



MARGARET FEINBERG

PROEF EN ZIE

Een culinaire reis door de Bijbel





1. Uitnodiging voor een culinair avontuur	9
2. Botergare visfilet	21
PROEF EN ZIE GODS MACHT	
3. Een schaal zoete, sappige vijgen	49
PROEF EN ZIE GODS WELBEHAGEN	
4. Ovenvers brood	71
PROEF EN ZIE GODS GEMEENSCHAP	
5. Een snufje zeezout	96
PROEF EN ZIE GODS DOEL	
6. Een schaal kostelijke olijven	115
PROEF EN ZIE GODS GENEZING	
7. Lamskarbonade van de grill	137
PROEF EN ZIE GODS REDDING	
8. Het perfecte toetje	158
PROEF EN ZIE GODS GOEDHEID	
Duizendmaal dank	166
Aanbevolen bronnen	170
Receptenindex	172
Noten	173

Waarschuwing: De kans is groot dat je tijdens het lezen geestelijke en fysieke honger krijgt. Daarom raad ik je aan gezonde snacks binnen handbereik te hebben terwijl je de bladzijden opsnoept.





Uitnodiging voor een culinair avontuur

‘Laten we na het eten zo snel mogelijk maken dat we wegkomen,’ zei ik toen we de autogordels losmaakten.

Mijn moe ogende echtgenoot en ik waren bekap na een lange periode van hard werken, maar we hadden een poos geleden al toegezegd te gaan eten bij kennissen die onlangs verhuisd waren. Toen we de oprit op reden vroeg ik me af of dat wel zo’n goed idee was.

Bij elke stap over het klinkerpaadje zonk de moed me verder in de schoenen, maar er was geen weg meer terug. Bij de voordeur bleef Leif abrupt stilstaan en hij keek me aan alsof hij wilde zeggen: ‘Na jou, schat. We hebben dit aan jou te danken.’ Ik wilde maar één ding, en wel dat de avond snel voorbij zou zijn, zodat ik me met mijn pyjama en mijn bed kon herenigen. Ik pakte de deurklopper, telde tot drie en transformeerde mijn grimas tot een hopelijk overtuigende glimlach.

De voordeur zwaaide open en het volgende moment werden we door Matthew en Ashley omhelsd en geknuffeld alsof we de verloren zoon en dochter waren. *Woesj* – de sfeer om ons heen veranderde en onze houding veranderde onwillekeurig mee.

Gastvrijheid heeft een verborgen kracht die moeilijk te verklaren, maar nog moeilijker te ontkennen is. Je kunt chagrijnig en gammel wakker worden, maar alleen al de geur van moeders onovertroffen broodjes doet je schouders van oorhoogte naar hun normale positie zakken. Of je voelt je vreselijk eenzaam, en net als je op het punt staat een potje te gaan janken rinkelt je telefoon en nodigt een nieuwe kennis

je uit voor een vers bakkie troost met iets lekkers erbij. Het ene moment mag de wereld wat jou betreft tot stof vergaan, een seconde later is het een fijne plek.

Zoals de Duitse auteur en dichter Christian Morgenstern schrijft: *Thuis is niet vier muren, maar daar waar je wordt begrepen.*

Leif en ik kwamen die avond thuis; onverwacht en onbedoeld. Het is inmiddels jaren geleden, maar ik kan nog steeds niet uitleggen wat er nou gebeurde. Misschien was het het troostende licht van de kaarsen of de doorgezakte sofa waar we allemaal in wegzakten, maar feit is dat ons hart rust vond en dat tijd geen rol meer speelde.

Matthew, onze uitmuntende gastheer, bleek een rasechte kookgek die alles wist van verfijnde snijtechnieken, bijzondere ingrediënten en de laatste culinaire hypes. Hij serveerde het ene plateau met voorgerechtigjes na het andere: olijven gevuld met jalapeñoepertjes, gezouten pistachenoten, een plankje met de meest verfijnde vleeswaren en exotische kaasjes. Elke hap was nog lekkerder dan de vorige.

Een uur na aankomst haalde Matthew het klapstuk uit de oven: een door de slager speciaal voor hem besteld gebrad dat gedurende 36 uur langzaam was gegaard. Het water liep me zodanig in de mond dat ik het maar met moeite binnen kon houden. Helaas verklaarde onze gastheer toen dat het vlees nog even moest rusten voor we konden aanvallen. In die tijd serveerde hij een salade van rucola met sinaasappelschijfjes en een zelfgemaakte citrusdressing. Het vlees werd opgediend met vers kalamataolijfbrood en roergebakken broccoli, gearneerd met citroenschaafsel.



