Jigal Krant

Kanen met nesjomme

Biefstuk met aubergine en paprika uit het vuur en tahin

Sesam is misschien niet het eerste waar je aan denkt bij de Israëlische keuken, maar het zaad is er geweldig populair. Allereerst als garnering over zowat alles. Sesam doet dienst als topping voor boreka's en ook op broden zit meestal sesam. Challes zijn in Israël dan ook zelden met maanzaad bedekt. Vergeet ook za'atar niet. De samenstelling van de kruidenmix wil nog weleens variëren, maar geroosterd sesamzaad zit er steevast in.

Maar daarmee zitten we nog niet op een fractie van de Israëlische sesamconsumptie. Sesam is in fijngemalen vorm het hoofdbestanddeel van halva en het enige ingrediënt van tahin. En zonder tahin geen techina, choemoes of baba ganoesj. *I rest my case.*

Bij techina denk je al snel aan het wat dunnere broertje van choemoes, bedoeld als begeleider van Israëlisch straatvoedsel als falafel en shoarma. Maar ook in de beste restaurants van Tel Aviv is tahin, vaak slechts losgeslagen met wat water en citroen, niet weg te denken. Ik was het afgelopen jaar veel in Tel Aviv en heb er een ongebreidelde tahinverslaving aan overgehouden. Vooral de combinatie met in het vuur geroosterde groente vind ik onweerstaanbaar. Je moet alleen niet bang zijn voor sterke smaken. Door groentes als aubergine en paprika in open vuur te grillen, krijgt het vruchtvlees een uitgesproken rooksmaak. Tahin geeft aan de vaak wat zoetige Israëlische gerechten een bittere en, dankzij het citroensap, zure component.

Gebruik voor dit recept het malste rundvlees dat je kan krijgen. Als je budget het toelaat, ga dan voor jodenhaas. Nogmaals, voor dit gerecht moet je geen culinaire bangerik zijn. Maar ga je de uitdaging aan dan beloof ik je, je smaakpapillen zullen niet weten waar ze het zoeken moeten. Onder deze rubriek staat een e-mailadres. Ik ben erg benieuwd naar het resultaat!

Voor 4 personen

- 750 g mals biefstuk
- 2 eetlepels za'atar
- 2 eetlepels ras el hanout
- flinke scheut olijfolie
- 1 dunne winterpeen
- 6 middelgrote sjalotten
- 4 grote tenen knoflook
- halve fles rode wijn
- 2 paprika's (rood en geel)
- 2 aubergines
- sesamzaadjes om te garneren
- 3 eetlepels tahin
- sap van een halve citroen
- vier takjes oregano
- zout

● Snijd het vlees diagonaal in dunne plakken en wrijf in met de za'atar en ras el hanout (of gebruik specerijen als komijn, koriander, kaneel, gember, foelie en kurkuma). Laat even rusten en laat daarna marineren in olijfolie.

● Snijd de winterpeen in plakken en halveer de sjalotjes in de lengte. Snijd de knoflook in plakjes. Bak met weinig olijfolie aan in een zware steelpan en giet er de rode wijn bij. Dek af met een spatdeksel en laat 30-45 minuten sudderen totdat de wijn tot stroop is ingedikt.

● Leg de aubergines en paprika's ondertussen op de pandragers van je gasfornuis en rooster in het vuur aan alle zijden. De schil moet helemaal zijn zwartgeblakerd. Snijd de aubergines in de lengte door en laat afkoelen. Laat de paprika's afkoelen in een gesloten boterhamzakje.

● Meng de tahin en het citroensap door elkaar in kommetje. Je zal zien dat de tahin steeds stugger wordt. Voeg daarna kleine beetjes water toe, zodat de saus de dikte krijgt van slasaus. Breng op smaak met zout.

● Schraap de zwarte velletjes van de paprika's. Snijd de paprika's in grove stukken en zet apart met het vruchtvlees van de aubergines.

● Bak in een tweede pan het vlees rosé en voeg met de gegrilde groente toe aan de wortels en sjalotten. De wijn moet nu bijna volledig zijn verdampt. Roer alles goed door elkaar.

● Verdeel over borden en besprenkel met de tahinsaus. Bestrooi met oreganoblaadjes en sesamzaadjes. Drink er de overgebleven wijn bij.

recepten@niw.nl

7514_recept.indd 1 14-01-15 09:52