

De geschiedenis van het eten

Deel 1

Jean Donnay

Toen ik een tijdje geleden de vraag kreeg om iets te schrijven over de eetcultuur door de geschiedenis heen en hierover de eerste ideeën op papier begon te zetten, realiseerde ik me dat, sinds het ontstaan van de 'eetcultuur' er eigenlijk weinig of niets veranderd was op gebied van producten en bereidingswijzen. Enkel de laatste vijf decennia kunnen we spreken over echt vernieuwende kookwijzen, zoals het gebruik van stralingsenergie en van nieuwe voedingselementen zoals het nieuwe synthetische voedsel. De variaties in het aanbod die we de laatste decennia opmerken, zijn eigenlijk alleen te danken aan de nieuwe transportmogelijkheden en de conserveringsmethodes, niet aan nieuwe ontdekkingen. Sinds het ontstaan van de mensheid at en eet men dezelfde dingen, vlees en vis, granen, groenten en vruchten. De diverse kookmanieren waarvan men nu telkens hypes maakt, bestaan, weliswaar in verschillende culturen, al eeuwen. Denk maar aan het teppanyaki, de plancha's, de BBQ's, de tajines en de steengrillen van deze tijd...

Hoewel, in tegenstelling met andere geschiedenisthema's, weinig over de 'eetgeschiedenis' werd geschreven, heeft deze toch duidelijk haar sporen nagelaten in de algemene geschiedenis. Er zijn oorlogen gevoerd voor bepaalde felbegeerde lekkernijen en, op zoek naar zeldzame smaken, waagden ontdekkingsreizigers zich in zeer gevaarlijke ondernemingen. Maar laat ons nu, in enkele hoofdstukken, kennis maken met deze boeiende geschiedenis.

De prehistorie

Voor de mens ontdekte hoe hij zelf vuur kon maken, was hij aangewezen op een dieet van vruchten, knollen, wortels en kleinere dieren als slakken, hagedissen en insecten, tot hij op een dag ontdekte hoe hij ook grotere dieren tot prooi kon maken. Wanneer de prehistorische mens beschikte over vuur (in stand gehouden na een natuurlijke brand), roosterde hij zijn jachtbuit, anders at hij ze rauw. Eens de mens zelf vuur kon maken, werd het eten van rauw vlees eerder een zeldzaamheid. Het vleesmenu van de prehistorische mens bestond uit rendier, oeros en misschien af en toe een mammoet, die dan gedurende weken vlees verschaftte aan de hele stam. Het toenmalige koude klimaat van de ijstijd zorgde ervoor dat het vlees relatief lang kon bewaard worden.

Er zijn sporen gevonden die aantonen dat deze oermensen hun vlees niet alleen boven open vuren roosterden maar het ook braadden in een kuil die ze met stenen bekleedden. In deze kuil stookten ze eerst een vuur, waardoor de stenen werden verwarmd waarop dan stukken vlees (eventueel afgedekt met bladeren en/of takken) konden gebakken worden. Naast het roosteren boven een open vuur of het braden in een kuil, roosterden ze toen ook al in de hete as de hoopjes vlees en groenten die in grote bladeren waren gewikkeld. Ook dierenmagen werden gebruikt om in te koken. Hierin werd dan een mengsel van vlees en plantendelen verpakt, waarna de gevulde maag boven het vuur werd gehangen ofwel werd gekookt. Koken deden de voorhistorische mensen in water dat verwarmd werd met stenen die in het vuur verhit waren. Het koken in een dierenmaag is tot vandaag gebruikelijk gebleven. Het Schotse nationale gerecht, de haggis, is niets anders dan een schapenmaag, gevuld met schapenlever en -hart, schapenvet en havermeel, die in water wordt gekookt. Ook worst behoort eigenlijk tot dit type producten.

Na de laatste ijstijd (tussen 10.000 en 8.000 v.C) werd het klimaat vriendelijker, de plantengroei gevarieerder en vis en andere waterdieren wonnen aan belang in de voeding. De kooktechnieken veranderden echter niet. Uit deze periode stammen wel de eerste pogingen tot het maken van aardewerk. Meestal wordt aangenomen dat het idee van pottenbakken is ontstaan door het met klei bekleden van gevlochten manden en die dan in de zon te laten drogen, maar er is nog een theorie... Als men bepaalde dieren in klei wikkelt en ze dan in een hete kuil braadt, ontstaat er eigenlijk een eigen pannetje. Deze manier van koken wordt nog steeds gebruikt door zigeuners om hun erg gewaardeerde egels te braden. Deze worden dan met stekels en al door de klei gerold en gebakken. Eens ze klaar zijn, wordt de klei, waarin de stekels vastgebakken zitten, verwijderd. Ook vogels werden op deze manier gegaard, zo hoefde men ze niet te plukken. Met het ontstaan van de eerste potten kon men voortaan op een gemakkelijker wijze vlees, granen, bonen,

kruiden en vloeistof, zoals water, bloed of melk, samen in de hete as gaarstoven. Zo ontstond de soep. Hoe men is begonnen granen te eten, zal wel altijd een raadsel blijven. Graan is in rauwe toestand onverteerbaar voor de mens. Vermoedelijk roosterden de neolithische mensen hun granen op de haardstenen, maar die bleken dan wel droog in de mond. Daardoor zullen ze de korrels waarschijnlijk fijngestampt en met water vermengd hebben tot een brij. Deze brij is een soort oervoedsel geworden dat tot op heden in één of andere vorm bekend is gebleven; van Italiaanse polenta, tot Engelse porridge en tot de ons welbekende gortepap.