De maaltijd voedde plekken in mijn ziel waarvan ik niet wist dat ze uitgemergeld waren

Ja, Leif en ik voelden ons echt de verloren zoon en dochter. Elke maaltijd die we in de voorbije marathon van topdrukte hadden genuttigd leek ineens wel varkensvoer. Dat onze harten ontdooiden kwam niet doordat het diner zo chic of gastronomisch was; dat kwam doordat het eten met aandacht en liefde

was bereid. De maaltijd voedde plekken in mijn ziel waarvan ik niet wist dat ze uitgemergeld waren.

Na de tarwevrije cake met ganache van pure chocolade en speciaal gebrande koffie liet Matthew ons een enorme koelruimte in de garage zien, waar hij vlees en oude kazen conserveerde; de soorten waar we ons eerder aan tegoed hadden gedaan.

Toen ging hij ons voor naar de achtertuin en leidde ons langs weelderige perken met sla en kruiden, overschaduwd door citroenbomen.

We praatten tot laat in de avond en ik wilde niet van opstappen weten. Toen we ten slotte afscheid namen was er een band tussen ons vieren ontstaan. We waren chagrijnig, moe en gaar toen we arriveerden, en we vertrokken in lichaam en ziel verzadigd. We hadden met elkaar genoten van de gave van voedsel, de gave van samenzijn, de gave van gemeenschap. Christian Morgenstern zou zeggen dat we thuisgekomen waren.

Jaren later heb ik tijdens een ander etentje gedeeld wat we deze avond hebben beleefd. De gastvrouw, Janie, vroeg de genodigden of ze iets wilden vertellen over hun meest gedenkwaardige maaltijd. Toen niemand het woord nam en de stilte ongemakkelijk werd, stak Janie als eerste van wal.

Ze beschreef een avond met haar man in Venetië. De Italiaanse eetgelegenheid met maar vijf tafeltjes had geen menukaart. De chef bereidde steeds met verse ingrediënten wat die dag in hem opkwam als diner. Toen de focaccia met zongedroogde tomaat op was rende hij naar de overkant van de straat om een nieuwe voorraad te halen.

‘De saus van gemarineerde paddenstoelen, de romantische setting, dat samenmoment, alleen wij tweetjes, het bijzondere plekje...’ blikte ze dromerig terug. ‘Het restaurant bestaat niet meer en dat maakt het voor mij alleen maar mooier. Deze herinnering staat in mijn geheugen gegrift.’

Daarna volgde Nicholas met een jeugdherinnering. Zijn vader was militair, wat betekende dat het gezin van stad naar stad en van basis naar basis hopte. Toen ze eens voor de kust van San Diego gestationeerd waren stopten zijn ouders hem op een dag wat contant geld toe om op het strand een gebakken visje te gaan eten.

‘Ik kicke op de vrijheid om er in mijn eentje op uit te gaan’, weet hij nog. ‘Ik was nog maar tien, en ik kreeg letterlijk de vis van de dag. Zo vers, mals en zacht heb ik een visfilet nooit meer gegeten.’

Emily volgde met een maaltijd in de vakantie waarbij ze omringd door familie aan een tafel zat die doorboog onder de gebakken kalkoen met cranberryvulling en

zoete-aardappeltaart. ‘Dit was de laatste Thanksgiving dat mijn oma erbij was. Ik houd me strikt aan haar recepten, maar de smaak van haar baksels heb ik nooit kunnen evenaren.’

Nadat ik over ons gedenkwaardige etentje bij Matthew en Ashley had verteld nam Yang als laatste het woord. Ze beschreef de maaltijd die haar adoptieouders de dag dat ze in haar nieuwe thuis arriveerde op tafel hadden gezet. Ze hadden geprobeerd de overgang gemakkelijker te maken door een zoetige kipteriyakischotel op een bedje van paddenstoelensnelkookrijst te serveren.

‘Ik weet nog dat ik me afvroeg hoe ik het ooit met deze mensen moest uithouden als het eten zo vies was,’ zei Yang. We moesten allemaal lachen. Maar toen vertelde ze dat haar pleegmoeder even later met het dessert binnenkwam: een toren van amandelkoekjes uit China. Dat smaakte naar thuis, en de spanning sijpelde weg.

