



Anahita Dhondy driver bland annat cafékedjan SodaBottleOpenerWala som finns i fyra indiska städer.

En ny **INDISK** *matgeneration*

Den indiska gastronomi utvecklas i rasande fart.
I den nya generationen kokar finns ovanligt många kvinnor.
Per Styregård har träffat några av dem på sin resa till Indien och London.

TEXT PER STYREGÅRD

MÅNGA SOM TILLHÖR DEN YNGRE generationen indiska kokar anknuter i sin matlagning till den specifika matkultur de är uppväxta i. På så sätt hjälper de till att sprida kunskap om de förbluffande många, väldigt karaktärsfulla och autentiska mattraditionerna som finns i landet. Men de gör det också på ett modernt,

hållbart och hälsosamt sätt med personlig prägel. Därför får deras matlagning också genomslagskraft både i och utanför Indien. Och eftersom flera av dem har stor internationell publik och till och med är verksamma utomlands, kommer de att förändra omvärldens syn på indisk mat.

ROMY GILL

ROMY GILL KOM TILL ENGLAND FRÅN INDIEN som 23-åring med en romantisk bild av att resa och bo i andra länder. Men hon blev besviken.

”Jag var verkligen deprimerad. Vädret var annorlunda, jag kände ingen, och mina vänner och familj var långt borta. Jag saknade dem så mycket!”

För att trösta henne och råda bot på hemlängtan, tog hennes man med henne ut på krogen för att äta indiskt.

”Alla curries smakade likadant! Då sa jag till min man: jag tänker öppna restaurang!”

Men det skulle ta många år innan hon kunde förverkliga drömmen. För att kunna vara nära sina då små döttrar började hon med att driva hemmarestaurang. Senare, när hon blev mer flexibel, lade hon till cateringverksamhet, matkurser och föreläsningar.

”Maten hjälpte mig ur depressionen, gjorde det möjligt för mig att sammanföra människor och visa dem min mat. Det gjorde det också möjligt att träffa och prata med andra mammor i liknande situationer. För på den tiden pratade man vanligtvis inte om depressioner, utan sopade det under mattan.”

Efter långt sökande hittade hon drömloken att öppna restaurang i, tillräckligt nära hemmet utanför Bristol för att hon skulle kunna ta sig hem snabbt om barnen behövde henne. Problemet var att få banklån som

”Maten hjälpte mig ur depressionen, gjorde det möjligt för mig att sammanföra människor och visa dem min mat. Det gjorde det också möjligt att träffa och prata med andra mammor i liknande situationer. För på den tiden pratade man vanligtvis inte om depressioner, utan sopade det under mattan.”

kvinnlig företagare utan kockutbildning och affärsferfarenhet.

”Jag besökte 4–5 banker, men alla nekade mig lån. Då beslutade vi oss för att satsa våra besparingar, aktier och sälja alla mina smycken utom vigselringen. Det gjorde att vi bara behövde låna 20 000 pund.”

Så slutligen, 2013, öppnade Romy's Kitchen i Thornbury i South Gloucestershire. Som självlärd kock hämtar hon influenser från många håll, men är grundad i den bengaliska matkulturen i östra Indien där hon växte upp, och även färgad av föräldrarna som ursprungligen är från Punjab i västra Indien.

FÖR ATT SKAPA NYA RÄTTER och kombinationer brukar hon ofta utmana kockarna i köket att komma på alternativa sätt att tillreda olika råvaror. Sen bjuder de stamgäster på rätterna och låter dem komma med feedback. Ungefär så gick det till med den populära bläckfisksrätten på menyn.

”Jag gillade inte bläckfisk när jag åt det, men utmanade min personal att hitta ett annat sätt att servera den på. Vi pocherade den med fänkålsfrön och svart havssalt, marinerade den i tamarind och en blandning av fänkålsfrön, senap, nigellafrön, bockhornsklöver och spiskummin, för att sedan steka den mycket snabbt i lite olja och servera med potatispuré. Nu är den en av våra bästsäljare.”

