



INHOUD

006	PAAR HANDIGE WENKEN
008	RECEPTEN PER MAAND
014	LENTE
118	ZOMER
190	HERFST
294	WINTER
402	REGISTERS



NIETS WEGGOOIEN



De titel klinkt vermanend, maar zo is het zeker niet bedoeld. Het is eerder een slogan, een leefregel die ik al mijn leven lang bij me draag.

Geen eten weggoaien is voor mij zo vanzelfsprekend, iets waar ik gewoon nooit over nadenk, tot ik langdurige logees kreeg. Zij kregen door dat elk gerecht bij ons in huis de volgende dag gerecycled werd tot een nieuw gerecht.

Restjes hoofdgerecht werden een soepje, een restje voorgerecht belandde in de lunch als soufflé, een stukje taart veranderde in een trifle, waardoor het opnieuw een tafel vol kon voeden.

Ik gooi dus nooit iets weg. Niet eens uit zuinigheid, echt niet. Het is natuurlijk ook gewoon gek om eten weg te gooien, maar het bespaart u de volgende dag ook een hoop nadenken over wat u moet eten: het begintje heeft u namelijk al. U hoeft het alleen maar op te schalen, uit te breiden, of verder af te vullen.

Zo kook ik dus. Elke week eten we de koelkast leeg. We maken alles op voor er nieuwe waar het huis in komt.

Ik zou hier een relaas kunnen schrijven over hoeveél eten er wordt weggegooid, ik hoop dat u wel eens een krant leest, want daar staat het regelmatig in. Schrikbarende hoeveelheden zijn het. Echt idioot zonde en volstrekt onnodig.

Ik geef u echter geen relaas, ik geef u een handreiking, een kijkje in mijn keuken. Dit is hoe we leven en koken. Elke dag. Ik schreef het wekelijks een paar jaar lang voor u op.

Ik pende neer welk seizoensingrediënt me die week bezighield en hoe ik het klaar maakte. En vooral wat ik met de restjes deed. Wat ik niet in een recept verwerken kon tekende ik er nog even bij. (Vaak ontploft mijn hoofd van de mogelijkheden, dus geef ik ze u maar als tips.) Opdat u ervan leert.

Want het weggoaien van goede ingrediënten is absoluut zonde, maar het weggoaien van een smakelijk maaltje waar u zich de vorige dag nog zo voor had ingespannen is zelfs een beetje absurd.

En onnodig. Het opnieuw uitvinden van een gerechtje vergt wat creativiteit, maar die valt aan te leren. Echt waar, voor u het weet kunt u het ook.

Maakt u van dat restje pasta een zalige lunchsalade voor twee en draait u van de saus bij de taart van gister zonder met de ogen te knippen de volgende dag een sorbet of een smakelijk drankje.

Wie weet gaat u wel verder denken en wordt die leuke jurk die u niet meer draagt een prachtig kussen voor op de bank, krijgt het oude kastje met andere knoppen en een lik verf een nieuwe bestemming en kunnen die bloemen van uw geliefde ook in de ijskoeler worden gezet!

Niets weggoaien, alles een herbestemming geven, het is een fijne manier van leven. Zie dit boek als een zelfhulpboek, dan komt u er vanzelf. Begin gewoon in de maand waarin u dit boek heeft aangeschaft, we koken het hele jaar door, daar gaan we!

Liefs,
Yvette

OVER INGREDIËNTEN

De geweldige smaak van uw gerecht valt of staat met de keuze voor goede ingrediënten. Kies bijvoorbeeld voor de lekkerste olijfolie of boter (geen margarine, gets!) die u zich kunt verlossen. U proeft dat echt terug.

OVER BOUILLON

Gebruik om dezelfde reden ook liever zelfgemaakte bouillon dan een bouillontablet. Maak zo'n bouillon van alle afsnijdsels van groenten of overgebleven botten of karkassen van een maaltijd. Spaar ze op in een zakje in de koelkast of vriezer, en maak zo'n soepje om de zoveel dagen tijdens het koken, u bent dan toch bezig. Het is geen werk en zo gooit u ook nog eens wéér minder weg. Bouillons kunnen altijd worden ingevroren, zodat u ze tevoorschijn kunt toveren wanneer het nodig is.

OVER EENHEDEN

1 eetlepel = 15 ml
1 koffielepel = 7 ml
1 theelepel = 5 ml



IETS OVER?

Paar aardbeien over? Avocado, banaan of bosui? Zelfs voor een restje worcestersaus, zoete aardappel of zure room heb ik een handig receptje. Achter in dit boek, bij de registers, vindt u een uitgebreide lijst met

OVER VLEES

Iedereen moet zelf een keuze maken welk vlees hij of zij aanschaft. Vroeger was ik dwingender en zette ik altijd voor een vleessoort in de ingrediëntenlijst het woord *biologisch*. Maar goed, niet iedereen heeft dezelfde idealen als ik.

