

**10 JAAR**

**DAGELIJKSE**  
met Jeroen Meus

**KOST**

**250**  
nieuwe  
recepten



Manteau

---

## VOORWOORD

---

Dromen van een taart en gewekt worden door een ovenschotel. Wie maakt dat mee?

Het overkomt me wel vaker. Dan zit ik midden in een romantische droom en ben ik Patrick Swayze-gewijs deeg aan het kneden in het gezelschap van een schone deerne in salopette met weelderig haar, en word ik abrupt gewekt door een bal gehakt die gestoomd wil worden om zich daarna door een plakje gebakken aubergine te laten omhullen. Oversauzen en dan afwerken met panko? Uiteraard! Soms is dit soort situaties vervelend maar dat is eerder uitzonderlijk, omdat het me bevestiging geeft. Je bent nog alert, je doet het nog graag, ook 's nachts...

Vannacht was het weer prijs, met als gevolg dat ik mijn honden om vier uur in de ochtend al een succulent ontbijt voorschotelde en mezelf trakteerde op een 'home brewed black regular', wat tegenwoordig staat voor een kop koffie.

Voor de rest is het stil in huis.

Stilte is me ondertussen dierbaar geworden, ze werd een compagnon. Dat was niet altijd zo.

Ik was eerder fel en druk in mijn gedrevenheid. Energiek en ongeduldig. Zelden ontspannen.

Er is wat veranderd de laatste tijd en ik weet exact hoe dat komt.

Ik ben geland.

Het is een bevrijdend gevoel te beseffen dat ik ben wie ik ben en dat ik denk hoe ik denk.

Twijfel is een vriend geworden. Hij doet me nadenken en vormt vaak de basis van alles wat ik doe.

Vroeger werd ik angstig van die twijfel. Nu vind ik het normaal en zelfs gezond mezelf in twijfel te trekken.

Om dit allemaal goed en wel te leren beseffen heb ik deze afgelopen 10 jaar nodig gehad.

Het was een stevige rit. Het leven beloonde mij met een geboorte en geselde me met ziekte in mijn naaste omgeving.

Het waren 10 belangrijke jaren van groeien. Groeien als gezin, als ploeg en als mens.

Uiteraard doe je dat niet alleen en daarom denk ik

Aan jou, lieve engel. De liefste vrouw die me steeds steunt en iedereen alles gunt.

Aan jou, Coco. Ons beste recept. Een zoon om van te smullen.

Aan jullie, lieve mama en papa, om er altijd te zijn.

Aan jou, Wikke, om heel je leven zo'n voorbeeld voor mij te zijn.

Aan jou, Swa, om de liefste sint en bompa Swa te zijn.

Aan jou, Koen (Conny), mijn extra paar schouders al 20 jaar lang.

Aan jullie, mijn leermeesters, om me te leren wat jullie zo goed kunnen.

Aan mijn lieve ploeg, een kok is een groep.

Aan u, liefste bondgenoot.

Ik solliciteerde 10 jaar geleden in uw huiskamer voor de tofste job ter wereld en u hebt me aangenomen. Zo zie ik het. U hebt me 'geschikt' bevonden om u dagelijks te dienen.

Met knikkende knieën heb ik u uitgelegd dat uw slager de pancetta het best op stand 4 snijdt en mijn gele prikvork werd opeens een gegeerd object.

U bakte, pocheerde, kookte, smoorde, stoofde mijn ideeën massaal en dat is een onwaarschijnlijk gevoel. Het maakt me nederig en stil. Het doet me beseffen hoe uitzonderlijk dit allemaal is.

Gisteren trok ik met een koffertje richting hotelschool en vandaag schrijf ik u een brief.

Ik heb het gevoel dat ik het voor mezelf versta.

Ik versta blijdschap, ik versta verdriet. Het hoort allemaal bij het pakket.

Maak het daarom ook voor uzelf niet te ingewikkeld. Net zoals ik dat ook probeer te doen in *Dagelijkse kost*.

## **Jeroen**

Alle recepten  
zijn voor  
4 personen.

