

Vuurcider (📖 kruidenazijn) is een oud volksrecept om het immuunsysteem te versterken. Er worden allerhande ingrediënten met goede eigenschappen in verwerkt: ui, knoflook, gember en appelazijn. Vaak ook pepers, gemberwortel en/of mierikswortel. Er verder kan ook citroen, kurkuma, tijm, rozemarijn, oregano, majoraan of munt, kaneel, peper.

Honing soms ook, eventueel na de bereiding. Die bestaat er in alles in een steriele pot te overgieten met azijn. Sluit de pot af en zet hem 6-8 weken op kamertemperatuur in het donker. Je kan het resultaat eventueel zeven. Het is ook bruikbaar als vinaigrette of kruidige saus.

♫ *Rus: 'Waarom leer je Hebreeuws?' 'Dat spreken ze in de hemel.'
'En als je in de hel komt?' 'Ik kan al Russisch!'*

5.2.4 Mosterd makkelijk maken

Mosterd 📖 is een pasta gemaakt van mosterdzaad en azijn, (of wei, bier, vruchtensap, wijn), eventueel ook water en zout. En desgewenst diverse kruiden.

In oorsprong werd mosterd gemaakt met most, het sap van druiven in plaats van azijn. Mosterdzaden 📖 zijn de zaden van verschillende planten van de koolfamilie. Je hebt zwart, geel en bruin mosterdzaad (respectievelijk *Brassica nigra*, *Sinapis alba* en *Brassica juncea*), elk met andere eigenschappen. *Brassica nigra* en *Sinapis alba* zijn inheems in Europa, *Brassica juncea* komt uit Azië.

Zwart mosterdzaad is scherper dan geel of bruin mosterdzaad door een hoger gehalte aan olie in de zaden.

Zet de zaadjes te week. Na 1 tot 3 dagen verbrijzel je de zaadjes. Wat gisting in de tussentijd is mogelijk. Laat een (paar) dag(en) rusten. Klaar.

Op internaat waren er gasten die overal mosterd op deden. En dat maakte inderdaad alles eetbaar.

Tabasco 📖 wordt gemaakt door drie jaar durende fermentatie in eikenhouten vaten.

Wei (bv. vocht van yoghurt) kan gebruikt worden als starter voor een snellere versie. Pureer pepers (*Capsicum frutescens* var. *Tabasco*) en meng ze met zout en wei 📖. Leg de steeltjes van de pepers in een pot. Giet de peperpuree er over en sluit de pot af met kaasdoek. Roer de massa gedurende 2 weken dagelijks bij kamertemperatuur om. Wring het vocht uit deze massa en meng het met azijn. Het mag nog een paar maanden verder rijpen.

♫ *Een man morst mosterd op zijn hemd: 'Shit, ik zie er uit als een varken!'
Zegt zijn vrouw 'Ja, en je hebt ook gemorst'.*