Biologisch vlees van goede herkomst is ook een stuk duurder, ik weet het. Mijn motto is dan ook: eet minder vaak vlees en koop, als u het wél wilt eten, biologisch vlees van dieren die een eerlijk leven hebben gehad. Zo doe ik het: beter voor de dieren en de planeet.

OVER EIEREN

O ja, ik gebruik *biologische* eitjes, ongeveer maat M, die gewone standaardmaat uit de supermarkt.



Gebruik het liefste genormaliseerde maatlepels (u weet wel: in zo'n bosje, van de kookwinkel) en uw gezond verstand. Want proef ook altijd zelf: u moet het straks zelf opeten, als u van zouter, zoeter, zuurder of bijvoorbeeld heter eten houdt dan in mijn recept vermeld staat, pas de smaakmaker dan daarop aan.

voor elk ingrediënt een recept. Zo vindt u binnen *no-time* een oplossing voor elk restje. Let ook op de illustraties bij elk recept: daar staan vaak handige tips bij!

LENTE

MAART

GROENTE & FRUIT

Zoete aardappelcurry met
tuinboondumplinga 24
Broodje tuinboonkroket
met limoen-yoghurtmayo 25
Warme lentesla met
hüttenkäse 28
Aardappelontbijtkoekjes 29
Geroosterde bloemkool
met jalapeñosaus 32
Grutten met geitenkaas,
jalapeño-bloemkool & ei 33
Noedels met broccoli &
shiitake 40
Noedelburgers 41
Melkvla met zeezout 44
Zeezoutroomijs, -parfait
of semifreddo 44

BAKKEN

Kaastaartje 20
Cees Holtkamp's suiker-
tabletjes 21
Dadel-kardemomcake 36
Cakekrumcookies 37
Maggies chocokoeken met
zeezout 45

APRIL

GROENTE & FRUIT

Rabarber-gin-tonic 51
Rabarber-gin 51
Pulled sriracha-jackfruit-
taco's 58
Pulled sriracha-jackfruitcurry
met kousenband 59
Gekruide geitenkaas-
balletjes 74
Lentesalade met gekruide
geitenkaas & citroen-
tahindressing 75
Doperwtenpasta 78
Crostini met doperwten-
mayo 79

VLEES & VIS

Laura's kedgerec 62
Kedgereeschijven 63
Langzaam geaarde zalm
met asperges 70
Lentechowder 71

BAKKEN

Custardcake met rabarber 50
Omgekeerde jackfruitcake 54
Jackfruitgebakjes met
limoenyoghurt-
panna cotta 55
Starter 66
Hartige moederkoek 67
Zoete moederkoek 67
Rabarberflapjacks 82
Self-saucing flapjack-
custardpudding 83

MEI

GROENTE & FRUIT

Bloemen drogen 88
Spinazie-bloemenquiche 88
Bloementhee 88
Gevulde eieren 89
Bloemenkaasje 89
Bloemenzout 89
Lentecarbonara 92
Lentesyllabub met
aardbeien 96
Gedroogde oppiep-
aardbeien 100
Ricotta-aardbeiroomijs 100
Asperges met bruine boter &
pistache 104
Bucatini met asperge-
champignonsaus 105
Radicchio-panzanella 108
Gegratineerde radicchio-
salade 109
Snel inmaakrecept 112
Snelle zoetzure radijssla 113
Lauwwarme radijs-
aardappelsla 113

VLEES & VIS

Sobanoedelsalade met
geslonken groenten 116
Noedelsoep van noedelsla 117

BAKKEN

Bokkenpootjes 93
Strawberry syllabub-
blondies 97
Aardbei-ricottaoproltaart 101

ZOMER

JUNI

GROENTE & FRUIT

De lekkerste rabarber-
wortelsoep 124
Rabarber-hoisinsaus 125
Rabarber-hoisinaubergines 125
Groeneasperge-
parmezaangratin 128
Groente-parmezaan-
bouillon 129
Wontonravioli in
parmezaanbouillon 129
Bloemkoolsteaks met gegrilde
halloumi & chimichurri 132
Snelle opmaakpiccalilly 133
Roergebakken waterkers met
bonen & wortelpipián 141
Sticky tamarinde-aubergine
met halloumi-lolly's 144
Boekweitpizza met
tamarinde-aubergine &
mozzarella 145

VLEES & VIS

Lamskoteletten met munt &
muntmayo 136
Lamsbouillon met munt &
doperwten 137
Mariëttes zomersalade 140
Waterkerssalade met eend
(of kip) & sinaasappel 148
Wraps met eendsalade &
avocado-waterkersmayo 149

