



Illustration: Rasmus Meisler

WEA Kultur

⌚ 4 min.

Hestebønner

Bønnemos . Vicia fava, favabønner, fugo, valske bønner, hestebønner. Kært barn har mange navne, men kun en opskrift dominerer over dem alle.

Waleed Safi

Irakere orker ikke sniksnak. De går direkte til sagen. Så lad os gøre det samme, når vi taler om deres mest legendariske ret: *Bagila bil dihin* , bagilla i olie. Det er en af de mest elskede retter i Irak – netop fordi den ser lidt mystisk ud. Men det er også en del af charmen! Bagilla er en national klassiker, en ret, der får

irakerne til at smile og elske deres hjemland, selvom det måske er ved at falde fra hinanden. De spiser den til frokost, men det er ikke usædvanligt at spise den til morgenmad også. Ærligt talt kan den spises på alle tidspunkter – selv til aftensmad. Og naturligvis også under krig, for det er jo dåsemad.

Hestebønner er dog langt fra forbeholdt irakerne alene. Selvom den irakiske version uden tvivl har sin egen særlige smag, er det faktisk Egypten, der indtager førstepladsen, når det kommer til forbrug af hestebønner. Det anslås, at egypterne hvert år konsumerer mellem 500.000 og 700.000 ton favabønner. Egypternes forbrug er så massivt, at landets egen produktion slet ikke kan følge med efterspørgslen, og en betydelig del af bønnerne må importeres. Egypterne har gjort bønnerne til en kunstform i deres ret, som hedder *ful medames*, hvor bønnerne moses til en cremet konsistens og serveres med brød.

OG NU TIL den nørdede del: Hestebønnerne har en lang og fascinerende historie omkring Middelhavet. I en rapport offentliggjort i tidsskriftet Scientific Reports afslørede forskere, at de har fundet verdens ældste favabønner i Galilæa-området i det nordlige Israel. Nogle af disse bønner er kulstofdateret til at være over 10.000 år gamle.

Siden da har hestebønnerne erobret store dele af verden – de optræder i gamle myter, egyptiske gravkamre og arkæologiske fundsteder fra Middelhavet til Kina. Før Amerikas opdagelse blev favabønner endda betragtet som den eneste kendte bønne i den gamle verden. Dens historie er dog ikke uden mørke kapitler; den havde også en mindre flatterende rolle som proviant på slaveskibe.

På Sicilien har bønnerne en helt anden historie. Mange gamle sicilianere tror angiveligt, at favabønner bringer held og lykke, en tro, der stammer fra en hungersnød, der engang ramte øen. Sicilianerne spiser dem ofte som suppe, kendt som *Macco di Fave*, og topper den med cremet ricotta – en ret, der både varmer sjælen og, ifølge traditionen, bringer det gode liv.

Hvis man hverken gider at spise som irakere, egyptere eller sicilianere, kan man altid gå i en helt anden retning – den mørkere og langt mere makabre. De husker måske kannibalen Hannibal Lecter spillet af Anthony Hopkins i *Ondskabens øjne*? Han havde også en særlig smag for favabønner, dog serveret på en noget mere ... uortodoks måde.

»Jeg spiste hans lever med nogle favabønner og en dejlig Chianti,« tilstår han til Jodie Foster i en af filmhistoriens mest uforglemmelige scener.

Men for nu nøjes vi med at tilberede den mere uskyldige *Bagila bil dihin* :

HOP PÅ CYKLEN, ind i bilen eller gå direkte til den nærmeste grønthandler. Gå ind og spørg efter en dåse »ægte irakisk Bagila« – altså hestebønner. En

dåse rækker til to personer. Derudover skal man bruge æg, tørret mynte, salt, spidskommen, olivenolie, citron, rødløg og pitabrød. Smid det hele i kurven.

Hjemme igen finder man en lille gryde, åbn dåsen, og hæld hele indholdet – også væsken – ned i gryden. Tilsæt en smule salt. Så tager man fat i pitabrødet, river det i småstykker som en balstyrisk iraker og smider det direkte ned i gryden sammen med bønnerne. Lad det hele stå, indtil det begynder at koge.

I mellemtiden griber man fat i en stegepande og går i gang med at lave en omelet. Pisk to-tre æg med salt og peber. Smid noget smør eller solsikkeolie på panden, som en ægte iraker ville gøre, over medium varme. Hæld æggene på, og lad dem stege.

Mens æggene passer sig selv, snittes rødløg i både, og mynten gøres klar.

Nu skulle duften af hestebønner gerne have bredt sig til hele køkkenet. Lad gryden koge et par minutter, og smag efter, om der er nok salt – det er afgørende. Glem ikke samtidig at holde øje med omeletten.

Når gryden med hestebønnerne og pitabrødet har kogt et par minutter, hældes grydens indhold op i en si. Lad det dampe et minut. Find en stor tallerken frem og placér omeletten på den. Ovenpå hældes hestebønnerne og de slime-de stumper pitabrød.

Og nu nærmer retten sig sin fuldendelse. Som en sidste gestus drysses gavmildt en håndfuld tørret mynte over, derudover spidskommen og en rundhåndet skefuld olivenolie og et skvæt citron. Løgene nydes on the side, på samme måde, som man sætter tænderne i et saftigt æble. Yalla! Bagillaen er klar til servering – husk, glæden findes i at dele fra samme tallerken.