Na de graanbrij kwam het brood dat in de oudste vorm plat en ongerezen was en dat op hete stenen werd gebakken. Ook nu nog eet men zulke broden in vele delen van de wereld. In Israël en Turkije dient het als basis voor pita, in Italië als bodem voor pizza en in Arabische landen wordt het ook nu nog als een soort bord gebruikt. In de Scandinavische landen is het onder de naam van Knäckebröd een vast onderdeel van elk ontbijt. Ook de 'ontdekking' van kazen stamt uit deze zelfde periode, hoewel het in deze eerste periode enkel ging om zachte kazen die men had laten uitlekken in mandjes of in aarden potjes met gaatjes in de bodem. En wie kaas zegt, denkt meteen aan wijn en ja, in deze periode werden in de Kaukasus al de eerste wijnen gemaakt. Toch blijkt wijn niet de eerste gefermenteerde drank te zijn, dat was de mede. Gegiste honing. Bier ontstond in het Nijldal en het Tweestromenland. Het maken van bier is ingewikkelder dan het maken van wijn, vermits druiven en andere zoete vruchten spontaan gisten als men ze aan de lucht blootstelt maar graan gist niet vanzelf, dat moet eerst ontkiemen, waarbij dan het zetmeel wordt omgezet in vergistbare suiker. Na de ijstijd en de stijging van de temperatuur waren de mensen genoodzaakt nieuwe manieren te vinden om hun voedsel te bewaren. Vlees en vis werden gedroogd, gezouten en gerookt en de mensen leerden zaden te verzamelen waarmee ze hun voedsel daarna kruiden, zoals karwij en klaprozen.

De Romeinen

Van oorsprong waren de Romeinen een zeer sober volk. Ze leefden op brij, plat grof brood, olijven, verse geiten- en schapenkaas, vijgen, wat groenten, en voor het rijkere volk vlees en vis. Als ze vlees aten, verkozen ze dit van het varken. Ook de rijken aten deze eenvoudige boerenkost, zij het dan dat die voor hen ongetwijfeld spectaculairder werd opgediend. De Romeinen hadden tussen ongeveer 500 v.C. en het begin van onze tijdsrekening hun rijk uitgebreid met zowat alle aan de Middellandse Zee grenzende gebieden, waaronder Mesopotamië, Griekenland en Egypte. Reeds omstreeks 3.000 v.C. was in Mesopotamië langzaam een kloof gegroeid tussen de keuken van de armen en de rijken. Terwijl de armen bleven eten wat al millennia gebruikelijk was, begon de keuken van de rijken zich te ontwikkelen en werd de 'gastronomische cultuur' geboren. De latere Hellenistische keuken, die een versmelting was van de Griekse en de Oosterse kookkunst, leverde op haar beurt zeer verfijnde recepten op en beroemde koks bereidden er schotels van vlees met vruchten en vissen in gecompliceerde sauzen. In het oude Griekenland werden specerijen aangevoerd uit onbekende verten en men kende er vruchten als perziken, pruimen en kersen.

De Romeinen namen uit alle gebieden die ze veroverden een aantal gebruiken over, waaronder niet in het minst, de lokale eetcultuur, en toen Rome op het toppunt van haar macht in het jaar 30 v.C. een keizerrijk werd onder Augustus, was dit een rijke weelderige stad, waar alle kostelijkheden uit de toenmalig bekende wereld naar toe stroomden. Graan uit Egypte en Noord-Afrika, specerijen uit Byzantium en de Levant, kaneel en gember uit China, peper uit Malabar, wierook uit Arabië om de wijn te parfumeren, truffels en dadels uit Syrië en Libië, konijnen uit Spanje en Corsica, parelhoentjes uit Numidië, ganzen en gerookte hammen uit Gallië, blauw geaderde kaas uit de Auvergne en oesters uit de Bosporus en Zuid-Engeland. Verder hadden verschillende veldheren vruchtenbomen meegebracht uit het Oosten en produceerden de Romeinen zelf kersen, hazelnoten, pruimen en perziken. Toen ze tussen 58 en 51 v.C. onze gebieden veroverden, kon men al spreken van een echte Romeinse gastronomische cultuur. 's Morgens in alle vroegte aten zij een eenvoudig ontbijt, het 'ientaculum', dat bestond uit brood dat in landwijn werd gedrenkt, met wat honing of geitenkaas. 's Middags volgde het 'prandium' van brood met eieren of koud vlees, overgebleven van de vorige dag, en vaak groenten en fruit. 's Avonds volgde dan de hoofdmaaltijd, de 'cena'. Bij de rijken bestond die om te starten, uit gustatio (voorgerechtigjes), die vrijwel in niets verschilden van de huidige antipasti (schelpdiertjes, worst, olijven, een slaatje...). Daarop volgde het hoofdgerecht met vlees en groenten, met bonen, brij of brood. Als dessert aten ze 'pulcralia' wat letterlijk 'mooie dingetjes' betekent, gebak en fruit. Een menu dus zoals we het nu nog altijd kennen.

De rijke Romeinen konden zich een eigen, uit slaven bestaande, keukenbrigade permitteren. De armeren, die dikwijls echt opeengepakt woonden in huurkazernes, waarin in vele gevallen door brandgevaar zelfs geen kookvuur kon worden ontstoken, waren dikwijls veroordeeld tot buitenshuis eten. In de buurt van de markten waren kleine straatzaakjes gevestigd waar zij voor weinig geld konden eten. Men kon er een portie bonen met worstjes krijgen, brij met kool en uien en kaas of platte broden met groenten en harde eieren. De rijke Romeinen respecteerden een strenge tafeletiquette. In rijke huizen had men een aparte eetkamer, het 'triclinium', genoemd naar de drie aanligbedden om een tafel zodat één zijde vrij bleef voor de bediening. Meestal werd trouwens bij elke volgende gang de hele tafel vervangen. Bij de deftige Romeinse families hield men zich aan een bepaalde menuvolgorde, die bestond uit voor- en hoofdgerecht gevolgd door een dessert. Alle schotels van deze verschillende gerechten werden tegelijkertijd opgediend en de gasten moesten hieruit dan een keuze maken. De Romeinen kenden vorken, grote drietanden die in de keuken gebruikt werden, maar aan tafel kwamen deze niet voor. Ze aten met hun vingers maar ze hadden wel een mes en een grote en een kleine lepel.

Als we spreken over eten en drinken in de Romeinse keizertijd, denken we meteen aan de orgieën die door schrijvers als Suetonius en Petronius werden beschreven. Deze vreet- en zuippartijen die meer dan twaalf uur duurden, waarbij de gasten enkele malen het 'vomitorium' naast de eetzaal opzochten, er zich een vinger of een pauwenveer in de keel staken om daarna, opgelucht, te kunnen herbeginnen, hebben echt bestaan. Daar waren exotische danseressen en schone jongelingen bij aanwezig om aan alle wensen en voorkeuren van de gasten tegemoet te komen. En er werden pasteien van nachtegalen- en flamingotongen, taarten van papegaaienhersens en hielen van nauwelijks geboren jonge kameeltjes opgediend. Er werden zelfs murenen geserveerd, die in speciale vijvers gevoed waren met levende slaven.(1) Met deze uitpattingen, waarvoor vooral enkele keizers zoals Caligula, Nero, Vitellius en Heliogabalus bekend zijn gebleven, wilden de inrichters tonen hoe rijk en machtig ze waren. Vergeten we toch niet dat het hier enkel om uitzonderingen gaat en de doorsnee Romein met veel minder genoegen moest nemen.

