



mister kitchen op jacht naar eerlijke

cacao

Cacao komt van ver, ruikt naar het paradijs en herbergt een bijzonder verhaal. Aan de hand van Tony's Chocolonely, Nederlands eerlijkste chocolademakers, reist Mister Kitchen af naar de bron: de cacao-plantages van Ghana.

PRODUCTIE EN RECEPTEN
MISTER KITCHEN
FOTOGRAFIE ERNIE ENKELAAR
BEWERKING TRUDELIES SCHOUTEN

Zo'n jaar geleden streek Tony's Chocolonely neer in 'ons park', de Amsterdamse Westergasfabriek. De nieuwe directeur Henk Jan Beltman vertelde ons persoonlijk over zijn grootse plannen voor het kleine doch ambitieuze chocolademark. Tony's, vijf jaar geleden ontstaan in het televisieprogramma Keuringsdienst van Waarde, bekommert zich over kinderarbeid en (verkapte) slavernij. Want die gaan ondanks internationale afspraken nog te vaak gepaard met de cacao-teelt in Afrika. Mens en milieu staan nog altijd hoog op de agenda van Tony's Chocolonely. 'Maar het moet ook gewoon verdomd goede chocolade zijn', vertelt Henk Jan ons. 'Daarom zijn we continue bezig met het verbeteren van de smaak en uitbreiding van ons assortiment.' Allemaal leuk, lekker en aardig denkt Mister Kitchen, maar laat ons toch vooral zien waar die magische boon vandaan komt! Daar begint toch het verhaal achter de reep...

we gaan op reis

Nog geen maand later lopen we, na een reeks prikken, pillen en stempels, tegen een muur van tropische hitte aan op de luchthaven van Accra. Ons avontuur begint de volgende dag. Met Tony's als gids hobbelt ons busje over zandwegen het Ghanese

binnenland in. De eerste stop is een opslag waar zakken gedroogde bonen verzameld, gekeurd en gewogen worden. We krijgen uitleg over het systeem van boerencoöperaties en de door de overheid gereguleerde cacao-markt (zie kader over cacao). Daarna is het tijd voor het echte werk en lopen we zwetend de tropische bush in. Cacao groeit alleen rond de evenaar en dat 'voel' je met de koperen ploert loodrecht boven je.

van vrucht tot boon

De plantage bestaat uit een kleine nederzetting met daaromheen verschillende percelen cacao-bomen. Onopvallende bomen die meestal lukraak geplant lijken tussen het andere groen en beschermd door zogenaamde schaduw-bomen, aangezien cacao direct zonlicht niet goed verdraagt. Pas bij nadere inspectie zien we hier en daar geeloranje vruchten aan de stam bungelen. Minuscule bloemknopjes groeien in een paar maanden uit tot vruchten ter grootte van een meloen. Met een machete worden ze voorzichtig van de boom gescheiden en behendig doorgeklied door een van de trotse boeren. We doen hem voorzichtig na en met wat gepruts lukt het ons ook om de bonen te bevrijden van hun omhulsel. In elke vrucht zitten zo'n 40 bonen – voldoende voor één



- 1 Cacaobomen verdragen geen fel zonlicht en worden daarom beschermd door schaduw-bomen.
- 2 Met een machete worden de cacao-bonen van de stam gekapt.
- 3 Cocaobonen hebben een wit omhulsel. Elke vrucht geeft zo'n 40 bonen: goed voor 1 reep.
- 4 De bonen worden met banaanblad afgedekt om zes dagen te fermenteren. Dan worden de eerste chocolade-roma's gevormd.
- 5 Na het fermentatie-proces worden de bonen in de zon gedroogd.
- 6 Lest best: uiteindelijk worden de bonen verwerkt tot chocolade.





‘Crazy about chocolate, serious about people’
is het motto van Tony’s Choclonely



reep – die omhuld zijn door een dun laagje wittig vruchtvlees dat qua structuur en smaak aan lychee doet denken. Hierna bedekken de boeren de bonen met bananenbladeren en laten deze zes dagen fermenteren door schimmels en bacteriën. Tijdens dit broeiende rottingsproces loopt de temperatuur onder de bladeren op tot wel 50 graden, verdwijnt het vruchtvlees en verandert de kleur van paars naar bruin. Maar het belangrijkste van de fermentatie, die middenin het cacaobos plaatsvindt, is dat de eerste chocolade-aroma’s worden gevormd. Hierna worden de bonen in het dorp onder de zon gedroogd. Als we zo’n gedroogde boon openbreken, ruiken en proeven, openbaart de cacao zich en ervaren we de eerste zurige tonen van pure chocolade en borrelt direct een weemoedig verlangen naar een reep op. Na gedane arbeid gaan we aan tafel in het

gastvrije dorp en genieten we van een authentieke Afrikaanse lunch met dagverse avocado, gebakken banaan, gefermenteerde vis en natuurlijk fufu (gestampte cassave, het hoofdbestanddeel van iedere Ghanaese maaltijd).

op audiëntie...

