

De 1001 smaken van Farèn Sallak

Gezond met een Perzisch accent

Farèn Sallak kwam 27 jaar geleden bij toeval vanuit Iran in Nederland terecht. Na enkele andere beroepen en een verhuizing naar Maastricht stapte de voormalige docente lichamelijke opvoeding in de gezonde voeding. Ze presenteert haar Perzisch getinte keuken met 1001 smaken nu op de Groene Loper in Maastricht. Het restaurant draagt haar voornaam.

TEKST BERT SALDEN BEELD MONIEK WEGDAM

Gezond, vers en smakelijk zijn de drie basisingrediënten van haar keuken. We proeven een melange van Perzische kruiden waarbij saffraan licht domineert, naast limoen, oranje-bloesem, kikkererwten, dadels, feta, aubergine en noten. “De saffraan stuurt mijn moeder vanuit Iran, veel andere ingrediënten kan ik hier kopen. De Perzische keuken met haar 1001 smaken is de basis, ik creëer zelf combinaties van smaken, die goed in balans zijn. Er mag niets domineren. Ik gebruik erg veel kruiden, zo veel mogelijk vers. Gezond eten hoeft niet moeilijk te zijn. Ik houd niet van te veel poespas, want hoe eenvoudiger

een gerecht is, hoe beter de smaken tot hun recht komen. De presentatie op de borden krijgt evenveel aandacht. Ik noem het zelf de keuken van ‘shalam peralam’, wat alles door elkaar betekent.”

Farèn

Farèn, een prachtige vrouw met een stralende lach en een open

uitstraling, was van plan vanuit Perzië naar Canada te verhuizen. “Ik vloog niet als toerist. Bij de tussenstop in Amsterdam ontdekte men dat mijn papieren vals



“Hoe eenvoudiger een gerecht is, hoe beter de smaken tot hun recht komen”

waren. Ik moest dus hier blijven en in Nederland een toekomst opbouwen. Daar stond ik, bijna 30 jaar oud en ik kende niemand hier.”

Ze studeerde voor sportdocent in Tilburg en maatschappelijk werk aan de hogeschool in Den Bosch. Ze werd gymlerares en maatschappelijk werkster, begeleidde vluchtelingen en verhuisde acht jaar geleden naar Maastricht. “Ik wilde wat anders, een bijdrage leveren aan de gezondheid van mezelf en anderen, zowel fysiek als

mentaal.” Haar passie voor een gezonde levensstijl zette ze om in een eigen saladebar in Wyck: de ‘Wycker Soep Sap Salade’. “Ik voelde me daarmee veel gelukkiger en ontving voornamelijk vrolijke mensen. Er werd over leuke dingen gesproken. In Maastricht ben ik inmiddels thuis. Hier tref ik mijn tweede familie.”

Probleem: het pandje in Wyck telde maar vier zitplaatsen en het zelf gecreëerde terras was eigenlijk niet toegestaan. Maar de passie bleef en Farèn ging op zoek naar een andere locatie. “Die vond ik in de Frankenstraat. De benedenverdieping stond al jaren leeg en was behoorlijk onderkomen. Ik kon het huren en heb met vrienden alles in orde gebracht en opgeknapt. Door de aanleg van de A2 was het ook niet gemakkelijk bereikbaar, maar dat was maar tijdelijk. Het succes van de Groene Loper waaraan we liggen had ik duidelijk voor ogen.”



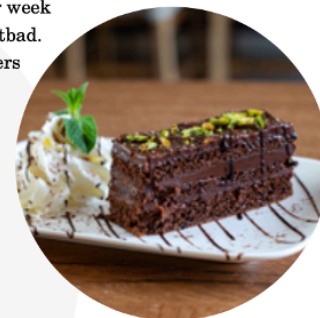
Ze begon bescheiden: “Ik had borden en bestek voor zes personen. Toen een groep van 40 mensen reserveerde brachten deze mensen op mijn verzoek zelf bestek mee. Inmiddels is het allermee dik in orde en komen gasten uit de hele Euregio Maas-Rijn en zelfs van verder weg.”



Maatschappelijk

Farèn werd al snel populair in de regio, bouwde haar restaurant uit met een mooi terras en breidde dat in de periode van de virusbeperkingen uit naar het plein aan de overkant. Dat plein kleepte ze dan weer mooi aan met bloemen en planten, waarvoor ze aanvankelijk geen vergunning had. “In Iran was ik gewend gewoon te beginnen en daarna pas vergunning aan te vragen. Hier is het net andersom.”

Haar sociale achtergrond komt nog steeds van pas. Haar medewerkers komen uit de regio, voor een belangrijk deel zijn het mensen met een migratieachtergrond. “Ik gun iedereen een toekomst hier. Ze leren hier werken in de horeca, maar ook andere vaardigheden. Ik geef ze ook zwemlessen, driemaal per week ‘s morgens in het Geusseltbad. De meesten kunnen immers niet zwemmen. En in de zaak praten we alleen Nederlands met elkaar. Iedereen moet de taal van hier kunnen spreken.”



Farèn

Frankenstraat 200 | Maastricht
+31 (0)43 311 11 60
Dinsdag t/m zondag van
12.00 tot 22.00 uur.
www.faren.nl