



## INHOUD

### RECEPT VAN DIT BOEK 4

**AARDAPPEL** JAARROND 7  
**AARDPEER** HERFST & WINTER 31  
**AMSOI** HERFST & WINTER 223  
**ANDIJVIE** MEI T/M WINTER 39  
**ARTISJOK** JULI & AUG. 45  
**ASPERGE** APRIL T/M 24 JUNI 51  
**AUBERGINE** ZOMER & HERFST 61  
**BIET** HAAST JAARROND 71  
**BLOEMKOOL** APRIL T/M NOVEMBER 91  
**BOERENKOOL** OKT. T/M FEB. 105  
**BONEN, DIVERS** JAARROND 115  
**BORLOTTI** JULI T/M SEP. 120  
**BROCCOLI** MEI-NOV. 135  
**CAVOLO NERO** JULI-NOV. 105  
**COURGETTE** JUNI-NACHTVORST 145  
**CROSNE** NOV.-LENTE 160  
**DOPERWT** MEI T/M JULI 163  
**GEMENGD** LENTE & ZOMERS 175  
**GEMENGD** HERFST & WINTERS 182  
**HOP** EIND FEB.-EIND APRIL 192  
**KAPUCIJNERS** MEI T/M JULI 122  
**KIKKERERWTEN** JAARROND 123  
**KNOFLOOK** JAARROND 195  
**KNOLSELDERIJ** OKT. T/M WINTER 201  
**KOOL, DIVERS** JAARROND 221  
**KOOLRABI** MEI T/M OKT. 213  
**KRUIDEN** JAARROND 237  
**LINZEN** JAARROND 126  
**MAIS** JULI T/M SEP. 253  
**MEIRAAP** EIND MEI T/M OKT. 261  
**MIZUNA** APRIL & MEI -JULI T/M OKT. 341

269 JAARROND **PADDENSTOELEN**  
 224 JULI TOT IN DE WINTER **PAKSOI**  
 285 JULI T/M SEP. **PAPRIKA**  
 291 JULI-LENTE **PASTINAAK**  
 301 JUNI TOT IN DE WINTER **PATISSON**  
 128 MEI TOT IN JULI **PEULTJES**  
 301 JUNI TOT LENTE **POMPOEN**  
 323 HAAST JAARROND **POSTELEIN**  
 331 JAARROND **PREI**  
 341 APRIL & MEI -JULI T/M OKT. **RAAPSTEEL**  
 347 MAART T/M JUNI **RABARBER**  
 355 LENTE, HERFST & WINTER **RADIJS & CO**  
 226 JULI T/M DEC. **RODEKOOL**  
 371 JAARROND **RUCOLA**  
 228 JULI T/M MAART **SAVOOIEKOOL**  
 361 OKT. T/M MAART **SCHORSENEREN**  
 371 JAARROND **SLA**  
 379 JUNI TOT NACHTVORST **SNIJBIET**  
 131 JULI T/M SEP. **SNIJBONEN**  
 387 HALF MEI T/M JUNI **SPERZIEBONEN**  
 395 MAART TOT IN DEC. **SPINAZIE**  
 230 AUG. T/M APRIL **SPRUITJES**  
 407 HALF JUNI T/M OKT. **TOMAAT**  
 421 MEI T/M JULI **TUINBONEN**  
 431 JAARROND **UI**  
 443 JULI-HALF NOV. **VENKEL**  
 451 MEI T/M OKT. **WATERKERS**  
 457 JAARROND **WITLOF**  
 234 MEI T/M WINTER **WITTEKOOL**  
 467 JAARROND **WORTEL**  
 477 JAARROND **ZUURKOOL**

480 BASIS

502 DANK / 503 REGISTER





4 rauwe bieten  
2 takjes tijm, gerist en gehakt  
(gerookt) grof zeezout  
olijfolie

## GEPOFTE BIETEN

Leg stukjes alufolie uit die groot genoeg zijn om een biet mee in te pakken en verdeel de tijm erover. Leg er een biet op, vouw het folie eromheen en zet in een oven van 200 °C.

Prik na 45 minuten met een vork door het folie om te voelen of de bieten al beetbaar zijn: dat voelt zo als bij een vastkokende aardappel. Laat anders nog 10 minuten in de oven staan.

Snijd de bieten in partjes en maak ze aan met een beetje olijfolie en zeezout.

**SERVEERSUGGESTIES:** op salade, stampot, omelet, cous, linzen, quinoa, parelgort...

**HOUDBAARHEID:** 3 à 4 dagen. Opwarmen gaat het snelst in een ruime koekenpan met een beetje olie. Maar koud zijn ze ook lekker.

## BIENTARTAAAR

6 kastanjechampignons, heel  
fijngehakt (in *duxelles* dus)  
2 gepofte of gerookte bieten  
(zie hiervoor & p. 498)  
ca. 2 eetl kappertjes  
1 sjalot, heel fijn gesnipperd  
3 takjes basilicum, dragon of  
peterselie, gerist en gehakt  
salie-olie (zie p. 248) of zure  
room  
olijfolie

Verwarm op hoog vuur een koekenpannetje met wat olie en bak de champignons in een paar minuten mooi bruin. Maal er peper & zout op en doe ze in een charmant bakje. Verdeel alle andere ingrediënten ook over bakjes en zet die op tafel.

Schroef een gehaktmolen aan tafel en draai de bieten erdoor. (Zonder molen kunt u de bieten ook heel fijn snijden hoor, zo wordt de beste steak tartare ook gemaakt.) Maak het bietenvlees alvast aan met salie-olie en peper & zout. Zet een stekertje op een bord en schep de tartaar erin, haal het stekertje eraf en laat de mensen de tartaar verder op smaak maken met strooisels en smeuïgheid uit de bakjes.

**VARIATIES**

- Geef er een heel fijn gehakt hard gekookt ei bij, of zoals bij 'normale' tartaar een rauw ei in het midden. Gepocheerd ei kan trouwens ook...

- Verder kunnen alle garnituren erbij die u verzinnen kunt, van cornichons tot frambozen of verkruimelde blauwe kaas.