BAKKEN

Eenvoudige maanzaadcake met
aardbeien-dragonsalade 152
Wentelteefjes van
maanzaadcake met
aardbeiencompote 153

JULI

GROENTE & FRUIT

Worteljam 159
Meloen-koriander-
yoghurt-'panna cotta's' 162
Meloen-korianderijs 163
De lekkerste maissop 166
Maiscustard 167
Gegrilde courgettesalade
met geitenhangop 170

BAKKEN

Cornish fairings 158
Worteltjestaart 159
Spicy chocolade, courgette &
polentacake 171

AUGUSTUS

GROENTE & FRUIT

Nazomer-tomaten-
pannetje 176
Nazomer-tomaten-
shakshuka 177
Gekonfijte coeur de boeuf-
tomaten 180
Frambozenbladthee 183
Ingemaakte bietjes 183

VLEES & VIS

Meloen-tomaatgazpacho
met rivierkreeft
(of geitenkaas) 181
Procureur met bonen &
citroen 188
Zachte bonenpuree met
procureurreepjes, venkel &
roggekrum 189

HERFST

SEPTEMBER

GROENTE & FRUIT

Maaltijdsalade met linzen, tomaat, boontjes & aubergine-yoghurtsaus 196
Gevulde courgettes 197
Frambozenkoekkrumverrientjes 201
Gegrilde spitskool met cashew-misomayo 204
Vegan 'pasta carbonara' 205
Apple butter 212
Salade van gegrilde hele groenten 220
Baba ganoush van elk soort groente 221
Aardappelbrood met zeewierpesto 225

VLEES & VIS

Eendenborst met pruimen-cidersaus 208
Kip in applebutter-marinade uit de oven 213
Op de huid gebakken vis met sinaasappeldressing 216
Gemarineerde vistartaar 217
Gebraden kip met zeewierpesto 224

BAKKEN

Frambozen & bramen-kokoskoek 200
Pruimenclafoutis 209

OKTOBER

GROENTE & FRUIT

Paddo-parelgortotto met vanille & een toverei 234
Arancini van gortotto 235
Hazelnotpasta 239
Pompoenbrûlée 243
Pompoenpuree 246
Pompoenmousse met gebrande marshmallows 246
Kweeperen uit de oven met salie & wortel 254
Zoetzure kweeën 255
Vruchtenpureejam 258
Sloe whiskey of gin 259

VLEES & VIS

Zeebaarsspies met frisse tahin 230
Viskoekjes 231
Pompoenpasta 242
Runder-uienstoof 250
Mapo tofu 251
Volkorenspaghetti met stevige tomatensaus 262
Smoky chowder 263

BAKKEN

Hazelnot-chocotaart met peren 238
Pompoen-yoghurtcake 247
Appel-sleedoornbessenkoek 258

NOVEMBER

GROENTE & FRUIT

De lekkerste bonen ooit 272
Warme bonensalade met venkel & radicchio 273
Herfstpanzanella met stracciatella 276
Herfstgaspacho 277
Stracciatella 277
Geblakerde spruiten 280
Rauwe pompoensalade: salade die wél kan worden bewaard 284
Rauwe courgette met misodressing 284
Groentepaataart 285
Lemon posset 292
Eton mess 293

VLEES & VIS

Cranberrystoof met rundvlees 268
Pasteitjes met cranberrystoof & kastanjes 269
Pasta met geblakerde-spruiten-carbonara 281

BAKKEN

Boekweit drop scones 288
Boekweit drop scones met pompoenhash & geitenkaasroom 289

WINTER

DECEMBER

GROENTE & FRUIT

Selderijsoep met pinda-dressing 301
Tutti-frutti 304
Witlof met peer & hazelnoot uit de oven 308
Eenpersoonstatin met witlof & peer 309
Knolselderij uit de oven met linzen & hazelnoot 312
Vega-vol-au-vents 313
Kaki met burrata 316
Spaghettipompoen uit de oven met spinazie, portobello & scamorza 324
Spaghettipompoenfrietten 325

VLEES & VIS

Bleekselderijsalade met kip & pindadressing 300
Kaki uit de oven met worstjes & salie 317

BAKKEN

Sticky feestmaandcake 305
Cranberry-kerstboom-brood 320
Cranberry-kerstboom-broodpudding 321