De nationale drank van de Romeinen was wijn. Omdat de wijnkwaliteit dikwijls ronduit slecht was, voegden de Romeinen er allerlei smaken aan toe. Dat ging van honing, een mengeling die ze mulsum noemden, via rozenblaadjes, viooltjes, kaneel en kurkuma tot peper, wierook en mirre. Als ze er bittere alsem aan toevoegden, verkregen ze iets wat heel sterk lijkt op de huidige vermouthe. Het oudste kookboek dat we nu nog kennen, dateert van het begin van onze tijdsrekening en is van de hand van Marcus Gavius Apicius. Dit '*De obsoniis et condimentis sive arte coquinaria*' (over voedsel en specerijen, of de kunst van het koken) bevat 468 recepten. Een aantal van deze recepten getuigen ook nu nog van zijn culinair smaakpalet: Zoals in de hete as gaar gebraden prei, in koolbladeren gewikkeld. Of het malse binnenste van kool in olijfolie, met wat wijn, zout, komijn, munt en peper gaar gesmoord. Of nog honingkoekjes van een deeg van tarwebrij met fijngewreven dadels, gehakte noten en honing, die ze dan in olie bakten en met honing bedropen, of vleesrolletjes die gemarineerd werden in een saus van zoete wijn, garum (een zoute vissaus), peper, lavas en komijn en vervolgens aan het spit geroosterd.(2) En lamsvlees, dat met peper en garum in olie met witte boontjes werd gaar gestoofd en geserveerd in een saus die met broodkruim werd gebonden. Veel van wat de Romeinen aten smaakt ons nog altijd, maar veel ook niet. Zo behoorde tot de Romeinse lievelingsgerechten: baarmoeder van een jonge, nog maagdelijke zeug of varkensuier in een saus van wijn, peper, lavas en garum... Alle Romeinse schotels waren zwaar gekruid, misschien omdat niet alles wat in Rome verkocht werd, even vers was en er onaangename smaakjes en geurtjes verstopt moesten worden, maar toch ook omdat ze gewoon van stevige smaken hielden, waardoor ze zelfs de (zoete) desserts dikwijls met peper en andere kruiden afwerkten.

De Middeleeuwen

Na de val van het West-Romeinse rijk in 476 n.C volgden roerige tijden waarin Germaanse stammen verschillende kleinere koninkrijkes stichtten in voormalig Romeins gebied, met als voornaamste het Frankische Rijk waaruit het latere Frankrijk zou ontstaan. Over de 'culinaire cultuur' valt in deze periode weinig te zeggen. De rijke Franken aten voornamelijk grote, aan het spit gebraden (en opgediende), stukken vlees, geroosterde vis, salades, bonen en erwten. Ze dronken er meestal bier bij of, als er in hun streek wijngaarden waren, ook wijn. De armen aten zoals overal ter wereld hetzelfde: graanpap, erwten, bonen, wortels en knollen en (heel) af en toe wat gezouten vlees of vis. Slechts in enkele kloosters, die de bewaarders waren van de oude Romeinse geschriften, slaagde men er af en toe nog in wat 'fijnere' gerechten te produceren. In het klooster van het Heilige Kruis bij Poitiers maakten de geestelijken bijvoorbeeld nog gebakjes

met boter, eieren en room, die met honing werden gezoet. Karel de Grote had wat meer culturele en culinaire belangstelling dan zijn voorgangers. Rond het jaar 800 liet hij op de oevers van de Rijn, maar ook in de Bourgognestreek, nieuwe wijngaarden aanleggen waarvan de beroemde witte wijn Corton-Charlemagne nog steeds een bewijs is. Hij liet niet enkel wijngaarden aanleggen maar ook boomgaarden in de Rhônevallei en groentetuinen in de buurt van Parijs. Daar werden niet alleen wortelen, uien en rapen gekweekt maar hij liet er ook peterselie, kervel en knoflook aanplanten.

Karel was een groot liefhebber van eten, vooral van veel eten. Hij liet twee maaltijden per dag serveren. Eén 's morgens na opstaan en één halverwege de namiddag. Borden kende men niet, waardoor tafels gemaakt werden met uithollingen in het blad, die dienden als kommen voor de soep en men gebruikte een dikke snede brood om vlees en groenten op te leggen. De maaltijden startten in de zomer meestal met een salade, in het winterseizoen met rapen en wortelen die wat pit kregen door er een mengeling van olie, azijn en (veel) peper aan toe te voegen. Daarna werden grote hoeveelheden aan het spit geroosterd vlees opgediend, in piramidevorm gestapeld. Dat vlees was dikwijls afkomstig van wild maar ook varken, kip, eend, zwaan, pauw en reiger verschenen regelmatig op de tafel. Daarbij werden in de winter erwten en bonen geserveerd en in de zomer verse groenten. Karel hield ook van gestoofd fruit bij zijn vlees. Verder is geweten dat Karel een groot liefhebber was van kazen. Bij de maaltijden dronk men hoofdzakelijk bier dat in die tijd troebel en vaak zuur was. Als er al wijn was, was de kwaliteit ervan meestal bedenkelijk. Ze taptten deze rechtstreeks uit fusten (flessen en kurken bestonden nog niet) waardoor er constant lucht bij de wijn kwam en deze dus snel zuur werd. Daarom voegde men er, net als bij de Romeinen, honing en kruiden aan toe.

