

Vooraf

In dit boek vertel ik over het avontuur dat mijn broer Edu en ik een paar maanden geleden in het dorp van onze oma beleefden. Omdat wij in het verhaal veel koken, leek het ons leuk om onze recepten met je te delen, zodat jij de maaltijden ook kunt bereiden. De meeste recepten zijn bestemd voor vier eters. Maak je de maaltijd voor meer of minder mensen, dan moet je berekenen welke hoeveelheden van de ingrediënten je nodig hebt. Is al dat oefenen met sommetjes op school toch niet voor niets geweest! ☺ Vanaf pagina 148 begint het tweede deel van het boek, waarin we onze kennis over koken met je delen. Het gaat over materialen, technieken, weetjes ... Je vindt er ook nog extra recepten. We hopen dat je van ons leert koken, zoals wij het van onze oma hebben geleerd. Het is vooral een kwestie van doen. Veel succes!

Dit willen we je nog op het hart drukken: koken is niet zonder gevaar. Dus houd je alsjeblieft aan de volgende regels:

De recepten zijn bedoeld voor kinderen die net zo oud zijn als Edu en ik, dus van negen jaar en ouder.



Folkert Oldersma en Anneke Gebert (receptideeën)
Vlam in de pan. Met 40 leuke recepten
© 2021 Clavis Uitgeverij, Hasselt – Alkmaar – New York
Omslagontwerp: Studio Clavis
Illustraties: Annelies Vandenbosch
Trefw.: koken, samenwerken, handicap
NUR 216-283
ISBN 978 90 448 3528 1
D/2021/4124/117
Alle rechten voorbehouden

www.clavisbooks.com
www.folkertoldersma.nl

1. Lees, voordat je begint, het recept eerst een keer helemaal goed door.
2. Vraag altijd toestemming aan een volwassene om te mogen koken en kook alleen als er een volwassene aanwezig is.
3. Roep bij gevaarlijke handelingen altijd de hulp in van die volwassene, zoals bij het afgieten van heet water, het gebruik van een scherp mes, een elektrisch apparaat of de oven.
4. Snijd vlees of groente nooit direct op het aanrecht of op een tafel, maar gebruik een snijplank.
5. Als je lang haar hebt, bedek het dan of bind het samen tot een vlecht of staart, zodat er geen haar in het eten terecht komt. (Bah!)
6. Houd tijdens het koken het eten steeds in de gaten. Brandt het niet aan? Kleeft het niet aan de pan? De bereidingstijden die ik geef, kunnen afwijken door jouw oven, de ingrediënten enzovoorts.
7. Een ongeluk zit in een klein hoekje, dus zorg ervoor dat er een EHBO-koffertje aanwezig is. En stel dat de vlam in de pan slaat, weet je dan ook waar de blusdeken zich bevindt?
8. Was voordat je gaat koken steeds je handen met zeep. Doe dit ook telkens als je in contact bent geweest met rauw vlees, rauwe vis of een rauw ei. De bacteriën in deze producten kunnen je erg ziek maken!
9. Trek ovenwanten aan als je iets in de oven zet of eruit haalt. Gebruik deze wanten ook bij pannen, want de handvaten kunnen heet worden.
10. Laat de steel van een pan niet naar voren uitsteken, want dan kun je ertegenaan lopen en kan de pan vallen. Draai de steel naar de zijkant.

11. Als je in een pan roert, houd dan de steel of het handvat vast, zodat de pan niet wegschuift.

Over de recepten:

1. Als in de recepten kaas wordt genoemd, dan wordt harde, Nederlandse kaas bedoeld. Wij gebruiken altijd oude kaas, maar als jij jonge kaas lekkerder vindt, gebruik je die.
2. De kans is erg klein dat jij precies dezelfde oven gebruikt als wij. Wij houden een voorverwarming aan van een halfuur, omdat onze oven die tijd nodig heeft om 200 graden Celsius heet te worden. Maar er zijn verschillende ovens en ook de grootte is van invloed, dus vraag een volwassene hoe het met de voorverwarming bij jou zit.
3. Onze oma heeft een elektrische oven. Gebruik jij een andere oven? Op pagina 153 lees je welke stand dan bij jouw oven past.
4. Wij gebruiken afkortingen voor hoeveelheden, zoals 'el' voor een afgestreken eetlepel en 'g' voor gram. Op pagina 154 staat de uitleg voor deze en andere afkortingen. Je vindt er bovendien informatie over typische kooktermen, kookgereedschap en kooktechnieken.

Mijn broer en ik hebben ons best gedaan om fijne en lekkere recepten samen te stellen. We zijn er best trots op. Wij wensen je ontzettend veel lees-, kook- en eetplezier toe.

Liefs van Liv (en ook van Edu, moest ik van hem doorgeven)



1

Meneer Mulder

‘Edu, rennen! Nu!’ riep ik.