Deze uitwisseling van verhalen over memorabele etentjes ging niet alleen over culinaire voorkeuren. We legden zo onze diepere verlangens bloot. De pasta die Janie in Venetië had gegeten raakte aan haar hunkering naar verbinding met haar echtgenoot. In Nicholas’ gebakken visje school zijn behoefte aan onafhankelijkheid, die zich al op deze jonge leeftijd manifesteerde. Emily’s herinnering aan deze speciale Thanksgiving onthulde hoezeer ze hechtte aan gezin, traditie en herdenking. Yangs toren van amandelkoekjes gaf blijk van een diepe hunkering om erbij te horen.

Ik zag een patroon waar ik onmogelijk mijn ogen voor kon sluiten. De verhalen verschilden, maar de rode draad was dezelfde. In elk van deze eetmomenten was God bewust en tastbaar aanwezig geweest. Hij had deze gelegenheden gebruikt om een intense behoefte aan het licht te brengen en een diepe honger te verzadigen.

Toen ik naar huis reed vroeg ik me geïntrigeerd af of dit allemaal dom toeval was. Hadden mijn vrienden en ik een speciale ontvankelijkheid als we met eten bezig waren, of zouden anderen dezelfde ervaringen hebben? Was er een verband tussen geestelijke en lichamelijke honger?

Ik kon het niet van me afzetten. Toen ik nog wat dieper in mijn eigen verhaal dook, zag ik de laagjes onder het charcuterieplankje en de gaartijd van 36 uur. Ik hongerde ten diepste naar verbondenheid en vriendschap. Ik ben opgegroeid bij een soort hippieouders die om de paar jaar naar weer een andere afgelegen plek verhuisden. Er

waren meestal maar weinig andere kinderen in de buurt, dus ik heb een groot deel van mijn jeugd voornamelijk onder volwassenen doorgebracht. Ik had grote behoefte aan contact met leeftijdgenoten. De weinige uren dat ik met klasgenoten speelde waren altijd veel te kort, en ik droeg als kind een diepe eenzaamheid met me mee. Nu, in mijn volwassen leven, smacht ik nog steeds naar betekenisvolle relaties en de geborgenheid die samengaat met kennen en gekend worden. En hoewel ik mijn eigen unieke verhaal heb, weet ik bijna zeker dat deze honger in ieder van ons schuilgaat.

Zodra we op de wereld komen gaat de schaar in de navelstreng die ons verbindt met onze moeder en worden we afgesneden van onze vertrouwde, constante voedingsbron. Vanaf dat moment hebben we voortdurend honger. Zuigelingen hongeren naar veiligheid en zekerheid. Kinderen snakken naar coaching en kennis. Volwassenen smachten naar van alles: macht en succes, erkenning en bevestiging, geborgenheid en gemeenschap. Halverwege onze levensweg, als we in beslag worden genomen door werk en/of gezin, liggen onze behoeften vooral op het gebied van impact en invloed. In de ouderdom willen we niets liever dan gezondheid, stabiliteit en de zegen van een mooi einde.

Onze diepere honger wordt niet alleen gevoed door de diverse levensfasen. Het is inherent aan mens-zijn om te verlangen naar doel en zin. We hunkeren naar de zekerheid dat God ons niet vergeten is en dat de details van ons leven ertoe doen. We verlangen naar vrienden die ons aan het lachen en huilen maken en ons doen voelen dat we leven. We willen gezien worden door iemand die ons speciaal en slim vindt, en ons op onze goede dagen geestig of zelfs aantrekkelijk noemt.

Wij mensen hunkeren naar allerlei dingen die fysieke honger te boven gaan. We snakken ernaar om te kennen en gekend te worden. We hongeren naar anderen die ons aanvaarden, begrijpen en dol op ons zijn. We willen iemand om van te houden en met onze liefde te overladen. Omdat ik weet dat we zo geschapen zijn, begon ik te vermoeden dat voedsel niet alleen is bedoeld om onze maag te vullen, maar om een moment te creëren waarin God ons kan ontmoeten en ons hart kan vullen. Toen ging ik op zoek naar de functie en betekenis van honger in de Bijbel.

Eten blijkt een prominente rol te spelen in de heilige Schrift. Lang voordat Rachael Ray ontdekte hoe ze met veertig dollar per dag drie keer buiten de deur kan eten en Michael Pollan haarfijn het dilemma van ons omnivoren schetste, was er al een andere *foodie* actief: God.

