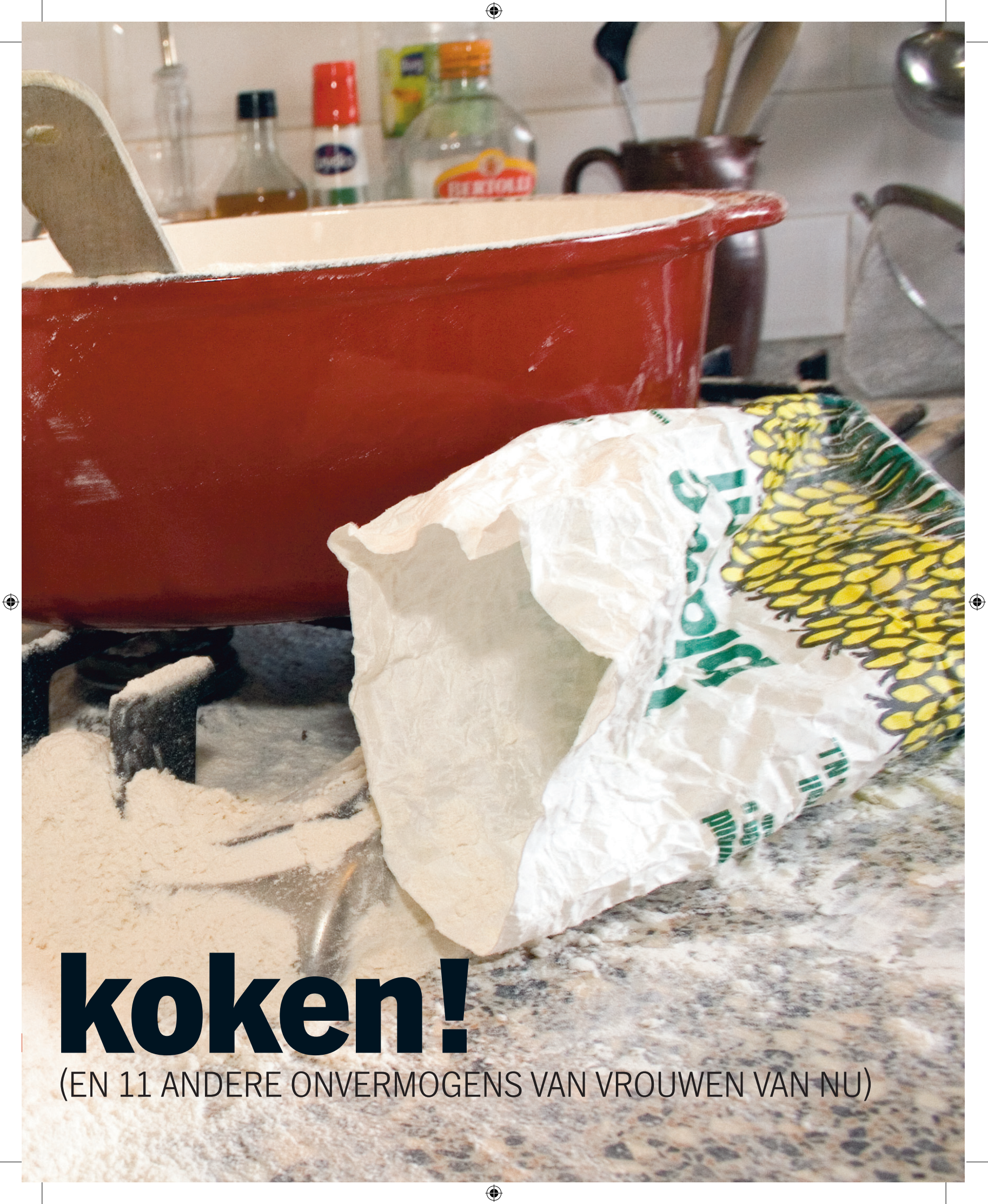


We zijn volwassen vrouwen, met een goed stel hersens, leuke banen en een gezin. Zo te zien hebben we het prima voor elkaar. En buitenshuis gaat het ook prima. Maar thuis, daar maken we er een potje van. Journaliste **Francine Postma** heeft er meer dan genoeg van.



