



bladeren en een scheepje honing voor het zoet. Het bereiden van de echte Marokkaanse munthee vergt tijd en aandacht en pas na het doorkoken van de theebladeren, verse munt en suiker krijgt de thee de intense smaak die haar zo verslavend maakt.

Kijken, kijken en bestellen

Djemaa el-Fna is een ideale plek om kennis te maken met de keuken van Marokko. Het is er 'kijken, kijken en bestellen'. Je wijst aan wat je wilt eten, gaat zitten aan een lange tafel en laat je lekker maken door de geuren uit de keuken. Je kunt ook rondshoppen en bij het ene eettentje een paar hapjes vooraf bestellen, voor je hoofdgerecht verkassen en bij weer een ander eethuis een zoet taartje toe nemen. Wij beginnen met harira, gevulde pittige tomatensoep die elke kok anders maakt. Deze is vegetarisch, met tomaten, ui en kikkererwten, op smaak gebracht met munt, koriander, peterselie en specerijen als gember, paprikapoeder en kurkuma. De soep heeft zo'n hete nasmaak dat we de kok vragen of hij soms sambal gebruikt. Hij kijkt ons niet-begrijpend aan, maar lacht breed als we ons nader verklaren. "Je bedoelt harissa", zegt hij en toont een schaalje rode saus die (net als sambal) wordt gemaakt van rode pepers en een wisselend mengsel van kruiden en specerijen. Als hoofdgerecht proeven we bestila, een taart van laagjes bladerdeeg, gevuld met kip en bestrooid met poedersuiker en kaneel. Deze combinatie van hartig en zoet is echt iets voor de liefhebber. De een is er gek op, een ander vindt het niks. Na al dat bladerdeeg wagen we ons niet aan de deegrijke Marokkaanse toetjes die we bij een gebakskraam uitgesteld zien. Het eten maakte dorstig en we drinken een glas vers sinaasappelsap bij een sapkraampje.

Kruidenmix voor thuis

De volgende ochtend doen we boodschappen in de soek. We koken vandaag zelf en verheugen ons op het werken met de verse ingrediënten van het land. Vanaf Djemaa el-Fna lopen we Souk el-Bahja in, vanwaar we doorsteken naar andere soeks. Het is er een feest voor de zintuigen: kleurrijk aardewerk, leren



Deze combinatie van hartig en zoet is echt iets voor de liefhebber.

slippers, blinkend gouden en zilveren sieraden, zakken vol vijgen, dadels en noten. Heel fotogeniek: geurige kruiden en specerijen, hoog opgetast in piramidevorm. We kopen een glas thee van een straatverkoper en laten de kleuren en drukte over ons heen komen. "Wat ga je maken?", informeert de groenteboer even later. Een stoofpotje van groente, is ons idee. Terwijl hij wortel, ui,



Thuis koken met de tajine

Een leuk souvenir om mee te nemen uit Marokko, maar ook in Nederland wel te koop: de tajine. Hierin kun je ingrediënten op een laag vuur langzaam laten indikken zonder dat ze verdampen. Daardoor werken de smaken lekker op elkaar in. Houd het volgende in gedachten: de prachtig gedecoreerde tajines zijn doorgaans alleen bedoeld om een gerecht in op te dienen. Voor het koken gebruik je de simpele aardewerken versie. Leg 'm voor je er voor het eerst mee gaat koken een dag in het water. Het vocht trekt in het aardewerk en daarom zal de tajine bij verhitting niet snel barsten. Zorg voor een gelijkmatige hittebron en verwarm de tajine langzaam.

Snelle vis-tajine

bijgerecht voor 2 personen

Ingrediënten

- 1 flinke scheut olijfolie
- 1 stuk visfilet (eventueel diepvries)
- 2 tomaten, in stukjes gesneden
- 1 handvol groene olijven
- 1 flinke hand gesneden verse koriander
- citroenrasp of fijngesneden ingemaakte citroen

Verwarm de tajine langzaam met de olijfolie. Leg de vis er in en strooi er de stukjes tomaat, olijven en koriander overheen. Sluit het deksel en laat de ingrediënten 30 minuten op laag vuur garen. Het gerecht is klaar als de vis zacht en geurig is. Voeg naar smaak citroen toe, eventueel nog wat peper, zeezout en/of olijfolie. Lekker met warm brood of couscous.

courgette en tomaat verzamelt, geeft hij kookadvies: de tajine goed heet laten worden, ui met knoflook fruiten, de specerijen toevoegen met een half glaasje warm water en dan de groente als piramide opbouwen, in de vorm van het deksel van de tajine. De verse peterselie en koriander bovenop en op het laatst wat olijven en ingemaakte citroen erbij. Intussen vult de specerijenverkoper naast de groenteboer zakjes gember- en komijnpoeder, kurkuma en paprikapoeder. En een ruim gevuld zakje van zijn eigen tajine-mix, 'voor thuis' als de vakantie voorbij is. Hij kent zijn klantjes. Als we 's avonds uitbuiken van de maaltijd waar we uren de tijd voor namen, smeden we kookplannen waarin de term 'slow cooking' voorkomt. Maar in de praktijk slinkt het zakje tajine-mix sneller dan al die potjes met losse specerijen.