**HOUDBAARHEID:** 2 à 3 dagen (tenzij de restjes uren in de warmte hebben gestaan...).

## CIDERBIETJES

2 rauwe rode bietjes,  
in partjes van 1½ cm op  
het dikste stuk  
2 rauwe gele bietjes,  
in partjes van 1½ cm op  
het dikste stuk  
2 tenen knoflook, fijngehakt  
1 takje rozemarijn  
ca. 1 dl perensap  
ca. 1 dl cider  
olijfolie

Verwarm een beetje olie in een zware braadpan en zet de bietjes kort aan. Maal er peper & zout over en meng de knoflook en rozemarijn erdoor.

Schenk er perensap en cider bij tot er ½ centimeter in de pan staat. Dek af met de deksel, of met alufolie, en zet 15 minuten in een oven van 200 °C.

Verwijder de deksel, en laat in nog 5 à 10 minuten het vocht verdampen en de bietjes smaakbaar roosteren. Schep halverwege een keertje om.

**SERVEERSUGGESTIES:** met smeuïge (aardappel)puree, pasta, wat voor bonen dan ook, broccoli, bloemkool of kraakverse salade.

**HOUDBAARHEID:** 3 dagen.





500 g rauwe bieten  
3 eieren  
130 g suiker of lichte  
basterdsuiker  
250 g chocola van  
minimaal 80%  
1 dl hazelnootolie  
50 g cacao poeder  
150 g zelfrijzend bakmeel\*  
mespunt cayennepeper  
50 g pistachenoten, gehakt  
handje hazel- of pecannoten  
neutrale olie

**voor het glazuur:**

1½ dl bietensap\*\* of  
75 g roomkaas  
125 g poedersuiker

\* Of bloem met 1 theel bak-  
poeder.

\*\* Als u de rest van het bietensap  
nooit op krijgt kunt u een schep  
bietenpuree in een zeeffe laten  
uitlekken, daar komt immers ook  
bietensap uit. Druk met de  
achterkant van een lepel aan om  
het uitlekken een beetje te  
helpen.

50 g gare biet\* (als u voor-  
gegaarde koopt, neem dan  
zonder azijn)  
1,2 dl lekkere zachte whisky  
30 à 50 g oerzoet\*\* (ook wel  
oersuiker genoemd)  
1½ dl room

eventueel: scheutje melk

\* Of kook 4½ dl bietensap in tot  
1,2 dl.

\*\* Bruine basterdsuiker kán,  
maar dat geeft een iets minder  
diepe smaak.

## BIETENBROWNIE

1 à 2 uur rusttijd voor het glazuur – voor 9 à 16 blokjes.

Rasp de helft van de bietjes en kook de rest.

Klop intussen in een kom de eieren en suiker bleek en luchtig.

Laat de bieten afkoelen, snijd ze in stukken en pureer (houd voor glazuur 2 een paar eetlepels puree apart).

Smelt de chocola (dat water van de bietenpan is vast nog wel heet) *bain marie*. Meng de gesmolten chocola met notenolie, cacao, bakmeel, cayennepeper, bietenpuree, bietenrasp, een kneepje zout en de gehakte pistache. Vouw het eimengsel erdoor en verdeel het beslag gelijkmatig over een ingeolie, rechte bakvorm van circa 20 bij 20 centimeter. Verdeel als laatste de hele noten erover.

Zet in een oven van 180 °C en bak in 20 à 30 minuten gaar, met een plakkerige kern. Laat afkoelen voor u glaceert en snijd straks in een beschaafd formaat (ú weet immers wat erin zit).

Glazuur 1 voor een 'rozekoeffect': breng in een steelpan het bietensap aan de kook met de poedersuiker en laat in een paar minuten tot een stroopje koken. Door het 1 of 2 uur te laten staan, wordt het mooi stroperig. Verdeel het over de brownie als een gladde laag of in strepen (met een snel heen en weer zwierende lepel hebt u zo een modern schilderij) en laat het uitharden.

Glazuur 2 voor het 'carrotcake-effect' en de bieterigste smaak: meng poedersuiker, roomkaas en 2 eetlepels bietenpuree. Bestrijk de brownie ermee (of 'bestreep', met behulp van een spuitzak).

HOUDBAARHEID: 3 à 4 dagen.

## BIETENBAILEY'S

Voor 10 borrelglasjes.

Pureer de biet helemaal glad met een scheutje whisky en zet 2 uur weg op kamertemperatuur (als uw kamer erg warm is toch liever de koeling).

Meng het oerzoet erdoor en schenk het geheel in een goed schone fles, werk het eerst door een zeef als er toch nog stukjes biet in zitten en schud de fles goed tot de suiker is opgelost.

Voeg de room en de rest van de whisky toe en maal er wat peper bij. De drank mag best dik zijn, maar als het een beetje té is kan hij afgeslapt worden met een scheutje melk.

Proef of het u zoet genoeg is. Zet een paar uur in de koeling en serveer gekoeld.

### SERVEERVARIATIE

Yvonne van Ontroerend Lekker serveert de bietenbailey's in een laag kommetje met een bolletje (stracciatella)ijs erin...

HOUDBAARHEID: zolang de room houdbaar is – wel gekoeld bewaren natuurlijk. Heel slim, maar met houdbare room wordt het minder lekker. Dus liever gewoon op tijd opdrinken.







## BOERENKOOL & CAVOLO NERO

*Brassica oleracea convar. acephala var. sabellica*

### GRONDBEGINSELEN

Wat krijgen we nou? Twee kolen in één hoofdstuk?! Tja, ik vond ze te specifiek van smaak voor bij de diverse kolen, maar wel genoeg op elkaar lijken om ze gebroederlijk bij elkaar te zetten. Ook al is de een dan een boer op klompen en de ander een Italiaan op soepele handgemaakte schoenen.