Ik kan niet

A photograph of a kitchen scene. In the foreground, a large red enameled pot sits on a gas stove. A white paper bag, likely containing flour, has spilled its contents onto the speckled countertop. The bag is crumpled and torn, with a significant amount of white powder scattered around it. In the background, several bottles are visible on the counter, including one with a red cap and another with a yellow label. A wooden spoon is stuck in the pot. The overall scene suggests a cooking accident or a messy kitchen environment.

koken!

(EN 11 ANDERE ONVERMOGENS VAN VROUWEN VAN NU)

Is er **nog hoop** voor de keukenkilns?

◀ Topadvocaat Bram Moszkowicz zei eens: "Als een vrouw niet kan koken, zet ik haar de deur uit." Oei, dacht ik toen, blij dat ik niet op hem val. Want ik mag dan vele talenten hebben, koken, nee, dát kan ik niet. Ach, wat is er de afgelopen jaren niet mislukt in mijn keuken? Malse lamsbouten liet ik verkolen, knapperige groente kookte ik tot moes, pepperdure biefstukken verdwenen als taaie lappen in de vuilnisbak. Maar ik zette door! Jarenlang deed ik verwoede pogingen om de edele kookkunst onder de knie te krijgen. Ik las het ene kookboek na het andere, struinde het internet af op zoek naar lekkere maar toch eenvoudige recepten en kocht me arm aan ingrediënten in exotische winkels. Maar op de één of andere manier slaagde ik er altijd weer in iets cruciaals verkeerd te doen. Die 'gulle scheut' witte wijn was bij mij altijd net iets té gul, 'lekker pittig' werd geheid oneetbaar en 'goed doorbakken' stond gelijk aan zwartgeblakerd. 'Gezellige etentjes met vrienden' bezorgen mij dan ook al jaren gierende stress, stekende hoofdpijn en het gevoel een totale mislukking te zijn. Niet alleen zet ik stevast mislukte gerechten op tafel, het lukt me ook nooit om werkelijk aandacht te besteden aan mijn gasten. Ik ben op zo'n avond aan het overleven, zo voelt het. Het allerergste vind ik het als mensen te vroeg komen en erbij komen staan terwijl ik aan het koken ben. Praten en koken tegelijk, het levert hysterische taferelen en hilarische gerechten op, tot groot

vermaak van mijn vrienden - dat dan weer wel.

Waarom doe ik mezelf die vernedering toch steeds weer aan? Waarom geef ik niet gewoon toe dat ik niet kan koken, zoals Carice van Houten, en maak ik net als zij alleen nog macaroni met ketchup? De ellende is natuurlijk dat ik het niet wil toegeven. Ik wil, namelijk, wél goed kunnen koken. In mijn favoriete dagdroom zie ik mezelf in een Toscaanse droomkeuken, met zo'n grote houten tafel in het midden en hammen en knoflook aan het plafond. Ik zie eruit als

IN MIJN DAGDROMEN DRAAG IK EEN SEXY KEUKENSCHORT EN ROER IK ACHELLOOS IN DERTIG PANNEN

Nigella Lawson, met lang donker haar en een sexy keukenschort. En dan maar kilometers verse pasta maken, varkens aan het spit rijgen, achteeloos in dertig pannen roeren en *en passant* luchtige toetjes tevoorschijn toveren, ondertussen wijn drinkend met mijn gasten. Niks emancipa-

tie, dát is mijn ideaal: veranderen van een onhandige stresskip in een 'goddelijke huisvrouw'!

In een grijs verleden kreeg een vrouw als ze ging trouwen 'Het Haagse kookboek' van de Huisoudschool aan de Laan van Meerdervoort cadeau. In dit lijvige standaardwerk stond alles wat een vrouw moest weten over 'de kookkunst, de vrolijkste van alle wetenschappen'. Vroeger wist je dus hoe je gevulde kalfsborst braadde, gefarceerde zwezerik à la jardinière bereidde, met als dessert charlotte-russe. Hoe anders is het nu. Toen ik het huis uit ging, wist ik eigenlijk alleen hoe het níet moest. Mijn moeder kon ook niet koken. Tot overmaat van ramp besloot ze midden jaren zeventig ook nog eens macrobioot én vegetariër te worden. Vanaf dat moment bepaalden droge bergen gierst, haver en gerst ons menu, overgoten met ondefinieerbare brijen waarvan het hoofdbestanddeel altijd tofu, pompoen of selderieknol was. Steevast ging ik onder het eten 'even water drinken' in de keuken, waar ik stiekem wat zout in mijn hand liet lopen om dat vliegensvlug over mijn bord te strooien. Dan smáakte het nog ergens naar. Mijn moeder was ook heel onhandig en kon geweldig stressen in de keuken. Nog hoor ik haar gevloek en getier als er weer eens iets was aangebrand. Dat ik geen culinair toptalent ben, mag dan ook geen wonder heten.



