



*Tareq Taylors*  
**MATRESA**

Med rätter från Jerusalem och min familj







# INNEHÅLL

## Tareq Taylors matresa

Att komma hem	7
En historisk plats	13
Chefen och drottningen i köket	17
Za'atar och kryddorna	25
Rökt ägg på väg till jobbet	26
Hummus hos mästaren	38
Måltiden är måltiden	44
Med bibeln som kartbok	59
Mästerkocken på Olivberget	74
Marknaden i Jerusalem	79
Längtan efter makloubeh	85
Den gröna maten	101
Vego på arabiska	108
Bryggeri med förhinder	120
Olivolja mot alla odds	123
Clooney, kvinnorna och musakhan	124
Utanför turiststråken	136
En stad kryddad med Sydeuropa	142
Gottegrisen får sitt	155
En iskall historia	164



Pappa Seif vid grinden till sitt hus  
en bit utanför Jerusalem. Huset  
byggdes av min farmor och farfar  
på 1960-talet.







## ATT KOMMA HEM

För mig är Palestina både långt borta och nära. Även om jag bara varit där en gång tidigare som treåring har pappas ursprung i landet gett mig en känsla av tillhörighet. Dofterna förflyttar mig direkt tillbaka till min barndom i både tid och rum. När vi gick och handlade hemma i Malmö köpte pappa inte ett halvt kilo köttfärs på Ica som de andra barnens föräldrar, utan han tog med mig till någon av butikerna på Möllan. Där kunde han beställa ett halvt lamm som styckades och maldes så som han ville ha det, och i köket därhemma förvandlades alla råvaror till de godaste maträtter.

Ett starkt minne från den tiden är också det välbekanta ljudet av pappa som pratar arabiska med sina kompisar. Jag förstår inte så mycket av språket längre, men att höra det här känns hemtamt och ger mig en känsla av trygghet. Att som vuxen återvända till Palestina är som att komma hem. Tänk att jag så tydligt tillhör en plats där jag inte satt min fot på nästan femtio år!

Resan till pappas, Seif Daoudis, hemstad Jerusalem och att åka runt i Palestina och Israel tillsammans med honom och min lillebror Zafer är en otroligt stark upplevelse på flera plan. Vi kommer varandra nära på ett sätt som man bara kan göra när man umgås en hel vecka i sträck. I Jerusalems gränder går pappa runt och hälsar på alla, som om han var en kändis, och här finns den mat som han lagade när jag var liten. Hans steg är lättare här och han rör sig som den där sjuttonåringen som reste till Sverige under tidigt 1960-tal för att tjäna pengar åt sina föräldrar.

Resan är så mycket mer än den matresa jag hade väntat mig. Palestina berör mig i mitt innersta. Visst äter vi oss igenom alla städer och byar vi passerar, lagar mat tillsammans och samlas till middagar med slakten. Men även om alla vi träffar antingen lagar eller äter mat, och jag dessutom frossar i varorna på marknaderna vi besöker, är maten bara ett samman-



hållande kitt. På plats blir det tydligt vilken viktig del av mitt ursprung som landet är, samtidigt som upplevelsen blir något ännu större.

Resan är en djupdykning i matens historia. I Mellanöstern finns rötterna till »ursvenska« rätter som köttbullar, kåldolmar och kalops. Jag vet sedan tidigare att många svenska matklassiker har sitt ursprung här, men plötsligt är det på riktigt: det var här recepten föddes!

Att befinna sig här för första gången som vuxen spelar självklart en stor roll för min upplevelse. Jag rörs till tårar av att stå på balkongen hos mina släktingar och blicka ut över Jerusalem och Ramallah medan stjärnorna tänds på himlen. Det känns bekant och främmande på samma gång. Varför dröjde det så länge? Och jag får rysningar när pappa, Zafer och jag gräddar pizza över öppen eld i den judeiska öknen där vi är omgivna av sand så långt ögat kan nå. Mellanösterns mat och miljö är i hög grad min egen historia. Kanske är det inte så konstigt att jag är överväldigad.