JANUARI

GROENTE & FRUIT

Vega shepherd's pie met karnemelkpuree 334
Bonensla & karnemelk-dressing 335
Venkelripassata met peterseliepesto 342
Ripassata van roodlof 433
Gegrilde banaan, pikante soja-koffiekaramel & geklopte feta 346
Supermakkelijk bananenijs, zonder ijsmachine 347
Preibouillon met champignon-gnudi 358
Preipissaladière 359
Witlof, ei & rodewijn-dressing 362
Toast met shiitake & rodewijndressing 363
Geroosterde kurkumabloemkool & cashew-tahinroom 366
Tikka masala van kurkumabloemkool & cashew-tahinroom 367

VLEES & VIS

Gebraden kip met rijst 350
Kippenchowder 351
Kippensoep met citroen & peterselie 354
Tagliatelle met kip, citroen & peterselie 355

BAKKEN

Scones 330
Scone and butter-pudding met appel (en rum) 331
Ganache 338
Chocoladetaart 339

FEBRUARI

GROENTE & FRUIT

Geroosterde bieten met grapefruit 372
Engeltjesschuim van mijn moeder 384
'Ierse' ribollita 389
Lauwarme spruitblad & spinaziesalade 392
Groentesoufflé 393
Gemberkoekjes 401

VLEES & VIS

Gebakken makreel met grapefruit-bietensalsa 373
Krokant gebakken procureur met anijs 376
Gembercongee met procureur 377
Mosselen met venkel & chorizo 380
Borrelmosselen met smoky mayo 381

BAKKEN

Bananen-chocoladecake 385
Sodabrood 388
Pompoenpuree 396
Hartige pompoencake 396
Zoete pompoencake 397
Chewy gemberkoeken 400



MARIËTTES ZOMERSALADE

maaltijdsalade voor 4

voor de salade

1 flinke bos (300 gram) waterkers, harde stelen verwijderd maar bewaar ze! (geen waterkers? Gebruik rucola of babyspinazie)

5 tomaten, in 8 partjes

2 avocado's, in blokjes

ca. 300 gram vis naar smaak, uit blik of gerookt

800 gram (ca. 2 blikken) gare witte reuzenbonen, meer als u ook het opmaakgerecht maakt

voor de dressing

stelen van de waterkers

1 teen knoflook

sap van ½-1 citroen

8 eetl. olijfolie

zeezout en versgemalen zwarte peper

Meng alle ingrediënten voor de salade met elkaar in een grote schaal.

Maak de dressing. Draai de waterkersstelen in de blender met de knoflook en het citroensap glad. Giet er al draaiend de olie bij en een paar druppel water tot er een dressing naar uw smaak ontstaat. Breng met zout en peper op smaak.

Meng door de salade en serveer meteen.



OPMAAKRECEPT

ROERGBAKKEN WATERKERS MET BONEN & WORTELPIPIÁN



bijgerecht voor 4, lunch voor 2

voor de wortelpiñán

500 gram wortel, geschrapt

1 rode ui, in partjes

2 tenen knoflook

2 eetl. olijfolie

in totaal 100 gram pompoenpitten, pinda's en sesamzaad (of een combinatie als u niet alles in huis heeft)

1 theel. komijnzaad

2 theel. korianderzaad

1-2 chipotles in adobosaus (blikje), of 2 gedroogde chilipepers en een snuf gerookte-paprika-poeder (hoeveelheid pepers naar smaak!)

3-4 eetl. rodewijnazijn

zeezout

en verder

1 bos (verwelkte, overgebleven) waterkers

200-300 gram (overgehouden) witte reuzenbonen

2 eetl. olijfolie

Verwarm de oven voor tot 225 °C.

Spread de wortels, parten ui en de hele tenen knoflook uit op een bakplaat bekleed met bakpapier. Druppel er olie over en hussel zodat alles een laagje olie heeft. Rooster zo'n 18 minuten tot alles een geblakerd randje krijgt. Dit is essentieel voor de rokerige smaak van deze Mexicaanse mole.

Haal ze uit de oven en houd een derde van de wortels apart. Schuif de rest van de bakplaat de blender in.

Rooster in een droge koekenpan de noten, zaden en de specerijen tot ze door het poffen gaan springen. Voeg ze aan de beker van de blender toe. Voeg de pepers naar smaak toe, de azijn en een bodempje water. Draai langdurig tot een gladde pulp, voeg al draaiend meer water toe tot het de substantie heeft van een dunne hummus. Breng met zout en azijn verder op smaak.

Roerbak de waterkers kort met de bonen op hoog vuur in een wok in wat olie.

Laat ze op een bord glijden, voeg de rest van de geroosterde wortels toe en schep er een lekkere lepel wortelpiñán op.