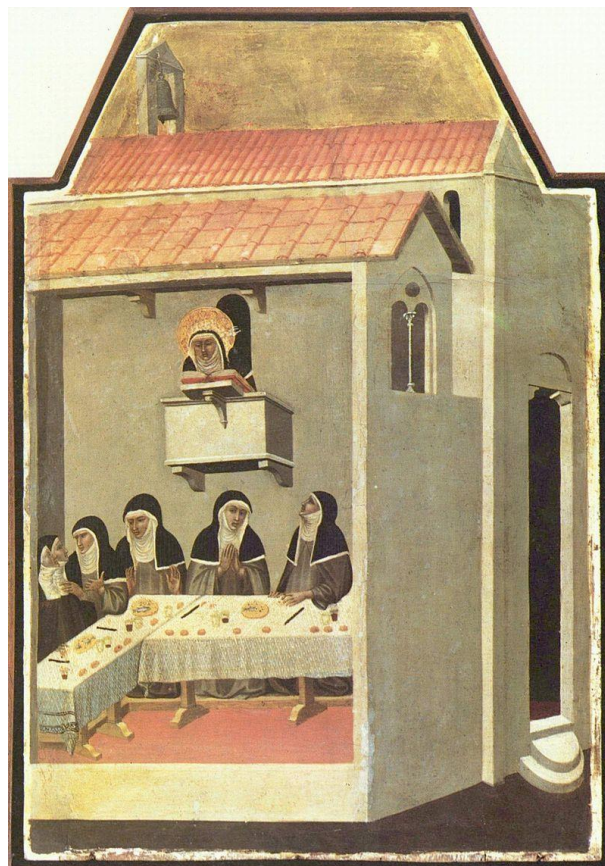


Fig. 1

Pietro Lorenzetti – Etende nonnen luisterend naar een voorlezing (wikimedia commons)

De Noormannen brachten rode en witte aalbessen mee op hun veroveringstochten maar ook kardemon, dat oorspronkelijk afkomstig was uit het Byzantijnse Rijk. Tussen de jaren 850 en 950 waren er niet minder dan twintig periodes van hongersnood. Deze leidden niet enkel tot enorme sterftcijfers maar zelfs tot kannibalisme. Roversbenden overvielen reizigers en verkochten hun

vlees als varkensvlees en er ontstond zelfs handel in kinderen die door half verhongerde ouders van de hand gedaan werden. Uit deze periode stamt de legende van Sint-Nicolaas die drie kinderen redde uit de pekelkuip van een herbergier. De kruistochten wijzigden grondig de manier om met voedsel om te gaan. De edelen die naar het Heilige Land trokken, ontdekten daar mooi gedekte tafels, weelderige wijnen uit Cyprus, met zorg bereide vlees- en vissoorten met welgekruidde sauzen en zelfs sherbet, de oervorm van ons sorbet. Zij brachten glas mee naar Europa maar ook suiker, rijst, saffraan, kaneel, kruidnagel, muskaatnoot, gember, pruimen en sinaasappels. Maar voor de armen bleef de oude dodelijke eentonigheid troef. Groenten bekeek men toen met groot wantrouwen. Men zag ze hoogstens als buikvulling als er niets anders was, of als toespijs bij vlees. *'Deghene die ghesont bliven wilt en sal ghemeynlick niet veel fruyt noch wermoes (groente) eten,'* gold als wijze raad die eeuwen heeft doorgewerkt. Men kende wortelen, witte pastinaken, kool, grote bonen, erwten, postelein en vooral uien en prei. Knoflook was geliefd omdat dit kwalijke geurtjes en smaakjes van niet al te vers vlees en vis kon maskeren. *'Mitten look mach men wel den duvel eten,'* was een gebruikelijk gezegde. Fruit was er enkel in het seizoen, behalve appels die bewaard konden worden, maar men at het weinig uit angst dat het de maag te veel zou afkoelen... Anderzijds at men dan weer de wonderlijkste dingen zoals zeehonden en bruinvissen... Heel geliefd, ook in voorname keukens, was walvis, die minstens 24 uur moest sudderen in de pot.

Het eerste Franstalige kookboek, *Le Viandier*, dateert uit 1375 en is van de hand van Guillaume Tierel (bijgenaamd Taillevent) die meester-kok was aan het Franse hof van Philippe IV. Hij beschreef hierin hoe de tafel eruitzag aan het koninklijke hof. *Le Viandier* bevat daarnaast veel recepten voor vlees, wild en gevogelte maar ook van soepen waarin dikwijls een flinke scheut wijn werd verwerkt. In deze periode werd dikwijls azijn gebruikt, waarschijnlijk opnieuw om minder aangename smaakjes te verdoezelen, en ze waren buitengewoon royaal met kruiden en specerijen. In de vijftiende eeuw deed de koningsmaîtresse Agnes Sorel van zich spreken op culinair gebied. Zij hield niet alleen persoonlijk toezicht op koks en keukens van de koning maar ze kookte soms zelf voor haar geliefde. Of de *crème Agnès Sorel*, (kippensoep, gebonden met room en eieren en voorzien van aspergepunten) werkelijk een creatie van haar is, is niet zeker, maar *'salmis de bécasses'* is dit ongetwijfeld wel. (Houtsnippen werden zachtjes gebraden met uien en op geroosterd brood geserveerd, waarop een laag ganzenlever en de ingewanden van de snippen werden gelegd. Daarna werd het geheel overgoten met de braadjus). In 1393 kreeg een vijftienjarige bruid *'Le Ménagier de Paris'* ten geschenke. Dit boek bevatte vele recepten zoals dat van een matelote van paling(3), die gestoofd werd in verjus (het sap van onrijpe druiven) waaraan de gebruikelijke overdaad van specerijen werd toegevoegd. De kooktijd van de gerechten werd nog beschreven als: laat zolang koken als nodig is om drie Onzeveraders en vijf Ave Maria's te bidden, wat natuurlijk niet dom was als men weet dat er toen nog geen klokken of horloges bestonden...

Voor diegenen die nu denken dat enkel bij de Romeinen overdadige banketten plaatsvonden, misschien toch even de hoeveelheden voedsel die werden opgediend tijdens het banket dat plaatsvond ter gelegenheid van de kroning van Philippe IV (le Bel) in 1285: 82 ossen, 85 kalveren, 289 schapen, 78 varkens, 345 roerdrompen en reigers, 2000 ganzen, 800 konijnen, 18.000 kippen, 492 palingpasteien, 4000 rivierkreeftjes, 40.000 eieren, 2000 karpers, 700 snoeken en 250 zalmen. Hierbij werden 300 fusten wijn gedronken.