*Tareq Taylor*

En ung pappa Seif tillsammans med Magidas mamma, Magida som barn och hennes småsyskon.





Att få göra den här resan tillsammans med min lillebror Zafer och pappa Seif var en omvälvande upplevelse och faktiskt första gången vi tre reste tillsammans.



Pappas hus i Jerusalem. Senast jag var här var för fyrtiosex år sedan, men jag minns fortfarande vilket sovrum som var vårt och var badbaljan stod.





Torkade kryddor  
är betydligt  
vanligare i mat-  
lagningen än  
färska och man  
plockar gärna  
och tar vara på  
örterna själv.  
Här håller Magida  
fram ett fat med  
torkad salvia.

TAREQ TAYLORS MATRESA





## ZA'ATAR OCH KRYDDORNA

Den arabiska maten är i regel inte stark men däremot otroligt smakrik. Smakerna är generösa, stora och varma och innehåller en kombination av olika torra kryddor. De kryddor som alltid finns med utöver salt är svartpeppar, kardemumma och kryddpeppar. I Sverige använder vi kryddpeppar i inlagd sill och kanske i julköttbullarna, men här finns kryddan i nästan alla varma köträtter.

Kryddpeppar är egentligen ingen peppar utan tillhör myrtenfamiljen – på engelska kallar man den *allspice*. Kryddpeppar har en varm doft och arom som lyfter andra smaker, och därför används den nästan alltid tillsammans med andra kryddor.

Vi svenskar använder kardemumma, saffran och kanel för att krydda våra söta bullar med, men här använder man dem i varma rätter och nästan alltid tillsammans med kryddpeppar och svartpeppar. Ibland även med andra typiska arabiska kryddor som korianderfrön, bockhornsklöver och gurkmeja. Emellanåt stöter man på frön av svartkummin, som inte är släkt med vanlig kummin utan med den ettåriga sommarblomman jungfrun i det gröna.

*Za'atar* är en annan krydda som används mycket i Palestina och i övriga Mellanöstern. Det är ursprungligen en vild ört, en typ av oregano, *Origanum syriacum* – på svenska syrisk oregano – som påminner lite om citron-timjan i smaken. *Za'atar* är mest känd som en kryddblandning där den torkade syriska oreganon kombineras med torkad, mald sumak och sesamfrön till en kryddmix. Man äter den till allt när som helst, från frukost till middag. Doppa ett gott bröd i olivolja och *za'atar*, smaksätt en grillad kyckling eller krydda din pizza med den. I Palestina är det lika självklart att ha skålar med *za'atar* och olivolja på matbordet som det är att ha salt- och pepparkar i Sverige.

Färska örter används i regel inte som krydda i varm mat, utan är i stället en del av kalla rätter som *tabbouleh* och andra sallader.



**HUMMUS HOS MÄSTAREN.** Hemma hos pappa fick vi aldrig fil och müsli till frukost, utan äggröra på pitabröd med za'atar och olivolja. När jag besöker Abu Shukris hummusställe i Jerusalem förstår jag varför. Under morgonen strömmar människor från hela Jerusalem till restaurangen för att äta frukost. Han är en snäll och om-  
tänksam man i åttioårsåldern som utan att blinka ger en tallrik mat till en hemlös man som kommer förbi.

Hos Abu Shukri har man lagat hummus efter samma recept i över sextio år. Skillnaden mot förr är att man numera använder en mixer – tills för tio år sedan mortlade man kikärtorna för hand. Deras hummus är utan tvekan den godaste jag



någonsin har ätit. Hemligheten är att låta kikärtorna dra över natten i vatten med lite bikarbonat för att lösa upp skalet. Och genom att koka dem utan salt blir de inte hårda.

Efter kokningen mosas de och smaksätts rejält med citron, tahini, vitlök, persilja, grön chili och salt. Och – enligt Abu Shukri själv – en rejäl dos kärlek, för en bra hummus är made with love.