WATERKERSSALADE MET EEND (OF KIP) & SINAASAPPEL

voor 4 als voorafje of lunch,
voor 2 als hoofdgerecht

- 2 eenden- of kippenbouten
- 1 eetl. olijfolie
- 1 theel. Chinees vijfkruidenpoeder
- zeezout en versgemalen zwarte peper
- 2 handsinaasappels
- 3 eetl. rijst- of appelazijn
- 2-3 eetl. tamari of zoute sojasaus
- 1 bos radijs, in flinterdunne plakjes
- 1 stuk rettich ter grootte van een vuist, in flinterdunne plakjes
- 200 gram (of 1 bos) waterkers, harde stelen verwijderd
- 3-4 bosuien, in dunne ringen

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Wrijf de eenden- of kippenbouten in met een drup olie, vijfkruidenpoeder, zout en peper. Leg ze in een braadslede en bak ze in zo'n 35 minuten mooi knapperig en gaar. Keer ze halverwege de baktijd.

Snijd van de sinaasappels de boven- en onderkant af, tot u op het vruchtvlees zit. Zet ze op een snijplank en snijd de schil zo dik van boven naar beneden af dat al het wit er ook af is en u twee blote sinaasappeltjes voor u heeft staan. Snijd dan boven een kom de partjes tussen de vliezen uit. Vang het sap in de kom op. Roer daar de azijn en tamari of sojasaus door en breng de dressing verder op smaak met peper en zout.

Roer de radijs en rettich erdoor en laat staan tot gebruik. ('Snel innemen', weet u nog? Zie blz. 110.)

Laat de bouten iets afkoelen en pluk het vlees van de botten, hak het knapperige vel in reepjes.

Meng de flinters eenden- of kippenvlees met de waterkers en de bosui door de radijs en rettich in de dressing en dien de salade op met stokbrood erbij.



OPMAAKRECEPT WRAPS MET EENDSALADE & AVOCADO-WATERKERSMAYO

voor, zeg, 2 wraps: u kunt ook de hele salade in de wraps serveren, dan is het voor ruim 4 wraps

- 2 (afhankelijk van hoeveel sla er over is) bieten- of tarwetortilla's
- overgebleven salade van gisteren, de slappe waterkers eruit gevist
- handvol (zeg 100 gram) verse waterkers of andere sla (optioneel)

voor de waterkers-avocadomayo

- alle slappe waterkers, eventueel aangevuld met een handvol verse
- 1 eidooier
- sap van ½ citroen
- 2 theel. scherpe mosterd
- 1 avocado, zonder schil en pit en in stukken
- zeezout en versgemalen zwarte peper



Maak eerst de mayo. Draai de oude en/of verse waterkers met de eidooier, het citroensap en de mosterd glad in een hakmolen of blender. Maal de avocado erdoor en eventueel een drup water tot de dikte van mayonaise. Breng met zout en peper verder op smaak.

Verhit een droge koekenpan en bak de tortilla's een voor een in enkele minuten gaar. Vul ze met de overgebleven salade, aangevuld met verse waterkers of andere sla, en een flinke lik avocado-mayo. Rol op en serveer direct.



DE LEKKERSTE MAISSOEP

voor 6 kommen

- 6 maiskolven
- 2 eetl. boter
- 100 ml droge witte wijn
- 2 Parmezaanse kaaskorsten, ongeveer 100 gram, weet u nog dat u die moest bewaren? (optioneel)
- 3 takjes tijm
- 2 laurierblaadjes
- 2 tenen knoflook, fijngeraspt
- zeezout en versgemalen zwarte peper
- het wit van 1 prei, in dunne ringen
- 1 jalapeño of groene peper, evt. zonder zaadjes, fijngehakt
- 100 ml slagroom of yoghurt
- 1 eetl. fijngehakte verse marjolein
- snuf cayennepeper
- verkrumelde feta (optioneel)

Snijd de korrels van de kolven af. Bewaar de kolven, dit zijn de karkassen die de soep meer smaak gaan geven.

Laat de boter smelten in een ruime pan en bak de maiskorrels rondom aan. Blus af met de wijn. Voeg de kolven, eventueel de Parmezaanse kaaskorsten, tijm, laurier, knoflook, 2 theelepels zout, peper en 2 liter water aan de pan toe en breng aan de kook. Draai het vuur lager en laat de soep 30 minuten zacht sudderen. Schep twee schuimspanen vol met maiskorrels uit de pan en houd die apart voor later. Voeg de prei en de pepers aan de pan toe en laat nog 20 minuten sudderen.

Schep de kolven, kaaskorstresten en kruidentakjes uit de pan met een tang of schuimspaan. Maal de soep glad met een staafmixer of doe het in porties in de blender. Verwarm de soep opnieuw met de achtergehouden hele korrels erbij en dien op met een flinke lepel slagroom of yoghurt erdoor en bestrooid met marjolein en een snuf cayenne.

Ik deed er ook feta op, maar dat doe ik op alles.



