

# Slipp SANSENE løs på ZANZIBAR



Krydderøya Zanzibar er et ferieparadis for kropp og sjel. Nyt late dager på stranden,

opplev Stone Town eller lær å lage lokal mat full av nyplukket nellik, muskat og chili.

TEKST: MONA MYRAN FOTO: MONA MYRAN OG MARISA VAN VUUREN





Zanzibar er blant verdens mest populære dykke- og snorkledestinasjoner.



Det er ikke helt uten grunn at Zanzibar omtales som paradisyøya.

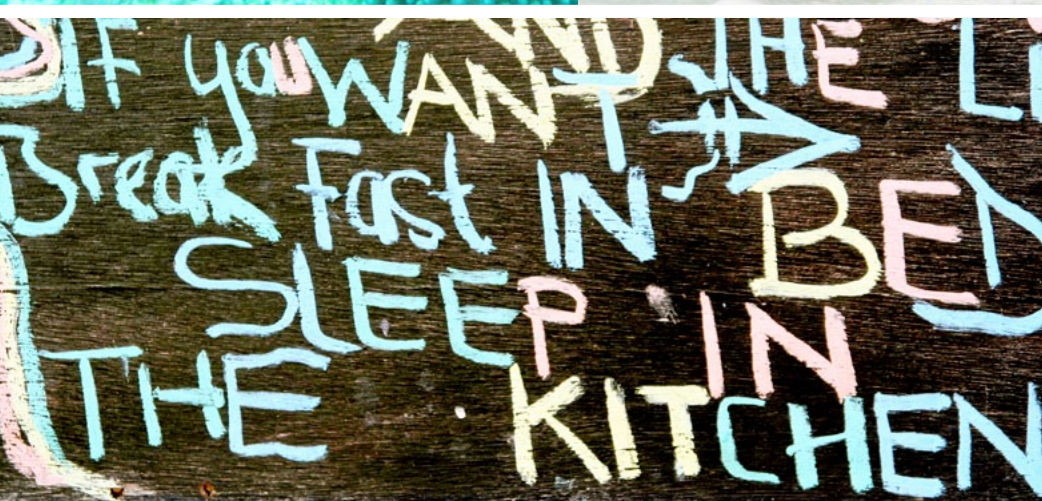


### Zanzibars krydderhistorie

På begynnelsen av 1800-tallet var Zanzibar en del av riket til Seyyid Said bin Sultan av Oman. Sultanen hadde hovedsete på Zanzibar og det var han som introduserte nellik på øya. Krydderet trivdes godt i det subtropiske klimaet, og den næringsrike jorda, og i løpet av 1800-tallet ble Zanzibar verdens største produsent av nellik. Sultanens familie eide mange av plantasjene, hvor stort sett slaver var sysselsatt. Etter hvert innbefattet produksjonen også andre krydder – kanel, kardemomme og ingefær, som alle har blitt en integrert del av livet og maten på Zanzibar. Selv om britene avskaffet slaveriet på slutten av 1800-tallet, beholdt Zanzibar sin posisjon på verdensmarkedet som ledende nellikeeksportør inntil tørke, uvær og tresykdommer satte en stopper for krydderøyas glansdager. I dag er krydderplantasjene stateide og Zanzibar står for kun ti prosent av verdens nellikproduksjon, mens Indonesia og Madagaskar har inntatt lederplassen.

### God som gull

I verdenshistorien har krydder vært en drivkraft. India ble regnet som krydderets hjemland, og her fikk man kjøpt krydder billig. Vel fremme i Europa ble krydderet solgt for opptil 30 ganger mer enn innkjøpsprisen. Å ha krydder i skapet hvis man bodde i Europa, var et symbol på status. På et tidspunkt var pepper like verdifullt som sølv, og muskat like verdifullt som gull. I dag er safran verdens dyreste krydder med en kilopris som ligger godt over gullet.



ØVERST: Disse damene går ut med garn og fanger småfisk.

TIL VENSTRE: På Langi Langi får du gratis matlagingskurs, men ikke frokost på senga.