Bladkolen zoals boerenkool en stamvader cavolo nero – ofwel zwarte kool – worden al zeker tweeduizend jaar gegeten, boerenkool is vermoedelijk ergens tussen 1600 en 1700 in Noord Europa ontstaan. En ineens heette boerenkool *superfood*. Klopt wel een beetje: hij is inderdaad uitzonderlijk rijk aan vezels, vitaminen, mineralen, aminozuren en meer goeds, maar het voornaamste lijkt me toch de rijke smaak. Palmkolen hebben een centrale stengel, waaruit de uitstaande bladeren ontspruiten. Vroeger moest ‘daar de vorst overheen’, dat komt zo: een plant maakt suikers aan om te groeien, bij kou stagneert de groei en hopen de suikers zich op en maken het blad zachter, of zoeter, van smaak. Dus het idee klopt, maar moderne rassen zijn ook zonder vorst allang niet meer bitter. Er bestaan zelfs rassen die al in september oogst geven, dat zegt toch iets...

**ZAAIEN:** van maart (mei voor boerenkool) tot half juli op 1/2 à 1 1/2 centimeter in eventueel iets verrijkte grond. Uitplanten op 40 centimeter in de rij en 30 tot 50 tussen de rijen.

**OOGSTEN:** gebruikelijk begint het boerenkoolseizoen in november en het kan tot in maart doorlopen. Het cavoloseizoen begon in september nu is er vaak al in juli vollegronds-cavolo te krijgen.

**EEN GOEIE BOERENKOOL OF CAVOLO NERO** heeft stevig blad en een knakkige steel. Dat is moeilijk te zien bij fijngehakt blad in zakken. Die zijn wel makkelijk maar zelden versgesneden, waardoor het blad stevigheid verliest en in het ergste geval droog is, of juist rot, door broeien in de zak. Koop daarom liefst losse stelen (hallo groenteman), snijden is met een goed koksmeisje echt niet zoveel werk.

**REKEN PER PERSOON** voor een hoofdgerecht 200 à 250 gram, afhankelijk van de dikte der stelen hebt u daar 300 tot 500 gram bladeren voor nodig. Voor een bij- of voorgerecht de helft tot een derde.

**BEWAAR** de kool in een *licht* vochtige doek in de koeling.

### BASISBEREIDING

Hoeveel chips hippe chefs er ook van bakken, voor veel Nederlanders is hij onlosmakelijk verbonden met stampot. Niets mis mee, wel een beetje saai, zéker als dat op grootmoeders wijze gaat: pan aardappelen, kool erop, worst erop, deksel erop en gaarkoken maar. Weg is zijn heerlijke knapperige en ‘groene’ smaak (en ontstaat die donkere, weeë, bitterige koolsmaak – en geur). Niet koken die kool! Van mij mag ‘ie rauw door de puree, als u dat net een beetje té is, kunt u de aardappelen erover afgieten en er zo een frisse, groene stamp mét beet van maken. Maar er kan zoveel meer mee dan stampen. Zowel boerenkool als cavolo nero zijn heel goed te combineren met pasta, grote knoflookcroutons, risotto... De volle smaak past ook perfect in roerbakgerechten, ovenschotels, stoofpotjes. Alles kan, behalve lang koken.

De middennerf, vooral het dikke stuk, is soms taai, trek of snijd hem er dan uit. Als hij niet al te houtherig is, dat voelt u meteen, kunt u er met een dunschiller slierten van schaven en die heel kort smoren, of marinieren in een nootachtige vinaigrette. Of in dunne plakjes kort *blancheren* en verwerken zoals broccoli & co.

### COMBINATIES

Aardappel, aardpeer, amandel, augurk, azijn, bosui, curry, dragon, garam masala, gember, hazelnoten, kaas (ook blauwe!), kastanje, kerrie (madras), kikkererwten, Kikkoman, knoflook, knolselderij, komijn, linzen, miso, mosterd, paddenstoelen, pastinaak, pecan, peper (tuurlijk, maar ik bedoel ook verse), piccalilly, pimentón (gerookt), pistache, pompoen, quinoa, ras el hanout, rijst (geurige), salie, tijm, zilverui, zuurwaren.

De recepten met de andere kolen zijn ook toepasbaar op boerenkool & cavolo nero.

Voor meer boerenkool en cavolo nero, zie ook: aardperen met een Indiase toon p. 36, gegratineerde groentenschotel p. 191, blaadjes met beet p. 231, geroosterde knol, pastinaak en cavolo met boontjes p. 210, linzensoep p. 127.



250 g verse of diepvriesdoperwten, ontdooid (als u geen geduld hebt, kunt u ze even in kokend water dompelen)  
2 tenen knoflook, fijngehakt  
2 à 3 eetl roomkaas (zoiets als Philadelphia) \*V  
kneepje citroensap en/of 2 raspjes bio-citroen  
4 takjes tijm, gerist en gehakt of 1 à 2 theel komijnpoeder

\* V: cashewroom.

75 g boter  
2 flinke tenen knoflook, fijngehakt  
650 g doperwten (gedopt gewicht; of diepvries, die zijn prima voor soep)  
6 dl melk  
stukje foelie  
1 bio-citroen  
ca. 1 dl crème fraîche  
2 takjes citroenmelisse of munt, gerist en gehakt  
3 takjes citroentijm, gerist en gehakt  
4 erwtentopjes\* met zo'n mooie krul en/of boragebloemen

## ZIJDEZACHTE, FRISSE DOPERWTENSOEP MET KRULLETJES

Smelt de boter in een ruime pan, voeg knoflook en erwtjes toe, maar houd van die laatste een flinke hand apart. Voeg als alles glanst de melk en 2 deciliter water toe. Bind een touwtje aan de folie, knoop dat aan het oor van de pan en laat de foelie in de soep zakken (zo kan hij er straks makkelijk uit gevist worden).

Breng aan de kook, draai het vuur lager en laat 25 minuten zachtjes pruttelen. Rasp intussen de citroen en meng de rasp in een kommetje door de crème fraîche. Roer zo min mogelijk zodat de room standhoudt.

Vis de foelie uit de soep. Pureer de soep, voeg nog wat water (of melk) toe als hij te dik is.

Voeg de achtergehouden erwtten, citroenmelisse en citroentijm toe en laat nog een paar minuten zachtjes koken. Maak af met peper & zout en eventueel wat citroensap.

Verdeel over diepe borden, zwier er crème fraîche door en zet er een erwtentopje rechtop in.

