

MMM, LUIZENKOEK

trend

Liefhebber van roze koeken? En vegetariër? Een adviesje: niet verder lezen. Voor de onverschrokken koek-eters volgt hieronder het antwoord op de vraag waar die roze kleur toch vandaan komt. Plus een alternatief recept.

tekst TATJA CLAESSEN foto's THEO STIELSTRA

Alle meisjes van 3 of 4 houden van roze. Roze jurken, roze speelgoed, roze serviesgoed en liefst ook roze eten en drinken. De ultieme lekkernij is dan de aloude roze koek, ook wel glacé genoemd. Want *rozerder* krijg je het eigenlijk niet. Wat de fabrikant ons omtrent de fluorescerende kleur wil doen geloven, is dat de koek 'een zachte cake met een roze fondantlaagje van frambozen-aardbeiglazuur' is. En waarom ook niet? Als consument ga je ervan uit dat de vruchten de oorsprong zijn van de roze kleur. Maar niets is minder waar. Als je het etiket leest, blijkt dat aardbeien- en frambozenconcentraat het laatste genoemde ingrediënt is. Wat betekent dat van alle ingrediënten die er in de koek zitten, er van aardbei- en framboosconcentraat het allerminst in zit. Het zou daarom eerlijker zijn om te zeggen: 'Glacé is een droge cake met een roze fondantlaagje van heel veel suiker en E120'. Wat dat E-nummer vormt het belangrijkste ingrediënt van de glazuurlaag. E120, ook wel karmijn ge-

noemd, is een interessante kleurstof, want natuurlijk. Het zit niet alleen in de roze koek, maar in veel rood en roze gekleurd eten en drinken (fristi, rode winegums, aardbeiensaus, tompoucen, surimi-krabsticks, vlees, campari) en ook in non-foodproducten zoals bijvoorbeeld lippenstift en rouge. De Azteken en Maya's in Midden-Amerika ontdekten karmijn al eeuwen geleden. Het was een kostbaar handelsproduct, in prijs te vergelijken met

30 procent van hun oorspronkelijke lichaamsgewicht. Er zijn ongeveer 140 duizend luizen nodig voor een kilo kleurstof. Vegetariërs of veganisten kunnen een roze koek dus maar beter niet eten en ook voor joden en moslims is de koek verboden waar.

Er zijn mensen die allergisch reageren op E120 en er zijn vermoedens dat het de symptomen van adhd bij kinderen versterkt, vooral in combinatie met andere E-nummers, maar dat is niet wetenschappelijk bewezen.

Bent u geschrokken, maar wilt u toch graag een roze koek? Maak ze dan zelf. Begin met het maken van een cakebeslag. Bedenk dat er makkelijk eenderde van de hoeveelheid suiker van het oorspronkelijke recept af kan om toch nog lekkere cakejes te maken. Verdeel het beslag over een paar platte taartvormpjes. Bak de cakejes volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat ze afkoelen en maak roze glazuur door 2 eetlepels bietensap of rode bessensap of cranberrysap in een kom te doen en er vervolgens 300 gram poedersuiker door te roeren. Nu ontstaat er een mooie roze pasta. Prik een vork aan de onderkant van de cakejes en doop ze in het glazuur. Even laten drogen et voilà! Een roze koek zonder luizenbloed. Wel zo lekker.

Tatja Claessen, alias Voedvrouw, heeft een praktijk voor voedingsadviezen.



Karmijnzuur komt uit het bloed van, let op: vrouwelijke schildluizen

goud. Ze gebruikten het vooral om textiel mee te kleuren. Het is in Europa terechtgekomen door ontdekkingsreizigers. Eerst vooral als pigment voor verf, later gingen we het ook opeten.

Karmijn wordt gemaakt van karmijnzuur dat komt uit het bloed van let op: vrouwelijke schildluizen en hun eitjes. De luizen worden gekweekt op cactussen. Voor gebruik worden ze gedood en gedroogd tot