OVER: Blått hav, hvite strender og vennlige smil krydrer ferien på Zanzibar.



Maten er kortreist på Zanzibar. Her er ingredienser til dagens middag.

«Den zanzibarske kulturen og maten er som krydderblanding karri – en helt særegen miks der du ikke lenger kan skille ut enkeltdelene.»

Århundrene med handel har resultert i lokalspråket swahili – et lingua franca med elementer fra arabisk, persisk, urdu og bantu. Kulturen på øya er en real blanding av folkeslag, arkitektur, tradisjoner og smaker.

– Det er først og fremst krydderet som har formet folket på Zanzibar. Det har gitt oss stolthet og karakter, sier Sele Said, sjefkokk og daglig leder på familiehotellet Langi Langi i Nungwi, øyas mest etablerte turiststrand.

– Den zanzibarske kulturen og maten er som krydderblanding karri – en helt særegen miks der du ikke lenger kan skille ut enkeltdelene, fortsetter kokken og lar blikket gli over radene av små skåler på kjøkkenbenken, alle fulle av ingredienser og krydder til kveldens middag. På menyen står en frisk og sterk mangosalat til forrett og tunfisk i kokoskarrisaus til hovedrett.

VI, EN GRUPPE SULTNE middagsgjester utstyrt med penn, papir og nyvaskede hender, står som tente lys inne på det lille gjestekjøkkenet, alle med håp om å få smaken av Zanzibar nedbrutt i desiliter og gram. Blant mylderet av restauranter og fristende menyer er Langi Langi foreløpig alene om

SOLA HENGER TUNG og varm i himmelhvelvingen før den glir ned i dypet og farger himmel og hav dyp oransje. En fiskebåt har satt seil og driver lydløst mot horisonten i Det indiske hav. Reggaetoner triller ut fra høytalerne på en strandbar og blander seg med latter og smaken av iskald øl. Atter en døsig dag går mot slutten i ferieparadis Zanzibar.

I dag er turisme hovednæringsvei på Zanzibar, men det har ikke alltid vært hvite strender og turkisblått hav som har lokket folk til denne lille tropiske øya utenfor kysten av Tanzania. I århundrer

var Zanzibar et paradys for handelsfolk. Arabere, persere og indere kom sjøveien med monsunen. Med seg hadde de salt, dadler, krydder og tekstiler. Fra innlandet reiste afrikanere med slaver, gull og elfenben. På slutten av 1800-tallet var Zanzibar både Afrikas største slavehavn, hvor opptil førtifem tusen slaver ble fraktet inn og ut i løpet av året, og verdens største produsent av nellik. Krydderets intense og karakteristiske lukt ble også øyas signatur – krydderøya – og var etter sigende den som først møtte handelsfolket da de kom seilende inn i havnen.



## Krydderfakta

◦ **Karri** er en av de vanligste krydderblandingene i verden og stammer fra det indiske kjøkkenet. Ordet karri er opprinnelig tamilsk og betyr saus. Krydderblanding i karri består av mange sterke og aromatiske kryddere som spisskarve, nellik, muskat, pepper, ingefær, kanel, sennep m.m.

◦ **Nellik** brukes i masala samt i parfyme, sigaretter og tannhelseprodukter. Nellik kan lindre smerte – har du for eksempel tannverk, tygg på en nellik. I Norge forbinder vi nok nellik først og fremst med juleappelsinen.

◦ **Vanilje** verken lukter eller smaker noe når den henger på busken. Det er først etter at den er plukket og har ligget i sola i 2–3 måneder, at den blir tørr, mørkebrun og velduftende.

◦ **Muskat** vokser bare rundt ekvator og brukes primært som tilsetning i desserter. På Zanzibar brukes den også i te for å kurere brudens sjenanse på bryllupsnatten. Muskat har hallusinogen effekt dersom den tas i store mengder.

◦ **Ingefær** trives godt i subtropisk klima. Den har saftig og frisk smak når den er fersk, og er bra for fordøyelsen og blodsirkulasjonen. Ingefær er et basiskrydder i det indiske og kinesiske kjøkkenet.