Als ik om me heen kijk, lijkt het soms of ik de enige ben die worstelt met dit probleem. Mijn vriendinnen hoor ik er tenminste nooit over. In hun keukens zie ik grote flessen extra vierge olijfolie, indrukwekkende messenblokken en kookboeken van Jamie Oliver, en als ik bij ze kom eten is het altijd lekker. Maar schijn bedriegt. **Na een rondje belen blijkt dat al mijn vriendinnen heimelijk twijfelen aan hun kookkunsten.** Allemaal rommelen ze naar eigen zeggen maar wat aan, met zeer wisselend resultaat, en allemaal schieten ze in de stress als er mensen komen eten. Trouwens, koken blijkt niet het enige onvermogen van mijn vriendinnen en mij. Als we eerlijk zijn, schieten we op alle huishoudelijke fronten tekort. Opruimen en schoonmaken, wassen en strijken, we hebben er allemaal een bloedhekel aan en we stellen het uit tot het echt niet meer kan. Of we besteden het uit. Bijna allemaal hebben we een werkster en we kunnen niet meer zonder haar. En het gaat verder dan het huishouden. Eigenlijk hebben we allemaal een probleem met orde en structuur in ons leven. We zijn volwassen vrouwen van in de dertig, met een goed stel hersens en goeie banen en een gezin. Voor de buiten-

wereld hebben we het prima voor elkaar. En buitenshuis gaat het ook prima. Maar thuis, daar maken we er een potje van.

Dat is niet zo verwonderlijk, zegt Henk Becker, hoogleraar sociologie en schrijver van het boek 'Generaties en hun kansen'. Becker: "De druk op jonge vrouwen is tegenwoordig veel groter dan vroeger. De maatschappij wordt steeds meer prestatiegericht. In veel bedrijven heerst een 'wedstrijdcultuur', waar vooral vrouwen gevoelig voor zijn. Die ne-

WIE HEEFT TOCH BEDACHT DAT WE ALLES MOETEN KUNNEN EN NOG PERFECT OOK?

men eerder te veel hooi op hun vork dan mannen. En ze hebben al zo veel hooi op hun vork! Want, hoe geëmancipeerd we ook zijn anno 2007, uit onderzoek van het Sociaal en Cultureel Planbureau blijkt dat de huishoudelijke taken nog steeds grotendeels neerkomen op de vrouw. Er zijn wel mannen die bijspringen, maar dat zijn uitzonderingen." Aha. **Het is dus de schuld van de mannen dat wij op het huishoudelijke front tekortschieten?** Omdat zij ons niet helpen, kunnen wij het allemaal niet aan? Dat is wel heel makkelijk. Als ik naar mezelf kijk, gaat die vlieger bovendien niet op. Ik heb een lieve, behulpzame man die vaak kookt (en lang niet slecht).

Maar het gaat mij er niet om dat er lekker eten op onze borden ligt, ik wil het zelf kunnen! En juist in dat perfectionisme huist volgens Becker de tragiek van vrouwen van mijn generatie: "Jullie willen alles tegelijk zijn: carrièrevrouw, moeder, minnares, superhuisvrouw. Maar dat kan niet. Daarom zitten jullie voortdurend in een spagaat."

Waar komt toch dat idee vandaan dat we alles zouden moeten kunnen, en dan ook nog eens perfect? Is dat een eis die de buitenwereld aan ons stelt? Eisen we het niet vooral van onszelf? Als ik eerlijk ben is er nog nooit iemand geweest die ronduit tegen me zei dat ik niet kon koken. Ik was zelf altijd degene die steen en been klaagde, die vond dat het beter kon, en vervolgens bij de pakken neer ging zitten, omdat ik geen idee had hoe. Omdat ik overonderd ben door de stortvloed aan culinaire informatie die ik overal om me heen krijg. **Slow food, raw food, wrappen, stomen, wokken, grillen... De mogelijkheden zijn eindeloos**, maar ik zie zo langzamerhand door de bomen het bos niet meer.