De ontdekkingsreizen en de Renaissance

Toen Columbus in 1492 de nieuwe wereld ontdekte, volgden de Jezuïeten in zijn zog. Zij ontdekten daar nieuwe planten- en diersoorten, waaronder de 'Spaanse' rode pepers, de kalkoen, de aardappel, mais, sperziebonen, grote aardbeien, pompoenen en tomaten. Deze 'oertomaten' waren geel, vandaar trouwens nog steeds het Italiaanse woord 'pomodoro' (gouden appel). De Italianen transformeerden deze vrucht in de loop van de 18^e eeuw tot de sappige rode vrucht zoals we ze nu nog steeds kennen. In het Aztekenrijk maakten de conquistadores bovendien kennis met de 'chocolatl', een dikke drabbige, bittere drank die gemaakt werd van fijngestampde cacaobonen en vanille. Hierover later meer. Ondanks dat Spanje de Nieuwe Wereld met al zijn culinaire rijkdommen had ontdekt, was het zelf geen gastronomisch paradijs geworden. De prachtige boomgaarden en groentetuinen die de Moren er met hun ingenieuze bevoeiingssystemen hadden kunnen aanleggen, waren verdord omdat niemand er meer naar omkeek en de handel kwijnende weg toen de joden hun zaken moesten sluiten. In de zestiende en zeventiende eeuw was Spanje eigenlijk een land met een gouden façade, een land met een statige, elegante levensstijl, met de strengste hofetiquette van Europa, een land van grote schilders en dichters, maar ook van

vergulde armoede. Toch leverde ook Spanje een bijdrage aan de grote gastronomie door de huwelijken van de rijkere edelen.



Fig. 2
Decameron 1432 – koken aan het spit (wikimedia commons)

In de Zuidelijke Nederlanden had eerst het Bourgondische en later het Habsburgse hof geresideerd in rijke steden als Gent, Mechelen en Brussel, waardoor men daar een wat royalere kijk op het leven had. Als duidelijke herinnering aan de Spaanse bezetting bleef in de keuken van de Lage Landen de 'escaveche' bewaard, een gerecht van in pikante saus gemarineerde vis. In 1440 had Gutenberg de boekdrukkunst uitgevonden. De eerste gedrukte boeken waren de bijbel, muziekwerken en... kookboeken. Het eerste gedrukte kookboek, daterend uit 1474, was van de hand van Bartolomeo dei Sacchi die bibliothecaris was in het Vaticaan. Het boek kreeg de titel 'De honesta voluptate e valetudine' (over het betamelijke genieten en gezondheid). Het bevatte naast recepten ook heel zinnige ideeën over een gezonde levensstijl. Kort na het boek van Sacchi verscheen ook een eerste druk van Apicius (de Romeinse gastronom). In 1516 verscheen 'Epulario' van Giovanne de Rosselli. In dit boek beschreef hij naast allerlei recepten ook de manier waarop de schotels moesten gepresenteerd worden. Een van deze teksten beschreef de manier om een pastei te maken waarin levende vogeltjes en zelfs muzikanten konden verstopt worden.

In 1570 verscheen, in het Italiaans, het boek 'Opera' van Bartolomeo Scappi, de kok van paus Pius V. Tussen de recepten die Scappi hierin optekende, vinden we een eerste duidelijke beschrijving voor het maken van tagliatelle. In de recepten van Scappi blijkt duidelijk dat in de renaissance aanmerkelijk minder kruiden gebruikt werden dan in de middeleeuwen. De reden hiervoor ligt niet enkel in de prijs ervan maar eerder in de ontwikkeling van de smaak. Men werd kieskeuriger, en specerijen werden vanaf toen gebruikt om de smaak van een gerecht te verrijken en niet meer om rijkdom te etaleren. In 'Opera' beschreef Scappi onder andere een pauselijk banket. Dit bestond uit vier gangen, waarin telkens minstens een tiental gerechten tegelijkertijd werden opgediend. De eerste gang bestond uit een buffet van koekjes, fruit, koude vleessoorten, marsepein en olijven, de tweede gang bevatte gevogelteschotels, de derde gang was samengesteld uit vleeschotels en de laatste gang bestond dan uit desserts als: taarten en wafels, pudding, kaas, noten en geroosterde kastanjes. Het betrof hier wel een statiebanket dat de belangrijkheid van de paus moest in de verf zetten. De gewone mensen aten doorgaans twee maaltijden per dag. Voor middagmaal at men graag fruit, eventueel met ham (zoals nu nog in Italië). 's Avonds werd een stevige soep met veel groenten opgediend, een soort minestrone, of een bouillon met eieren, kaas en geroosterd brood. (Denk hierbij aan de huidige zuppa pavese.) Verder ook grote witte bonen, gestoofd in olijfolie met salie, ui en knoflook, nog altijd één van de meest traditionele en meest geliefde gerechten in Toscane. De rijken aten na een licht voorgerecht, een hoofdschotel van vlees of wild (vis op vastendagen) met groenten, daarna kaas en als dessert vele verfijnde zoetigheden, marsepein, suikeramandelen, honingkoekjes en gebak met kaneel, gember en rozenwater, gekonfijte oranjeschilletjes, rozijnen en pistaches.

Op 18 oktober 1533 trouwde Catharina dei Medici met Hendrik II, koning van Frankrijk. In haar bruidstoet bevonden zich, naast karrenvrachten rijkdommen, ook een selectie van koks, patissiers, rotisseurs en keldermeesters. Zij introduceerden in de Franse keuken producten als: kleine doperwtten, artisjokken en broccoli, en zij leerden de lokale koks de kunst van het maken van ijs en het fijne banketbakkerswerk, waarin het gebruik van suiker steeds een belangrijkere rol ging spelen. Nostradamus, de grote astroloog, arts en alchemist, introduceerde dit product in Frankrijk. Hij kende er een grote medicinale waarde aan toe en beschreef in zijn boek '*Excellent et moult utile opusculè à tous nécessaire qui désirent avoir cognoissance de plusieurs exquisés Recettes*'(4) hoe het uiterlijk schoon kon bewaard worden door het gebruik van suiker. En hij gaf meteen een heel aantal recepten mee om, onder andere, confituren, gekonfijte vruchten en siropen te bereiden. Suiker bleef echter voorlopig nog zeer kostbaar en gereserveerd voor de rijken. Arme mensen verzoetten hun leven nog steeds met honing. Al brachten de Florentijnse koks wel enige verfijning in de Franse keuken en verdwenen de al te bizarre combinaties en ook de overdreven hoeveelheden specerijen, dan was het bij vorstelijke ontvangsten nog altijd gebruikelijk om zéér veel op tafel te brengen. In 1548 bood de stad Parijs Catharina een banket aan. Daar werden voor vijftig gasten 30 pauwen, 33 fazanten, 21 zwanen, 99 kraanvogels, 33 duiven, 33 reigers, 30 geitjes, 66 parelhoenen, 30 kapoenen, 99 piepkuikens, 60 kippen, 6 varkens, 99 tortelduiven, 33 hazen, 66 wilde konijnen, 13 patrijzen en 99 kwartels opgediend, waarbij de groenten wat schamel afstaken: 500 asperges, 36 liter doperwtten, 1 liter tuinbonen en 12 dozijn artisjokken.