DE EERSTE GANG VAN DE BIJBEL: EEN VERRUKKELIJK VOORGERECHT

Het scheppingsverhaal in Genesis klinkt als een fenomenaal feest van fruit en groenten waar je maar kijkt. De boomtakken fungeren als landingsplaats voor de vele vogels en in de zee wemelt het van de vissen. Het vee loopt frank en vrij rond. De Bijbel is nog geen duizend woorden oud of God heeft alle denkbare ingrediënten voor een heerlijke maaltijd al in het leven geroepen. Zijn volgende logische stap is iemand scheppen die de vruchten en groenten van deze paradijselijke overvloed gaat eten.

God heeft het zo bedacht dat mensen afhankelijk zijn van voedsel. De Schepper heeft ons niet zo gemaakt dat we kunnen leven van de wind of het water, maar schiep het menselijk lichaam zo dat voedsel geen optie, maar een noodzaak is. Wat nog mooier is: God schiep het als bron van genot.

Een van de wonderen van ons lichaam is dat we zijn uitgerust met twee- à tienduizend smaakpapillen. Deze bevatten per stuk tussen de vijftig en honderd receptoren die voor het onderscheiden van de vijf hoofdsmaken zorgen: zout, bitter, zoet, zuur en umami ('heerlijkheid' – hartig, denk aan rijpe tomaten of shiitakepaddenstoelen). De tong heeft deze receptoren niet nodig om zijn werk te doen, maar God heeft ons verrijkt met de gave om van eten te kunnen genieten.

Voedsel is in de Bijbel echter meer dan een product om op te eten. Het heeft vaak iets heiligs en symbolisch. Het is zowel op tafels als in tempels te vinden. Voedsel speelt al vanaf het moment dat de geschiedenis begon een prominente rol bij de betekenisvolste gebeurtenissen op geestelijk gebied.

In Genesis maken de eerste mensen goddelijke wandelingen met hun Schepper in de weelderige tuin van Eden. Ik zie gewoon voor me hoe het koppel frambozen plukt en mandarijntjes pelt terwijl ze in de avondkoelte genieten van hun samenzijn met God. God creëert in Eden de eerste zo-van-het-land-op-je-bord-belevenis.

Het kostelijke verhaal loopt stuk op een hap fruit, nota bene. Net als de mensen van alle tijden willen Adam en Eva iets hebben wat niet voor hen bestemd is, en steken ze hun hand uit naar de verboden vrucht. In een paar happen kauwen ze zich naar de ontsporing van hun leven.

Als ze van het paradijselijk buffet verbannen zijn ontvouwt God een blauwdruk om de mensheid weer naar zich toe te trekken. En ook die staat niet los van onze dagelijkse eetgewoonten. Voedsel speelt een gewichtige rol als hulpmiddel om Gods goedheid in ons leven te proeven en te zien. Alledaagse etenswaren worden niet alleen een bron van levensonderhoud, maar ook geheiligde symbolen. Ze krijgen geregeld een geestelijke dimensie, worden een fysieke belichaming van Gods genade en voorzienigheid. Als we met elkaar aan tafel gaan zitten, gebeurt er iets prachtigs.

In heel de rest van Genesis is voedsel een essentieel symbool van Gods zegen. Het regent smakelijke traktaties: God gebruikt Noach om alle voedselbronnen in de Ark te laten overleven en Hij bekrachtigt zijn verbond met Abraham met een vleesoffer. Abrahams vrouw, Sara, bakt brood voor hemelse bezoekers en hun zoon Isaak slaakt een zucht van verlichting als er in plaats van hem een lam als offerdier op het menu blijkt te staan. Esau ruilt zijn zegen voor een kom linzensoep en Jakob ontfutselt zijn vader die zegen door hem een stoofpotje van geitenvlees voor te zetten. Als de wereld wordt bedreigd door hongersnood is Jozef een bron van zegen voor ieder die naar hem toe komt voor eten. Zodoende is hij een voorafschaduw van een dag dat de Zoon van God ieder zegent die naar Hem toe komt om te worden gevoed met het brood des levens.



Voedsel speelt een gewichtige rol als hulpmiddel om Gods goedheid in ons leven te proeven en te zien

Het verhaal van Gods volk gaat verder met Mozes en zijn assistent en broer Aäron, wiens staf wonderen en wilde amandelen creëerde. Als het dynamische duo de confrontatie zoekt met farao, die de Israëlieten als slaven heeft ingelijfd, spreekt Mozes tien plagen uit over Egypte. Ze gaan in omgekeerde volgorde langs de scheppingsorde en decimeren stuk voor stuk de voedselbronnen van Egypte, waaronder vee, pluimvee, groenten, fruit en zelfs het water.

