

ONZE FOOD-
JOURNALISTE, LOST
IN SENSATIONS

Oost west, Japans best

‘Dank je, maar ik ken bijna niets van Japans eten’, stamel ik als ik word uitgenodigd voor deze trip. Maar kijk, een magisch land met magische rituelen ontdek je best met een frisse, verwonderde blik.

DOOR EVELIEN RUTTEN.

T

Twee maanden na de uitnodiging is mijn blik helaas allesbehalve fris. Compleet groggy van de jetlag wandel ik een supermarkt binnen in de Zuid-Japanse stad **Miyazaki**. Met haar rotsachtige kustlijn en prachtige natuurparken is deze streek zo mooi en exotisch dat menig pasgetrouwd Japans echtpaar er graag op huwelijksreis gaat. Hier groeien bijvoorbeeld de *tamatama*, een heerlijk zoete kumquat en de *hyuganatsu*, een unieke, gele sinaasappel waarbij zuur en zoet perfect in balans zijn. Het prachtig gemarmerde *wagyu*-rund uit Miyazaki is ook al meermaals verkozen tot beste vlees van Japan, beter zelfs dan het populaire *kobe beef*. Maar voorlopig sta ik nog in een supermarkt. Ik ben in het gezelschap van **Luc Hoornaert**, de grootste Japankenner van België, sterrenchef **David Martin** (van **La Paix**) en de Japans-Brusselse **Yumiko Suzuki**, die ons begeleidt op deze trip.



‘De Japanse keuken blinkt uit in texturen. Het mondgevoel maakt op bijna erotische wijze deel uit van een gerecht’

GENIET, MAAR IN KLEINE PORTIES

We staan voor een uitgebreide verstoog. Hier geen charcuterie en kazen, maar wel vis en daarnaast nog een aantal producten op basis van **zeewier** en **algen**. De drie anderen in het gezelschap proeven, knabbelen en slurpen zonder aarzelen. Ik heb geen idee waarom ze zo enthousiast zijn, alles ziet er vreemd en compleet ontoegankelijk uit. “Hier, proef dit, daarna zal ik zeggen wat het is.” Luc biedt me een lepel met roze slijm aan. De smaak is onbeschrijflijk: zilt en dierlijk. De textuur is licht gelatineus. Mijn hersenen draaien op volle toeren (wat is dit?) en mijn lichaam verzet zich. Ik denk na over wat ik proef. Vreemd genoeg is deze rare blubber eigenlijk best interessant, met een diepe intensiteit die in kleine hoeveelheden best te genieten is. Het smaakt in ieder geval beter dan het klinkt: rauwe ingewanden van inktvis. Het is blijkbaar een delicatessie in de Japanse keuken. Daarna knabbel ik nog een kwartier op een soort suikerklontje van bijeengeperste haringetjes en proef ik zoete, gekaramelliseerde sardines. Ik voel me zoals een baby die alles voor de eerste keer proeft, mijn smaakpapillen doen hun best om al die nieuwe smaken een plaats te geven en te verwerken. Wat een vreemde, opwindende texturen!

MONDGEVOEL VOOR GEVORDERDEN

Textuur of mondgevoel is een *big issue* in de Aziatische keuken. Gelatineuze eendentongen, kippentenen en runderdarmen worden er bijzonder geapprecieerd voor hun interessante *beet*, terwijl wij er in het beste geval onze neus voor ophalen. In de westerse keukens focussen we vooral op smaak en is de textuur van een gerecht, buiten wat crunch, niet zo cruciaal. Ik verbaas me bijvoorbeeld enorm over het geluid van de kleine plakjes gepekelde daikon (grote, langwerpige, witte radijs) die we overal bij krijgen. Daarop kauwen staat gelijk met een oorverdovende *boem paukenslag* in je mond. Luc, die zowel de westerse als de Japanse gastronomie op zijn duimpje kent, heeft er een heel duidelijk idee over: “Het Japanse gastronomische erfgoed staat mijlenver boven het onze. De rituelen zijn eeuwenoud en voelen soms magisch aan. De Japanse keuken blinkt uit

in texturen. Het mondgevoel maakt op bijna erotische wijze deel uit van een gerecht. In de westerse keukens was er een paar jaar geleden plots ook aandacht voor texturen, mede door de *texturas* van **elBulli** die de veelbesproken schuimpjes en gels introduceerden. Voor ons was dat nieuw en spannend, maar in principe ging het louter om artificiële nabootsingen. In Japan zijn de bijzondere texturen in het eten veel natuurlijker.” Na een week merk ik ook dat ik stil aan begin te wennen aan texturen voor gevorderden: ik ben nu zelfs fan van *konnyaku*, een grijsgepikkelde, gestolde gel op basis van de zetmeelhoudende konjakknol. Het is glutenvrij, je kunt er pasta van maken en daardoor wordt het waarschijnlijk een groot succes in de alternatieve foodscene.