Iets vergelijkbaars beschrijft sociologe Christien Brinkgreve in 'Vroeg mondig, laat volwassen' uit 2004. Voor het boek interviewde ze een groot aantal jongeren. Eén van hen, een jonge vrouw, klaagt over de 'verlamming van de keuze' die ze ervaart. ➤

7 kooktips

van Andy McDonald:

1) Keep it simple. Maak geen ingewikkeld nieuw gerecht als je gasten krijgt.

2) Gebruik verse ingrediënten van het seizoen, uit de natuurwinkel of van de markt.

3) Gebruik goede, scherpe messen en slijp ze elke keer voor het koken.

4) Neem ruim de tijd. Zorg dat je tijd overhoudt om je om te kleden en de tafel te dekken.

5) Blancheer groente van tevoren 4 minuten in kokend water. Daarna afspoelen met ijskoud water en bewaren in een afgesloten pan met een klontje boter. Vlak voor het eten hoeft je ze dan alleen nog maar even op te warmen.

6) Gebruik de oven. Bij ovenschotels komt het niet zo nauwkeurig op tijd aan. Als het te snel gaat, kun je de schotel altijd zachter zetten en je kunt 'm ook langer warm houden.

7) Proeven, proeven en nog eens proeven! Vertrouw op je eigen smaakpapillen.



11 andere onvermogens

(én hoe je er vanaf komt):

Opruimen

Professionele opruimhulp vind je op www.avantpro.nl.

Schoonmaken

Kijk op www.werkster.nl. Heb je weinig geld, kijk dan op www.allehandjeshelpen.nl.

Plannen

Volg een cursus plannen en organiseren via www.leren.nl. Of kijk eens op www.organizeyourself.nl.

Financiën regelen

Op www.nibud.nl vind je veel praktische tips. Kijk ook eens op www.geld.startpagina.nl.

Alleen zijn

Tips en lotgenoten vind je op www.eenzaamheid.info.

Keuzes maken

Leer wat je echt wilt op www.zelfbepaling.nl.

Assertief zijn

Via www.zelfontplooiing.nl kun je een assertiviteitscursus volgen.

Aanpakken

Lees 'Een schop onder je kont, tips en adviezen voor treuzelaars' door Rita Emmett.

Opvoeden

Kijk naar 'Eerste hulp bij opvoeden' of 'The nanny' of volg een workshop opvoeden via www.opvoedkundige.com

Autorijden

Neem les bij de vrouwvriendelijke autorijdschool in Amsterdam. Meer informatie vind je op www.rijdschool-overtoom.nl.

De juiste kleren aantrekken

Lees 'Wat moet ik aan?' van Trinny Woodall & Susannah Constantine. Of neem een kleurenconsult bij De Stijlstudio in Amsterdam (www.destijlstudio.nl) of surf naar www.studioca.nl voor een kledingadvies op maat!

Ze constateert bij zichzelf een 'hang naar dwang', een behoefte aan beperking, aan houvast. De conclusie van Brinkgreve luidt dat jonge mensen van nu volwassen taken en verantwoordelijkheden veel langer uitstellen dan in eerdere generaties. En dat komt door de grote hoeveelheid keuzes en mogelijkheden die jongeren tegenwoordig hebben. Brinkgreve: "Jonge mensen van nu lijden aan grenzeloosheid. Alles is mogelijk, ze kunnen alle kanten op. Tegelijkertijd wordt van buitenaf weinig structuur geboden. Ze moeten het dus allemaal zelf doen. Er wordt van ze verwacht dat ze weten wat ze willen. Maar dat is heel erg moeilijk! Daarbij heerst er tegenwoordig een enorme perfectiedrang. Mij kon het vroeger niet schelen of mijn huis een rommel-tje was of dat ik niet goed kon koken. Ik wilde maar één ding en dat was: me ontplooien, meedoen in de wereld buitenshuis. Het huishouden stond symbool voor een leven dat ik juist wilde vermijden. Vergeet niet, dat mijn generatie voor een deel was opgevoed door gefrustreerde en miskende huismoeders. Ik denk dat vrouwen van mijn generatie het makkelijker hadden. Vechten tegen beperking is makkelijker dan vechten tegen grenzeloosheid."

