

A goodly sallet!

Het is 1669 als in Engeland het boek *Acetaria, A Discourse of Sallets* van de filosoof, schrijver en tuinier John Evelyn verschijnt. Als vegetariër en pleitbezorger van producten uit de groentetuin is hij zijn tijd ver vooruit. Zijn tijdgenoten beschouwen het eten van onbewerkt voedsel als ongezond en barbaars, terwijl Evelyn hartstochtelijk toegewijd is aan sallets en acetaria, salades en zure dingen.

Evelyn maakt onderscheid tussen *olera*, plantaardig producten die bewerkt moeten worden, en *acetaria* die bij voorkeur rauw op tafel komen. Dat kan per land verschillen. Zo beschouwt hij kool als een moeilijk verteerbaar *olera* gewas, alleen door Hollanders rauw gegeten. De producten krijgen het predicaat *heet* versus *koud* en *droog* versus *nat*, te vergelijken met het Chinese yin-yang principe. Het gaat om de balans. Zo is grove peper noodzakelijk in alle salades want de

droge warmte *corrigeert* de vochtige, koele kruiden.

Mag Evelyn de merites van spinazie, andijvie en kruiden prijzen, echt lyrisch is hij over de goede eigenschappen van zijn achttien soorten sla (*lactuca species*). Deze *Edele Plant* vermindert hartzeer, lest de dorst, is eetlustopwekkend en aangenaam voedend. Bovenal bevordert een bordje sla de nachtrust en verzacht pijn. Ook het effect op moraal en kuisheid mag niet onderschat worden. De consumptie

van sla bedwingt *hitte* en houdt daarmee seksuele verlangens in toom. Alleen voor vrouwen vindt Evelyn salades ongeschikt. Voor het zwakke vrouwelijke gestel is het beter om groenten te koken, te bakken, in te maken of op een andere manier te *vermommen*.

Evelyn stuurt ons niet zomaar de groentetuin in. De mand vol sla en kruiden ontdoen we van wormstekige, slijmerige, droge en anderszins aangetaste blaadjes. We wassen alles grondig in bronwater, laten het uitlekken en schudden voorzichtig de laatste druppels van de -in een doek gewikkelde- bladeren.

Nu is de salade klaar om de dressing (de *intinctus* of *oxoleon*) te ontvangen. We maken een eenvoudig mengsel van mosterd (een edel ingrediënt), een geprakte dooier van een kakelvers gekookt ei, de beste wijnazijn (perfect helder, niet zuur, saai of verspilt), een snufje zeezout (schoon en droog) en peper. Natuurlijk ook olijfolie (glad, licht en aangenaam op de tong). Bij voorkeur uit Lucca. Een perfecte *intinctus* voor de meeste salades maar niet voor alphange. Deze bindsla kan het beter vinden met het sap van sinaasappel, limoen en een beetje suiker. Evelyn is vrij tolerant als het om extra smaakmakers (*aromatics*) gaat, maar heeft een broertje dood aan vulgair knoflook. De geur is onverdraaglijk, *we absolutely forbid it entrance to our salleting*. Een lichte aanraking van een teentje in de schaal ziet hij door de vingers maar Engelse ladies moeten zich verre houden van deze stinkende lelie. Spreekt Evelyn

zich hier niet tegen? Die salade was toch sowieso niks voor vrouwen?

De *salleting* moet aantrekkelijk worden opgediend, strelend voor tong en oog. De schaal mag uitsluitend van porselein of Delfts aardewerk zijn, zilver werkt niet samen met olie en azijn. Schik de salade mooi in de kom en wees spaarzaam met blaadjes basilicum die, ondanks de dankbare smaak, het oog beledigen. Aan tafel overgieten we de sla met de dressing en mengen het voorzichtig met een vork en lepel. Tot slot is het toegestaan om het geheel op te fleuren met eetbare bloemen, dunne schijfjes mierikswortel, bietjes en bessen&co. *A Goodly Sallet!*

Bron: Acetaria, A Discourse of Sallets, John Evelyn, London 1699

Ook de Engelsman Sidney Smith (1771-1845) is door een saladedressing onsterfelijk geworden. Smith was een vooruitstrevend prediker, leraar, schrijver en dichter van *Recipe for a Salad*. Hij schreef het recept voor zijn dochter Lady Holland in rijm, zodat zij het makkelijk kon onthouden. Nog steeds duikt het gedicht hier en daar op als *Poem of the Week*.

Recipe for a Salad

*To make this condiment your poet begs
The pounded yellow of two hard boiled eggs;
Two boiled potatoes, passed through kitchen sieve,
Smoothness and softness to the salad give;
Let onion atoms lurk within the bowl,
And, half suspected, animate the whole;
Of mordant mustard add a single spoon,
Distrust the condiment that bites so soon;
But deem it not, thou man of herbs, a fault
To add a double quantity of salt;
Four times the spoon with oil from Lucca crown,
And twice with vinegar, procured from town;
And lastly, oer the flavoured compound toss
A magic soupçon of anchovy sauce.
O green and glorious! O herbaceous treat!
T would tempt the dying anchorite to eat;
Back to the world he d turn his fleeting soul,
And plunge his fingers in the salad-bowl;
Serenely full, the epicure would say,
'Fate cannot harm me, -I have dined to-day.'*

Vrij vertaald:

Recept voor een Salade

Om deze sla te maken je dichter snakt
Naar twee gele dooiers, gekookt en geprakt;
Druk door de zeef twee gare poters
't Maakt sla smeug en wat boters;
Laat uien, heel fijn, schuilen in de kom
En, half bedekt, wentelen rondom;
Pittige mosterd, een lepel genoeg
Wantrouw te veel, het bijt zo vroeg;
Maar pas op, jij kruidenmenger, een fout
Schuilt in een dubbele portie zout;
Een lepel olie uit Lucca, doe maar vier
Twee met azijn, herkomst van hier;
En tot slot, besprenkel de aromatische boel
Met een beetje ansjovissaus, dat geeft smoel;
O groen en glorieus! O kruidenonthaal!
Verleidt zelfs een strenge asceet met zo'n maal;
Zijn vluchtige ziel zal hij naar de wereld draaien
En met zijn vingers in de slakom graaien;
Sereen voldaan, de levensgenieter zal beweren
'Geen lot kan me schaden, - vandaag kon ik dineren.'