Sedan äter man hummusen med pitabröd, goda oliver, za'atar, falafel om man vill, persiljeguckeliguck, en jättestark röd chilipasta och färska gröna chilifrukt. Tillsammans med te eller kaffe är det en perfekt frukost!







En av de rätter som definierar det palestinska köket. Hummus kan både serveras som ett tillbehör och som en egen måltid i sig tillsammans med bröd och grönsaker. Om du inte har kokat egna kikärter utan vill köpa färdigkokta, ta då fyra burkar. Här blir det en rejäl sats hummus.

# HUMMUS

## Kikärtsröra

- 1 Blötlägg kikärtorna i kallt vatten med 1 tsk bikarbonat kvällen innan. Låt stå över natten.
- 2 Häll av blötlägningsvattnet, skölj kikärtorna och koka dem sedan i rikligt med nytt vatten tillsammans med ytterligare 1 tsk bikarbonat på låg värme i cirka 1 timme. Ta bort skummet som bildas med en sked och tillsätt mer vatten om det behövs. Det får inte koka torrt. Låt kikärtorna svalna i kokvattnet.
- 3 Skala och pressa vitlöksklyftorna och mixa dem tillsammans med chili, persilja och citronsaft.
- 4 Häll av det mesta vattnet från kikärtorna, men spara lite att späda med. Ta undan några hela kikärter och mixa resten tillsammans med lite av kokvattnet i några minuter till en slät kräm. Tillsätt det mixade, tahini och salt. Smaka av med mer salt om det behövs och eventuellt mer citronsaft. Om hummusen blir för tjock kan den tunnas ut med lite av kokvattnet från kikärtorna.
- 5 Lägg upp hummus på en tallrik. Garnera med de hela kikärtorna och ringla över olja. Toppa med hackad persilja och lite paprikapulver.

500 g torkade kikärter  
2 tsk bikarbonat  
2 vitlöksklyftor  
3 gröna chilifruktar  
(spansk peppar)  
1 dl finhackad färsk  
bladpersilja  
3 citroner, färsk-  
pressad saft  
ca 2 dl ljus tahini  
1 tsk salt  
ca 3 dl vatten från  
kikärtskoket

### TILL SERVERING

olivolja  
hackad färsk  
bladpersilja  
en nypa paprikapulver

1 stor sats



Ja, det ska vara jättemycket persilja och mynta i tabbouleh. Och koka för guds skull inte bulguren, utan blötlägg bara. Gott till det mesta på det arabiska middagsbordet.

## TABBOULEH

### Bulgursallad med tomat och örter

1 dl fint bulgurvetete  
4 stora tomater  
4 salladslökar  
3 dl hackad färsk  
bladpersilja  
3 dl hackad färsk  
mynta  
2 krm kanel  
2 krm malen  
kryddpeppar  
½ tsk nymalen  
svartpeppar  
2 citroner,  
färskpressad saft  
4–5 msk olivolja  
2 tsk flingsalt  
1 dl granatäppel-  
kärnor

- 1 Blötlägg bulgurvetet i kallt vatten i cirka 5 minuter.
- 2 Tärna tomaterna fint. Skär salladslökarna i strimlor.
- 3 Skölj bulgurgrönen under rinnande vatten och låt sedan rinna av ordentligt.
- 4 Lägg bulgurn i en stor skål och tillsätt tomater, salladslök, persilja, mynta, kryddor, citronsaft, olja och salt. Blanda försiktigt.
- 5 Vänd ner granatäppelkärnorna strax före servering och smaka eventuellt av med mer salt och peppar.

*4 portioner*







Hemgjord nyfriterad falafel slår det mesta. I Jerusalem står det falafelförsäljare i praktiskt taget vartenda gathörn, men här hemma är det oftast bäst att laga den själv. Frysvarianten i mataffären är tyvärr långt från originalet. Glöm inte att kikärtorna ska blötläggas i minst 12 timmar i förväg.