'Vechten tegen grenzeloosheid', het klinkt een stuk beter dan gewoon heel erg onzeker en onhandig zijn. En er zit zeker iets in. Ik heb inderdaad behoefte aan structuur, aan duidelijkheid, aan

regels. Aan de 'rust, reinheid en regelmaat' uit de jaren vijftig, waartegen mijn moeder zich juist verzette. En ik ben niet de enige die terugverlangt naar de drie R'en. Hoe anders is de ongelooflijke populariteit van opvoed-, opruim- en schoonmaaktelevisie te verklaren? Niet alleen omdat leedvermaak scoort, maar ook omdat dit soort programma's ons geruststelt, dat we niet de enigen zijn die er thuis een zootje van maken. Dat het altijd nog erger kan. En, heel belangrijk: dat er een oplossing is voor ons probleem! Met

'VECHTEN TEGEN GRENZELOOSHEID', DAT KLINT TOCH EEN STUK BETER DAN GEWOON HEEL ERG ONZEKER EN ONHANDIG ZIJN

een duidelijk stappenplan, en als het moet met professionele hulp. Want waar je vroeger bij problemen aangewezen was op familie, vriendinnen en burens zijn er tegenwoordig steeds meer nieuwe, betaalde, alternatieven. Is je huis een rotzooi? Huur een *personal organizer*. Krijg je gasten? Ga

naar een traiteur of huur een catering, compleet met bediening. Kun je jezelf niet motiveren om te gaan sporten? Neem een *personal coach*. Natuurlijk is het eigenlijk te gek voor woorden dat je zoiets niet zelf zou kunnen. Maar aan de andere kant: als het je helpt, wat is er dan eigenlijk mis mee?

In plaats van te blijven zeuren dat ik niet kan koken, kan ik dus beter overgaan tot actie. Ik bel een kok, voor een privé-kookles aan huis! Lang hoef ik niet te zoeken. Andy McDonald, die leuke Britse kok uit het tv-programma 'McDonald's kitchen', wil graag meedoen. "Heel veel mensen denken dat ze niet kunnen koken," zegt hij aan de telefoon. "En dat is zonde, want met een beetje begeleiding, en de juiste ingrediënten, is het helemaal niet moeilijk!" Kijk, dát wil ik dus horen!

Maandagmorgen, 11 uur. Over anderhalf uur staat Andy McDonald voor de deur en de keuken is nog één grote puinhoop. Help! Koortsachtig begin ik afwas weg te werken, het aanrecht leeg te ruimen en de vloer te dweilen. Ik vervang net de uitpuilende vuilniszak als de bel gaat. Daar staat Andy, gewapend met een enorme, zwarte pepermolen. "Heb je er zin in?" vraagt hij stralend, met zijn charmante Britse accent. "Ja hoor!" knik ik, niet helemaal

TEKST FRANCINE POSTMA FOTO'S MARTEN BLEUMERS



Spruitjes Eh... Hoe doe je dat?

naar waarheid. Ik ben zenuwachtig! Andy begint met een grondige inspectie van de keuken. Zijn eerst indruk valt mee: "Prima keuken, lijkt wel een beetje op wat ik thuis heb." Maar bij het zien van mijn messen betreft zijn gezicht. "Daar kun je toch niet mee werken? Hartstikke bot!" Gelukkig heeft hij zelf een set vlijmscherpe koksessen meegenomen. Vervolgens vraagt hij of ik een braadpan heb. Eh, nou nee. Hoe maak ik dan sauzen? Nou, gewoon, in een steelpannetje. "Met zo'n dunne bodem? Vind je het gek dat ze dan aanbranden?" Ook over de inhoud van mijn keukenkastjes is Andy weinig enthousiast. Nu eens griezelen, dan weer schaterlachend neemt hij de diverse pakjes en zakjes onder de loep. **"Zelfmaak-soeppakket? Wat een onzin! Zelf maken is zelf maken, dus zonder pakje."** Bij het zien van een doos aardappelpuree in poedervorm stikt hij van het lachen. "Bereid met 100 procent kwaliteitsaardappelen. Haha! Weet je wel hoe makkelijk het is om zelf aardappelpuree te maken? En veel lekkerder!"

