



JIGAL KRANT

Kanen met nesjomme Huevos haminados

Bestaat er een ingrediënt dat lekkerder, veelzijdiger, gezonder, goedkoper en simpeler te bereiden is dan een ei? Een kippenei welteverstaan, want als je goed je best doet kan je wel eieren vinden die zijn gelegd door eenden, ganzen of nog exotischer gevogelte, maar doe vooral geen moeite. In het kader van Pasen nam ik ooit deel aan een hardgekookte eierentest en verschil was er nauwelijks te proeven. Dat zeg ik met een kleine slag om de arm, want het struisvogelei liet ik aan me voorbijgaan. Eieren zijn alleen kosjer als ze door kosjere dieren zijn gelegd, vandaar.

Smaken verschillen, maar dat is juist het mooie van een eitje. Mijn zoon is bijvoorbeeld verzot op omelet, terwijl mijn dochter 's ochtends roerei belijft. Dat roeren doet echt iets met de smaak, zoals een zachtgekookt eitje weer iets heel anders is dan een hardgekookt ei. De vaak bezongen liefde voor gepocheerde eitjes vind ik weer wat overdreven, want een langzaam gegaard spiegelei maakt even gelukkig en bespaart je gehannes met zakjes en draaikolken. En dan kan je nog van alles aan eieren toevoegen. Met een beetje mayo maak je er de beste en tegelijkertijd gemakkelijkste salade ter wereld van. Of gevulde eitjes. Voeg groentes toe en je hebt *frittata* uit de oven of *sjaksjoeka* uit de pan. De mogelijkheden zijn eindeloos (wentelteefjes!).

Je schijnt allergisch te kunnen zijn voor ei. Het lijkt me een gruwel. Want zonder ei geen fatsoenlijke koekjes, taarten, salades, matseballen, pannenkoeken, verse pasta, chocolademousse, hamburgers... En het kost ook nog eens geen drol. Kijk, dat je geweten het bij de slager weleens verliest van je portemonnee, begrijp ik best. De prijsverschillen zijn aanzienlijk en het dierenleed is toch al geschied. Bovendien ligt dat vlees er in de vitrine reuze vredig bij. Maar een biologisch ei

uit een doosje van tien, dat kost nog geen 25 cent. Als je daarop gaat bekknibbelen dan heb je aan het eind van de maand nog geen biertje uitgespaard. Dus is er echt geen enkel excuus meer om eieren uit de legbatterij te kopen. Voor eieren moet je dus naar de supermarkt, want de kosjere winkels verkopen geen diervriendelijke eieren.

Tien minuten in kokend water, meer is er niet nodig voor een hardgekookt eitje. Maar je kan eieren ook véél langer laten koken. Doe je dat op een laag uenschillen, dan krijg je prachtige kastanjebruin gemarmerde eieren met zalvige dooiers. In de sefardische keuken worden ze *huevos haminados* genoemd. Ze zijn perfect voor in de *sabich* of gewoon zo bij het ontbijt.

● Bij mij thuis worden uenschillen en knoflookschilletjes nooit weggegooid, maar opgeborgen in een plastic zakje in de groentelade van de koelkast. Als je de groenteman vriendelijk aankijkt, dan is hij vast ook bereid om je wat losgelaten schillen onder uit de kist met uien mee te geven. Vind je dat genant of heb je geen aardige groenteman, schil dan een stuk of zes grote uien. De geschilde uien hou je nog een tijdje goed in de koelkast, mits goed afgesloten in een plastic zak.

● Breng water aan de kook in een ruime pan. Voeg alle ingrediënten toe en laat vier uur zacht koken. Controleer af en toe of de eieren nog onder water staan. En wees gewaarschuwd! Als het water droogkookt kunnen de eieren exploderen en dat doen ze bij voorkeur als je net boven de pan hangt. Tik na een uur of drie zachtjes de eierschalen kapot, dan krijg je een mooi gemarmerd patroon op het ei.

Voor 10 personen:

- * 10 eieren
- * uenschillen
- * 1 el koffie (bonen of gemalen)
- * 2 theezakjes
- * klein scheutje olijfolie
- * snuf zout

recepten@niw.nl