

Wat eten we vandaag?

De vraag:

“Qu’est ce qu’on mange ce soir?”

was volgens één van onze vriendinnen het belangrijkste onderwerp dat tijdens het ontbijt besproken werd, toen ze in de buurt van Bordeaux bij de gegoede familie van haar ex-man woonde.

En nog steeds wordt er, als je rond acht uur uitgenodigd wordt voor een aperitief, een drankje aangeboden en daarna wordt er aangeschoven aan tafel, waarop allerlei heerlijke gerechten verschijnen.

Of helemaal volgens de laatste mode: een apéro dînatoire, wat dus niet een borrel is met wat blokjes kaas en/of een bitterbal, maar met allerlei verschillende culinaire hapjes. Ook wordt de volgorde aangehouden van eerst de foie gras, dan vis en of vlees, dan kaas en natuurlijk het dessert.

De eerste keer dat ik totaal de fout in ging was de uitnodiging van de notaris, waarvan ik in 1978 een huisje gekocht had in de Corrèze. Hij vroeg ons, om acht uur aanwezig te zijn voor een borrel.

Om zeven uur thuis gewoon gegeten en om acht uur op de stoep bij de notaris. Wij waren de eersten; in Frankrijk is het niet gebruikelijk om op tijd te komen. Normaal begint alles minimaal een kwartier later. Behalve de notaris en zijn vrouw, kwamen ook zijn dochter met man, en twee andere stellen. Na een zoete witte wijn met een toastje eendenlever gingen we aan tafel, die feestelijk gedekt was.

Behalve de wijn werd er omelet met cantharellen, een halve eend per persoon, een gigantisch kaasplateau en twee super taarten voorgeschoteld door de huishoudster, die alles opdiende.

Dat valt niet mee, als je net gegeten hebt.

De tweede keer was bij onze burens, hier in de Béarn voor een aperitief, wat begeleid werd met door de buurvrouw zelfgemaakte hapjes inclusief kleine desserts, wel vijf opeenvolgende soorten. We waren niet voor half één 's nachts thuis.

Waarom blijven die Franse vrouwen toch zo superslank?

's Ochtends nemen de meesten hun tartine, 1 of maximaal 2 boterhammen met een beetje jam en een kom koffie.

Er wordt nog erg veel buiten de deur gegeten, vooral 's middags en zeker op het platteland, gaan veel mensen die een baan hebben eten in een restaurantje, dat voor tussen de 10 en 15 euro een drie gangen menu aanbiedt of een dagschotel van rond de acht euro.

De dagschotel bestaat uit een stuk vis (in deze streek merlu, heek gevangen in de golf van Biscaye) of een stukje vlees, meestal van de blonde Aquitaine, een vleeskoe, die in kleine kuddes van ongeveer 25 dieren hier in het landschap lopen.



Blonde-Aquitaine naast onze boomgaard

De dames nemen meestal òf een voorgerecht òf een nagerecht. Het lekkere stokbrood wordt niet vooraf met boter gegeten, maar tijdens het hoofdgerecht om de saus van het bord te deppen.

's Avonds eet men in deze streek erg licht, een kopje soep en een salade en wat kaas.

In Parijs en andere grote steden worden tussen de middag steeds meer snelle hapjes, zoals burgers en kant en klare sandwiches gegeten.

Jammer, want ik het juist erg charmant dat echt alles, inclusief postkantoor en andere overheidsdiensten, tussen 12.00 en 14.00 uur dicht zijn en dat zelfs winkels als je vijf voor twaalf denkt binnen te gaan snel op slot gaan, want lunch gaat voor de

klanten. Ook de parkeertarieven zijn aangepast: tussen twaalf en twee hoef je niet te betalen.

Helaas blijven de grote supermarkten dan wel open, wat dan ten nadele komt van de kleine winkeliers.

Bijna alle echte bakkers zijn verdwenen. In Orthez gelukkig is er nog tweemaal per week een markt met kleine producenten en een ruime keuze uit natuurlijke en bio-producten, zoals de honing die drie kilometer verderop gemaakt wordt en die wij zondags eten met onze boekweit pannenkoekjes.



Boekweit pannenkoeken volgens het recept van Paul Bocuse:

200 gr boekweitmeel
50 gr (volkoren) tarwemeel
30 gr boter, zachtjes gesmolten
1 ei
5 dl water, lauw
een beetje zout

Meng de twee soorten meel, het ei en een snufje zout in een kom. Langzaam de gesmolten boter toevoegen. Voeg het water toe, het beslag moet de substantie hebben van vloeibare room. Klop stevig (kan ook met een staafmixer).

Laat het beslag onder een theedoek 2 à 3 uur rusten. Voeg eventueel een scheutje bier toe voor de luchtigheid.

Vet de pan in, het oorspronkelijke recept adviseert boter, maar ik gebruik kokosvet (biologisch)

Volgens Bocuse kan dit helemaal niet, want er horen hartige dingen op, maar wij gebruiken op zondag de lekkere honing van



de markt, acacia of lindenbloesemhoning of in de boter gesauteerde hibiscusbloemen... mmm...

Veel restaurants (80% in deze streek volgens een recent onderzoek) gaan over op industrieel voorbereide maaltijden, ook nog eens (en een gruwel voor Anneke) ontdooid in een magnetron oven.

Gelukkig komen er ook restaurants met verse, lokaal en bio geproduceerde producten als tegenhanger. Voorbeeld is een pizzeria die de bodem maakt van biologisch meel, dat nog door een molenaar hier in de streek gemalen wordt.

Slowfood heeft met name in Spanje een '0 km label' op de markt gebracht. Onlangs ben ik met ons Convivium in Noord Spanje polshoogte gaan nemen en vertel daar graag de volgende keer over.

Zelf zijn we in het gelukkige bezit van een tuin, wel een voorwaarde lijkt me voor 0 km en geef graag nog even de stijl eten die we nu volgen, wat zo lekker is dat we zelden naar restaurants gaan.

Ons voornemen om een smoothie te nemen als ontbijt is totaal overboord gegooid want we hebben dit jaar zoveel fruit dat we daar dan mee beginnen.

Bijvoorbeeld onze perziken, waarvan we 7 bomen hebben verdeeld over vroeg, midden en laat producerende vruchten.

Nu begin september hebben we nog twee bomen in productie. Erg trots waren we op het lokale ras Rousanne de Monein, die na drie jaar weinig, maar wel prachtige vruchten gaf eind juli.



Kortom we gaan uit van wat er in het wild en in onze tuin voorradig is en dat is zo lekker, dat we haast niet meer buiten de deur kunnen eten, omdat dat tegenvalt en dat we 's ochtends niet weten wat we die dag eten, omdat we gewoon de tuin inlopen en zien wat er rijp is.

Dit jaar hebben we weer veel wilde postelein (pourpier) gegeten, en we eten het vooral fijngesneden, dan even twee minuten in de wok met wat olijfolie zoals bij dit stuk heek, met wat gesauteerde hibiscus bloemen in wat boter.



Deze hibiscusbloemen doen het vooral goed op salades zoals de bieten carpaccio. Rauwe bieten heel dun op een mandoline snijden.



Bietencarpaccio

Op een mooi bord schikken. Een vinaigrette maken van olijfolie en basilicum-azijn; wat zout en peper toevoegen. Garneren met alleen de blaadjes van de hibiscus, wat komkommerbloemetjes, rauwe witte ui en wat gesneden basilicum blad.



Hierbij een Variatie met rauwe courgettes (Longue de Nice)

Eet smakelijk.

Kitty de Bruin,
vanuit een erg droog en warm Frankrijk
