



**20**  
sep 2023

# Masala Mama av Rizwan Qadery

Skribent: **Vin & Matguiden**

Vi har länge följt Rizwan och hans fantastiska matlagning. Nu har han äntligen släppt sin spännande kokbok Masala Mama där han lär oss laga bengalisk mat.

Foto: Simon BajadaFörlag: Natur & Kultur

Rizwan Qadery är lärare och matinspiratör. Han växte upp i Norrköping med föräldrar som invandrat från Bangladesh.



Innan vi kommer in på recepten i kokboken kommer flera kapitel fyllda av information om ris (den viktigaste ingrediensen) dal (samlingsnamn för torkade linser och bönor), kryddor, oljor, vad man ska ha i skafferiet, råvaror - men även kökstekniker och handlag. Med andra ord tar Rizwan med oss till sin matkultur och delar den kunskap som behövs för att vi ska våga oss på att laga de cirka 70 recepten. Mycket spännande!

På ett personligt plan har Rizwan använt bengalisk matlagning i någon form av identitetsskapande, ett sätt att utforska och förstå sin bakgrund. Maten och recepten han delar i boken kommer från hans mamma som i sin tur har fått dem från sin mamma och hans pappas mamma.



Inför arbetet med boken åkte Rizwan tillbaka till Bangladesh för att djupdyka i köket. Han besökte matmarknader och handlade på torg i trängsel bland fisk, frukt och kryddor.

Masala Mama är Nordens första renodlade bengaliska kokbok. Rizwan bjuder på de vanligaste bengaliska rätterna, deras husmanskost, som visar hur människor äter till

vardags.

Vi får provsmaka tre recept:

Lammbiryani - ris med lamm och potatis

Niramish - grönsaksgryta

Kolar Pitha - bananfritters

