek de nieuwste kookboeken voor op het verlanglijstje. Een van de boeken die daar zeker niet op zou misstaan, is *Wat van Fair komt...*, gemaakt door Ramon Beuk en uitgegeven door Fontaine Uitgevers in samenwerking met Fair Trade Original.

'*Change the world eating*', schrijft de auteur in zijn voorwoord, een variant op het door de Amerikaanse journalist gepropageerde 'stem met je vork'. Ofwel: door producten te kopen die op een eerlijke, duurzame manier zijn geproduceerd en verhandeld, lever je een bijdrage aan een betere wereld voor iedereen.

In *Wat van Fair komt...* worden informatie over de werkwijze van Fair Trade, productinformatie en verhalen over bijvoorbeeld een imkercoöperatie in Guatemala moeiteloos vervlochten met de altijd al behoorlijk exotische recepten van Beuk.

Hij en ik hebben niet helemaal dezelfde smaak. (Laatst zag ik hem op televisie wraps vullen met Mexicaanse groente en ei, en er een warme salsa bij maken van tomaten met snippers gerookte zalm; sorry?) Maar in dit boek, verschenen ter gelegenheid van het 50-jarig bestaan van Fair Trade, komt zijn experimenteerdrijf goed tot z'n recht.

Bij onderstaande soep staat dat het een voorgerecht voor vier personen is, maar vanwege die 400 gram kipfilet plus spekjes plus paranoten lijkt het me veilig te stel-

len dat je er, met brood of rijst erbij, met z'n vieren makkelijk je buik mee vult.

Soep van paranoten met frisse kipsalade (van Ramon Beuk)

voor de soep:

- 1 ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, gesnipperd
- 1 chilipeper, zonder zaadjes gesnipperd
- plantaardige olie
- 150 gram paranoten, fijngehakt
- 700 ml kippenbouillon
- 400 gram kipfilet, in stukjes
- 4 pimentbessen
- 200 ml slagroom

voor in de soep:

- ½ ui, in flinterdunne halve ringen
- ½ witte kool, in smalle reepjes
- 2 tomaten, zonder zaad in reepjes gesneden
- sap van ½ citroen
- 75 gram spekjes

Verhit in een pan een beetje olie en smoor de ui, knoflook en chilipeper tot de ui glazig is. Voeg de paranoten toe en blus af met de bouillon. Pureer de soep met de staafmixer glad en breng op smaak met peper uit de molen. Voeg de kipfilet en piment toe en gaar de kip op laag vuur 15 minuten in de soep. Schep het vlees uit de pan en houd apart. Verhit voor de soepvulling opnieuw wat olie in een pan en bak de ui en kool kort aan. Voeg de stukjes kip toe en breng het mengsel op smaak met zout en peper. Meng de tomaatreepjes door de kool, draai het vuur uit en voeg het citroensap toe. Bak intussen ook de spekjes uit in een scheutje olie. Maak midden op diepe borden een bergje van het groente-kiptmengsel. Schep de soep eromheen en bestrooi met spekjes.

JANNEKE VREUGDENHIL

▶ Janneke schrijft deze week over de nieuwste kookboeken. Op nrc.tv bakt ze groentechips.

