

# Kleurrijke recepten met bijzondere verhalen

WILBERT ELTING

**LEEWARDEN Eten brengt mensen dicht bij elkaar. Daarom gaf Kleurrijk Fryslân vijf NHL-studenten opdracht om een multicultureel kookboek te maken.**

Resto Van Harte-kok Henk Kuipers heeft speciaal voor de presentatie van het multiculturele kookboek het menu aangepast. De eerste gang is toast met geroerbakte groente, de tweede Indiase Avial - een groenterecht met kokos en kurkuma - en als toetje heeft hij oerhollandse vaflips gemaakt.

Het zijn gerechten die zo in het kookboek *Kleurrijk Koken* van Kleurrijk Fryslân hadden gekund. Uit alle windstreken komen de recepten. Er staat 'gallo pinto' van Jonathan Oviedo Segura uit Costa Rica in en 'panbiff' van Eva-Britt Persson-Jarskär uit Zweden. Maar ook gewoon stamppot andijvie van Riemer Zijlstra. Eten dat hem doet denken aan schaatsen met zijn opa en oma.

Herinneringen zoals die van Zijlstra, zijn wat het boek bijzonder maakt. Bij ieder recept staat een

klein verhaaltje over wat het gerecht voor de schrijver betekent. Het zijn verhalen over moeders, feestjes en troost.

„Eten is iets dat mensen bindt”, zegt Sandra Roza van Kleurrijk Fryslân. Het kookboek is een idee van haar. Zelf heeft ze goede herinneringen aan 'bara' een Surinaams-Hindoestaans hapje. „Als ik dat eet, denk ik aan feest en aan gezelligheid.”

In het kookboek wilde ze ook veel recepten opnemen van vluchtelingen. „Mensen die vluchten nemen weinig mee, maar hun recepten wel. Die hebben ze in hun hoofd. Ze bieden hen houvast in een wereld waar

in alles nieuw is. Eten is iets vertrouws. Het vormt je identiteit.”

Uiteindelijk belandden er geen vluchtelingenrecepten in het boek. Het vinden van recepten ging moeilijker dan gedacht, erkennen Brenda Burghout en Jolien Flapper, de twee studenten die donderdagavond het kookboek presenteerden. „Via Facebook kwam niet zoveel binnen dus hebben we uiteindelijk onze vrienden en klasgenoten aangespoord om recepten op te sturen”, vertelt Burghout. Zo konden ze toch nog 52 recepten presenteren.

En dat kunnen er nog meer worden. Het kookboek is voorlopig alleen digitaal beschikbaar en extra pagina's toevoegen is geen enkel probleem. „Het was voor veel mensen lastig dat ze in een bepaald format moesten schrijven”, zegt Roza. „Maar ik hoop dat veel mensen alsnog de stap maken.”

Een gedrukte versie is de droom. Roza: „We willen graag gaan drukken als er een sponsor is. Tot die tijd blijft het digitaal.”

Recepten insturen kan via: [www.facebook.com/kleurrijkkoken](http://www.facebook.com/kleurrijkkoken)



*‘Als ik ‘bara’ eet, denk ik aan feest en aan gezelligheid’*



**De koks presenteren het voorgerecht bij de presentatie van het multiculturele kookboek *Kleurrijk Koken*.**

FOTO CATRINUS VAN DER VEEN