Till skillnad från bläckfisk har krabba alltid varit en favoritråvara, men hon visste att engelsmännen inte gillar att äta hel krabba i curry som hon vuxit upp med. Istället plockar hon loss det vita köttet från krabban som anländer dagsfärsk från Devon varje dag. Köttet kokas med kokosnöt och vallmofrön, ingefära och lök, och serveras som paté med mjukt tandoori naan-bröd.

Hennes filosofi är att servera genuin, indisk mat hon minns från när hon växte upp i Indien, men samtidigt ge rätterna en helt egen prägel och anpassa rätterna till brittisk publik. Och hon räds inte att blanda indisk och brittisk matkultur.

”Men jag vill inte att min mat ska kallas ’indisk fusion’, jag avskyr den termen!”



Kyckling- med färsk spenat och bockhornsklöverblad.



Pocherad bläckfisk med fänkålsfrön och svart havssalt, marinerad i tamarind och en blandning av fänkålsfrön, senap, nigellafrön, bockhornsklöver och spiskummin.

romyskitchen.co.uk



Romy's Kitchen ligger i Thornbury i South Gloucestershire.



Hos SodaBottleOpenerWala hyllas persisk-köket.



Bombay Julep.



Den iranska risrätten berry pulao med berberisbär är en av de mest populära på SodaBottleOpenerWala.

anahitadhondy.com

ANAHITA DHONDY

SOM EN DEL AV SITT ENGAGEMANG i kocknätverket Chef's Manifesto och för FN:s globala mål för hållbar utveckling, kom Anahita Dhondy till Stockholm sommaren 2018 för att framträda under EAT Stockholm Food Forum och laga mat inför publik på Smaka på Stockholm. Man kan se henne som en representant för den nya generationen indiska matlagare. Ung, företagsam och redan kock och delägare i flera caféer och restauranger. Samtidigt är hon mån om att slå vakt om de många indiska matkulturernas unika karaktärer.

Hennes familjs historia är avgörande för att förstå hennes mat. Hon kommer från en persisk släkt, ett folk med rötter i Iran, som utvandrade därifrån på 600-talet och bosatte sig längs den indiska västkusten. Deras medhavda matkultur har sedan blandats med lokala smaker och ett helt eget kök utkristalliserat sig.



Street food delik: Bhehl Bazaar sheekh paratha.

EN AV KULTURYTTNINGARNA DE emigrerade iranska zoroasterna tog med sig till Indien och Pakistan var benägenheten att hänga på café. Det gav upphov till en egen genre av caféer, Irani Café, som ännu idag är en del av stadsbilden, även om det på 1950-talet fanns 350 sådana caféer och idag bara ett tjugotal. Maten som serverades var en blandning av medhavda, iranska smaker mixade med influenser både de indiska och brittiska köken.

”Med början på 1930-talet fanns ett café i nästan varje gathörn i Mumbai, med de karaktäristiska röd-och-vitrutiga dukarna. De var nästan alltid fulla, öppna hela dagen och serverade te, bun-maska (en slags söt bulle)



Eggs Kejriwal är en berömd ägggrätt från Bombay toppad med chili och cheddar.

och keema pav (lammfärs i bröd). Caféerna drevs av iranska gentlemän.”

Hennes egen variant, SodaBottleOpenerWala där hon är kock och delägare, finns i fyra indiska städer – Bangalore, Bombay, Delhi och Hyderabad. Caféerna är öppna hela dagen och serverar maträtter inspirerade av matkulturen i Mumbai och persisk-köket.

”Vår mission är att upprätthålla arvet efter dessa caféer. Vi serverar en tung dos nostalgi, udda cocktails, traditionella bakverk och desserter. Vi vill ta gästerna med till Bombay Irani Cafés galna värld.”

För Anahita Dhondy är den indiska matkulturens största utmaning i framtiden att behålla så mycket som möjligt av de traditionella rätterna autentiska samtidigt som de är relevanta för vår tid.

”För indiska kockar är den stora utmaningen att se till att rätterna är relevanta men samtidigt bevara traditionerna och autenticiteten.”





smulig ost med aromatisk smak gjord på komjolk, och kalimpong, en annan lokal ost på komjolk som liknar gouda och med fördel används i sallad. På menyn finns också flera fyllda grönsaker, tolma, och fylld armenisk ravioli, manti. Desserterna sötar de med en typ av raffinerat socker, nalen gur, gjort på sav från dadelpalmer som växer vilt i området.