Tijd om bij te komen van onze smakelijke expeditie is er niet, want in het volgende kleurrijke cacaodorp Aponoapono gaan we direct bij het stamhoofd op audiëntie. Hij staat aan het hoofd van een coöperatie van 350 boeren die sinds kort zowel bio als fairtrade gecertificeerd zijn. Aangezien een groot chocolademerkt wegens de extra kosten die gepaard gaan met deze certificering is afgehaakt, schiet Tony’s hun te hulp met een eerlijke prijs. Zo kan Tony’s er tegelijk op toezien dat hun cacao niet met behulp van kinderarbeid of slavernij wordt

geteeld. In het propvolle dorps huisje ontvouwt zich na aankomst een vermakelijke voorstelling van gepassioneerde speeches, hilarische plichtplegingen en een ritueel met sterke drank. Kortom, we zijn welkom en men is blij met de intentieverklaring van Tony’s om de komende jaren biocacao van de coöperatie af te nemen. ‘Zo heeft men zekerheid en kunnen de boeren investeren in de plantage, kwaliteit, duurzaamheid en zichzelf’, legt Henk Jan ons uit. Uiteraard wordt de middag bezegeld met een prachtig statieportret.

warme chocolademelk

We overnachten in de tweede stad Kumasi en dromen van chocoldefonteinen. Kumasi herbergt de grootste markt van West-Afrika en die is net iets meer chaotisch, kleurrijk, stinkend, rumoerig en overweldigend dan wat wij onder een

mister kitchen.

ORGANIC COCOA WARE HOUSE

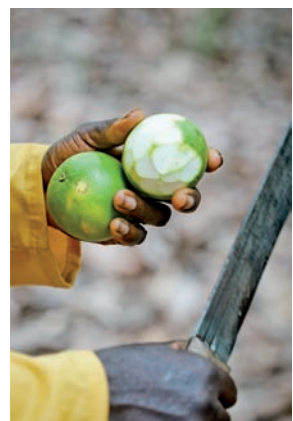




mister kitchen.



Willy Wonka over zijn chocoladefabriek: ‘Als je het paradijs wilt zien, kijk dan even om je heen’



markt verstaan. In dit kolkende labyrint een boodschapje doen, is als een bloedstollende Indiana Jones film. Nogal eigenwijs hebben wij afgesproken om uitgerekend hier warme chocolademelk te bereiden van cacao uit eigen land. Want hoewel er eindeloos veel cacao uit Ghana komt, kent men het eindproduct zelf eigenlijk niet. Een schande vindt Mister Kitchen! Dus hoog tijd om de cacaocirkel rond te maken en jong en oud op een mok Tony's choco te trakteren. Een houtskoolvuur met grote pan staat voor ons klaar en onder verbaasde blikken gaan we aan de slag. Terwijl de lachende menigte om ons 'kraampje' exponentieel toeneemt, blijven we vriendelijk teruglachen. Maar als we de dampende bekertjes uit beginnen te delen is het alle hens aan dek. De huishoudbeurs is er niks bij en even wanen we ons zelfs achterin de truck van een VN-voedselkonvooi.

46 delicious.

Gelukkig is Ghana een relatief rijk land zonder echte hongersnood en is men gewoonweg razend nieuwsgierig naar ons brouwsel van melk, chocolade en rode peper. Het wordt een lekkere grijpchaos waarin wij de kinderen ongegeneerd voor laten dringen. Tot de laatste druppel.

opleidingscentrum

Na ons memorabele marktbezoek begint de reis terug naar Accra. Onderweg stoppen we nog bij een plantage en een opleidingscentrum die zijn aangesloten bij organisatie Abrabopa. Dit initiatief van de Nederlandse zakenman Henry Wientjes begeleidt zo'n 17.000 Ghanese cacaoboeren in het professionaliseren van hun plantage middels kennis, training en een programma met (veiligere) bemestings- en bestrijdingsmiddelen. Een welkome structuur in de wirwar aan ongeorganiseerde cacaoboeren.