Na hun ontsnapping wordt de exodus herdacht met een grootse maaltijd als een heilige nagedachtenis. Nog steeds komen er elk jaar gebraden lamsvlees, bittere kruiden en matses op Joodse tafels als manier om het aangrijpende verhaal door te geven aan volgende generaties.

Toen de Israëlieten bevrijd waren uit Egypte werden ze onthaald op een sabbatical van veertig jaar in de Sinaiwoestijn, een barre plek waar het moeilijk is om voedsel te vinden. Nog geen vijftig dagen na hun vlucht uit Egypte komen de Israëlieten bij

hun positieven in de woestijn van Sin (ja, dat is de echte naam) en zijn ze bereid hun nieuwverworven vrijheid weer in te ruilen voor het oudbakken brood en de vleespotten van Egypte. En misschien moeten we daar niet al te raar van opkijken. Waarschijnlijk hadden ze in de baarmoeder of als zuigeling die smaak al te pakken gekregen. Ze hunkerden naar de vertrouwdheid van het enige leven dat ze hadden gekend.

God blijft zijn knorrepotten overladen met liefde door ze te overladen met eten. Een van de eerste gerechten op zijn menu wordt geserveerd op de pleisterplaats Elim, waar het volk water drinkt uit twaalf bronnen en zich te buiten gaat aan het natuurlijke snoepgoed van zeventig dadelpalmen.

Binnen de kortste keren bezaait God de woestijn met 'manna'. Dit heerlijke brood is niet te vinden op de avondmaalstafel, in Exodus lees je er heel vaak over. Aangezien mensen niet van brood alleen kunnen leven laat God een lawine van kwartels op de Israëlieten neerkomen. In het boek Numeri staat dat de vogels tot op een dagreis van het kamp twee el dik voor het oprapen lagen. Om het op zijn Forrest Gumps te zeggen: je kunt ze barbecueën, koken, braden en sauteren. Je hebt kwartelkebab, kwartel op z'n creools en kwartelgumbo, en dat gebakken, doorbakken of geroerbakt. Of kwartel met ananas, met citroen, met kokos, met peper. Kwartelsoep, kwartelstoof, kwartelburgers, kwartelsandwiches, kwartelsalade, kwartelpuree. God is niet alleen de eerste foodie, Hij houdt duidelijk ook van een uitgebreid buffet.

Het goddelijk woestijnmenu is een smaakmaker voor het dagelijks aanbidden van God, afhankelijk als we van Hem zijn voor iedere maaltijd. Zo groeit het vertrouwen dat Hij onze volgende stap zal leiden en een weg zal banen naar vreugde. De Israëlieten stonden in die jaren vaak op het punt om de moed te laten zakken en de hoop te verliezen, maar God belooft dat Hij iets heerlijks in elkaar flanst en gebruikt etenstijd voor hun geestelijke vorming. Voedsel wordt in de handen van de grote Chef meer dan voeding. Het wordt een doorgang naar het goddelijke en de poort naar transformatie.

Door middel van voedsel bevrijden de Israëlieten zich van hun ongezonde opvoeding.

Door middel van voedsel groeien de Israëlieten in afhankelijkheid van en vertrouwen op God.

Door middel van voedsel ontdekken de Israëlieten nieuwe manieren om te denken en te praten over God.

Door middel van voedsel ervaren de Israëlieten de goedheid van God.

De geschiedenis van de Israëlieten is voor ons een uitdaging om dezelfde dingen van God te verwachten wanneer wij aan tafel plaatsnemen.

DE HOOFDGANG VAN DE BIJBEL: NET ZO VERRUKKELIJK

Als God door de klapdeuren van de stilte tussen het Oude en Nieuwe Testament stormt, is er opnieuw voor ieder wat wils. Jezus gebruikt een verscheidenheid aan etenswaren om geestelijke lessen door te geven. Hij vergelijkt het koninkrijk met korenvelden en overvloedige feestmalen, en een mosterdzaadje staat model voor een onwankelbaar geloof. We ontmoeten een Jezus die niet alleen sterft aan een kruis, maar ook aren plukt, zin heeft in vijgen, en vis in de netten van de Galileërs laat zwemmen.

Jezus' eerste wonder heeft een culinair tintje: op een bruiloft verandert Hij water in wijn en later geeft Hij duizenden te eten van een aantal gerstebroden en een paar visjes.