Avsmakningsmenyn kallad "My childhood" är inspirerad av Sabysachi Gorais uppväxt i armeniska kvarter i staden Asansol. För att få fram idéer till rätter har han gjort efterforskningar i sin fars litteratur. På menyn finns rätter som exempelvis små pajer med en fyllning av bananblommor och tomat-chutney eller paj med fårkött, kalimpong-ost och korianderchutney.

Megha Kohli förutsäger att den framtida trenden bland kockar i Indien blir att fokusera mer på regionala smaker, inhemska sädeslag, lokala råvaror, uråldriga indiska matlagningstekniker och bortglömda recept.

MEGHA KOHLI

"DET ÄR INTE MÅNGA SOM känner till att armenierna kom till Indien redan innan britterna", säger Megha Kohli, chefskock på armenisk-indiska restaurang Lavaash by Saby i New Delhi.

"De integrerade sig väl i det indiska samhället. De hade också med sig sina mattraditioner, som blandades med lokala tekniker, råvaror och smaker."

Restaurangen startades 2015 av henne och ägaren Sabysachi Gorai, även han kock med en lång lista av utmärkelser och restaurangöppningar på den indiska restaurangscenen bakom sig. Deras gemensamma idé är att lyfta fram råvaror och rätter som skapades i mötet mellan armenier och kulturen i Bengalen i östra Indien.

DE BRINER FÖR DET LOKALA, och ser till att hundra procent av råvarorna är från trakten, inget är importerat. Typiska råvaror är bandel från Västbengalen, en lätt rölig, torr och



Confiterad kyckling.

lavaashbysaby.com





Dolma Tsering.



Dolma Tserings originalställe i Lajpat Nagar i södra Delhi.



DOLMA TSERING

EN KUNNIG GUIDE ÄR HELT AVGÖRANDE för upplevelsen av gatumaten i New Delhi. I varje fall vid första besöket. Och Anubhav Sapra, som driver Delhi Food Walks, kan det gigantiska myllret av matstånd på sina fem fingrar. Han vet exakt vilka som är värda ett besök. Men så är han också omskriven i de stora internationella resemedierna, och berättar stolt att det är han som gjort research för nästa säsong av Netflix-serien *Chef's Table* inför deras besök i Old Delhi.

Han arbetade tidigare med hemlösa gatutubarn i Delhi, som han säger växer i antal explosionsartat varje år. Kanske är det därför han har en så empatisk attityd i det kaos som råder bland gatumatständerna.

När jag frågar om han känner till någon kvinnlig matlagare i den extremt mansdominerade gatumatsscenen i New Delhi, kommer han på en enda, Dolma Tsering från Tibet. Hon kom till Delhi 1990, och efter att ha hankat sig fram med tillfälliga anställningar, lyckades hon hyra sitt första matstånd 1994. Affärsidén var att introducera Delhiborna för

de i Tibet så populära ångade dumplings som kallas momos.

Dolma Tsering berättar att hon var helt ensam som kvinnlig matlagare när hon öppnade. Och till en början var konsumenterna skeptiska till vad hon serverade.

”Alla jämförde med indiska samosas, som är friterade. Folk var ovana vid att använda ånga i matlagning och trodde vi serverade ofärdig mat.”

Men så småningom vande sig gästerna och momos har blivit mer och mer populärt. Idag har hon fem Dolma Aunty Momo's-stånd på olika håll i Delhi. Och hon är fortfarande ensam om att servera momos.

När jag ska provsmaka är det fullt med folk och stämningen hög framför det lilla matståndet. Kunder står i flera led, sträcker ivrigt fram sedlar och ropar på momosförsäljarnas uppmärksamhet. En av de tre som arbetar i standet övervakar ångkokaren med dumplings och lägger upp portionerna på engångstallrikar. Helportioner med åtta dumplings för 7,50 kronor och halvportioner med fyra för knappt 4. Det är han som dirigerar arbetet och också tar emot pengar. Hans två kollegor håller upp

mumsig tomatchutney på tallrikarna och ser till att rätt person får rätt sort.