HOUDBAARHEID: 3 dagen.

## DOPERWTENSMEUKJE 🌿

\* Als u geen erwttenplant bij de hand hebt om topjes vanaf te knippen, strooi dan wat fijngesneden blaadjes citroenmelisse of munt over de soep.

Pureer de erwtjes en de knoflook, meng met zoveel roomkaas dat het een smeùige massa wordt. Maak op smaak met citroensap en/of -rasp, tijm en peper & zout.

### VARIATIES

- Eigenlijk lenen alle bonen en erwtten zich voor zo'n pasta (denk aan borlotti-, krombek-, tuin- en witte bonen, kapucijners of kikkererwtten). Kan diepvries zijn, of vers (héél lekker), gedroogd (uiteraard voorgeweekt en gegaard) of uit een pot (vind ik om de een of andere reden minder wee dan uit blik).
- Kruiden kunt u variëren, van tijm en salie tot maggi (lavas) of peterselie, en van ras el hanout tot gerookt pimentón (al dan niet picante).

SERVEERSUGGESTIES: op brood, toast maar ook bij asperges, mais, meiraap, mais, een nieuw aardappeltje...

HOUDBAARHEID: 3 à 4 dagen.





25 g boter  
25 g bloem  
2 tenen knoflook, fijngehakt  
2½ dl melk  
2 maiskolven, de korrels losgehaald  
2 eieren  
½ takje rozemarijn, gerist en gehakt  
3 takjes basilicum, gehakt muskaatnoot  
40 g sud 'n sol- of zongedroogde tomaat, in reepjes  
1 kleine aubergine, of courgette, *gezweten* en in *brunoise* olijfolie of boter

1 ei  
2 maiskolven, de korrels losgehaald  
30 g fijne polenta  
1 teen knoflook, fijngehakt  
5 blaadjes maggi (lavas), heel fijn gehakt  
8 takjes koriander, heel fijn gehakt  
1 theel za'atar  
mespunt gerookt pimentón  
neutrale olie

## LUCHTIGE MAIS UIT DE OVEN

Smelt de boter, voeg bloem en 1 teen knoflook toe en verwerk tot (een klein klontje) *roux*. Meng de melk er in gedeeltes door, roer steeds helemaal glad en voeg dan de maiskorrels toe. Laat al roerend vanaf de bodem 1 minuut zachtjes koken.

Klop intussen in een kom de eieren los met de andere teen knoflook, rozemarijn, basilicum en zo'n 4 raspjes nootmuskaat. Haal de dikke maismelk van het vuur, meng de sud 'n sol en aubergine erdoor en laat 1 à 2 minuten afkoelen. Maak flink op smaak met peper & zout en roer hem door het eiermengsel.

Schenk in een ingevette ovenschaal en zet in een oven van 180 °C. Bak in zo'n 25 minuten tot de vulling gestold is en de bovenkant goudgeel.

**SERVEERSUGGESTIES:** met perfect rijpe tomatensalade, eventueel ook wat andijviesla met mosterddressing.

**HOUDBAARHEID:** 3 dagen.

## MAISFRITTERS

*30 minuten marinieren – voor zo'n 20 fritters.*

Klop het ei los in een ruime kom, snijd de korrels van de kolven en laat ze erin vallen. Rasp met uw mes langs de kolf zodat er wat 'melk' loskomt en in de kom valt. Maal er peper & zout over, meng de rest van de ingrediënten erdoor (behalve de olie), dek af en laat 30 minuten zo staan.

Verhit een ruime koekenpan met een laagje olie en schep er een lepel mais in, druk met de achterkant voorzichtig ietsje plat en bak beide kanten in 3 à 4 minuten goudbruin. Wacht echt tot de onderkant een korstje heeft voor u omdraait, de kans is groot dat ze anders uit elkaar vallen.

Als u rauwe mais gebruikt en een beetje mazzel hebt, popt er af en toe een corn, dat geeft een funky effect maar ook hete oliespatters. Dat u het weet. Laat even uitlekken op keukenpapier.

**VARIATIES**

- Meng er 2 eetlepels fijne blokjes halloumi door.
- Voeg heel fijn gesneden ui toe, eventueel, ook heel fijn gesneden, paprika.
- Varieer de kruiden van Indiaas tot mediterraan.

**SERVEERSUGGESTIES:** als hapje, voor- of bijgerecht. Fijn met romesco, aioli of groenekruidenolie (zie p. 286, 196 & 250). Bijvoorbeeld bij aubergine of tomatengerechten.

**HOUDBAARHEID:** 3 dagen, bak ze even op voor knapperigheid (in stukjes voor over salade...).

2 eieren  
0,6 dl melk  
2 maiskolven  
2 tenen knoflook  
2 takjes oregano, gerist en gehakt  
4 takjes tijm, gerist en gehakt  
40 g sud 'n sol-tomaatjes, klein gesneden  
30 g bloem  
50 g polenta (mag gewoon grof zijn, liever zelfs)  
1 theel bakpoeder

500 g maismeel (zo fijn als bloem, verkrijgbaar bij uw lokale Turkse of Marokkaanse winkel, of bij de bio-winkel, soms onder de naam *masa harina*, juist ja, maismeel), plus extra  
80 g boter, op kamertemperatuur

## MAISKUSSENTJES

*Voor ca. 16 stuks.*

Klop de eieren en melk los in een ruime kom.

Snijd de maiskorrels los en laat ze in de kom vallen, 'rasp' met de achterkant van een mes ook wat 'melk' uit de kolf bij en strooi de rest van de ingrediënten erop. Maal er peper & zout bij, meng goed door elkaar en laat 30 minuten staan zodat de polenta het ei goed op kan nemen.

Verhit een ruime koekenpan met een goeie laag olie en schep er steeds een lepel beslag in, druk ietsje plat met de achterkant van een lepel. Houd wat ruimte over om te draaien en bak in zo'n 3 minuten per kant goudbruin (zie bakken met de klok mee, p. 482). Onthoud dat de mais rauw is en dus kan poppen, met de hete spatters van dien. Sowieso geen klusje om in een zijden blouse te doen...