Een paar weken later in Amsterdam vertelt Henk Jan ons trots dat de eerste lading van bio-Fairtrade-bonen is aangekomen. 30.000 kilo, rechtstreeks uit Aponoapono. 'Dat is misschien wel de kracht van onze methode. Bij de boer zelf kijken hoe de boon van de boom tot in onze producten komt. Slaafvrij, kwalitatief en zo duurzaam mogelijk.' Met die woorden laat hij een stapel vernieuwde repen achter die 'in ongelijke stukken is verdeeld'. Als we goed kijken, herkennen we in het afwijkende motief de West-Afrikaanse kust. Met een gerust hart én het water in de mond gaan we aan de slag en bereiden we een aantal heerlijke gerechten van eerlijke chocolade.

ghana & cacao

Cacao is wereldwijd een zeer gewild en schaarser wordend product waarin keiharde handel wordt gedreven. Vooral door



de ‘grote jongens’: de markt dominerende chocoladeproducenten. Zoals met veel tropische landbouwproducten is het meestal de boer die hier de dupe van is. Hoewel cacao oorspronkelijk uit Zuid-Amerika komt, is de Afrikaanse westkust momenteel verantwoordelijk voor zo’n 70% van de globale markt. Voor Ghana is het dus een extreem belangrijk exportproduct dat door de overheid streng gereguleerd wordt. Zo ontstaat er een vaste (richt)prijs en kan men niet om de Cocobod (Ghana Cocoa Board) heen handelen. Hoewel corruptieloze cacao nagenoeg niet bestaat, komt dit de boer en de bevolking voor een deel ten goede, aangezien zo iedereen op een bepaalde manier van de export profiteert. Door nog een stap verder te gaan op het gebied van mens en milieu hoopt Tony’s Cholonely dat ook de grote jongens ooit hun voorbeeld daadwerkelijk volgen.

salade met gemarineerde bietjes, biefstuk en chocolade voorgerecht (4 personen)

- 2 rauwe rode bieten, geschild, in partjes
- 100 ml sushi-azijn*
- 100 ml mirin*
- 2 el suiker
- 2 el gepelde hazelnoten, geroosterd
- 300 g Hollandse biefstuk aan één stuk, op kamertemperatuur
- 3 el milde olijfolie
- 2 zakjes gemengde sla (à 75 g)
- 2-3 el extra vergine olijfolie
- 1 sinaasappel, partjes losgesneden uit de vliesjes
- 1 stuk pure chocolade (minstens 70% cacao)

Kook de bieten 5 min. in ruim kokend water en giet af. Verwarm de azijn, mirin en suiker, leg de bietenpartjes erin en kook ze nog 5 min. onder af en toe omscheppen. Laat de bietjes in de marinade afkoelen. Rooster ondertussen in een droge koekenpan de hazelnoten onder regelmatig roeren 3-5 min. totdat ze licht kleuren. Neem uit de pan en hak ze grof. Houd de koekenpan op het vuur. Dep het vlees droog en bestrooi met peper en zout. Voeg de milde olijfolie toe en bak het vlees

hierin in 5 min. rondom goed bruin, keer regelmatig, zodat de biefstuk aan alle kanten een beetje gaart, maar van binnen grotendeels rood blijft. Leg het vlees op een plank en dek losjes af met aluminiumfolie tot gebruik. Verdeel de sla over de borden en maak aan met de extra vergine olijfolie, peper en zout. Verdeel de biet, sinaasappel en hazelnoten over de sla. Snijd het vlees in plakken van 1 cm en verdeel over de salade. Druppel er nog een beetje goede olijfolie over en rasp er chocolade erover. * Sushi-azijn (Japanse rijstazijn) en mirin (gezoete rijstazijn) zijn te koop bij goedgesorteerde supermarkten en bij toko’s met een Japanse afdeling. Bereiden ± 25 min. / afkoelen bietjes ± 1 uur.

gestoofde eendenbout met portjus en chocoladeganache hoofdgerecht (4 personen)

- 3-4 el milde olijfolie
- 3 pastinaken*, in grove stukken
- 2 winterpenen*, in stukken
- 2 paarse wortels*, in stukken
- 2 rode uien*, in parten
- 1 ronde oranje pompoen*, in grove stukken
- 10 takjes tijm
- 4 kleine eendenbouten (bijv. Barberie** eend)
- 1 l kippenbouillon (uit pot of van blokje)
- 2 bollen knoflook, horizontaal doorgesneden