OPMAAKRECEPT MAISCUSTARD



voor 6 ovenschaaltjes

- klontje boter
- 600 ml maissiep
- 2 eidooiers
- 2 eieren

ook nodig
6 ramequins

Verwarm de oven voor tot 150 °C.
Vet zes ovenschaaltjes (ramequins) in met boter.

U kunt de soep zo gebruiken voor de custardjes, maar ik vond het tóch lekkerder als de soep helemaal werd gladgedraaid en gezeefd. Het is aan u.

Klop de dooiers en de eieren erdoor. Giet het mengsel in de ovenschaaltjes en pas ze in een grotere ovenschaal of braadslee. Zet die op het ovenrek en vul de grote ovenschaal tot halverwege de kleineovenschaaltjes met warm water. Ik doe dat met de waterketel, dat scheelt geknoei. Bak ze ongeveer 40 minuten of tot een scherp mesje dat je erin steekt er schoon uitkomt.

Serveer de custard zo uit de schaal of glijd met een mes langs de rand en stort ze op een bordje. Eet ze warm of koud als bij- of voorgerecht. Lekker met wat garnalen erbij of zoute ham.





GEKONFIJTE COEUR DE BOEUF-TOMATEN

voor ruim 6 eters

1 fles witte wijn
half plantje (ca. 40 gram)
basilicum, plus een handje ter
garnering
4-6 tenen knoflook, gepeld
200 ml olijfolie
zeezout en versgemalen
zwarte peper
1½ kilo (ca. 13 kleine) coeur de
boeuf-tomaten
½ burrata- of 1 mozzarellabol per
persoon

Giet de wijn in de beker van de blender, voeg het basilicum, de knoflook en olie toe en draai de boel helemaal glad. Giet het vervolgens in een wijde pan, voeg 500 milliliter water toe, breng op smaak met zout en peper en breng zachtjes aan de kook.

Verwijder van de tomaten het kroontje, was ze en dompel ze onder in de zachtjes kokende wijn-basilicummarinade. Wacht tot alles opnieuw kookt en draai het vuur dan zó laag dat er alleen af en toe belletjes naar de oppervlakte dwarrelen. Gebruik zonodig een stoofplaatje tussen pan en warmtebron. Sluit bijna af met een deksel en konfijt de tomaten 4 uur.

Laat ze afkoelen in het kookvocht en bewaar ze tot gebruik in de koelkast.

Serveer 2 tomaten per gast met een halve bol burrata of een kleine mozzarellabol. Overgiet met een soeplepel kookvocht en versier met wat blaadjes basilicum.



OPMAAKRECEPT

MELOEN-TOMAAT- GAZPACHO MET RIVIERKREEFT (OF GEITENKAAS)

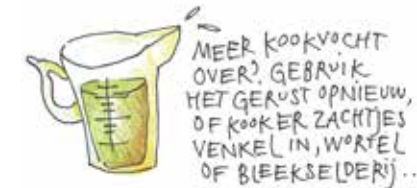
voor 6 kommen

1 cantaloupe-meloen (ca. 1 kilo)
uit de koelkast, schoon-
gemaakt en in blokjes:
500 gram
500 gram tomaten, in parten
ca. 500 ml kookvocht
van het recept hiernaast
sap van ½ citroen
zeezout en versgemalen
zwarte peper
handje dragon of basilicum,
fijngesneden (optioneel)
1 bakje (125 gram) rivierkreeftjes
of 125 gram verkruidde
geitenkaas
paar druppels olijfolie

Maal alles, behalve de rivierkreeftjes of geitenkaas en de olie, in de blender tot een gladde soep. Proef of er nog meer citroensap, zout of peper in moet, en verdun de soep zo nodig met meer van het kookvocht als het te dik is.

Dien op in kommen, eventueel versierd met wat dragon of basilicum, en verdeel de kreeftenstaartjes of de verkruidde kaas erop.

Druppel er olijfolie over en dien op.





FRAMBOZEN & BRAMEN-KOKOSKOEK

voor zo'n 9 koeken

- 200 gram boter, plus extra
- 250 gram bloem
- 1½ theel. bakpoeder
- 50 gram gemalen amandelen (of amandelmeel)
- ¼ theel. zout
- 250 gram suiker
- 2 eieren
- 350 gram frambozen en/of bramen
- 50 gram geraspte kokos

TJOP!
 HAK KOEKRANDEN FIJN & MENG MET BOTER. GEBRUIK ALS KRUIMELLAAG OP EEN TAART OF OP ZELF GEMAAKTE APPELCOMPOTE UIT DE OVEN (EVEN MEE BAKKEN!)

Verwarm de oven voor tot 180 °C.