Snel stapten we uit de auto, waarvan we de portieren meteen achter ons dichtsmeten. We renden naar het bushokje, waar we ons tegen de achterwand drukten om ons tegen het noodweer te beschermen. Enkele windflarden zorgden ervoor dat we het toch niet drooghielden.

‘Liv, komt hij snel?’ vroeg Edu.

‘Ik hoop het,’ antwoordde ik.

Mijn broer Edu en ik waren op weg naar onze oma. Fietsen door dit weer zagen we echt niet zitten en onze moeder kon ons niet brengen. Dus zat er niks anders op dan met de bus te gaan. Het stormde heel erg en tegelijkertijd stortregende het.

‘Sorry, het is niet anders,’ had moeder zich verontschuldigd toen ze ons naar de bushalte bracht. ‘Loes kan tot uiterlijk vier uur op de winkel passen, langer niet, dus dan moet ik echt terug zijn in de zaak. Het lukt me dus niet om jullie naar oma te brengen.’

In het centrum van de stad drijft onze moeder een mode-winkeltje. Vrijdagavond is het koopavond. Dat maakt die avond voor Edu en mij bij uitstek geschikt om elders door te brengen. Inmiddels is het een vaste gewoonte geworden dat wij op die dag



na schooltijd afreizen naar oma's dorp. Meestal doen we dat op de fiets, soms worden we met de auto gebracht en heel soms, zoals nu, nemen we de bus.

Edu en ik vormen een tweeling. Je hebt eenenige tweelingen, die lijken als twee druppels water op elkaar. Dat is bij ons niet het geval. Wij vormen een zogenaamde twee-eiige tweeling. Daarbij zijn in de baarmoeder twee verschillende eitjes bevrucht en daaruit groeiden wij: een jongen en een meisje. Dus wij zijn allesbehalve identiek.

Bij de geboorte kwam ik als eerste tevoorschijn en na mij ging het behoorlijk mis. Toen Edu uit mama's buik naar buiten wilde komen, kreeg hij het erg benauwd. Door het zuurstoftekort dat ontstond, raakten zijn hersenen beschadigd. De schade had veel groter kunnen zijn, maar je merkt hoe dan ook de verschillen met mij. Bij hem gaat alles altijd een stuk langzamer, zowel het denken als het doen. En hij is uitermate gevoelig. Voor alles. Voor harde geluiden, enge situaties en verdriet van anderen. Ik weet niet of dat ook door het zuurstoftekort komt, maar hij trekt zich dingen erg aan. Hij schrikt snel en hij is vaak bang. Misschien komt dat ook wel doordat hij niet meteen alles snapt.

Edu en ik trekken veel samen op, dus ik zie ik heel goed hoe verschillend mensen op hem reageren. Soms richten mensen die iets van hem willen weten zich niet tot hem, maar tot mij. Alsof hij er niet bij is. Alsof hij niet zou kunnen antwoorden. Alsof hij gek is of te stom.

'Denk je dat hij dit zal lusten?' vragen ze dan aan mij.

Vraag hem dat zelf, sufferd, hij heeft oren en een mond! wil ik dan wel brullen, maar ik houd me in.

Weer anderen vinden hem zielig en beginnen heel kinder-

achtig tegen hem te spreken. Of heel langzaam en overdreven articulerend. Maar hij is absoluut niet zielig en juist vaak heel gelukkig. Hij is anders. Maar dat zijn we toch eigenlijk allemaal?

Door de drukke banen van onze ouders hebben we altijd al veel tijd doorgebracht bij onze oma. Ze wil liever niet dat we haar 'oma' noemen. Ze wil dat we haar met 'Karin' aanspreken. 'Zo heet ik nu eenmaal,' zegt ze dan. 'Karin.' Ik denk dat ze stiekem vindt dat het woordje 'oma' haar oud maakt, en dat heeft ze liever niet. Ik vind dat wel grappig. Wij trekken ons er niks van aan en gebruiken 'oma' en 'Karin' door elkaar. Niet om gemeen te doen of haar te plagen. Ze is onze oma en voor ons staat oma niet voor oud. Ik vind het gewoon een lief woord voor een heel lief iemand.

In de loop der tijd is de vrijdagavond uitgegroeid tot onze vaste gezamenlijke kookavond. Al toen we kleuters waren, liet Karin ons meehelpen in haar keuken. Ze schoof dan twee stoelen naar het aanrecht, waar we opklommen om haar te assisteren. Onze eerste verrichting op kookgebied, weet ik nog, bestond uit het mengen van ei, bloem en suiker tot deeg. Daar drukten we vormpjes in, wat uiteindelijk lekkere koekjes opleverde. Vol trots namen we de eerste keer zo'n zak vol zandkoekjes mee naar huis. Lekkerdere koekjes dan onze eigen hadden we nog nooit gehad, beweerden we.

Sinds die tijd verlangt Edu ernaar om in oma's grote tuin een