DOLMA TSERING BERÄTTAR HUR VIKTIGT det är att momos är mjuka, och det stämmer. De är mjuka och saftiga med mild kryddning, och det är egentligen först i kombination med den egna chutneyn – med lök, vitlök, tomat och chili – som rätten lyfter.

”Receptet har jag fått av min far, som brukade laga och leverera dem till bröllopsmiddagar.”

I många år serverade hon bara två varianter, en med kycklingfärs, kål, gurka och ingefära, och en vegetarisk med kål och morot. Men för tre år sen introducerade hon en ny variant, paneer, med ost, kål, lök och vitlök.

Anubhav Sapra berättar att lokala politiker för två år sen försökte förbjuda momos på Delhis gatumat för att de innehåller den påstått cancerframkallande tillsatsen MSG. Att rätten har sina rötter i Tibet, Nepal och Kina gör inte saken bättre. När politikerna gick ut i media och hävdade att mat som dumplings framkallar cancer, tyckte Anubhav Sapra att det fick vara nog. Han arrangerade en pro-

testaktion mot förbudsförslaget, just framför Dolma Aunty Momo's stånd. För att samla deltagare höll de en tävling som gick ut på att äta upp åtta momos på kortast möjliga tid. Protestauktionen drog flera tusen deltagare. Om det påverkade politikerna är oklart, men lagförslaget blev inte godkänt.

”När politikerna gick ut i media och hävdade att mat som dumplings framkallar cancer, tyckte Anubhav Sapra att det fick vara nog. Tillsammans arrangerade han en protestaktion mot förbudsförslaget, just framför Dolma Aunty Momo's stånd. För att samla deltagare höll de en tävling som gick ut på att äta upp åtta momos på kortast möjliga tid.”

ASMA KHAN

REDAN FÖRSTA RÄTTEN PÅ MENYEN på restaurang Darjeeling Express i Soho i London avslöjar mycket om ägaren Asma Khan. Hon kallar den Tangra Chilli Garlic Prawns – sötstarka, saftiga räkor med mustig smak av rostad vitlök och sting från stark, röd peppar. Ett tillagningssätt med tydliga kinesiska influenser.

”Det är min hommage till kineserna som bosatte sig i Calcutta i flera hundra år. Vi indier var mycket ogästvänliga mot dem, eftersom de gjorde två saker både muslimer och hinduer har problem med: de åt både nötkött och fläsk.”

Hon berättar att som invandrare i Storbritannien förstår hon hur det känns att lämna sitt land bakom sig och leva på någon annans land. Och när folk inte gillar maten man äter eller inte ens vill prata med en.

”Det här är mitt sätt att säga: 'Jag är ledsen'.”

”Du har nog listat ut det redan, men jag är en mycket politisk person. Och mat är politik, de är alltid länkade med varandra. Mat har att göra med politik och mat har att göra med makt. Genom att titta på vem som är mäktig och vem som är svag, och vad de äter, kan man lära sig mycket om hur ett samhälle fungerar och är uppbyggt.”

ASMA KHANS MATLAGNING PRÄGLAS AV traditioner på både hennes mors och fars sida. Hennes fars förfäder var krigare, konverterade till islam under Akbar den store, och var bosatta i mellersta delarna av norra Indien. Hennes mors släkt kommer från nordöstra Indien och var verksamma i teodlingarna i Assam, innan de flyttade till Calcutta där Asma Khan växte upp.



FOTO: MING TANG-EVANS

Hon flyttade till London 1991 tillsammans med sin man, kom in på Cambridge 1996 för att studera juridik och doktorerade 2012. Hon säger att utbildningen delvis var en ursäkt för att få ägna sig åt politik.

”Du har nog listat ut det redan, men jag är en mycket politisk person. Och mat är politik, de är alltid länkade med varandra. Mat har att göra med politik och mat har att göra med makt. Genom att titta på vem som är mäktig och vem som är svag, och vad de äter, kan man lära sig mycket om hur ett samhälle fungerar och är uppbyggt.”