Laat even uitlekken op keukenpapier.

**VARIATIES**

- Maak verder op smaak met gerookt pimentón, chilivlokken, een vers fijngesneden pepertje, cajunkruiden, Indiase specerijen enzovoort enzovoort.
- Lighter kan ook door ze in (muffinvormpjes) in de oven te bakken, maar dat pan-korstje is wel de helft van de lol natuurlijk.

**SERVEERSUGGESTIES:** als snackje, lunch, bij (sperzie)bonen en zoals bij de fritters hiernaast.

**HOUDBAARHEID:** 3 à 4 dagen.

## WRAP VAN MAISMEEL, OFWEL MAISTORTILLA

Doe het meel in een kom en meng de boter erdoor. Voeg een kneepje zout toe en schenk er 4 deciliter lauw water bij. Meng goed door elkaar en laat 5 minuten staan, zodat het meel het vocht kan absorberen. Voeg zo nodig wat extra meel toe. Laat nog een keer 5 minuten rusten. Verdeel het deeg in 16 balletjes en rol die uit op een met maismeel bestoven werkvlak.

Door het 'gebrek' aan gluten is dit deeg vrij brokkelig. Uw handen steeds een beetje vochtig maken zorgt voor makkelijker te bewerken deeg. Uitrollen tussen 2 lagen bakpapier werkt ook prettig. (Een tortillapers is natuurlijk ideaal, maar wie heeft dat?)

Verwarm een zware koekenpan (of twee) en bak de tortilla's zo'n 1½ minuut per kant tot ze er wat donkere plekje opkomen. Stapel de klare tortilla's op en houd ze warm onder alufolie.

**SERVEERSUGGESTIES:** om wat dan ook in te wrappen, van salade tot ratatouille. Of eventueel met kaas, krokant gebakken en gebroken als snack of knappertje.

**HOUDBAARHEID:** 3 à 4 dagen, in de vriezer heel lang.



## 63-GRADEN-DOOIER IN PASTINAAK

45 minuten voor serveren opzetten.

**Wie heeeel toevallig een sous-vide-apparaat heeft, kan het nu mooi aan het werk zetten. Wij minder chic geoutilleerde mensen komen er met een thermometer en een beetje opletten ook wel. Uit de serie 'keukengerei dat eindelijk uit de kast mag', hebben we ook een pommés-parisiennes-boortje nodig.**

1 pastinaak\*, formaat slanke winterwortel  
4 eidooiers\*\*  
2 takjes salie, gerist en gehakt

\* Liefst het deel van 4 centimeter ø: snijd er 4 stukken van 4 centimeter dik (hoog) van.  
\*\* Zie voor witverwerking p. 490.

Zet de pastinaakstukken met de smalste kant boven en schep daar, met dat pommés-parisiennes-boortje, een holletje uit waar een eidooier half bovenuit past. Schil de buitenkant met de dunschiller en rond het snijvlak om het ei-holletje iets af.

Schep met een dessertlepel de dooiers voorzichtig in hun holletjes: liefst zo dat ze heel blijven en er iets bovenuit bollen, geen drama als ze stukgaan. Zorg dan wel dat al het ei in het holletje zit, niet eroverheen.

Strooi salie in een pannetje, zet de gevulde pastinaak erop en schenk er water naast tot ze voor driekwart in het vocht staan.

Sluit de pan met de deksel en verwarm het water tot 63 °C. Controleer af en toe of het zover is. Draai dan het vuur uit en sluit weer af met de deksel. Zet na een minuut of 10 het vuur weer aan en verwarm weer tot 63 °C, draai het vuur weer uit en sluit de pan. Na 45 minuten is de dooier perfect: nét gestold van buiten, lopend van binnen. Als u het water 3 à 4 keer bijwarmt gaat het dus precies goed.

**SERVEERSUGGESTIES:** als (klein) voorgerecht, of kleed het verder aan met geroosterde pastinaak of zo. Ook goed bij (oven)aardappeltjes, knolselderij, meiraap...

**HOUDBAARHEID:** tja. In theorie 2 à 3 dagen, maar of dat ook lekker is?

## WIT IS WÉL EEN KLEUR

1 uur marinieren.

**En niet eens eentje maar ten minste 4 kleuren, kijk maar.**

\* Of ½ bakje tuinkers, eventueel verscherpt met ragfijne knoflook.

*Blancheer* de aardappelen en pastinaak nét gaar (afzonderlijk vanwege verschillende kooktijden maar in 1 pan gaat prima; hang de pastinaak de laatste 5 à 6 minuten in een (punt)zeef bij de aardappelen). Giet af en laat even uitdampen. Maak ze nog warm aan – dan trekt de smaak goed in – met olijfolie, azijn peper & zout.

Laat 1 uur marinieren. Langer kan zeker, laat dan 30 minuten voor serveren *chambreneren*. Maak af met pijnboompitten, peper & zout en veldkers, houd 1 handje apart.

Schep de salade in een steekring in het midden van borden, breek de kaas erop. Maal er peper over, bestrooi met de laatste veldkers en een kneepje zeezout.

**SERVEERSUGGESTIES:** als voorgerecht of (misschien een iets grotere portie) met (sperzie)bonen, meiraapjes, knolselderij en/of gebakken gnocchi.

**HOUDBAARHEID:** 3 dagen.

## TEEFJES MET NOG MEER KLEUREN WIT

Fruit in een ruime pan met wat boter de mosterd en de helft van de knoflook. Meng er na 1 à 2 minuten, als de mosterd ontzuurd is, honing en pastinaak door. Fruit 1 minuutje mee, blus af met water tot ze voor de helft in vocht staan en schep goed om. Breng aan de kook, draai het vuur lager en laat in zo'n 8 minuten zachtjes garen. Schud af en toe om en controleer of er nog een goed bodempje 'saus' in de pan staat. Maak af met peper & zout.