Maaltijden zijn voor Jezus gelegenheden om samen te zijn met de leerlingen en ze te onderwijzen over het koninkrijk van God. Hoe en met wie Jezus eet, wekt vaak de woede van de religieuze leiders. Ze zijn met stomheid geslagen als Jezus met ongewassen handen voedsel naar binnen werkt en ze fulmineren over de dubieuze types met wie Hij aan tafel schuift: belastinginners, prostituees en andere 'zondaars'.

Ook in veel van de bekendste verhalen over Jezus neemt eten een belangrijke plaats in. Denk bijvoorbeeld aan de verloren zoon die zijn buik hoopt te vullen met varkensvoer, maar uiteindelijk aan de kalfsbiefstuk zit. En de bedelende Lazarus die maar wat graag een vorkje wil meeprikken aan de tafel van de rijke man. En de gelijkenissen over de werkers in de wijngaard en de rijke boer die ijverig graan opstuwt, nietsvermoedend van het feit dat hij op punt staat te sterven.

Cruciale gesprekken, waaronder Jezus' verdediging van Maria van Betanië met haar albasten kruik en zelfs het bedrog van Judas, vinden plaats in maaltijdsettings. Jezus reikt zijn leerlingen op de avond dat Hij zal worden verraden een geestelijk

gebruik aan dat ze moeten voortzetten tot Hij terugkomt: het heilig avondmaal. En laten we niet vergeten op welk moment twee volgelingen die de hele weg naar Emmaüs naast een opgestane Christus hadden gelopen, de schellen van de ogen vallen: tijdens het breken van het brood.



Jezus personifieert zichzelf met voedingsmiddelen: het brood des levens, de ware wijnstok, de gezalfde met olijfolie, het offerlam

Jezus personifieert zichzelf met voedingsmiddelen: het brood des levens, de ware wijnstok, de gezalfde met olijfolie, het offerlam. De Zoon van God wordt zelfs beschreven als iemand die op de deur van ons hart klopt zodat we Hem binnenlaten en uitnodigen voor de maaltijd. En als dit hele aardse gedoe tot voltooiing komt stelt God het beste menu aller tijden samen: eentje waarbij alles waarvan Adam en Eva in Eden hebben genoten in het niet valt. Hoewel voedsel een ingrediënt was dat tot de ontsporing van de mens leidde, speelt het een veel grotere rol in Gods herstelplan.

Als de God van de Bijbel eten gebruikte als middel om mensen open te stellen voor hun goddelijk potentieel, en als God gisteren, vandaag en voorgoed dezelfde is, ligt het voor de hand dat God in onze tijd hetzelfde voor ons wil doen.

EEN RECEPT VOOR EEN RIJKERE RELATIE MET GOD

Onze moderne wereld zit zo in elkaar dat we zegeningen rond maaltijden maar al te makkelijk mislopen. Velen van ons hebben volgeplande agenda's en nemen algauw genoeg met alles wat maar snel in een wrapje, op een broodje of over een bedje sla gemikt kan worden. Een maaltijd die achter het stuur of bureau wordt weggeslikt kan best lekker zijn, maar voegt niets toe. Maar als we tijd reserveren om samen te komen en er helemaal te zijn voor God en elkaar, ligt er zegen in het verschiet. Als we elkaars handen vasthouden en in dank degenen eren die het eten geplant, geoogst en bereid hebben, komen we weer bij onszelf en elkaar als mensen die zijn geschapen naar Gods beeld.

Neem even een moment om je af te vragen: waar snak ik naar? En dan bedoel ik geen nachochips of pepermuntijs. Waar snak je wérkelijk naar? Als je aan tafel schuift met de mensen van wie je het meest houdt en voor wie jij het belangrijkste bent, wat hoop je dan dat er geserveerd wordt? Een smakelijke hors d'oeuvre en een culinair dessert, allicht, maar wat zijn de onzichtbare gerechten waarvan je hoopt dat ze op tafel komen als jullie bij elkaar zitten?

In tijden van schaarste kunnen we letterlijk rammelen van de honger. Maar in andere tijden kan onze honger meer figuurlijk en existentieel zijn. Rond de tafel krijgen we meer zicht op onze verlangens. We voelen de behoefte aan iemand die ons in de ogen kijkt en werkelijk ziet. Iemand die geconcentreerd luistert, instemmend knikt en bevestigt dat we er niet alleen voorstaan. We voelen misschien behoefte aan iemand die lacht om onze grapjes, die ons waarschuwt dat er een sliertje spinazie tussen onze tanden zit, of die vraagt: ‘Hoe gaat het écht met je?’