## **VIS**

- Panzanella met gegrilde asperges en tonijn – 20
- Aspergesoep met daslook en wijngaardslakken – 22
- Heek met peperonata en polenta – 25
- Rode poon, gevulde puntpaprika en salsa verde – 26
- Loempia's met krab en paprikadip – 28
- Preirolletjes met gerookte zalm en pommes duchesse – 31
- Heek met prei, aardappelen en bisque – 32
- Nage van waterkers met kokkels en oude geuze – 34
- Taco met goujonettes van schartong, avocodomayonaise en Mexicaanse sla – 37
- Zeebaars met venkel en hollandaise – 39
- Oosterse noedelsalade met visballetjes – 40
- Mosselen provençale met toast – 42
- Fricassee met wulken – 44
- California rolls – 47
- Gebakken wijting met aspergestoemp – 49
- Pasta nero met inktvis, citroen, knoflook en peterselie – 50
- Zeebaars met sauce vierge en ratatouille – 52
- Wraps met kalfsvlees en tonijnmayonaise – 55
- Zalm met erwtenstoemp, bacon en bearnaise – 57

## **VLEES**

- Kalfstong met ravigotesaus en asperges – 60
- Lamsbout op de barbecue met gegrilde groene asperges – 63
- Pasta meatballs met asperges, champignons en paksoi – 65
- Koninginnenhapje met kip, witte pens en asperges – 66
- Pistolet met rosbeef en lentesla – 68
- Pasta met geroosterde bloemkool, pancetta en peterseliepesto – 70
- Gevulde paprika's met fregola sarda – 73
- Salade met rabarber, kippenlever en venkel – 74
- Carpaccio van gegrild rundvlees met gemarineerde groenten en aioli – 77
- Zuiderse soep met chorizo en toastjes met verse tapenade – 78
- Varkenskotelet met witte boontjes in tomatensaus en polenta – 81
- Lauwe artisjokken met jamón – 82
- Lamsgebraad met geroosterde aardappelen en gekonfijte aubergine – 85
- Gehaktballen met kaas en spitskoolstoemp – 87
- Kippenbouten met dragonsaus en aardappelkroketten – 88
- Thaise salade met runderrribben – 90

## **VEGETARISCH**

- Bladerdeegpizza met van alles – 94
- Pastasalade met gegrilde halloumi en asperges – 96
- Ravioli met cottagecheese, artisjokken en groentevinaigrette – 99
- Bloemkoolsoep op oosterse wijze – 100
- Groentecouscous met seitan fritti – 102
- Oosterse noedelsalade met rode biet, raap en miso – 104
- Spinaziekroket met tomatensaus – 107
- Ricottabeignets met salade van spinazie en truffel – 108
- Verse tagliatelle met tomaat, ui en olijven – 110
- Carpaccio van komkommer met geitenkaas – 113
- Gazpacho van rode biet met komkommer en radijzen – 114

## **ZOET**

- Gepocheerde rabarber met limoensorbet en sabayon van bier – 119
- Limoen-tiramisutaart met aardbeien – 120
- Mousse van plattekaas met limoen, rabarbercompote  
en wafelkrumels – 123
- Brusselse wafel met vers vanille-ijs en aardbeien – 124
- Nougat glacé – 126
- Limoencrème, ananas en granité van pina colada – 129
- Kokostaart met mango – 131
- Marmercake met veenbessen en noten – 132
- Profiteroles met frambozencoulis, ijs en witte chocolade – 134
- Gevulde sinaasappel met parfait van sinaasappel – 136
- Bladerdeeggebak met verse abrikozen en pistache – 139

**VIS**

- Tartaar van tomaat met grijze garnalen en peterseliecoulis – 144
- Mosselen in de wok – 146
- Roodbaars puttanesca met orzo – 149
- Tomatensalade met gegrilde gamba's – 150
- Empanada's met pittige makreel – 153
- Gegrilde sardientjes met venkel-pompelmoessalade – 154
- Zalmburgers met komkommer en pepersaus – 157
- Rog niçoise – 158
- Focaccia met gegrilde groenten en ansjovis – 161
- Wijtingschnitzel met kropsla en groene-kruidenaioli – 163
- Pladijsfilets met mosselen en courgette – 164
- Open ravioli met gamba's, lamsoor en venkel – 166
- Gevulde inktvissen met rijst en makreel, gestoofde spinazie en paprikacoulis – 168
- Krokante pladijsfilet met peterseliepuree – 171
- Gravad lax met rode biet en aardappelsla – 172
- Zalm met quinoa en rodebietenyoghurt – 174
- Salade van tonijn, selderij en bruschetta – 177
- Cannelloni puttanesca – 178
- Koude erwtensoep met karnemelk en gerookte paling – 180

