

## Nootmuskaat



Nootmuskaat is een specerij afkomstig van de Nootmuskaatboom (*Myristica fragrans*), die in regenrijke tropische kustgebieden gekweekt wordt. De muskaatnoot is ovaal van vorm en ongeveer twee en een halve centimeter lang. De muskaatnoot is zeer hard: in de keuken wordt de muskaatnoot daarom alleen in geraspte vorm (nootmuskaat) gebruikt. Het woord nootmuskaat is een verbastering van het Latijnse "nucis moschatae", hetgeen "naar muskus ruikende noten" betekent.

De muskaatnoot is de gedroogde pit van de vlezige, okergele, abrikoosachtige vrucht. De pit wordt door een harde bast omgeven: na het drogen in de zon barst de bast en komt de muskaatnoot met de zaadrok vrij. De zaadmantel (zaadrok), die om de muskaatnoot heen zit, wordt ook gedroogd en wordt onder de naam foelie eveneens in de keuken gebruikt. Na het drogen van de vrucht en de noten wordt de muskaatnoot bepoederd met kalk. Dit dient om aantasting door insecten te voorkomen.

De productiecentra voor nootmuskaat zijn nu Indonesië, Grenada, India en Sri Lanka, maar oorspronkelijk komt de boom van de Molukken.



Nootmuskaat wordt in de traditionele Nederlandse keuken gestrooid over gekookte sperziebonen, bloemkool, spruitjes, spinazie of asperges. Men past het ook toe in aardappelpuree en in kaassaus. Ten slotte wordt nootmuskaat ook veel gebruikt in koek en gebak, met name in speculaas. Door de sterke smaak is een kleine hoeveelheid al voldoende.

Let op: gebruik nootmuskaat spaarzaam (per dag zeker niet meer dan 5 gram), want in grote hoeveelheid is het schadelijk voor de mens; misbruik kan leiden tot hallucinaties.

In de boeken van Hildegard van Bingen staat het volgende over Nootmuskaat geschreven:

"Nootmuskaat heeft een grote warmte en een fijne afstemming in haar krachten. Als een mens nootmuskaat eet, opent het zijn hart, worden zijn (vijf) zintuigen gereinigd en krijgt hij een helder verstand".