Het eerste Nederlandstalige kookboek dat verscheen was het 'boexcken van cokerijen' van Thomas van der Noot. Dat werd in 1510 in Brussel gedrukt. Een recept van karper in een saus met peperkoek, een Midden-Europees gerecht afkomstig uit Polen of Hongarije, bewijst hoe internationaal de keuken toen al was. Eén van de belangrijkste kookboeken die in de Nederlanden gedrukt zijn, was: 'Ouverture de Cuisine' van Lancelot de Casteau uit Mons. Hij was in de zestiende eeuw chef-kok aan het hof van drie prins-bisschoppen van Luik. In dit kookboek, dat in 1604 verscheen, staan niet alleen gerechten die duidelijk van Franse herkomst zijn, maar ook Italiaanse, Spaanse, en Hongaarse. Welbeschouwd is het eigenlijk nog steeds bruikbaar en het is zéker een kookboek dat in die tijd interessante nieuwe wegen insloeg.

De 17^e eeuw - Lodewijk XIV

De 17^e eeuw was voor sommige landen de meest glorieuze, voor andere was ze eenvoudigweg rampzalig. De Duitse landen bijvoorbeeld waren na de Dertigjarige oorlog ontredderd achtergebleven en het nam ongeveer een eeuw in beslag alvorens zij erin slaagden zich te herstellen. Op culinair vlak sloegen ze dan ook andere meer gematigde wegen in dan het flamboyante Frankrijk van Lodewijk XIV. In Engeland werd Karel I aan de kant gezet en onthoofd. Hij werd vervangen door de puritein Oliver Cromwell en diens schrikbewind. Ondanks zijn bewind verscheen daar, in 1655, het kookboekje 'The Queens Closet Opened' dat bedoeld was voor de burgerhuisvrouwen. Het bevatte traditionele recepten van taarten, gebak, gekookt vlees en

inmaak producten. Na de restauratie en de kroning van Karel II ging het Engelse hof zich richten naar het voorbeeld van Frankrijk. Aan het hoofd van de keuken kwam een Franse chef en het kookboek 'Acetaria' ('Zure dingen') verscheen. Dit was vooral aan salades en groenten gewijd, wat compleet vernieuwend was in een land waarin toen weinig groenten werden geteeld. In Italië maakte men zeer goede sier ondanks alle ruzies en gekrakeel tussen de paus en de kleine potentatjes. Men genoot er van het leven en gaf er briljante feesten, waaraan ook het gewone volk deel kon hebben en na de opbloei van de Renaissance stabiliseerde zich de kookkunst in, tot wat wij vandaag nog kennen als, 'de Italiaanse keuken'. In onze regionen waren de Lage Landen ondertussen opgesplitst in de Republiek der Zeven Verenigde Provinciën en de Zuidelijke Nederlanden. In de noordelijke provincies had men zich bekeerd tot het calvinisme, wat een verplichte gematigde levensstijl met zich meebracht. Zo groeide daar, net zoals in Duitsland, een stoere burgerkeuken.

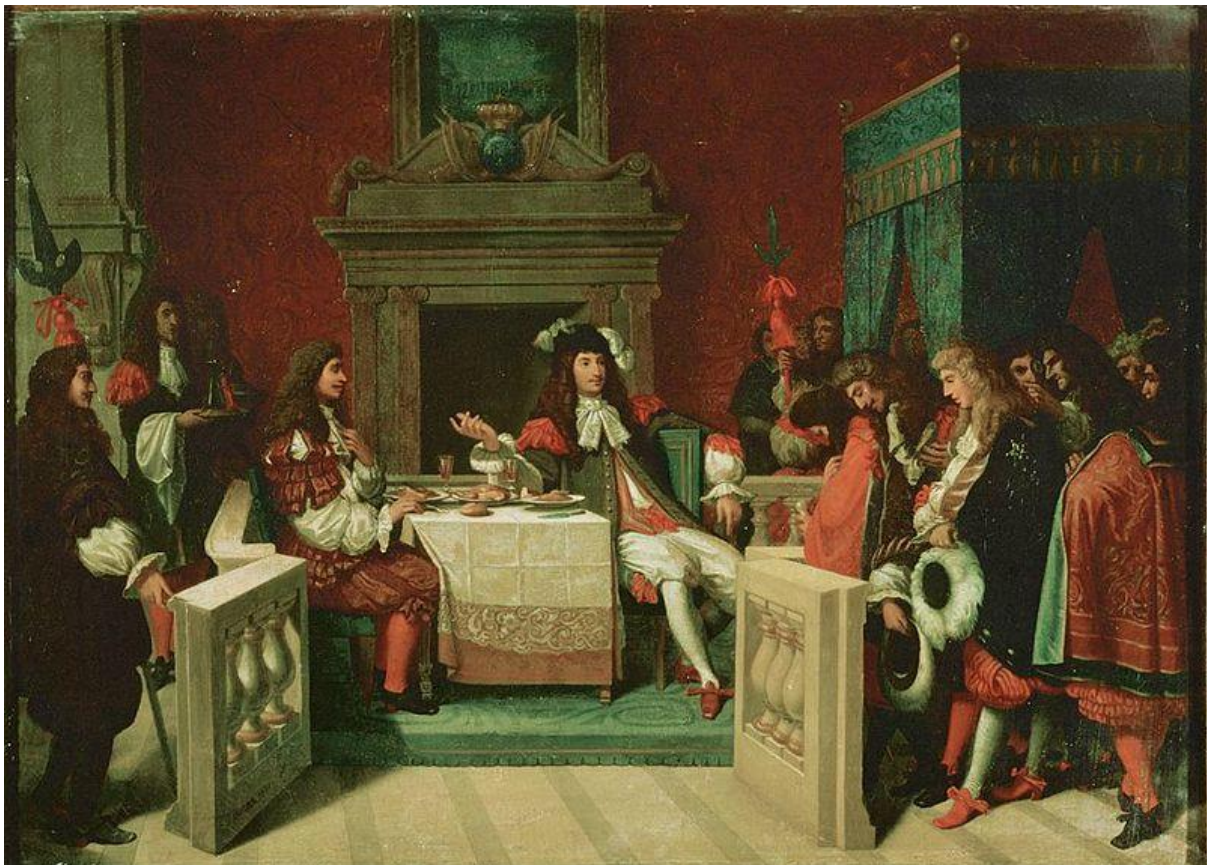


Fig. 3
Jean Dominique Ingres – Lodewijk XIV en Molière aan het ontbijt in Versailles
(Wikimedia commons)