*Blancheer* intussen de plakjes schorseneer 2 minuten, giet ze af en laat goed uitdampen. Smelt een klontje boter in een ruime koekenpan. Schud de schorseneer en laatste knoflook erdoor zodat ze glanzen. Strooi er eventueel venkelzaad op en laat op middelhoog vuur in zo'n 7 minuten beetgaren en licht kleuren. Maak af met peper & zout en, als u geen venkel gebruikte, eventueel nootmuskaatrasp. Als drie pannen u te veel gedoe is, kan de schorseneer de laatste 4 minuten bij de pastinaak.

Klop terwijl de groenten opstaan de helft van de pecorino door de melk en haal er 4 boterhammen door, laat ze net melk opnemen maar niet doorweekt raken.\* Leg ze iets uit elkaar op een plank en beleg met postelein en 'smeltkaas'; houd rondom een rand van 1½ centimeter vrij. Maal er peper over. Haal de laatste boterhammen door de melk en bedek de eerste ermee. Snijd de korsten er zo zuinig mogelijk af en druk de rand met uw duim rondom goed dicht, maar niet stuk.

Zet een ruime koekenpan met een klontje boter op middelhoog vuur. Klop het ei los met de laatste pecorino en wentel de gevulde teefjes, een voor een, rondom in een dun laagje ei. Als wentelen lastig is doopt u de onderste in het ei en lepelt u het vanuit het bord over de bovenste boterham. Leg ze direct in de pan. Bak in zo'n 3 minuten per kant goudgeel, draai pas om als de bodem zover is – hoe minder u eraan friemelt, hoe mooier ze blijven. Maar ja, dat is meestal zo. Snijd de teefjes schuin doormidden en vlij ze, met de punten uit elkaar wijzend, op een bord. Schep er een portie pastinaak tussenin, 'zet' daar een plukje gemengde blaadjes op en laat de schorseneren eraf 'stromen'.

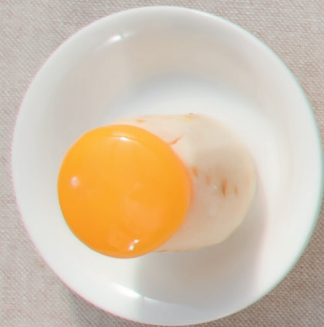
\* Aan wie nooit wentelteefjes maakte: ze zijn heel makkelijk, ze vragen alleen wat aandacht. Door het brood nat te maken (wat wel zo'n beetje de crux is) valt het makkelijk uit elkaar, zeker als de teefjes ook nog gevuld zijn. Als u lekker snel doorhaalt krijgt het vocht geen tijd om het brood in kledder te veranderen (zoals een koekje in de thee...). Verder: maak de pan niet te heet zodat de boter niet bruin als jus wordt.

### VARIATIES

- Vervang de postelein door raapsteel of spinazie. Of fijngesneden paddenstoelen en/of ui met tijm.
- Maak in de lengte gesneden boterhammen (de bakker kan het brood dwars in de machine zetten), beleg ze net niet tot de randen, rol strak op en zet vast met een prikkertje. Behandel ze verder zoals de platte teefjes.

**HOUDBAARHEID:** neeh, ik zou ze opeten.

ca. 40 g boter  
1 eetl grove mosterd  
3 tenen knoflook, fijngehakt  
1 flinke theel honing  
ca. 500 g pastinaak, in korte, dikke frieten  
4 schorseneren, schoon-geschrobd, geschild en in schuine plakjes  
3 eetl oude pecorino o.i.d., geraspt  
ca. 1½ dl melk (in een diep bord)  
8 witte boterhammen  
3 handjes postelein, fijngesneden  
4 plakken mooi smeltende kaas: roodschimmel, mozzarella of belegen  
1 à 2 eieren, losgeklopt met peper & zout (in een diep bord)  
4 handjes gemengde blaadjes (ik had zuring, bietenblad, vogelkers en ijskruid)  
eventueel: 1 theel gemalen venkelzaad of een muskaatnoot



300 g aardappel, in *brunoise*  
300 g pastinaak, in *brunoise*  
ca. 0,2 dl milde azijn  
50 g pijnboompitten, licht geroosterd  
handje veldkers\*  
ca. 200 g verse kaas: meikaas, burrata of jonge geit op olie (gerookt) grof zeezout  
ca. 0,3 dl olijfolie







# RABARBER

*Rheum rhabarbarum*

## GRONDBEGINSELEN

Fruit, zeggen de Engelsen (en sommige Nederlandse kookboekschrijvers. Hi Eef). Groente, zegt de taxonomie. (Wikipedia houdt er de culinaire definitie op na dat eetbare planten die bij het hoofdgerecht gegeten worden groenten zijn, eet je ze als nagerecht dan is het fruit. Zeker nooit van tong picasso gehoord. Of is een perzik ook groente?) Ik zeg: wat maakt het uit. Tomaten, courgettes, aubergine, als je naar de groeiwijze kijkt zijn ze eigenlijk ook fruit. Met de Wiki-definitie kan ik ook niet veel, want ik gebruik het zoet én hartig. Je kunt het oogsten en het heeft geen oogjes, dan mag het van mij in een groenteboek.

**ZAAIEN:** in een zaaibak van april tot juli, goed vochtig houden. Het is wel iets voor mensen met geduld, het duurt even voor een plant groot genoeg is om oogst te geven... Plantgoed kopen, of een stuk afsteken van een bestaande plant gaat stukken sneller.

**OOGSTEN:** vanaf maart, april (geforceerde planten, of idioot warme winters, het gebeurt, leveren al veel eerder oogst; in Engeland zijn er speciaal voor de winteroogst verwarmde rabarberschuren, waar de planten in het donker groeien en de delicate bleke stengels met kaarslicht geoogst worden). Er wordt vaak nogal schichtig gedaan over stoppen met oogsten op 21 juni, volgens de een omdat het oxaalzuur vanaf dan sterker wordt, volgens de ander omdat de plant anders uitgeput raakt. De specialist leert me dat het oxaalgehalte in blad en stengels ongeveer gelijk is. De rust is vooral nodig voor de conditie van jonge planten, oudere exemplaren hebben er weinig last van als u er langer van trekt. Rabarber snijd je namelijk niet, een rabarbersteel pak je vlak bij de voet vast om met een ferme ruk omhoog los te trekken.