Als we elkaar rond de maaltijd ontmoeten, wil God veel meer voeden dan ons lichaam. Hij wil onze ziel verzadigen met bovenzintuiglijke vreugde, bovennatuurlijke verbondenheid en goddelijke aanwezigheid. Als we in gezelschap onze fysieke honger stillen, geven we God de gelegenheid ook ons hart te voeden met iets wat dieper gaat. Hij heeft een connectie tussen lichaam/buik en geest/ziel aangebracht. Zo heeft God ons ontworpen. Hij heeft ons geschapen om te geven en ontvangen, niet alleen in fysieke, maar ook in geestelijke zin.

Een van de psalmisten moedigt ons aan te proeven en genieten van de goedheid van de Heer. We worden uitgenodigd om ons met deze twee zintuigen bewuster te worden van God en de aromatische, smaakvolle, tastbare uitingen van zijn liefde, die elke dag nieuw zijn.

Je hebt de Bijbel misschien nooit als een boek over eten beschouwd. Dat geldt in elk geval voor het grootste deel van mijn leven voor mij. De Bijbel als een instrument om Gods stem in je leven te verstaan? O ja. Als een leidraad die je stimuleert om je ogen te openen voor Gods grootheid? Natuurlijk. Als een routekaart naar meer vreugde in je relatie met God? Absoluut. Maar als een culinaire gids? Geen seconde. Als een handvat om over de diepe honger in mijn leven na te denken? Ga weg.

Toen de onderliggende betekenis van voedsel in de Bijbel eenmaal tot me was doorgedrongen, besloot ik in te zoomen op zes voedingsmiddelen die God gebruikt om onze diepste vormen van honger te onthullen en vervullen. Omdat ik geen voedselexpert maar alleen een aspirant-foodie was, wilde ik tijd doorbrengen met mensen die deze voedingsmiddelen van dichtbij kennen; die in hun leven en levensonderhoud nauw verbonden zijn met deze delicatessen, en die me konden helpen Christus in hun vakwerk te herkennen.

Mijn gebed werd zoals gewoonlijk op de meest onverwachte manieren verhoord.

Deze onderneming bracht me naar een vissersboot op het Meer van Tiberias; ik was op een gegeven moment vijgen aan het plukken op een farm in Californië, en een poos later stond ik mattses te bakken op Yale. Ik daalde meer dan twaalfhonderd meter in de schacht van een zoutmijn in Utah, oogstte olijven langs de kust van Kroatië en slaagde voor een slachtcursus in Texas.

Wat je nu in je handen hebt is een uitnodiging om dit avontuur met me mee te beleven. Dit boek is een reis- en voedselgids, bedoeld om je voorgoed met andere ogen de Bijbel te laten lezen. Aan tafel gaan zal nooit meer hetzelfde voor je betekenen als vroeger, en voedsel krijgt een heel andere dimensie.

Mogen we zowel in tijden van gebrek als in tijden van overvloed toegroeien naar degene die ons geboetseerd heeft. Deze reis gaat meer over geloof dan over eten. Het is een geloofsreis die niet alleen is bedoeld om onze maag te vullen, maar ook om onze ziel te helen. Laten we samen Gods goedheid proeven en zien. Laten we diep in onze honger duiken en zien wat er op het menu staat.

De tafel is gedekt, de drankjes zijn ingeschonken, de maaltijd is gereed. Trek een stoel bij. Eet smakelijk.



LEIFS KRUIDENDIP MET GEROOKTE ZALM

Gebruik deze gastronomische dip voor je favoriete verse groenten en toastjes, verwerk hem in een sandwich of eet hem zo.

Voor ca. 0,75 liter

Vorbereiden: 10 min. (evt. meer, afhankelijk van de te bereiden groenten)

Benodigheden

250 g roomkaas

125 g gerookte zalm (geen ingeblikte in olie)

120 g Griekse yoghurt

1 el vers citroensap

3 bosuitjes, groene gedeelten (bewaar de witte voor iets anders)

Zout en peper naar smaak

½ gesnipperde jalapeño of Srirachasaus (chilisaus) naar smaak

Bereidingswijze

1. Roer de roomkaas met een mixer tot hij zacht is.
2. Voeg de overige ingrediënten toe en meng alles met een vork tot een smeug geheel.
3. Breng op smaak met zout en peper en eventueel de gesnipperde jalapeño of Srirachasaus.
4. Koel de dip en serveer vervolgens met brood, toastjes of groenten.