Asma Khan drev cateringverksamhet i flera år där hon anställde kvinnor som tidigare varit hemmafruar, städare, barnvakter och sjukvårdare. Det är dessa kvinnor som nu sköter matlagningen på restaurangen.

”Ingen av dem är utbildade kockar. Men att jag är framgångsrik är enbart tack vare dem.”

Även den enkelt serverade men utstuderat smakrika desserten på afghanska aprikoser har en historia. Enligt familjesäggen hyrde den stenrike härskaren Nizam i Hyderabad in de bästa legosoldaterna, afghanska krigare, för att skydda sitt rike. Afghanerna gillade inte lokalt kryddstark mat, och hos indierna stod inte legosoldaterna högt i kurs. Därför fick krigarna ta med sig egen mat hemifrån, bland annat aprikoser. När Nizam såg krigarna äta de skrumpna aprikoserna bad han sin kock tillreda dem. Och just så enkelt serveras de på Darjeeling Express: torkade, rehydrerade afghanska aprikoser i sin egen juice med hyvlad mandel och en skvätt grädde. ■



FOTO: JUSTIN LAMBERT

Asma Khan driver Darjeeling Express.



FOTO: MING TANG-EVANS

Tangra Chilli Garlic Prawns – sötstarka, saftiga räkor med mustig smak av rostad vitlök och sting från stark, röd peppar.

darjeeling-express.com



FOTO: MING TANG-EVANS

Inne på Darjeeling Express i London.

SYD- INDISK

skaldjursfest

På restaurang Karavalli möter Indiens kryddrikaste kök ett överflöd av fisk och skaldjur.

TEXT PER STYREGÅRD

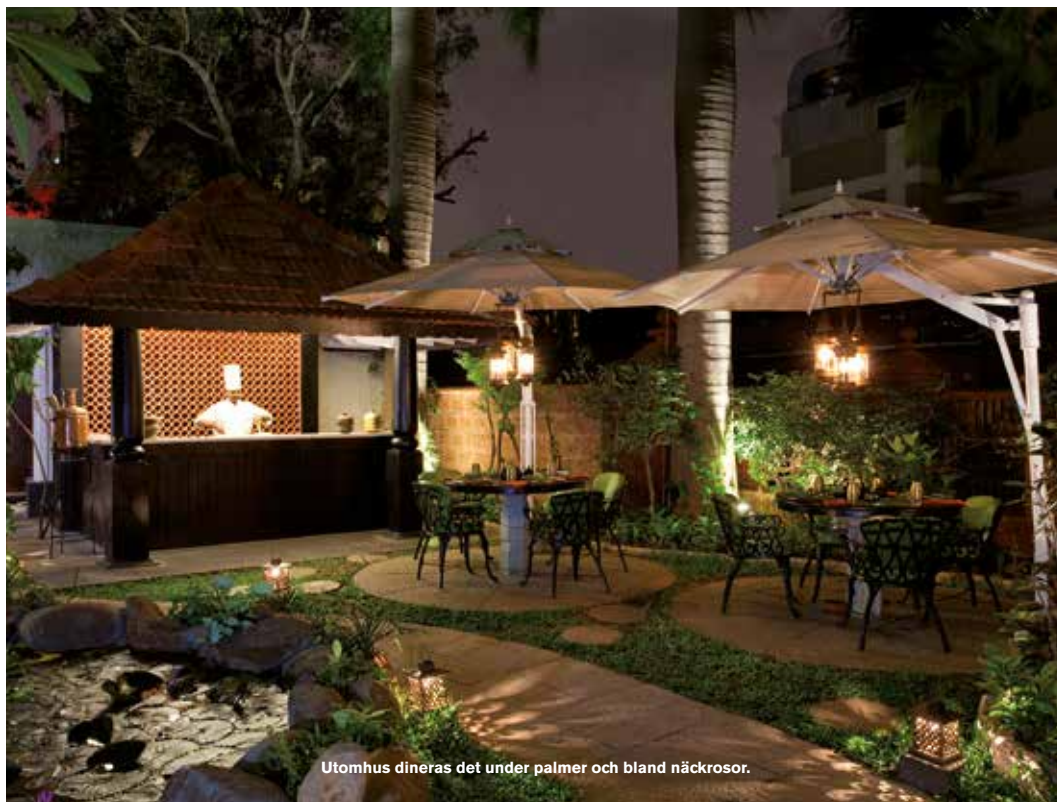
85	<p>KARAVALLI GROUND FLOOR, THE GATEWAY HOTEL, RESIDENCY RD BENGALURU, KARNATAKA 560025, INDIEN WEBB WWW.TAJHOTELS.COM/EN-IN/GATEWAY /RESIDENCY-ROAD-BANGALORE MAT 35</p>
----	---