**EEN GOEIE RABARBERSTEEL** is stevig, sappig en compact. Oudere stengels hebben (zoals bij bleekselderij) vaak holle, taaie gangen. Er is rabarber van groen tot roze en dieprood, of een heel mooie combinatie daarvan. Het prachtige grote blad is helaas niet eetbaar door de hoge concentratie emodineglycosiden die niet voor iedereen even gezond, maar wel stérk laxerend, zijn.

De bloemen wel, knip dikke gesloten knoppen weg om de kracht voor de plant te behouden. Ze smaken vaag bloemkolig, wel leuk om een keer te proberen, maar een heel veld zou ik er niet voor aanleggen.

**REKEN PER PERSOON** voor voor- en nagerechten met een korte garingstijd gemiddeld 100 gram, voor hoofdgerechten of langere bereiding 300 à 400 gram. **BEWAAR** koel en donker, als u hebt met het blad eromheen gewikkeld.

## BASISBEREIDING

Als die er nog aan zit moet de hiel eraf, dat bleke halfronde stuk aan de onderkant. Bewaar hem wel, als u hem mee laat garen neutraliseert hij het zuur en zorgt voor een betere vertering. Schillen doet u bij oudere stengels, of als u grotere stukken gaat bereiden. Zet een klein mesje dwars tegen de onderkant van de steel en trek de schil tussen duim en mesje van beneden naar boven los (in prachtige krullen). En hoelang u hem dan gaat garen is bijna niet algemeen te zeggen, dat ligt echt aan of u hem zacht als moes of met een frisse beet wenst.

## COMBINATIES

Aardbei, amandel, banaan, basilicum, dille(zaad), druif, foelie, gember (ook op siroop), honing, kardemom, kastanje, koriander, nootmuskaat, noten, paddenstoelen (krachtige), pistache, rood fruit, rozijnen, salie, sinaasappel (ook bloed-), spinazie, sternaïjs, suiker, tijm, tomaat, ui, vanille, witte wijn, zuring.

De meeste recepten met bleekselderij zijn ook toepasbaar op rabarber, houd er wel rekening mee dat helemaal rauw, zoals bij bleek, met rabarber doorgaans wat minder geslaagd is.

Voor meer rabarber, zie ook: groene linzen met raapsteel en rabarber p. 343.





2 à 3 eieren  
 8 puntjes bladerdeeg  
 (zie p. 482) van 7 bij 4 cm  
 grof zeezout  
 175 g gemengde padden-  
 stoelen, in partjes  
 mespunt gerookt pimentón  
 300 g spinazie, fijngesneden  
 1 à 2 tenen knoflook, fijngehakt  
 olijfolie

pizzadeeg van 600 g pizza-  
 meel (zie p. 497)\* of 20 vel-  
 len filodeeg van pizzafor-  
 maat, uitgerold of -gelegd  
 ca. 100 g (wilde) spinazie\*\*,  
 fijngesneden  
 175 g ricotta  
 75 g gorgonzola  
 2 tenen knoflook, fijngehakt  
 ca. 30 g Parmezaan  
 (gerookt) grof zeezout  
 olijfolie

\* Verdeel het deeg als u in de  
 oven bakt in 4 bollen, voor een  
 pizzaeventje in 8.  
 Houd als u filo gebruikt het  
 deeg voor later zorg onder een  
 doek zodat het niet uitdroogt en  
 breekt.  
 \*\* Of neem 4 keer zoveel en  
 'smelt' hem snel in een hete pan.  
 Laat heel goed uitlekken.

## TOMPOES VAN SPINAZIE

*Splits* 1 ei en klop in een kom de dooier los (bewaar het wit) met een paar druppels water. Bestrijk het bladerdeeg ermee, knijp er wat zeezout over en bak het in zo'n 20 minuten goudbruin in een oven van 200 °C. Laat afkoelen en snijd het overdwars open. (Maak als u een onbetrouwbare bladerdeegoven hebt een dubbele hoeveelheid, zodat het deeg niet opengesneden hoeft te worden.)

Bak op hoog vuur in een ruime koekenpan met olijfolie de paddenstoelen in een paar minuten mooi bruin, bestrooi halverwege met pimentón. Laat afkoelen.

Meng intussen in een kom de spinazie, knoflook, de rest van het ei en het wit. Voeg twee derde van de paddenstoelen toe en maak af met peper & zout. Vul een rechte ovenschaal met bakpapier met een laag spinazie van 2 à 2½ centimeter dik en strijk glad. Vet een passend stuk bakpapier in en leg de vette kant op de spinazie – met een rekje erop als u een blazende ventilator in de oven hebt. Zet zo'n 18 minuten in een oven van 160 °C tot het gestold is.

Laat iets afkoelen, haal het bakpapier eraf, *stort* op een plank en trek het onderste bakpapier er voorzichtig af. Snijd in punten zo groot als het bladerdeeg. Leg de onderkanten van het deeg uit, zet er een stuk spinazie op, schep de paddenstoelen erop en dek af met de deksel.

### SERVEERVARIATIES

- Pureer voor een groene vulling de spinazie met het ei.
- Serveer in kleinere porties als hapje. Of juist in een grotere portie als maaltje.
- **Ovenspinazie:**  
 Verwerk 1½ kg spinazie, 3 tenen fijngehakte knoflook en 4 tot 6 eieren (meer maakt het omeleteriger dan we bedoelen) als hiervoor. Serveer als hoofdgerecht met gebakken gnocchi of een aardappeltje.
- Voeg 2 à 3 eetlepels crème fraîche en verkruimelde blauwe of geitenkaas toe.

HOUDBAARHEID: het bladerdeeg 2 à 4 dagen (in een trommel), de vulling 3 dagen.

## GEVULDE SPINAZIEPIZZA

Leg een portie deeg op een dunne ovenplaat of 'pizzaplankje' – eenmaal belegd is het niet meer op te tillen. Bestrijk in geval van filo met olijfolie en leg er een tweede vel op, weer olie, dan een derde vel. Pizzadeeg kan enkel blijven en zonder olie.