**VLEES**

- Pasta met aubergine en pikante salami – 184
- Glazed chicken op de barbecue – 186
- Slasoep met caesarbaguette – 189
- Kalfspiccata met ratte-aardappelen – 190
- Peperburger met spek, Belgische saus en dunne frietjes – 192
- Spaanse cordon bleu met gebakken aardappelen en kropsla – 195
- Onglet met Griekse salsa en feta – 196
- Rollade van aubergines met gehakt en tomatensaus – 198
- Indiase lamsschotel – 200
- Salade met Chinese kool, kip en currydressing – 203
- Groentesoep met pistou en croutons – 204
- Groentecouscous met merguez en zure room – 207
- Gemarineerde varkenscarré met specerijen en groenten – 208
- Gegrilde lamskoteletjes met boontjes en tomatensla – 210
- Tempura van kip met Japanse dressing – 213
- Zacht gegaard spek met een pikante sla van linzen en tomaat – 214
- Thaise komkommersoep met kip – 216

Jambalaya – 218  
Kippenburgers met parmezaanpuree en broccolini – 221  
Naanbrood met varkensvlees en knoflooksaus – 222

## **VEGETARISCH**

Komkommer-avocado-soep met chiliroom – 226  
Turks brood met hummus en tomaten – 228  
Gnocchi met abdikkaas, boter en salie – 230  
Dolmades van spinazie met paprikaharissa – 232  
Kikkererwtburger met curryhummus en wortelsalade – 234  
Champignonballetjes provençale met wilde rijst – 237  
Pita met falafel en harissayoghurt – 238  
Auberginesoep met kikkererwten – 240  
Olijvenbrood met zongedroogde tomaten en pecorino – 242  
Auberginekroket, tandoori-dip en courgettesla – 245  
Pizza met tapenade van olijven, gekonfijte tomaten  
en basilicumaioli – 246

## **ZOET**

Gegrilde ananas met sabayon – 250  
Ananastaart met Italiaans schuim – 253  
Mousse met frambozen, plattekaas, zandkoekjes en meringue – 254  
Tulbandcake met aardbeien en yoghurt – 256  
Soepje van cavaillon met parfait van citroen – 259  
Granola met frambozen en yoghurt – 260  
Caipirinha-parfait met amandelkruiden – 263  
Mango sticky rice – 264  
Margarita-cheesecake – 267  
Hoeve-ijs met warme kersen en sabayon van kriek – 268  
Frambozentaart met limoenpudding en pistachenoten – 270  
Karnemelkpudding met perziken en bladerdeeg – 273  
Eclair met crème suisse en aardbeien – 274  
Panna cotta van framboos met kletsoppen – 276

## **VIS**

- Mosselsoep met prei en zuurdesemcroutons – 282  
Gebakken griet met hutsepot en lauwe spekvinagrètte – 284  
Rog met prei en kappertjes ‘al forno’ – 286  
Gebakken zalm met zuurkool en gekookte aardappelen – 289  
Vispannetje met hondshaai, oesterzwammen en andijvie – 290  
Krokante filoloempia’s met noordzeekrab, spinazie, ricotta en gribiche – 292  
Cocktail van Russisch ei met gerookte paling – 294  
Gepocheerde wijting met bloemkoolgratin en aardappelen – 297  
Mosselen à la nage – 298  
Sashimisalade met zalm – 300  
Zweedse smeus – 303  
Penne carbonara met pompoen en gerookte zalm – 304  
Thaise bouillon met rivierkreeft en shiitakes – 307  
Soep van zoete aardappel en krab – 308  
Gegrilde scampi’s diabolique met rijst en broccolini – 311  
Witloof met zalm en kaassaus – 312  
Crispy tongschar met aardappelen en groene-pepermayonaise – 315  
Gevulde omelet met nasi en tijgergarnalen – 316  
Pladijs ‘clamart’ met gekookte aardappelen en dijonnaise – 319