Vet een bakvorm van zeg 24 bij 24 centimeter in met wat boter. Beleg de bodem met overhangend bakpapier en vet dat ook in. Meng bloem, bakpoeder, zout, gemalen amandelen, boter en suiker in de keukenmachine – of fluks met de hand – tot kruim.

Schep er zo'n 100 gram uit en voeg dan de eieren aan de rest toe. Meng tot een smeuijg beslag en schep die in de ingevette vorm.

Verdeel het fruit erover. Meng de kokos door de achtergehouden 100 gram kruim en strooi dat over het fruit. Zet in de oven en bak de koek ongeveer 40 minuten of tot een erin gestoken satéprikker er schoon uit komt.

Laat iets afkoelen en til de koek aan het overhangende bakpapier uit de vorm. Laat dan helemaal afkoelen. Snijd de randen eraf (bewaar!) en snijd de koek in gelijke blokken.



OPMAAKRECEPT FRAMBOZENKOEKKRUIM- VERRIENTJES

voor 4 tot 6 glazen

- de 4 afgesneden kanten van de koek hiernaast
- 150 ml slagroom
- 500 gram Griekse yoghurt
- 150 gram (gekneusde) frambozen/bramen
- 3-4 eetl. honing of naar smaak
- 2 eetl. geraspte kokos

ook nodig
4-6 (wijn)glazen

In het Frans heet alles wat in een glaasje geserveerd wordt een 'verrine'. Vind ik voor dit opmaakreceptje dus heel toepasselijk. Maakt 't gelijk chic.

Hak de afsnijdels tot grof kruim/kleine blokjes. Klop de slagroom stijf. Spatel die door de yoghurt en schep het fruit erdoor.

Vul vier tot zes glazen met het kruim en schep er een flinke lik frambozenyoghurt op. Overgiet met honing, bestrooi met kokos en serveer meteen (als zondags ontbijt!).

VAN OVERGEBLEVEN KOEK (RANDEN) MAAKT U ZO EEN OUDERWETSE ARRETJES CAKE

SMELT 150 G BOTER + 225 G CHOCOLA AU BAIN MARIE

ROER ER 50 G BRUINE SUIKER & 50 G CACAO DOOR.

BEREID EEN CAKEVORM MET BAKPAPIER. LAAT DE RANDEN OVERHANGEN.

SNIJ DE RESTJES CAKE IN BLOKJES EN MENG HET MET DE CHOCOLA. GIEF IN DE VORM. LAAT 2 UUR OPSTIJVEN IN DE KOELKAST.



ZEEBAARSSPIES MET FRISSE TAHIN

voor 2

ca. 300 gram zeebaarsfilet, met
huid (meer vis kan ook in
dezelfde marinade, dan maakt
u gelijk vis klaar voor
de viskoekjes)

2 sjalotten, gesnipperd
paar takjes platte peterselie,
munt en koriander, fijngehakt
fijngeraspte schil van ½ bio-
logische citroen en sap van 1

1 teen knoflook, fijngehakt
3 eetl. olijfolie
zeezout en versgemalen
zwarte peper

voor de tahinsaus

1 theel. kurkumapoeder
3 eetl. tahin
125 ml yoghurt
fijngeraspte schil van ½ bio-
logische citroen
1 teen knoflook, fijngeraspt

ook nodig
satéprikkers

Snijd de filets schuin doormidden en kerf de huid een paar keer
in. Meng de rest van de ingrediënten in een schaal en marineer
de vis er zeker 1 uur in. Als u geen uur heeft, gaat u meteen door.
Steek in elke filet 2 stalen (of voorgeweekte houten) satéprikkers
evenwijdig aan elkaar.

Verhit de kooltjes van de barbecue en als ze gloeien kan de vis
erop. Gril de spiesjes enkele minuten aan beide zijden.

Meng in een kom alle ingrediënten voor de tahinsaus. Geef die
erbij.

Ik serveerde mijn zeebaarsspiesen met een bloemkooltabouleh,
gemaakt van geraspte en gewokte bloemkool, bewaar daarvan ook
maar het restje.