Beleg met een 2 centimeter dikke laag spinazie en houd rondom een rand van 2 centimeter vrij. Verdeel er ricotta, gorgonzola, knoflook, Parmezaan en peper over. Trek het onbelegde pizzadeeg nog wat uit als het een beetje teruggeveerd is, het moet echt mooi dun zijn, en leg het over de spinazie. Druk rondom goed dicht, snijd eventueel rondom overtollig deeg weg. Beleg in het filoval eerst met 1 vel, kwast er wat olie over, leg er een vel op en bekwast dat ook met olie.

Snijd met een loeischerp (scheer)mesje door het bovenste deeg, steeds 2 centimeter uit elkaar, houd rondom de rand 2 centimeter heel. Bak direct goudbruin en krokant in een zo heet mogelijke gewone oven of een pizzaoven zo heet als u gewend bent; houd wel in de gaten dat de bovenkant niet tegen de deksel rijst. Zet er desnoods een pollepel tussen om hem op een kiertje te houden.

Bekwast pizzadeeg als het uit de oven komt met olie en bestrooi met een kneepje zeezout. Serveer kleintjes zo, grote in punten. Overgebleven spinazieblaadjes kunnen er mooi als salade bij.

SERVEERSUGGESTIES: gewoon zo, maar ook lekker bij geroosterde groenten zoals knolselderij, mais, romige patisson, asperges...

HOUDBAARHEID: 3 à 4 dagen.



1 grote venkel, gesnipperd  
ca. 1,2 dl witte wijn  
400 g pastaschelpen,  
gaar (dat kan terwijl de  
venkel smooft)  
2 takjes tijm, gerist en gehakt  
6 blaadjes salie, gehakt  
2 tomaten, in *brunoise*  
100 à 120 g Munster,  
in plakjes  
klontje boter

ca. 3 eetl crème fraîche  
(of nog wat meer ricotta)  
1 ei, *gesplitst*, de dooier  
losgeklopt met wat water  
2 kleine venkelknollen,  
in reepjes van 1/2 cm  
1 flinke bos raapsteel,  
fijngesneden  
1 prei, fijngesneden  
1 middelgrote ui, gesnipperd  
250 g ricotta  
2 eetl geraspte Parmezaan  
pasteideeg (zie p. 496)

eventueel: 1 à 2 koolrabi's,  
in *brunoise*

1 grote venkel, in de lengte  
gehalveerd en in parten van  
1 cm, daarna ingekort tot  
3 cm  
1 à 2 pastinaken,  
in Franse frieten  
1 takje rozemarijn,  
gerist en gehakt  
250 g minipomodori  
salie-olie (zie p. 248)  
olijfolie

## MET MUNSTER GEGRATINEERDE VENKEL-PASTASCHOTEL

Smoor de helft van de venkel in circa 8 minuten gaar met boter en wat witte wijn.

Meng de gare pasta, tijm en helft van de salie erdoor, verwarm ze eventjes samen en verdeel vervolgens over de bodem van een ovenschaal. Maal er peper over, bestrooi met tomaat en bedek met de rauwe venkel.

Strooi er de laatste salie over, beleg met plakjes Munster en gratineer onder de grill of in een oven van 200 °C.

### VARIATIE

Maak iets dieper van smaak met 3 eetlepels fijngesneden sud 'n sol-tomaatjes.

**SERVEERSUGGESTIES:** eet er lekker brood bij, al was het maar om de overtollige saus mee op te deppen. En eventueel een radijsje, of een beetje groene sla.

**HOUDBAARHEID:** 3 à 4 dagen. Een uitgelezen gerecht om tot frittata te verwerken.

## PASTEI MET VENKEL EN RAAPSTEEEL

Meng in een ruime kom de crème fraîche met het eiwit en vervolgens de overige ingrediënten, behalve de eidooier (en het pasteideeg...). Voeg als de massa erg droog is nog wat crème fraîche of ricotta toe. Maak af met peper & zout.

Rol het deeg uit tot 2 cirkels van 3 à 4 millimeter dik (dikker geeft een boertig taaie korst en een natte, ongare bodem), de ene groter dan de andere. Bekleed een lage, ronde ovenschaal met de grootste lap, zorg dat hij iets over de rand hangt.

Verdeel de vulling gelijkmatig over de bodem, leg de tweede lap erop, vouw de grote eroverheen en knijp rondom dicht. Maak er eventueel met een vork een charmant patroontje in. Klassiek komt er in het midden een 'schoorsteen' te staan, ofwel een gaatje waaruit de stoom kan ontsnappen zodat het deeg mooi krokant en droog bakt. Vaak wordt de 'deksel' gegarneerd met blaadjes van apart gehouden deeg. Een paar gaatjes met een (vlees)vork, al dan niet in een patroon, werken ook wel.

Bestrijk egaal met de eidooier. Zet in een oven van 200 °C en draai na 25 minuten naar 150 °C. Laat in 40 à 60 minuten gaar en goudbruin bakken.

### VARIATIE

Door zo'n 4 eetlepels tomatenpuree los te kloppen met de ricotta krijgt u een roze vulling, met een iets frisse, zoetere smaak.

**SERVEERSUGGESTIES:** een maal op zich zo'n pastei. Als u er iets bij geeft, dan hooguit een eenvoudige groene salade.

**HOUDBAARHEID:** zeker 3 dagen.

## GEROOSTERDE VENKEL EN PASTINAAK

Maak in een platte ovenschaal de venkel, pastinaak en rozemarijn aan met een beetje olijfolie zodat alles glanst en zet ze in een oven van 150 °C.

Schep na 8 minuten een keer om. Controleer na weer 5 minuten of de pastinaak bijna gaar is (de venkel mag behoorlijk knapperig blijven). Voeg dan de pomodori toe, schep door elkaar en zet nog 3 minuten terug in de oven.

Schep de groenten luchtig op borden en druppel er een beetje salie-olie over.

**SERVEERSUGGESTIES:** zo is het een zomers hoofdgerecht. Er kan eventueel nog een salade bij, of om het wat zwaarder te maken: (oven)aardappeltjes, korte pasta, cous, quinoa.

**HOUDBAARHEID:** 3 dagen.