◦ **Kardemomme** er blant de tre dyreste plantene i verden. På Zanzibar dyrkes grønn kardemomme, som egentlig er en blomst som blir en frukt. Smaker best når den er fersk. Brukes i chai og pilauris, men er visstnok også effektiv mot dårlig ånde, magesmerter og hjertekramper.

◦ **Lesetips!** I Smak av krydder av Andreas Viestad kan du lese mer om krydder og krydderhandelens historie. Den norske kjendiskokken har et nært og kjært forhold til Zanzibar, både som turist og konsulentkokk på den anerkjente restauranten Emerson House i Stone Town. I boka tar Viestad oss med på en reise til 11 land ved Det indiske hav og serverer leseren både reiseskildringer og oppskrifter.



Zanzibar er også kjent som krydderøya, noe som gjenspeiles i den deilige maten.



«Den dagen vi drar er vi fulle av inntrykk, og jeg er overbevist om at øyas særegne dufter vil følge meg lenge.»

å invitere gjestene inn på kjøkkenet. Konseptet er enkelt: Et slags gratis matlagingskurs der du betaler for midt-dagen din, men lager den selv med god veiledning fra kokken. Med på kjøpet får du en introduksjon til krydderøyas historie og smaker.

Det gjelder å henge med, for Sele manøvrerer seg like raskt mellom kjøkkenbenken og kokeplatene som han prater. Rastaflettene danser rundt hodet mens innholdet i de små skålene forsvinner én etter én. En klype kanel, en stor bit ingefær med skall. Så litt grønn kardemomme.

– Blenderen er det viktigste redskapet på kjøkkenet, fastslår han og hiver resten av ingrediensene oppi: litt buljong, spisskarve, løk- og hvitløkspasta, koriander, gurkemeie og tomat saus. Alt kjøres sammen til en gulgrønn masse. Så forsvinner han en svipptur ut i den fullsatte restauranten for å forsikre seg om at alle gjestene har det bra, mens vi blir satt til å vispe kokosmelk, skvise lime og marinere tunfiskfileten.

Vi tørker svette og noterer for harde livet. «Hvor mye ingefær, sa du?» Selv om Sele er utdannet ved de beste hotellskoler i London og Kuala Lumpur, foretrekker han nemlig å kokkelere etter lokale metoder.

– Vi lager ikke mat på samme måte som dere europeere, svarer han over stekepanna hvor gulrot, grønn paprika, tomat og løk surres i olje. – Vi bruker ikke kokebøker og litermål. Vi lager mat etter hjertet, vi lukter og smaker oss fram. For oss er prosessen like viktig som målet, forklarer han og stikker fingeren i risen for å måle vann-nivået.

Vi innser at penn og papir er nytteløst og setter vår lit til sansene i stedet. Vi jobber på høygir for å memorere, mens mango, frisk mint og chili tilsettes salaten, og karripasta og kokosmelk blandes.

**EN SVETT OG HEKTISK TIME** senere kan vi endelig servere oss selv vår egen middag. Over det dekkede



bordet er stjernehimlen spent opp som et stramt lerret, og der ute hviler Det indiske hav dekorert med måneskinn og lys fra fiskebåter i det fjerne. Vi smatter intenst og nyter hver nyanse – hvert eneste lille krydder. En høylytt skål utbringes. For det er ingen tvil om at måltidet vi har vært med på å lage er det mest velsmakende i manns minne. Helt til slutt avrunder vi med Seles nybakte sjokoladecake tilsatt chili(!), og ekte zanzibarsk kaffe krydret med kanel og ingefær.

Jo da, krydderøya Zanzibar har noe for enhver smak. Den er et ferieparadis for kropp og sjel, og en munnfull for sansene. Den dagen vi drar er vi fulle av inntrykk, og jeg er overbevist om at øyas særegne dufter vil følge meg lenge. Og hvis jeg går tom, kan jeg jo alltid gå til innkjøp av parfymen til den norskzanzibanske designeren Cathrine Røsseland. Den heter Double You Zanzibar og dufter av varm asfalt, nellik, kaffe, lær og Det indiske hav. Akkurat som Zanzibar.