TORTILLA'S MET GEGRILDE VIS EN SALADE VAN WES

Tortilla's met vis kunnen een welkome aanvulling op het weekmenu worden. Ze zijn een leuke en voedzame manier om kinderen te laten kennismaken met vis, en om ze gezonde omega-3-vetzuren binnen te laten krijgen.

Voor 4 personen

Vorbereiden: 45 min. **Bereiden:** 15 min.

Benodigheden

Voor de vis:

500 g van je favoriete vis
(tilapia, kabeljauw of wat er
vers of vers ingevroren
beschikbaar is)

2 el Mexicaanse kruiden
2 el olijfolie

Voor de salade:

450 g koolreepjes
95 g mayonaise

60 g zure room
2 el Srirachausaus (chilisaus)
1 el limoensap
1 el tacokruiden

Voor de tortillavulling:

1 pot (ca. 250 ml) pico de gallo
1 verpakking maistortilla's
1 in kwarten gedeelde limoen
250 g geraspte (Mexicaanse)
kaas

Bereidingswijze

1. Dep de vis droog met keukenpapier en snijd de filet in reepjes van ongeveer 2½ x 5 cm. Meng de Mexicaanse kruiden met de olijfolie en bedek de reepjes gelijkmatig met het mengsel. Laat 15 minuten marineren.
2. Maak ondertussen de salade klaar en verwarm de grill op halfhoge stand. Doe alle ingrediënten voor de salade in een kom, dek deze af en zit hem tot gebruik in de koelkast.
3. Leg de vis op aluminiumfolie onder de grill. Bak beide kanten 4 à 5 minuten, tot de filets mals en gaar zijn.
4. Verwarm de tortilla's volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
5. Vul ze met vis, salade, pico de gallo, limoen, kaas en eventueel extra Srirachausaus (chilisaus).



Aan het eind van de meeste hoofdstukken is een eenvoudige activiteit opgenomen om tijdens een maaltijd met vrienden, familie en anderen te doen.

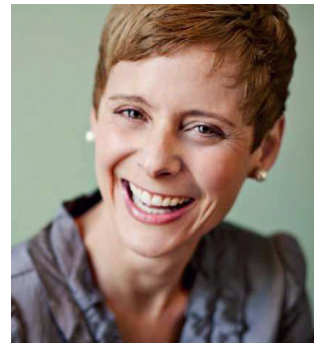
Het Meer van Tiberias is een plek van wonderen. Geef iedereen de opdracht om tijdens het eten een wonder dat hij of zij heeft meegemaakt of een moment dat Jezus met kracht in zijn of haar leven heeft gewerkt te bedenken. Denk aan een bijzondere persoon die je hebt ontmoet. Een baan waar je in bent gerold. Voorzienigheid die precies op het juiste moment kwam. Genezing waarnaar je verlangde. Zachtheid die je hebt ervaren. Deel vervolgens deze wonderen met elkaar.



Ga mee op een culinaire reis door de Bijbel

Niet alleen brood en vis, maar ook zout, olijven, lamsvlees en vijgen: de Bijbel staat vol verwijzingen naar eten. Letterlijke verhalen over voedselwaren, maar ook verhalen over wat voeding betekent. Margaret Feinberg gaat in de wereld van nu op zoek naar nieuwe verhalen over aloude etenswaren - vaak de puurste en mooiste ingrediënten voor een maaltijd om te delen met vrienden en familie. Reis met Margaret mee en ontdek de rijkdom van wat je elke dag kunt kopen, bereiden en eten. Het water loopt je in de mond - of maak je er wijn van?

God is een foodie, als je **Margaret Feinberg** mag geloven. In *Proef en zie* dompelt ze zich onder in de culinaire rijkdom van de Bijbel. Haar aanstekelijke manier van vertellen en vele persoonlijke anekdotes maken dit een heerlijk boek. Ieder hoofdstuk is verrijkt met bijzondere recepten waarin het hoofd-ingredient van het hoofdstuk terugkomt.



**“Margaret Feinberg haalt met veel passie
alles uit de kast om zowel de fysieke als
geestelijke honger van de lezer te stillen”**

- kookdominee Han Wilmink (auteur van
o.a. de bestseller *Bijbels Culinair*)

ISBN 978 90 4353 257 0 NUR 707



www.kokboekencentrum.nl