Andy's plan is om samen met mij één hoofdgerecht te maken en twee bijgerechten – alles zonder vlees. "Maar," haast hij zich te zeggen, "ik zal je laten zien dat vegetarisch niet saai en smake-loos hoeft te zijn!" Boodschappen doen we bij de natuurwinkel en

dus niet bij de supermarkt, waar ik normaal gesproken altijd kom. "De supermarkt werkt geestdodend," vindt Andy. "Alles is in plastic ingepakt, en er zijn alleen voor de hand liggende groenten te krijgen. Ik begrijp best dat veel mensen denken dat ze niet kunnen koken. Ze weten gewoon niet welke ingrediënten ze moeten gebruiken! Mensen proeven ook niet genoeg, en ze zijn bang voor het onbekende. Neem gewoon eens een rauwe spruit en eet die op. Daar krijg je niks van, hoor! Durf te experimenteren met dingen die je nog nooit hebt klaargeemaakt."

Zelf is Andy een groot voorstander van zogeheten 'vergeten groente', zoals schorseneren, koolraap of pastinaak. "De meeste mensen hebben wel gehoord van die groenten, maar zelf klaarmaken kunnen ze ze niet. Terwijl dat vaak heel erg simpel is." Ook kiest hij graag voor oer-Hollandse klassiekers als spruitjes. "Ik zie het als een uitdaging om klassieke ingrediënten op een spannende manier te bereiden." Ik begin zo langzamerhand nieuwsgierig te worden naar het praktijkgedeelte van de kookles. Maar voor het zo ver is, moeten we nog even langs de kookwinkel voor een braadpan. Ik schrik me een ongeluk van de prijzen, maar Andy bezweert me dat ik geen spijt ga krijgen van deze aanschaf. "Zie het als een investering." Ik trek mijn creditcard en reken af.

Het is zo ver, we gaan beginnen! Eerst prei schoonmaken. Ik dacht

dat ik dat wel kon, maar Andy legt uit hoe het veel sneller en handiger kan, door de prei in de lengte door te snijden en dan als een kwast onder de kraan uit te spoelen. Ook mijn snijtechniek behoeft enige bijsturing. "Doe het in een vloeiende beweging, terwijl je de punt van het mes aan de plank houdt. Zo spaar je je mes én je vingers!" Het lijkt zo simpel als hij het doet, maar ik krijg het niet voor elkaar. "Maak jij de spruitjes dan maar schoon," zegt Andy, terwijl hij in een moordend tempo vier preien aan

WAT IK MOET DOEN? ANDY IS ER HELDER OVER: NIET ZO BANG ZIJN. KOKEN IS DÚRVEN

mootjes hakt. Maar ik weet óók niet hoe ik spruitjes schoonmaak. "Jij bent écht een beginner hè?!" grijnst Andy. Mijn nieuwe braadpan mag op het vuur, met een gigantisch stuk roomboter (Andy: "Ik ben geen Sonja Bakker!") en de gehakte prei. Ik mag wat bloem in de pan strooien, om er een gebonden ragout van te maken. "Hoeveel?" vraag ik netjes, maar Andy ge-

baart dat dat niet zo veel uitmaakt. "Gewoon, op gevoel." Ik zwiep enthousiast een paar handen bloem in de pan. Het fornuis zit onder en Andy kijkt, voor het eerst, wat beteuterd. "Dat was wel wat veel," zegt hij droog, "Maar de meeste foutjes zijn te herstellen. Met een extra scheut melk bijvoorbeeld." Aan het eind van de middag staat er een heerlijke vegetarische maaltijd op tafel, mooi opge-maakt op borden die Andy nog snel even heeft voorverwarmd in de oven. Oké, denk ik, alles goed en wel, maar hoe doe ik dat straks, als Andy er niet bij is? "Weet je wat jij moet doen?" zegt hij. "Niet zo bang zijn. Vertrouw meer op jezelf. Koken is durven! Gaat het mis, dan gaat het mis. Daar leer je dan weer van." Hij pakt zijn pepermolen en trekt de deur achter zich dicht. "Tsjak-kaaaa!" denk ik en trek een fles wijn open. ●

Maak jij er thuis ook een zootje van? Of heb je de oplossing gevonden? Praat mee op Viva.nl!

Ook inspiratie van Andy nodig? We geven tien exemplaren weg van 'Koken in McDonalds Kitchen' (Uitgeverij Kosmos, €19,95). Hebben? Ga naar Viva.nl om er kans op te maken.

Andy maakte met Francine Gevulde portobello's in bladerdeeg met gegrilde pastinaak, roergebakken spruiten en kastanjes. Het recept vind je op Viva.nl.

Doe mee op VIVA.NL