OVER: Solnedgangene på Zanzibar er både stemningsfulle og fargerike.

TIL VENSTRE: Det er mulig å kombinere ferien på Zanzibar med safari i en av nasjonalparkene på fastlandet Tanzania.

UNDER: Stone Town er hovedstaden på Zanzibar og står på UNESCOs liste over verdens kulturarv. Byen er tydelig influert av arabisk og indisk arkitektur.





## DRØMMEREISEN

**Land:** Zanzibar en selvstyrt del av unionen Tanzania og består av hovedøyene Unguja og Pemba, og noen mindre øyer.

**Folketall:** ca 1 million

**Religion:** islam

**Valuta:** Tanzanianske shilling (TZH) 1000 TZH = ca 4,50 NOK

**Turistinformasjon:**  
zanzibar.net

**Slik kommer du dit:**  
Med en eller to mellom-landinger kr 7000 – 10 000 t/r.

**For priser og ruter:**  
skyscanner.net

**Pakketurer:**  
dittafrika.no

**Visum:** Ja. Kjøpes på flyplassen til 50 USD. Kun kontanter aksepteres.

**Når:** Sesong hele året, men

er du redd for regn, styr unna mars til mai. Høysesong juni – august og desember – februar.

**Språk:** kiswahili, i tillegg snakker mange noe engelsk

**Helse:** For informasjon om vaksiner og malariatabletter, kontakt din lege eller lokale vaksinekontor. Sjekk **reiseklinikken.no**.

**Overnatting i Nungwi:**  
✓ Langi Langi Beach Bungalows, **langilangizanzibar.com**. For ca kr 1000 får du dobbeltrom med fantastisk havutsikt, svømmebasseng, hage, matlagingskurs og den beste maten i Nungwi.  
✓ Flame Tree Cottages, **flametrecottages.com**, ligger i den stille enden av stranden. Gode rom med aircondition og privat terrasse hvor frokosten serveres. Deilig mat og egen yoga-meny. Dobbelrom kr 600.  
✓ The Z-Hotel, **thezhotel.com**,



er et stilfullt boutiquehotell med høy og elegant standard. Kr 1500 for dobbeltrom.

**Aktiviteter:** utover å bade, dykke, snorkle, fiske og spise god mat, kan du:  
✓ Besøk Jozani-skogen, et naturreservat med de røde apekattene og store, eksotiske trær og tette mangroveskoger. Fine turmuligheter.  
✓ Dra på en krydderplantasje eller besøk det fargerike og velduftende markedet i Stone Town, der luktene fullstendig overvelder deg.  
✓ Gå deg vill i Stone Towns trange gater. Zanzibar by står på Unescos liste over vernede byer. Her kan du handle, prute

og spise deg mett for noen shilling på nattmarkedet Forodhani Gardens. Du kan besøke på det gamle slave-markedet og se skilpaddene på Prison Island. Godt utvalg i kafeer og restauranter.  
✓ Gjør yoga på stranden zanzibaryoga.com eller kombiner yoga- og dykking: **divinezanzibar.com**  
✓ Unn deg en velgjørende behandling på Cinnamon Spa, **cinnamonspa.net**. Senteret bruker kun organiske og lokalt dyrkede planter og produkter i behandlingen.  
✓ Et besøk på Zanzibar kan kombineres med safari på fastlandet og bestigning av Afrikas høyeste fjell, Kilimanjaro.

## Aktiviteter - Kultur - Vin - Natur - Livsglede



### Temareiser

Cuba, Colombia,  
Vietnam-Kambodsja

### Fotturer

Italia, Spania

### På sykkel

Italia, Spania, Frankrike,  
Portugal, Ungarn, Kroatia,  
Cuba, Brasil, Marokko,  
Vietnam-Kambodsja

### Weekend, Venner, Firmaturer

Skreddersys til alle  
våre destinasjoner



**OLIVEN**  
REISER