KLIMATET I BANGALORE GÖR ATT MAN året runt kan välja att sitta inne eller ute på restaurang Karavalli. Utomhus under palmer i den lummiga trädgården med små dammar med näckrosor, eller inomhus i någon av de två stora salarna, med rustika, mörka trämöbler och tunga takbjälkar. Restaurangen är en del av The Gateway Hotel som tillhör den indiska lyxhotellkedjan Taj Hotels, och startades 1989 av kocken Sriram Aylur. Idag driver

han enstjärniga indiska restaurangen Quilion på Taj Hotel i Westminster i London. Nuvarande chefskocken Naren Thimmaiah har gått den långa vägen, och började som lärling i köket för över 25 år sedan.

HELA IDÉN MED MENYN är att lyfta de rika matkulturerna längs Indiens sydvästra kust, som vetter mot Arabiska havet. Från Goa i norr via Mangaluru och Coorg, längs Keralas kust ner mot sydspetsen. Den här delen av Indien har en alldeles särskilt varierad matkultur inspirerad av en mångfald av religion, kultur, invandrargrupper, geografi och kolonial historia. Som historisk handelsplats för kryddhandel, finns på den här kusten några av landets allra kryddrikaste kök.

På Karavalli vill man lyfta fram de rika matkulturerna längs Indiens sydvästra kust.



Utomhus dineras det under palmer och bland näckrosor.

FISK OCH SKALDJUR FINNS I ÖVERFLÖD, olika typer av räkor, krabba, bläckfisk och en mycket rik fauna av andra skaldjur och fiskar varav många används i matlagningen. På Karavalli serveras hel krabba med skal och allt, tillredd i currysås med knäckta ben så det bara är att gräva ur det goda, saftiga köttet ur skalet. Ett lite kladdigt, men mumsigt, sätt att äta krabba på.

Rejåla, saftiga räkor med sting från Kerala är frästa i en blandning av tomat, ingefära, grön chili, bitar av kokosnöt och citronjuice. Även rätten meen pollichathu är från Kerala, lokal sötvattensfisk, pearl spot, långsamt bakad insvept i bananblad och het kryddblandning. Koli barthad kommer från Coorg och består av bitar av kyckling tillredda i coorg garam masala – korianderfrön, peppar, kummin, senapsfrön, kanel och kryddnejlikor – som först rostats. Det sydindiska tunnbrödet paratha görs på allsidigt maidamjöl, steks i panna och penslas med smör. Även brödet appa, gjort på en fermenterad risröra

och kokosmjölk, är funktionellt att suga upp curries med. Fyra små byttor med färgglada curries innehåller thaarav roast gjort på grillad anka, en specialitet bland syriska kristna från Kerala, bitar av fårkött tillrett med kokosmjölk och kryddor och pork sorpotel, en rätt från Goa med bitar av fläskkött i röd currysås.

Menyn har formen av en mycket tjock, stor bok. Otypligt, men samtidigt fullt med information om rätterna, restaurangen och om de lokala råvarorna och kryddorna. Diagrammet "Know Your Fish" ska fungera som vägvisare för att välja rätt fisk beroende på årstid.

Till dessert, bebinca, serveras en varm kokosnötsbaserad, flerbottnad, saftig kaka från Goa med vaniljglass. Eller elaneer payasam, en liten skål med mild, saftig pudding gjord på mjölk, kokosnöt, kondenserad mjölk och kardemumma, en tradition bland den sedan långt tillbaka invandrade befolkningen med ursprung i Malaysia. ■



Karavalli ligger i ett lyxhotell i Bangalore.



Naren Thimmaiah är chefskock.



Bananblad används både i maten och som underlägg.