In Frankrijk regeerde van 1643 tot 1715 Lodewijk XIV. Zijn regeerperiode kwam overeen met het Franse Grand Siècle, waarin de Franse cultuur een ongekend hoogtepunt bereikte. Lodewijk was zelf een begenadigde kok. Hij stond graag in de paleiskeuken en, terwijl hij op reis was, bereidde hij in landelijke herbergen dikwijls zelf zijn eigen maaltijden. Hij kon vlees larderen, kookte een kostelijke pot-au-feu, kende honderd manieren om eieren te bereiden en maakte heerlijke confituren. Omdat men koken niet passend beschouwde voor een koning, werden zijn recepten echter nooit opgetekend. Via zijn echtgenote, de Spaanse infante Anna, vond de 'roux' (een mengsel van boter en gefruite bloem, waarmee men sauzen en soepen bindt) toegang tot de Franse keuken. Een van de invloedrijkste koks uit de regeerperiode van Lodewijk was ongetwijfeld François-Pierre de la Varenne. In dienst van de markies d'Uxelles vond Varenne de 'duxelles' uit, een mengsel van fijngehakte champignons, gefruït met sjalotten, peterselie, zout en peper en gebonden met room, dat ook nu nog gebruikt wordt als sausbasis of als vulling. In 1651 verscheen zijn kookboek 'Le Cuisinier François'. Dit was niet alleen in duidelijke taal geschreven maar het vermeldde voor het eerst nauwkeurige hoeveelheden. Varenne stond voor een nieuwe lichte en

gevarieerde kookkunst, die veel aandacht had voor de eigen smaak van het voedsel. Een tweede belangrijke figuur voor de Franse keuken uit de Grand Siècle was Nicolas de Bonnefons, kamerdienaar van Lodewijk XIV. Hij verbleef slechts drie maanden per jaar aan het hof. De rest van de tijd bevond hij zich op zijn landgoed, waar hij zijn moestuin en boomgaard verzorgde. In 1651 verscheen zijn eerste boek 'Le Jardinier françois'. Hierin gaf De Bonnefons niet alleen adviezen aan tuiniers, maar schreef hij ook recepten voor het inmaken van de vruchten die een goed verzorgde boomgaard opleverde. In zijn tweede boek 'Délices de la campagne' beschreef hij hoe brood moest gebakken worden en dranken worden bereid.

Als derde vernieuwer was er de ietwat geheimzinnige schrijver die publiceerde onder de initialen L.S.R., waarschijnlijk L.S. Robert, officier de bouche, chef-kok. Zijn boek 'L'art de bien traiter' (De kunst om goed te behandelen), verscheen in 1674. Vele van de recepten hieruit kunnen zo op de kaart van een hedendaags sterrenrestaurant. De verfijning van deze drie keukengrootmeesters was eigenlijk niet besteed aan de Zonnekoning zelf. Zijn maaltijden, die volgens een strikt protocol verliepen, moesten dienen tot meerdere glorie van zijn koningschap en zijn persoon, en waren dus vertoningen van rijke overdaad. Er bestonden drie verschillende protocollen: 'au petit couvert', waarbij Lodewijk alleen aan tafel zat in een kamer die gevuld was met hovelingen en personeel, 'au grand couvert', waar hij tafelde met zijn hele familie, onwettige kinderen en eventuele gasten en waar een stoet van hovelingen rond de tafel stond opgesteld, en 'en public', wat een hele vertoning was, de koning op een podium aan tafel, omringd door een uitgebreide hofhouding en bewonderend bekeken door een menigte toeschouwers, die voor deze gelegenheden vrij toegang had tot de grote paleiszaal. De tafel was altijd uitbundig gedekt met prachtig zilveren en gouden vaatwerk, porselein en kristal en deze maaltijden werden altijd opgeluisterd door de hofkapel. Alles verliep dan volgens een zorgvuldig georganiseerd ceremonieel, waarin ieder zijn eigen, vaak minieme taak had. Lodewijk was geen fijnproever maar een veelvraat met onverzadigbare eetlust. Hij zag in onmatig zwelgen een bewijs van kracht en mannelijkheid en dat toonde hij graag aan zijn onderdanen. Voor hem dus geen nieuwe, lichte keuken maar ook verfijning als eten met een vork wees hij af. Lodewijk at met zijn vingers maar deed dat wel in stijl en zonder morsen. Zijn schoonzuster, Charlotte van de Pfalz, vermeldde ooit in een brief wat Lodewijk allemaal tot zich nam als hij slechts een lichte maaltijd gebruikte: vier volle borden met verschillende soepen, een hele fazant, een patrijs, een bord salade, twee dikke plakken ham, schapenvlees met knoflook, gebak en ten slotte fruit en harde eieren. Geen wonder dat Lodewijk na zijn veertigste gezondheidsproblemen kreeg en dat bij zijn balseming na zijn dood bleek dat zijn maag driemaal groter was dan normaal. Een drinker was Lodewijk echter niet. Hoewel hij van een goede Bourgogne hield, verdunde hij die met water.

De laatste jaren van zijn leven waakte madame de Maintenon, zijn laatste officiële maîtresse en geheime echtgenote, over de voeding van Lodewijk. Ze liet haar chef-kok Monthier zachte schotels van kalfsvlees of vis serveren die Lodewijk ondanks zijn slecht gebit toch nog kon naar binnen werken. Dikwijls serveerde Monthier de visschotels voor Lodewijk in een blanke romige saus, die uitgevonden was door de kok van de bankier Louis de Béchamel. Ook nu nog is deze witte bechamelsaus geliefd in alle keukens.