- ganache
- 200 ml rode wijnazijn
- 125 g pure chocolade (minimaal 70% cacao)
- 150 g ongezoeten, boter, in blokjes

- portjus
- 1 sjalot, fijngesneden
- 1 teen knoflook, fijngesneden
- 2 takjes tijm, blaadjes gerist
- 1 tl suiker
- 300 ml port
- 300 ml gevogeltefond

Verwarm de oven voor op 150°C. Vet een royale ovenschaal in met olijfolie en verdeel de groenten* en tijm over de bodem. Bestrooi met grof zeezout, grof gemalen zwarte peper en schenk er nog wat olijfolie over. Braad de eendenbouten in een koekenpan

in 1 el olijfolie op de velkant op matig vuur bruin en krokant. Bestrooi de bouten met peper en zout en doe ze in de ovenschaal bij de groenten en voeg de kippenbouillon en knoflook toe. Dek de schaal af met aluminiumfolie en zet 3 uur in de oven.

Kook voor de ganache de azijn met 100 ml water in tot 100 ml. Smelt de chocolade in een kom die je boven een pan kokend water plaatst (de kom mag het water niet raken). Roer de azijn door de warme chocolade en laat iets afkoelen tot lauwwarm. Klop er dan met de mixer de boter door. Zet de ganache 2 uur afgedekt in de koelkast. Verhit voor de portjus de sjalot, knoflook en tijm 2 min. in een sausspannetje. Voeg de suiker toe en laat op halfhoog vuur smelten. Voeg dan de port en gevogeltefond toe (pas op is heet en het spat) en kook in 5-10 min. in tot jusdikte. Breng op smaak en zeef de jus.

Serveer de eend met de portjus, een quenelle (zie pag. 50) chocoladeganache en de geroosterde groenten. * Biologische groente hoeft je niet te schillen. Wassen volstaat! Snijd de pompoen en de pastinaak het grofst, die zijn het eerste gaar. Paarse (oer) wortels kun je in het seizoen soms bij natuurwinkels of op de biologische markt kopen. Of neem gewone winterwortels. ** Barberie-eend is een klein eendenras, je kunt ook andere eend nemen, overleg met je poelier wat hij heeft. Bereiden ± 40 min. / opstijven ± 2 uur / oven ± 3 uur.

ghanese chococake gebak (15 personen)

- 1 theezakje
- 100 g gedroogde cranberry’s (natuurwinkel, markt of notenbar)
- 100 g rozijnen
- 100 g blanke amandelen
- 300 ml slagroom
- 200 g chocolade (minimaal 70% cacao), in stukjes
- 100 g koude boter, in blokjes
- 180 g bastognekoeken, in stukjes
- 2 gedroogde rode pepers, heel fijn gesneden
- 1 tl kaneelpoeder
- 1 tl gemberpoeder (jahe)



Salade met gemarineerde bietjes, biefstuk en chocolade



Mister Kitchen: ‘Het is magisch hoe het aroma van een simpele cacaofoon in elk nieuw stadium rijker en verleidelijker wordt’





Zet 1 kop thee van het theezakje, doe over in een kom en week de cranberry's en rozijnen hierin 2 uur. Zeef het mengsel en dep de cranberry's en rozijnen droog.
Verwarm de oven voor op 175°C.
Leg de amandelen op een bakplaat en rooster ze in 8-10 min. licht. Laat iets afkoelen en hak ze grof.

Sla de slagroom stijf en zet in de koelkast.
Smelt de chocolade en boter in een kom boven een pan met heet water (de bodem van de kom mag het water niet raken). Roer het geheel glad als de chocolade gesmolten is en laat afkoelen tot dik vloeibaar.

Spatel de slagroom door de afgekoelde chocolade en meng met de rest van de ingrediënten. Stort het mengsel op een stuk plasticfolie, rol het in de folie tot een dikke worst van 8-9 cm Ø. Laat minimaal 4 uur opstijven in de koelkast en serveer in dikke plakken gesneden bij koffie of thee. Bereiden ± 35 min. / weken ± 2 uur / afkoelen ± 4 uur.

