

De Mashua kan rauw worden gegeten, dan heeft ze een zeer sterke peperige of mosterdachtige smaak c.q. zeer scherpe radijssmaak. Dun gesneden in salades geeft het pit! Die smaak komt door het hoge gehalte [isothiocyاناتen](#) (ook wel: mosterdolie). Meestal worden de mashuaknollen gestoofd of gebakken, als een [aardappel](#) of [aardpeer](#). Koken elimineert de cyanide en verbetert de smaak. Want eens de knol een beetje is verwarmd is de smaak aangenaam met een licht zoetig anijssmaakje. De Mashua wordt ook veel voor soepen gebruikt.

### Recept Mashuasoep (knolcapuciensoep)

500 gr Mashuaknollen, in brokken; 500 gr [aardappels](#), in brokken; 1½ l groentebouillon; 2 tenen [knoflook](#), geperst; 1 fikse [ui](#), gesnipperd; *scheut olijfolie*; 1 ei, losgeklopt; 1 eetl (droge) munt, fijngesneden; 1 eetl *platte*[peterselie](#), blad fijngesneden; zout naar smaak



Neem een stevige pan en verwarm de olie. Bak de ui glazig, doe er de bouillon bij, breng aan de kook en voeg de knoflook toe, de knolcapucien (mashua) en de aardappelbrokken. Laat zachtjes koken (kwartier à twintig minuten) tot de knollen gaar zijn. Pureer – bijvoorbeeld met een staafmixer. Roer het ei erdoor en de kruiden. Serveer!



#### Opmerkingen

Dit is een Peruviaans recept. In de oorspronkelijke versie staat geen munt en geen peterselie maar korianderblad (fijngesneden) en [huacatay](#), dat is een bijzonder kruid met een unieke smaak. Het is een *tagetes*, familie van de afrikaantjes.

### Recept Mashua rauw (knolcapucien)

Was de Mashua schoon, evt. met een champignonborsteltje. Rasp de knol fijn en doe het door de sla.

De smaak heeft iets weg van een pittig radijsje met een vleugje 'nootachtigs'.

### Recept Mashua gewokt (knolcapucien)

Was de Mashua. Snijd de knol in plakjes, met schil. Wok de plakjes in olijfolie met wat knoflook. De knolletjes zijn klaar als ze er wat glazig uit beginnen te zien. Na ca. 8-10 minuten wokken.

De consistentie van Mashua lijkt wel een beetje op een Aardpeer, maar dan iets meer met notensmaak. Na het wokken proef je ook echt het zetmeel, net zoals bij een gekookte aardappel. De knolletjes zijn boven de grond niet weken houdbaar.

Bron recepten: <http://www.mergenmetz.nl>