## **VLEES**

- Gebraiseerde kalfswangen met oude geuze, prei en puree – 322  
Lasagne met knolselderij en gekookte ham – 325  
Omeletwrap met wortelsalade en eend – 326  
Toast steak tartaar met remoulade van knolselderij – 328  
Everzwijnpaté met sjalottenconfituur en brood – 331  
Ciabatta-pizza met duxelle, brie en pancetta – 332  
Kalfslever met balsamicochampignons en puree – 334  
Kalfskop ‘en tortue’ – 337  
Steak tyrolienne met gebakken aardappeltjes – 338  
Ossobuco met witte bonen en pasta – 340  
Ragù van schouderstuk met spaghetti – 343  
Orecchiette ‘in brodo’ met groene kool en spekjes – 344  
Gelakt buikspek, spruitjesstoemp en pickles – 347  
Chili con carne-burger – 348  
Coniglio alla cacciatora – 350  
Gevulde portobello’s met tomatensaus en puree – 352  
Sjalottensoep met salie en gnocchi – 355



## **VEGETARISCH**

- Pasta met eekhoortjesbrood – 358
- Groentezooi met selderijolie – 360
- Pizza autunno – 363
- Groentelasagne met vier kazen – 365
- Risottoburger met boschampionns en veldsla – 367
- Witloofsla met blauwe kaas – 370
- Tajine met zoete aardappel, wortel en yoghurt ‘masala’ – 373
- Kastanje-aardpeersoep en toast met duxelle – 374
- Thaise groentesalade met pindadressing – 376
- Salade met bospaddenstoelen en roggecroutons – 378
- Taart met spinazie, raapjes en Flandrien – 380
- Courgettehummus met pitabroodjes en krokante salade – 382
- Croque kebab met oesterzwammen, taleggio en relish van augurk en jalapeño – 384
- Uiensoep met aardappelen en knoflookbrood – 387

## **ZOET**

- Perentaart met kaneelvulling – 391
- Rollbiscuit met citroencrème en kokos – 393
- Boules de Berlin – 396
- Tiramisu met peperkoek – 398
- Muffins van karnemelk en hazelnoten – 400
- Schwarzwälder Kirschtorte – 403
- Mokkamousse met boterwafels en chocoladesaus – 404
- Poire belle Hélène – 406
- Wortel-speculaascade – 408
- Mandarijntentaart met koekjesbodemp en meringue – 411
- Vanilleparfait met amarena-kersen – 412
- Crêpes normandes – 414

**VIS**

- Carpaccio van sint-jakobsnoten met ponzuvinagrette – 421  
Snoekbaars, tartelette met witloof en dijonnaise – 422  
Pastei van gerookte zalm en ceviche van zeebaars – 425  
Fish-and-chips met tartaar – 426  
Viscurry – 428  
Vis met bieslookpuree en romige venkel – 431  
Gegrilde schartong met aardappelsalade ‘tartaar’ – 432  
Gerookte forel met Luikse salade – 434  
Gebakken gamba’s met broccoli en currysaus – 437  
Ciabatta-pizza al tonno – 438  
Scampiburger met diabolique-mayonaise en gefrituurde uiringen – 440  
Tartaar van makreel met aardappel en mierikswortel – 442  
Krabcocktail met selderijsla en cocktaildressing – 444  
Cannelloni van knolselderij met gerookte zalm en currydressing – 447  
Wulken met champignons, peterseliecoulis en croutons – 448  
Koninginnenhapje met rode mul en mosselen – 451

**VLEES**

- Pie van wintergroenten met gerookte ossentong – 454  
Plat spécial met kroketten en witloofsalade – 457  
Hertengebraad met gratin van spruitjes en spek – 458  
Varkenshaasje in bladerdeeg met saus van rode ui – 461  
Krokante kalkoenlapjes met gerookte ham en andijvie in kaassaus – 465  
Lamsballetjes met hummus – 466  
Rillettes van konijn gegaard in geuze – 468  
Gehaktbrood met fijne prei en groentepuree – 471  
Pappardelle met worst, tomaat en spinazie – 473  
Kalfslever op de grill, salade met appel en saus met spek – 474  
Varkensschenkel met zuurkool – 477  
Carpaccio van varkensgebraad en mosterddressing – 478  
Lamskroon met groentekrans en boontjes in spek – 480  
Eggs benedict – 482  
Chowder met gerookte ossentong, maïs en chili – 485  
Kalfsgebraad met amandelkroketten en witloofsla – 486  
Consommé en ravioli van ossenstaart – 489  
Linzensoep met chorizo – 492  
Pepersteak met zoetzuur witloof, knoflookmousseline  
en waterkers – 494  
Loempia van konijn en witloofsla – 496  
Tonkatsu sando – 499