old english chocolate cheesecake gebak (10-12 personen)

bodem
125 g boter
100 g poedersuiker, gezeefd
2 eierdooiers, losgeklopt
250 g bloem, gezeefd + extra om uit te rollen
1 eiwit, losgeklopt

vulling
175 g pure chocolade (minimaal 70% cacao), in stukjes
500 g kwark

150 g suiker
sap en rasp van 1 (bio)citroen
2 el custardpoeder
3 eieren
1 eierdooier
150 g zure room
2 tl cacao, losgeroerd in 1 el heet water
ook nodig: lage taartvorm met uitneembare bodem van 25-26 cm Ø, ingevet, bakpapier, hulpvulling van bijv. oude bonen, rijst of keramische korrels

Meng voor de bodem de boter, poedersuiker en een flinke snuf zout in een keukenmachine of met de mixer op de hoogste stand tot een romige massa. Voeg de eierdooiers toe en laat de motor nog een paar tellen draaien. Voeg de bloem toe en laat wederom kort draaien. Vorm een ronde schijf van het deeg (1 cm dikte), wikkel in plasticfolie en laat minimaal 1 uur rusten in de koelkast.

Rol het deeg op een dun met bloem bestoven werkvlak uit tot een ronde lap van ruim 30 cm Ø en een halve cm dikte. Leg het in de taartbodem en druk licht aan tegen wand en bodem. Prik het deeg her en der in met een vork en zet voor een optimaal resultaat een uur in de vriezer.

Verwarm de oven voor op 180°C. Leg een royaal stuk bakpapier op de taartbodem en vul met de hulpvulling. Bak de bodem 10-12 min. voor totdat het deeg stevig is. Laat iets afkoelen, verwijder dan het bakpapier met de hulpvulling en bak de bodem nog eens 5 min. Bestrijk de bodem met een kwastje met het eiwit, hierdoor krijgt de bodem een coating, waardoor de vulling het deeg

quenelles maken

Verwarm 2 eetlepels voor in heet water. Schep een lepel vol uit de ganache en pak met de andere lepel de ganache van de eerste lepel, door tussen de ganache en de lepel het mengsel eraf te steken. Herhaal nog een paar keer totdat de quenelle mooi is (zie recept pag. 48).

niet nat kan maken. Bak nog eens 2 min.
Verlaag de oventemperatuur naar 170°C.
Smelt de chocolade in een kom boven een pan met heel heet water (de bodem van de kom mag het water niet raken).

Klop met de mixer de kwark, suiker, de citroensap, -rasp en de custardpoeder luchtig. Klop de eieren met de eierdooier los en voeg met de zure room toe aan het kwarkmengsel. Meng goed. Klop er dan de losgeroerde cacao door, en mix tot een glad beslag. Spatel de gesmolten chocolade door het kwarkmengsel en giet de vulling in de gebakken bodem. Bak de taart 45 min. in het midden van de oven. Laat 1 uur afkoelen op het aanrecht en zet dan nog minimaal 2 uur in de koelkast om op te stijven. Bereiden ± 45 min. / rusten ± 1 uur / evt. vriezer 1 uur / oven ± 65 min. / koelen minimaal 3 uur.

spicy chocolademelk drank (6 personen)
200 g pure chocolade (minimaal 70% cacao), in stukjes
500 ml melk
½ verse rode chilipeper*, heel fijn gesneden
20 g suiker
1 kaneelstokje

Doe alle ingrediënten in een pan en verwarm zachtjes onder voortdurend roeren. Schenk, als het geheel goed gemengd en dampend heet is, in kleine kopjes en serveer direct.
* Als je het minder pittig wilt hebben kun je de zaadjes uit de chilipeper verwijderen. Bereiden ± 15 min.

CHOCOLADE: PLANK VAN WEERDE ANTIK BORDJES KRINGLOOPWINKEL PLACEMAT ZARA HOME; CHOCOLADE CHEESECAKE: ROOSTER MES KRINGLOOPWINKEL BAKVORM DUKEL MAN BORD ZARA HOME DOEK VAN WEERDE ANTIK; SALADE: BORD ZARA HOME; EENDENBOUT: BORD, SCHAAL KERAMIKOS THEEDOEK Sissy-BOY HOME; CHOCOLADEMELK: PANNETJE, BORD KRINGLOOPWINKEL BEKERTJES ZARA HOME DOEK VAN WEERDE ANTIK. VOOR VERKOOPADRESSEN: ZIE DE SERVICEPAGINA.



Gestoofte eendenbout met portjus en chocoladeganache



Old English chocolate cheesecake

‘All you need is love. But a little chocolate now and then doesn’t hurt.’ (striptekenaar Charles M. Schulz)



Ghanese chococake, een waanzinnige variatie op onze arretjescake.



Spicy chocolademelk