

ZOET EN ZUUR: TEGENPOLEN IN DE KEUKEN



Een gerecht wordt vaak spannend als je tegenstrijdige smaken gebruikt. Zoet en zuur zijn daarvan misschien wel het bekendste voorbeeld. Hier een heerlijk zoetzuur-recept met twee uitdagingen.

- 1) De helft bereid je buiten: je gaart de kip, rijst en ananas in een pakketje op de buitenbarbecue.
- 2) En niks kant-en-klaar uit een potje, die zoetzure saus maak je in de tussentijd zelf.

Kip met ananas & zelfgemaakte zoetzure saus

Zorg dat de kooltjes in de buitenbarbecue op temperatuur zijn. Wrijf **500 g kipfiletblokjes** in met zout, peper en paprikapoeder. Leg twee grote stroken **aluminiumfolie** kruislings over elkaar en leg in het midden de kipblokjes, **2 paprikas** (in reepjes gesneden), **250 g champignons** (in plakjes), **2 bosuitjes** (in stukjes) en **blokjes ananas** (van 6 schijven op sap – waar het sap). Wikkel het aluminiumfolie er zorgvuldig omheen (neem eventueel nog een strook extra). Rol het pakket in een natte krant en rol dat pakket weer in een flink stuk aluminiumfolie. Leg alles ca. 45 minuten in de gloeiende houtskool. Keer regelmatig.

Een kwartiertje voordat de kip klaar is, maak je de zoetzure saus. Hiervoor heb je nodig:

- 1 teentje knoflook
- olie om in te bakken
- 3 el tomatenketchup [zuurtje]
- 2 el (witte wijn)azijn [zuurtje]
- 2 el sojasaus
- ½ el basterdsuiker [zoetje]
- snuffe chilipoeder

- 75 ml ananassap uit blik [zoetje]
- 1 tl maïzena
- 300 g rijst

Snipper de knoflook fijn. Verhit een beetje olie in een pan en fruit hierin de knoflook. Voeg de tomatenketchup, azijn, sojasaus, basterdsuiker en

MEER SMAKEN

Wist je dat we in totaal slechts vijf smaken kennen?

Zoet, zuur, zout, bitter en umami. **Bitter** proef je bijvoorbeeld terug in grapefruit, koffie, witlof en rabarber. Denk bij **zoet** aan – natuurlijk – suiker, honing, stevia (een zoet plantje) en fruit. Zout proef je bijvoorbeeld in kaas, sauzen en ansjovis. **Zuur** vind je terug in yoghurt, tomaat, azijn en zuur fruit zoals citroen en bessen. **Umami** ten slotte is een Japans woord voor 'hartig'. Denk bijvoorbeeld aan: Parmezaanse kaas, bouillon en spek.

Je tong bezit chemoreceptoren voor elk van deze smaken; alle andere smaaksensaties zijn in feite reuksensaties of een combinatie van deze basis smaken. En **pittig** dan, zul je denken? Maar dat is geen smaak, maar een sensatie. Die wordt veroorzaakt door de stof in een pepertje die een branderig gevoel in je mond, tranende ogen en een lopende neus veroorzaakt. Het is het branderig gevoel dat je constateert, maar niet proeft met je smaakorganen.



Opposites attract? Check het met de liefdestest!



Opposites attract, zeggen 'ze'. Maar of dat echt zo is?

De een heeft altijd geld, de ander is altijd blut. De een gaat graag uit, de ander blijft liever thuis. Voor de een is het glas altijd halfvol, voor de ander bijna leeg. Lastig in de liefde? Nee, hoor, leuk juist, zeggen 'ze'. Want tegenpolen trekken elkaar juist aan. Maar is dat wel zo?

Het antwoord is: ja en nee. In de eerste fase van een relatie, die van de verliefdheid, kun je zomaar je hart en hoofd verliezen aan iemand waarvan je dat nooit gedacht had. Iemand die helemaal jouw type niet is. Die bijvoorbeeld klein en donker en druk is, terwijl je eerder altijd op groot en blond en rustig viel. Die aantrekkingskracht kan allerlei onbewuste oorzaken hebben, zo basaal als lichaamsgeur.