Gehakt en witte kool met kaassaus in krokant filodeeg – 500  
Kip laksa – 502  
Hachis parmentier met witloof – 504  
Knolselderij-mascarponesoep met gebakken oesterzwammen  
en knoflookcroutons – 507

## **VEGETARISCH**

Spinaziesoep met kaasstengels – 510  
Groentecurry met boerenkool en kikkererwten – 513  
Thaise fondue met veel groenten, seitan en tofoe – 514  
Panna cotta van geitenkaas met rode biet en waterkers – 516  
Risotto met rode ui, prei en geitenkaas – 518  
Koolrabi met spinazie, walnoot en ricotta – 521  
Paprika gevuld met Griekse pasta en feta – 522  
Kroket van Keiems Bloempje en komkommer – 525  
Koekjes van zoete aardappel met salade van Chinese kool  
en chilyoghurt – 527  
Cannelloni met vier kazen, pompoen en boerenkool – 528

## **ZOET**

Flan met briochebrood en peer – 532  
Ananastaart met ganache van witte chocolade – 535  
Krokante peperkoek met appel en sabayon – 536  
Vanillewafels met witte chocolade, ijs, karamel en banaan – 538  
Hazelnotcake met chocolade en gepocheerde peren – 541  
Sachertorte – 543  
Javanais met ganache van chocolade – 547  
Buche van speculaas en mascarpone – 548  
Crêpes suzette – 550  
Panna cotta van advocaat met banaan en chocolade – 552  
Petit-beurretaart van Lutje – 554  
Kaiserschmarrn – 556  
Perenstrudel van filodeeg – 558  
Tompoes – 561

---

De basis – 562  
Register recepten – 570  
Register ingrediënten – 573

© 2021 Jeroen Meus, één, Bart Verbeelen en Nico van de Velde  
(Hotel Hungaria) & Uitgeverij Manteau / Standaard Uitgeverij nv,  
Franklin Rooseveltplaats 12, B-2060 Antwerpen

Jeroen Meus is een geregistreerd handelsmerk  
van 4Tops – 2020 – België.

4Tops is een connectie van vier: Patrick De Grande, Roland Keyaert,  
Jeroen Meus en Bart Verbeelen.

[www.jeroenmeus.be](http://www.jeroenmeus.be)

[www.een.be](http://www.een.be)

[www.4Tops.be](http://www.4Tops.be)

[www.standaarduitgeverij.be](http://www.standaarduitgeverij.be)

Vertegenwoordiging in Nederland  
New Book Collective, Amsterdam  
[www.newbookcollective.com](http://www.newbookcollective.com)

Eerste druk: maart 2021

Alle rechten voorbehouden.  
Niets uit deze uitgave mag  
worden verveelvoudigd,  
opgeslagen in een geautomatiseerd  
gegevensbestand of  
openbaar gemaakt, in enige  
vorm of op enige wijze, hetzij  
elektronisch, mechanisch, door  
fotokopieën, opnamen of op  
welke wijze ook, zonder  
voorafgaande schriftelijke  
toestemming van de uitgever.

ISBN 978 90 223 3779 0  
D/2021/0034/141  
NUR 440

**COVERFOTO EN FOTOGRAFIE BINNENWERK**

Herman Van Hoey / Verne ([www.verne.be](http://www.verne.be))

**FOOD ASSISTANTS**

Vincent Tibau ([www.vincenttibuau.be](http://www.vincenttibuau.be)) en Koen Tossyn

**FOODSTYLING**

Les Filles Rouges / Debby De Mangelaere ([www.lesfillesrouges.be](http://www.lesfillesrouges.be))

**ART DIRECTION EN ONTWERP COVER**

Seb De Roover / Trouble Agency ([www.trouble.be](http://www.trouble.be))

**VORMGEVING BINNENWERK EN ZETWERK**

Leen Depooter – quod. voor de vorm. ([www.quod.be](http://www.quod.be))