OP ZOEK NAAR DE ZESDE SMAAK

Niet enkel texturen zijn belangrijk in de Japanse keuken. Wie een beetje mee is met culinaire trends, weet dat er naast zuur, zoet, zout en bitter nog een vijfde smaak is, bekend onder de Japanse naam *umami*. Het betekent zoveel als ‘hartig’ en je vindt het bijvoorbeeld terug in *dashi*, een Japanse bouillon op basis van *kombu* (zeewier) en *katsuobushi* (gedroogde, gefermenteerde tonijn). Nu blijkt dat Japan al sinds de jaren 80 research doet naar een zesde smaak: *kokumi*. Die term staat voor mondvolheid, complexiteit, langdurigheid en harmonie. Samen gevat: een rijke smaak die blijft duren. In principe is *kokumi* dus niet één smaak, maar zorgt het ervoor dat je gerecht lekkerder wordt. De bekende foodjournalist **Harold McGee** omschrijft het als volgt: “Het is net ▶





alsof de volumeknop hoger wordt gezet. Smaken worden versterkt en blijven langer hangen.” Ingrediënten die dat effect veroorzaken, zijn o.a. uien, knoflook, kaas en vissaus. De gezondheidsindustrie is bijzonder geïnteresseerd, want doordat *kokumi* een gerecht beter laat afsmaken, zou je minder suiker, zout of vet kunnen gebruiken zonder in te boeten aan smaak.

TIEN JAAR VERSUS TIEN MINUTEN

Het is niet te verwonderen dat meer en meer topchefs van over de hele wereld naar Japan reizen om er bij te leren over de culinaire filosofie, de technieken en de ingrediënten. Ook in België is dat het geval. **Gert De Mangeleer** van **Hertog Jan** deed er inspiratie op en past de uitgepuurde technieken nu toe op zijn gerechten. Ook **David Martin**, die ons vergezelt tijdens deze trip, was helemaal om toen hij twee jaar geleden voor het eerst voet zette op Japanse bodem. Zijn restaurant **La Paix** was oorspronkelijk een klassieke brasserie, maar nu evolueert de talentvolle en gepassioneerde chef naar een steeds Japansere keuken. **Johan Segers** van **'t Fornois** opent op 13 april **DIM**, waar de jonge, door Japan gebeten kok **Dimitri Proost** zal koken volgens de *kaiseki*-filosofie: een Japanse maaltijd in verschillende kleine gangen. Op een culinair congres dat ik onlangs bijwoonde op de Japanse ambassade in Brussel, benoemden verschillende sprekers deze trend als de 'Japanificatie' van de Belgische keuken. **Luc Hoornaert** begrijpt waarom zo veel chefs zich daarin verliezen: "Het is een herontdekking van de puurheid, een beweging die is begonnen

met de nouvelle cuisine. Jammer genoeg nemen weinig westerse chefs echt de tijd om in de diepte te gaan. Een excellente sushi leren maken duurt in Japan al snel tien jaar, terwijl onze chefs tevreden zijn na een cursus van tien minuten. Er is hier veel minder discipline en geduld." In Japanse restaurants maakt een kok soms gedurende twintig jaar lang één gerecht en blijft hij het al die tijd perfectioneren, terwijl er in Franse restaurants soms tien koks zijn die elk maar een deeltje van een gerecht klaarmaken.

NOOIT VOL OF ONGEMAKKELIJK

Wat me na enkele dagen in Japan opvalt, is dat elk gerecht uit meerdere, kleinere componenten bestaat. Nooit grote borden die bomvol zijn geschept, maar kleine porties groenten, vis, rijst, zeewier en pickles. Ik eet bijzonder weinig tot geen gluten, enorm veel vis, gefermenteerde of gepekeld groenten en behalve eieren geen zuivel. Ook al eten we vaak en veel, ik voel me nooit 'vol' of ongemakkelijk. De Japanners eten gewoonlijk tot ze voor 80% genoeg hebben. Mede daardoor lijkt eten in Japan haast op een medicinale beleving, waarbij voortdurend nagedacht wordt over wat gezond is. Luc Hoornaert ziet het ook zo. "Er worden in Azië veel gerechten gegeten omdat ze goed voor je zijn. Geen onzin over superfoods of kunstmatig gehypte granen, maar gewoon, goed eten. Je geneest er misschien niet van, maar het zorgt er wel voor dat je niet ziek wordt. Bij ons is die insteek jammer genoeg allang verwaterd. De norm in Japan is om naar je lichaam te luisteren en je eetpatroon daarop af te stemmen. Wie thuis Japans wil koken, hoeft geen ingewikkelde ingrediënten in huis te halen, maar volgt de Japanse filosofie. Gelukkig zijn we de tijd ontgroeid dat Japans gelijkstond aan overal sojasaus overheen kieperen. Het gaat erom dat je resoluut de beste ingrediënten koopt, die zo vers mogelijk zijn. Behandel ze met extreme zorg en precisie. Dien je maaltijd op in kleine eenheden, eet rustig met chopsticks en schik je borden sober en eenvoudig. En last but not least: drink er zeker genoeg sake bij." ●



‘Hier geen onzin over superfoods, of kunstmatig gehypte granen, maar gewoon goed eten’