Het gevoel van verliefdheid neemt (meestal) geleidelijk af. Dan zie je je geliefde voor wat hij of zij echt is: een mens met plussen én minnen. Hoe spannend en anders je tegenpool in het begin ook was, nu komt het erop aan. Wil je er een gezin mee stichten? Zullen jullie je samen vermaken in het bejaardentehuis? Als dat je bedoeling is, is het handiger om een relatie met iemand te hebben die dezelfde dromen en waarden heeft. Want eigenlijk (en dit klinkt een beetje saai) blijken mensen zich uiteindelijk het meest aangetrokken te voelen tot mensen die op ze lijken.

Is het dan helemaal onmogelijk om een langdurige relatie te hebben met je tegenpool? Absoluut niet! Ook deze relatie heeft een kans van slagen, maar zal je waarschijnlijk wel meer energie kosten. Maar waarom doe je niet gewoon de test om te zien of jullie bij elkaar passen?

Passen jullie bij elkaar?

1. Waar kennen jullie ouders van jullie relatie?
 - a. Het uitgaansleven
 - b. School of werk
 - c. Scouting
2. Lijken jullie op elkaar?
 - a. Gelukkig niet!
 - b. In sommige opzichten wel, in andere weer niet
 - c. Van binnen en van buiten, we zijn net een eenige tweeling
3. Wat doen jullie het liefst samen?
 - a. Elkaar beter leren kennen...
 - b. Uit eten gaan, chillen, met vrienden afspreken...
 - c. Fantaseren over onze toekomst...
4. Hebben jullie wel eens ruzie?
 - a. All the time! Om het daarna weer spetterend goed te maken
 - b. Tuurlijk, wie niet? Maar we komen er altijd wel weer uit samen
 - c. Nee, nooit. We zijn het gewoon altijd met elkaar eens
5. Kennen jullie elkaar goed?
 - a. Hoe bedoel je?
 - b. Best wel
 - c. We weten alles van elkaar!
6. Wat vinden jullie ouders van jullie relatie?
 - a. Niets; ze weten niet dat wij een relatie hebben
 - b. Prima. Maar ze vonden mijn ex ook heel leuk
 - c. Geweldig! Ze horen de bruidsklokken al luiden
7. Vertrouwen jullie elkaar?
 - a. Niemand is te vertrouwen
 - b. Daar denk ik nooit zo over na
 - c. 100%!
8. Waarover praten jullie met elkaar?
 - a. Praten doe ik wel met anderen
 - b. Vrienden, series, muziek, vakanties
 - c. Onze toekomst vooral
9. Wat zouden jullie aan elkaar willen veranderen?
 - a. Een beetje gespierder mag wel
 - b. Een beetje op tijd komen mag wel
 - c. Hoe bedoel je?
10. Hebben jullie veel gemeenschappelijke vrienden?
 - a. Nee
 - b. Ja
 - c. Alleen maar. We vormen één grote, gezellige kliek met 2'n allen

Meest a

Jullie zijn echte opposieten! Maar of jullie goed bij elkaar passen? De aantrekkingskracht is daar, maar probeer elkaar eens wat beter te leren kennen. Pas dan heeft jullie relatie een goede kans van slagen.

Meest b

Of jullie echt goed bij elkaar passen zal de tijd leren. Jullie zijn wel op je gemak bij elkaar, maar of dat voldoende is? Een relatie is niet alleen vriendschap en gezelligheid, maar 100% voor elkaar gaan.

Meest c

Wat lijken jullie goed bij elkaar te passen! Dezelfde achtergrond, passies en dromen. Maar pas op: verveling ligt op de loer. Doe eens iets onverwachts om een beetje vuurwerk in je relatie te brengen. Daar wordt die alleen maar beter van!