## FALAFEL

### Friterade kikärtsbollar

500 g torkade kikärter  
1–2 gröna chilifrukt  
(spansk peppar)  
3 dl grovt hackad  
färsk bladpersilja  
1 gul lök  
2 vitlöksklyftor  
2 tsk salt  
1 msk malen  
spiskummin  
1 dl skalade sesamfrön  
1 tsk bikarbonat  
1 tsk bakpulver  
solrosolja till  
fritering

#### TILL SERVERING

tabbouleh (sidan 46)  
tahinisås (sidan 51)  
hummus (sidan 41)  
färska grönsaker i  
bitar, t ex tomat,  
gurka, lök

- 1 Blötlägg kikärtorna i minst 12 timmar. Häll av blötlägningsvattnet.
- 2 Skölj chilin och hacka den. Skala lök och vitlök och finhacka båda.
- 3 Blanda kikärter, chili, lök och vitlök samt persilja. Mixa i omgångar i matberedare eller mal två till tre gånger i köttkvarn till en jämn och fin smet. Se till att det inte finns några stora kikärtsbitar kvar. Om smeten är för torr, tillsätt lite vatten och mixa igen. Den ska vara tillräckligt fast för att kunna formas, men får inte vara för torr.
- 4 Krydda smeten med salt, spiskummin och sesamfrön och låt den sedan stå till sig i cirka 15 minuter.
- 5 Tillsätt bikarbonat och bakpulver ungefär 10 minuter innan friteringen. Blanda väl. Forma smeten till bollar stora som köttbullar – själv brukar jag forma dem till avlånga »järpar« med hjälp av två matskedar.
- 6 Värm rejält med olja i en stor kastrull tills den är cirka 170 grader. Friter falafeln i omgångar i cirka 4 minuter – det är viktigt att de är genomstekta. Dela en av dem och se efter så att den är genombakad och inte kladdig i mitten.
- 7 Ta upp dem med hålslev och låt rinna av lätt på hushållspapper.
- 8 Servera med *tabbouleh*, tahinisås, hummus och grönsaker.

*4 portioner*











Minnet från när jag lagade den här rätten ute i öknen tillsammans med pappa och brorsan kommer jag alltid att bära med mig. Pappa fick sätta namnet på den – Hoch el Hellow är gatan där han växte upp i Jerusalem.

## HOCH EL HELLOW

### Campingpizza i stekpanna

- 1 Skala lök och aubergine. Hacka löken fint och skär auberginen i små tärningar. Stek i olja tills löken mjuknat.
- 2 Kärna ur oliverna och dela dem ett par gånger. Lägg oliverna i pannan med lök och aubergine. Krydda med *za'atar* och sumak och fortsätt stekningen. Tillsätt pinjenötterna och stek tills det hela fått fin färg. Smaka av med salt.
- 3 Hacka persiljan och tillsätt den i pannan. Fös ihop ingredienserna så att de får samma storlek som brödet.
- 4 Riv mozzarellan och fördela den uppe på grönsakerna. Lägg sedan brödet ovanpå alltihop och vänta i någon minut så att osten smälter. Placera sedan en tallrik eller ett lock ovanpå brödet och vänd upp och ner på pannan.
- 5 Toppa pizzan med tomater, mynta, granatäppelkärnor och chiliskivor. Ringla gärna lite olja över alltihop och salta och peppra till sist.

4 portioner

1 gul lök  
1 aubergine  
2 msk olivolja  
20 svarta oliver  
med kärna  
2 tsk za'atar  
2 tsk sumak  
½ dl pinjenötter  
2 kvistar bladpersilja  
1 tsk salt  
1 mozzarella (ca 125 g)  
1 stort runt, mjukt  
arabiskt bröd, t ex  
laffa (sidan 34)  
salt, nymalen  
svartpeppar

#### TOPPING

6–8 små tomater  
i halvor  
2 kvistar hackad  
färsk mynta  
1 granatäpple, kärnorna  
1 grön chili i skivor





Majrovor på hög.



Fiskhandlaren säljer fisk med ett skratt.