1. Murene: slangvormige vis.
2. Garum: vissaus.
3. Matelote: matrozengerecht van vis of kalfsvlees met rode wijn.
4. "Voortreffelijk en zeer nuttig boekje, noodzakelijk voor allen die verscheidene uitgelezen recepten willen kennen".

Lijst van geraadpleegde literatuur:

ARESTY, E.B., 'The delectable Past', (1964), George Allen & Unwin Ltd., London.
ARON, J.P., 'Le Mangeur du XIX^e siècle', (1973), Ed. Robert Laffont, Paris.
BICKERDYKE, J., 'The curiosities of ale and beer', (1889), Spring Books, London.
BORN, W., 'Eten door de eeuwen – De geschiedenis van de culinaire cultuur' (1989), Uitgeverij Bosch & Keuning, Baarn
BOURGEOIS, J., 'Les plaisirs de la Table en France des Gaulois à nos jours', (1963), Librairie Hachette.
BRILLAT-SAVARIN, J.A., 'La Physiologie du goût', (1826), heruitgave in 1948 naar de oorspronkelijke editie, Belley: Gustave Adam.

BUREMA, L., *'De voeding in Nederland van de middeleeuwen tot de twintigste eeuw'*, (1953), Van Gorcum en Comp. N.V., Assen.

CHANG, K.V., *'Food in Chinese Culture, Anthropological and Historical Perspectives'*, (1977), New Haven and London Yale University Press.

CLAIR, C., *'Kitchen and Table: A Bedside History of Eating in the Western World'*, (1965), Abelard Schuman, London.

DALLAS, E.S., *'Kettner's Book of the Table, 1877'*, (1968), herdruk Centaur Press Ltd., London.

DE CASTEAU, Maistre Lancelot, *'Ouverture de Cuisine'*, (1983), Liege 1604, facs. uitg. De Schutter, Antwerpen/Brussel.

DE LA REYNIERE, G., *'Almanach des Gourmands (1803) en Manuel des amphitryons (1808)'*, heruitgave in 1978 door Union Générale d'Éditions, Paris.

DE SELINCOURT, A., *'The World of Herodotus'*, (1962), Little, Browne & Co, Boston. Nederlandse vertaling van JELGERSMA, T., *'De Wereld van Herodotus'*, (1966), Aula Boeken, Het Spectrum, Utrecht.

DUMAS, A., *'Le Grand Dictionnaire de Cuisine'*, (1958), heruitgave Pierre Grobel, Paris.

DUMAINE, A., *'Ma Cuisine'*, (1972), Ed. de la Pensée Moderne, Paris.

DUMAY, R., *'Le Vin de Bourgogne'*, (1976), Editions Montalba, Paris.

ELIAS, N., *'Über den Prozess der Zivilisation, Haus zum Falken, 1939'*. (1978), Engelse editie: The History of Manners, Urizen Books, New York.

ELUARD-VALETTE, C., *'Les Grandes Heures de la cuisine française'*, (1964), Les Librairies Associés.

ESCOFFIER, A., *'Le Guide Culinaire'*, (1921), Ed. Flammarion, Paris.

EVANS, J., *'Life in Medieval France'*, (1925), Phaidon London, 3^e druk 1969.

FORBES, R.J., e.a. *'Het zout der aarde'*, (1968), Kon. Ned. Zoutindustrie, Hengelo.

GUEGAN, B., *'Les dix Livres de Cuisine d'Apicius, traduits du Latin et commentées par Bertrand Guégan'*, (1933), René Bonnel, Paris.

GUY, C., *'Une histoire de la Cuisine Française'*, (1962), Les Productions de Paris.

HOMERUS, *'Ilias en Odyssee'*. (1977-1978), Nederlandse vertaling van TIMMERMAN, A., H.J. Paris, Amsterdam.

HUIZINGA, J., *'Herfsttij der Middeleeuwen'*, (1950), 7e druk, Tjeenk Willink & Zoon N.V., Haarlem.

JOHN, W., *'Ausonius Mosella. Mit einer Einführung in die Zeit und die Welt des Dichters.'* (1980), Spee - Buchverlag, Trier.

KUHN, H., *'Der Aufstieg der Menschheit'*, (1954), Fischer Bücherei, Frankfurt am Main.

LANG, G., *'The Cuisine of Hungary'*, (1971), Atheneum, New York.

LANTIER, R., *'La vie préhistorique'*, (1955), Presses Universitaires de France.

LORWIN, M., *'Dining with William Shakespeare'*, (1976), Atheneum, New York.

POWER, E., *'Le Ménagier de Paris, 1393'*. Engelse vertaling, (1928), The Goodman of Paris, London.

RAUNIG, W., *'Bernstein, Weihrauch, Seide. Waren und Wege der antiken Welt'*, (1971), Anton Schroll & Co, Wien-München.

RAY, E., *'The best of Eliza Acton, Recipes from her classic Modern Cookery of private families (1845)'*, (1968), Longmans Green & Co Ltd.

RITZ, M.L., *'César Ritz, Host to the World'*, (1938), George Harrap & Co Ltd., London.

RUMOHR, C.F. von, *'Geist der Kochkunst'*, (1822), Cotta'sche Buchhandlung Stuttgart und Tübingen, (heruitgave in 1965 in opdracht van Gastronomische Akademie Deutschlands, Arne Verlag, Hamburg).

RUMPOLDT, M., *'Ein neues Kochbuch, Frankfurt 1581'*, (1976), facs. herdruk, Edition Leipzig.

SIMON, A.L., *'The Star Chamber Dinner Accounts'*, (1959), George Rainbird, Wine and Food Society.

SOYER, A., *'The Pantropheon: Or a History of food and its preparation in ancient times'*, (1977), Paddington Press Ltd., London, reprint of 1853 ed. Simpkin, London.

STONE, M., *'The Paradise Papers'*, (1976), Virago, London.

TANNAHILL, R., *'Food in History'*, (1973), Eyre Methuen, London.

TREU, U. en K., *'Athenaios von Naukratis: Das Gelehrtenmahl, aus dem griechischem (Deipnosophistai)'*, (1985), Dieterich'sche Verlagsbuchhandlung, Leipzig.

VAN WINTER, J.M., *'Van Soeter Cokene'*, (1971), Gr

YOUNGER, W., *'Gods, Men and Wine, The Wine and Food Society'*, (1966), London.