



**Paola Westbeek** is schrijfster, het brein achter het culinaire blog *ladoucevie.eu* en te zien op haar eigen YouTube kook-kanaal *LaDouceVieFood*. In de rubriek *À Table* belicht zij de geschiedenis van een typisch Frans product.

## Brillat-Savarin: Een kaas voor levensgenieters

### À TABLE

KOOLHYDRATEN ZIJN TEGENwoordig taboe; eet u er te veel van dan wordt u (in willekeurige volgorde) dik, snel oud, lui en ziek. Tenminste, dat zeggen de 'deskundigen'. Geen prettige gedachte als ik wachtend op mijn beurt bij mijn bakker in Frankrijk sta. Want ik moet bekennen dat het meestal niet blijft bij een eenzame croissant. Een knapperig stokbrood is bijna onvermijdelijk, voor later bij een heerlijk stuk kaas.

Lang voor Atkins dat deed had Jean Anthelme Brillat-Savarin (1755-1826) ook al de oorlog verklaard aan koolhydraten. In 1825 publiceerde hij een van de meest toonaangevende culinaire meesterwerken ooit, de *Physiologie du goût*. Op een wetenschappelijke manier en vol aforismen die soms nog steeds bekend zijn ('Zeg me wat u eet en ik zal zeggen wie u bent'), beschreef Brillat-Savarin – behalve gourmand ook jurist en politicus – de kunst van het eten en het effect van voedsel op ons lichaam. Het boek, dat een paar maanden voor zijn dood verscheen, werd een regelrecht succes en is in 1987 zelfs naar het Nederlands vertaald door Wina en Han Born.

In zijn boek verafschuwde hij bloem en zetmeel en beschreef hij meerdere voorbeelden van mensen met obesitas, allemaal verzot op aardappels, brood, rijst en suiker. Dit wetende is het vreemd dat een met rumstroop doordrenkte taart vol koolhydraten, de Gâteau Savarin, naar hem vernoemd is.

Dat een weelderig lekkere (doch zeer vette) kaas ook zijn naam draagt, begrijp ik wel. Over kaas was Brillat-Savarin namelijk zeer te spreken: 'Un repas sans fromage est une belle à laquelle il manque un oeil' (Een maaltijd zonder kaas is als een schone (vrouw) die een oog mist) en 'Le fromage est



**OVER KAAS WAS BRILLAT-SAVARIN ZEER TE SPREKEN: 'EEN MAALTIJD ZONDER KAAS IS ALS EEN SCHONE VROUW DIE EEN OOG MIST'**

zweempje truffel. Gerijpt wordt hij iets zouter en pittiger. Het is een romige, smeerbare en bijna boterige tripel crème kaas, wat betekent dat er tijdens de bereiding room aan de melk wordt toegevoegd. Heel toepasselijk wordt hij soms de foie gras onder de kazen genoemd. Een kaas die je naar mijn mening verplicht met brood eet, ondanks de waarschuwingen van Monsieur Brillat-Savarin en de hedendaagse angst voor koolhydraten. Want laten we vooral niet vergeten wat hij ook schreef: 'Les animaux se repaissent; l'homme mange. L'homme d'esprit seul sait manger.' (Dieren voeden zich, de mens eet. Alleen de intelligente mens weet hoe hij eet.) Met andere woorden: proef en geniet! Met mate mag alles, dus tot slot dit ondeugende advies: serveer bij de Brillat-Savarin kaas behalve goed brood ook een glas champagne en wat zoete dadels en je hebt een waar feestmaal.

le complément d'un bon repas et le supplément d'un mauvais' (Kaas vult een goede maaltijd aan en vult aan na een slechte maaltijd).

De geschiedenis van de Brillat-Savarin kaas, die voor maar liefst uit 75% vet in de droge stof bestaat, gaat terug naar het einde van de 19e eeuw. Hij heette toen 'Excelisor' of 'Délice des gourmets' en werd voor het eerst gemaakt in Forges-les-Eaux in de Seine-Maritieme, Normandië. Zijn huidige naam kreeg de kaas pas rond 1930 van Henri Androuët, een beroemde *Maitre Fromager* uit Parijs. Behalve in Normandië wordt de kaas tegenwoordig ook in de Île-de-France en de Bourgogne geproduceerd.

Jong smaakt deze witschimmelkaas (in het Frans, een *fromage à croûte fleurie*) lichtzuur en mild; je proeft noten en misschien een