Culinair Marokko

Veel kleur en intense smaken

Tekst: Tineke Zwijgers

Groenten, kruiden en specerijen in vele tinten rood, oranje, geel en groen. Geserveerd op kleurrijk versierde borden, beslagen metalen schalen en tafels die zijn ingelegd met fraai tegelwerk. Eten en drinken is in Marokko een feest voor de zintuigen. Bismillah!

De avond valt over het plein Djemaa el-Fna in Marrakech. Een geurige rookwolk hangt boven de mobiele eethuisjes. De slangenbezuider bespeelt zijn fluit en tovert een cobra tot leven, een verhalenverteller verhoogt de spanning met zacht tromgeroffel en even overheerst een ijselijke schreeuw alle muziek. Niets aan de hand, de tandarts vlak voor ons bevrijdt zijn patiënt van een rotte kies. Op het dakterras van het Zeitoun Café zitten wij op de eerste rang. Voor ons staat een berrad, metalen theepotje op dito blad met twee glaasjes. Alles mooi versierd: het metaal beslagen en de glaasjes gekleurd met goudbeslag. Voor wie gewend is aan de munthee van 'thuis' is het even wennen: hier geen glas met kokend water op munt-

Marokkaanse muntthee

Ingredienten

- 1 vuurvaste theepot met ingebouwd filter (of met een losse zeef)
- 3-5 kopjes kokend water
- 1 eetlepel Gunpowder thee
- 1 bosje verse muntblaadjes
- 5 eetlepels suiker

Spoel de theepot om met een scheut kokend water. Schep de theeblaadjes er in en voeg nogmaals wat kokend water toe. Laat dit even rondwalsen in de pot zodat de theebladen zich openen en giet het water weer af. De thee moet in de pot blijven. Voeg de verse munt en suiker toe, vul de pot met het kokend water en laat de thee enkele minuten trekken op laag vuur. Hierdoor karamelliseert de suiker en krijgt de thee haar kenmerkende 'Marokkaanse' smaak. Schenk de thee driemaal vanaf enige hoogte in een glas en giet haar weer terug in de pot. Daarna is de thee klaar om te serveren.



Zongerijpt

Later in de week logeren we in de historische havenstad Essaouira. Rond lunchtijd stoppen we bij een piepklein zaakje, waarvan een man met de deuren opent. Hij nodigt ons uit voor een tajine met verse vis. We kijken rond terwijl hij aan de slag gaat in zijn wat provisorisch ogende keukentje. De ingrediënten worden gesneden aan een klein aanrecht en op een tafeltje ernaast staan vier kleipotjes, gevuld met kooltjes, waarop de gerechten langzaam garen in de bruine aardewerken schalen met kegelvormige deksels. De kok werkt rustig en met aandacht en ons hongerig geduld wordt flink op de proef gesteld. Maar dan zet hij de tajine eindelijk op tafel, borden, bestek en warm brood erbij. Het deksel gaat er af en we raken bedwelmd door de geur van vis, verse koriander, citroen, tomaten en olijven. Het oogt simpel maar smaakt perfect, dankzij de intense smaak van de groenten en kruiden, in een zuiders land als Marokko letterlijk zongerijpt.

Couscous met wijn

Als de stadsmuren aan het eind van de middag dieproze kleuren, wandelen we naar de haven. De vissersboten zijn binnengevaren en de vis wordt per opbod verkocht. Het is een drukte van belang, niet in het minst door de krijgende meeuwen, altijd tuk op een stukje buiten de boot vallende vis. Iets terzijde van het gekrioel staat een bejaarde man, die in alle rust een paar vissen in stukjes snijdt en voert aan de zwerfkatten die om hem heen zitten, de kopjes verwachtingsvol geheven. Een ontroerend gezicht. Dicht langs zee wandelen we terug naar de oude stad en gaan op het dakterras van restaurant Taros naar de zonsondergang kijken. Ze schenken hier een goede Marokkaanse wijn en ook de couscous is heel smakelijk. Het is vandaag vrijdag, de wekelijkse rustdag in moslimlanden waarop Marokkaanse families samen couscous eten. Wij eten couscous met zeven groenten en bestellen er een portie verse sardientjes bij. De barkeeper zet nieuwe glazen wijn neer, spreidt zijn handen uit en zegt 'Bismillah'. Letterlijk betekent dit 'in de naam van God', maar je mag de uitroep voorafgaand aan het eten opvatten als: 'tast toe en geniet'.

Leer alles over de Marokkaanse keuken tijdens onze 10-daagse kookreis. Kijk voor data en prijzen op djoser.nl/culinair-marokko

RESTAURANTTIPS MARRAKECH

1. **Latitude 31.** Op een paar minuten van het plein Bab Doukkala vind je dit onconventionele Marokkaanse restaurant waar de klassieke gerechten in een bijzonder jasje gegoten zijn. Ook het interieur is prachtig om te zien!
2. **Le Jardin.** Deze geheime tuin in het hart van de Medina van Marrakech is een geweldige plek voor lunch, diner of gewoon voor een verfrissend drankje of een goede cocktail.
3. **Naranj.** In het midden van de medina vind je Naranj. Een geweldig restaurant met een prachtig interieur en heerlijk eten. Er staan ongeveer vijf gerechten op het menu en de recensies op TripAdvisor zijn geweldig!



Het is er kijken, kijken en bestellen