## MARKNADEN I JERUSALEM

När vi kommer till Jerusalems berömda matmarknad Mahane Yehuda får jag en känsla av att den har sett likadan ut sedan urminnes tider, även om det sägs att den »bara« har funnits sedan 1800-talet. Doften av kryddor tycks ha impregnerat de sandstensfärgade väggarna och matoset sprider sig långsamt genom de vindlande gränderna i Gamla staden.

Precis så här vill jag uppleva alla råvaror: snyggt presenterade och staplade i pyramider. De färska grönsakerna har körts in från landet tidigt på morgonen och olivoljan kommer från en producent uppe i bergen. Kryddorna ligger i prydliga högar. Dadlar, färska fikon och mogna pumpor är noggrant placerade i raka rader och granatäpplena har delats på mitten för att man ska se de saftiga röda kärnorna inuti. I taket hänger djurkroppar. Lite gör man det för turisterna såklart, men inte enbart. Här har man i hundratals år handlat de kryddor och råvaror som ingen klarar sig utan. På den tiden då svenskarna fick hålla till godo med salt och peppar hade Mellanöstern en rik tillgång på saffran, kryddpeppar och kardemumma.

På den livliga marknaden kan alla kulturer och religioner mötas genom maten. Från ett håll doftar det tomat och mynta och från ett annat banan och guava, och ännu längre bort står någon och tillreder fisk. Inköpen är lika mycket en social angelägenhet som att handla det nödvändiga. När jag nyfiket frågar en försäljare om hans varor låter han mig genast smaka, och även om vi inte talar samma språk känns det att han förstår att jag uppskattar det han säljer. Med ett leende kommer man långt. Eller så har man helt enkelt sin pappa med sig, namnet Daoudi öppnar fortfarande många dörrar i Jerusalem. De gamla minns till och med min farfars butik som låg i närheten.



På svenska heter den här fina fisken guldbraxen. Hel röding är också fin att grilla. Extra krispiga pommes frites blir det när de trippelfriteras!

## SAMAK MAQLI MA' BATATA MAQLIEH

### Helstekt fisk med pommes frites

4 färska seabream  
(ca 1 kg)  
2 citroner  
1 ½ tsk malen  
spiskummin  
1 tsk salt  
1 tsk nymalen  
svartpeppar  
smör till stekning

#### POMMES FRITES

8–10 potatisar  
fritryolja till fritering

#### TAHINISALLAD

3 tomater  
½ gurka  
½ grön chili  
ca 2 msk hackad  
persilja  
1 dl ljus tahini  
1 citron, färskpressad  
saft  
1 tsk salt

#### TILL SERVERING

grön tahinisås  
(sidan 51)

- 1 Rensa och skölj fiskarna ordentligt. Pressa saften från 1 citron. Gnid in fiskarna med citronsaft och kryddor och låt marinera i 1 ½–2 timmar.
- 2 Skär potatisen i centimetertjocka stavar.
- 3 Värm fritryoljan i en kastrull till 140 grader och fritera potatisstavarna i cirka 3 minuter eller tills de inte längre är råa i mitten. De ska inte få färg. Låt rinna av och svalna på hushållspapper.
- 4 Skär tomater, gurka och chili i små tärningar till salladen. Lägg i en skål tillsammans med persiljan. Rör ner tahini, citronsaft och salt. Blanda väl.
- 5 Stek fiskarna hela i rikligt med smör i en panna, i cirka 3–5 minuter på varje sida, beroende på fiskens tjocklek. Ös dem med smöret under tiden.
- 6 Lägg de färdigstekta fiskarna på ett stort fat. Skär den andra citronen i klyftor och garnera med dem.
- 7 Värm olja till fritering i en kastrull till 180 grader. Fritera pommesen ytterligare en gång tills de är gyllene. De är nu klara att servera, men vill du ha dem riktigt frasiga kan du fritera dem en tredje gång precis före servering. Salta och njut.
- 8 Servera fisk och nyfriterad pommes frites tillsammans med grön tahinisås och tahinisallad.

*4 portioner*