OPMAAKRECEPT VISKOEKJES

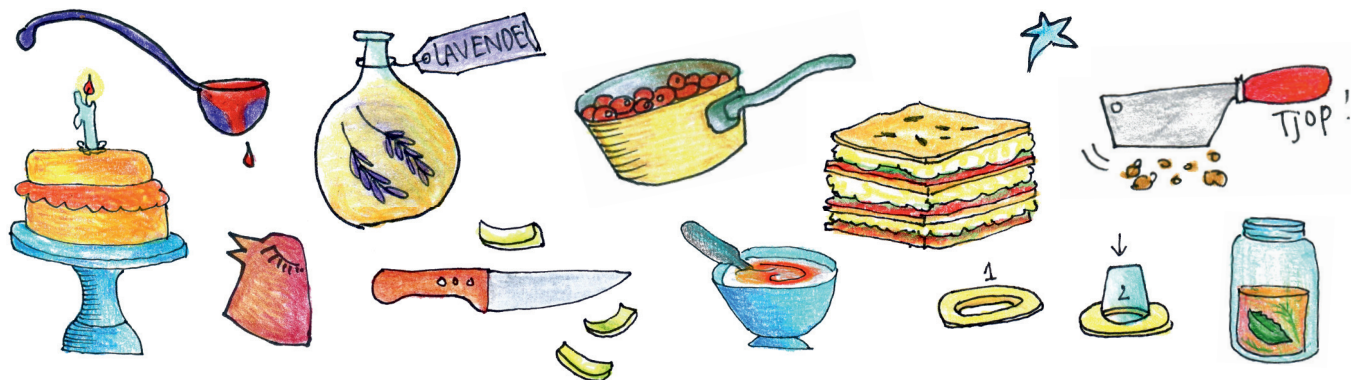
voor 8 stuks

1 eetl. boter
1 ui, gesnipperd
2 stengels bleekselderij,
fijngehakt
200 gram gegaarde over-
gebleven vis
200 gram broodkruim of
paneermeel, of de (bloem-
kool)tabouleh van gisteren,
aangevuld met broodkruim
1 ei
2-3 eetl. crème fraîche
paar takjes bieslook of andere
tuinkruiden, fijngehakt
zeezout en versgemalen
zwarte peper
zonnebloemolie
de (overgebleven) tahinsaus
van de spiesjes

Smelt de boter in een koekenpan en bak hierin al omscheppend
de ui en de bleekselderij een minuut of 5 tot ze zacht zijn. Laat iets
afkoelen.

Hak het visvlees fijn, vermeng het met de ui-bleekselderijmix, de
tabouleh of het broodkruim (oud brood uit de keukenmachine),
het ei, zoveel crème fraîche als nodig is om een niet-plakkend
mengsel te maken, het bieslook of de tuinkruiden en breng alles
op smaak met zout en peper. Vorm er met natgemaakte handen
ongeveer 8 visburgers van. Druk ze een beetje plat.

Verhit een klein laagje olie in een koekenpan. Bak de koekjes daar-
in aan beide zijden goudbruin. Laat ze op keukenpapier uitlekken.
Geef ook hierbij de frisse tahinsaus.



Yvette van Boven gooit nooit iets weg. Goed eten weggooien is namelijk eeuwig zonde. Van elk restje valt de volgende dag wel iets lekkers te maken. Zo kookt ze zelf thuis elke dag. Restjes hoofdgerecht worden een soepje, een restje voorgerecht belandt in de lunch als soufflé en een stukje taart verandert in een trifle. In *Van Bovens leftovers* krijgen alle gerechten dan ook een smakelijke tweede bestemming.

Sinds een aantal jaar bedenkt Yvette voor *Volkskrant Magazine* wekelijks een seizoensrecept, plus een recept om de restjes mee op te maken. Haar columns en rond de 200 recepten zijn nu gebundeld in dit boek. Steeds met duidelijke, foolproof receptuur zoals we van Yvette gewend zijn, voorzien van meerdere geïllustreerde tips en info én het door haar gefotografeerde gerecht. Yvette kookt het hele jaar door: met name groente, maar ook wat vlees en vis. Uiteraard wordt er ook van alles gebakken. Kortom: een heerlijk boek met heel veel inspiratie voor dagelijkse verspillingvrije kost.

‘Yvette kookt doeltreffend, zonder aanstellerij. Op haar en haar kookboek kun je vertrouwen.’
– NRC Handelsblad

‘Het mooie van Yvette is dat ze altijd dicht bij zichzelf blijft, oprecht en zonder poespas, dat maakt haar zo écht. Haar aanstekelijke enthousiasme, passie en plezier voor koken spat weer van de pagina’s.’ – delicious.



Yvette van Boven (Ierland, 1968) is culinair schrijver, kok, illustrator en tv-presentator. Ze schreef talloze succesvolle kookboeken – zoals *Home Made*, *Home Sweet Home* en *Home Made Basics* – die zijn vertaald in het Engels, Frans, Spaans en Duits. Naast haar boeken is Yvette ook bekend van het tv-programma’s *De streken van Van Boven* en *Koken met Van Boven*, haar wekelijkse rubriek in *Libelle* en *Volkskrant Magazine* en haar mooie bijdrage aan *delicious*. De illustraties en vormgeving van haar boeken ontwerpt Yvette zelf.

