

Claudia Damen

VERS DEEG

VAN BRIOCHE TOT ZUURDESEM

RUIM 80 HARTIGE EN ZOETE RECEPTEN

NIJGH & VAN DITMAR



INHOUD

Voorwoord 6

Handig om te hebben 10

Basiskennis en -technieken brood 12

Basisrecepten

Bagels 19

Bao's 20

Bierbrood 22

Gerezen bladerdeeg 25

Bladerdeeg zonder gist 28

Brioche 46

Brood 62

Churros 81

Engelse muffin 82

Filodeeg 84

Focaccia 94

Naan 96

Pasta 111

Pita 123

Pita (Grieks) 124

Pizza 145

Scones 159

Tijgerbroodjes 160

Tortilla's 163

Zuurdesem 176

Sauzen en bijgerechten 195

Dankwoord 201

Register 202

VOORWOORD

Stortregen en stralende zon wisselen elkaar af terwijl ik in mijn thuishloffe zit te mijmeren over wat voor gekke periode ik ga afsluiten. Vandaag is de deadline voor het boek dat je nu in handen houdt. De laatste edits van uitgeschreven recepten verwerken, toch nog snel wat gekookt voor een net iets betere foto met mooier licht, bedenken wie ik allemaal moet bedanken, en ten slotte eindigen met het begin: het voorwoord.

Precies negen maanden geleden werd deze foodbaby geboren. Ik kreeg een e-mail van een literair agent die op mijn Instagramaccount was gestuit en een afspraak wilde maken op kantoor. Eerst dacht ik dat het om een spammail ging of in ieder geval een dubieuze benadering. Jeetje, wat ben ik blij dat ik dit bericht toch nog eens goed gelezen heb. Wat ik zelf wilde van dit kookboek was nu de belangrijkste vraag, mijn acute huiswerk én een mooi bruggetje naar de opzet en indeling van *Vers Deeg*.

Het overgrote deel van de kookboeken die ik heb of die ik in boekhandels inkijk, hebben zelden het hele plaatje; dus zowel de basis als de daarop gebaseerde recepten voor een gerecht. Het is altijd of/of, en nooit en/en. Het motiveerde me enorm dat ik deze twee onderdelen samen kon gaan brengen. Voor de duidelijkheid: je bent niet genoopt tot het maken van de basis, maar diegenen die net als ik juist daar het grootste plezier uit halen, hebben de optie om helemaal zelf *from scratch* iets heerlijk te creëren.

Nagenoeg elk hoofdstuk begint met een basis-instructie met een aangegeven moeilijkheidsgraad en daarop volgt dan een serie recepten. Er wordt veelvuldig gebakt en gekookt met liflafjes, want die heb ik namelijk altijd. Weggooien is zonde en er is niets mis met een beetje aandacht voor overconsumptie en voedselverspilling, toch? Ten slotte heb ik rekening gehouden met de mogelijkheid om naar hartenlust te combineren, ik doe daar ook suggesties toe. Zo is dit boek geen Google Maps voor de keuken

met de kortste 'rijstijd', maar juist ingericht op het aandoen van allerlei alternatieve recepten, zodat je zomaar onverwachts kunt stuiten op een van je nieuwe favoriete gerechten.

Enfin, met dit idee in grove vorm ging de agent aan de slag en tot mijn verbazing hoefden we niet lang te wachten op interesse van uitgevers. Er zat direct een gerenommeerde belangstellende tussen waar ik me goed bij voelde. Twee weken nadat er überhaupt voor het eerst over een eigen kookboek was gesproken hadden we een akkoord! Het was nu echt, het zou er gaan komen. Een bizarre stroomversnelling. Instagram is me lief en wat ik daar doe, doe ik met enorm veel plezier en toewijding, maar dat het me een kookboek zou opleveren had ik echt niet kunnen bedenken. Naast mijn dagelijkse baan heb ik vanaf september 2019 nagenoeg non-stop gewerkt aan iets waar ik ontzettend trots op ben, waarvan ik niet kan wachten tot ik het kan delen.

In tegenstelling tot professionele koks en andere mensen van wie je kookboeken ziet ben ik helemaal niet van jongs af aan met eten bezig of al heel lang aan het koken. Geen culinaire roots, geen eetcultuur, geen grootmoeders recept. Geen gezin dat samenkwam rond de tafel. Sterker nog, ik ben opgegroeid met de welbekende pakjes en zakjes. Mijn hele studententijd heb ik geleefd op tosti's, Nibbits en kant-en-klare kip tandoori. Als je nu aarzelt over je aankoop begrijp ik dat, hopelijk heb je het bonnetje niet bewaard! Nu zul je wel aan de slag moeten met dit resultaat van mijn culinaire inhaalslag.





Die inhaalslag werd ingezet toen ik ging trouwen. We wilden allebei graag zo leuk mogelijk op de trouwfoto's, dus er mocht wel wat af. 'Strak in het velletje begint niet in de sportschool, maar in de keuken' is het adagium en dat ging ik proberen. Langzaam werd het lezen van labels in de supermarkt en het afstrepen van foute zoot een obsessie. Al die onnodige extra ingrediënten, soms van zeer bedenkelijke oorsprong. Waarom toch? Houdbaarheid, goedkoop, makkelijk, verslavend door extra suiker of zout...

Het ging pas echt snel toen we besloten suikervrij te gaan eten. Dat was toen ineens heel populair, terwijl je qua boodschappen eigenlijk nauwelijks iets kon kopen dat binnen dat eetpatroon past. Steeds vaker werd ik geprikkeld om zelf een alternatief te maken door het beperkte aanbod. Zonder het proberen van die suikervrije eetwijze had ik denk ik nooit ontdekt hoe leuk ik het vind om creatief te koken. Ik had zeker niet geweten hoe fijn het is om met een basis te beginnen en vanuit daar een heel eigen gerecht te zien ontstaan. Ondanks dat de koolhydraten me uiteindelijk toch weer naar de *dark side* lokten bleef de drang naar en de liefde voor zelf koken en bakken. Een beter gevoel bij wat je eet, ook als het misschien niet altijd even gezonde keuzes zijn, is extreem waardevol. Het is veel meer dan het schrappen van rommel uit pakjes en zakjes.

De voldoening die je krijgt uit een succesvol project dat enkel begint met een beetje bloem, water, zout en een rijsmiddel is werelds. Dat ik op een punt ben gekomen waarbij ik zulke toffe en lekkere dingen kan maken en die nu mag gaan delen met jou is ongeëvenaard. Net als ik ga jij met de simpele basis beginnen en zodra dat gebakken zit, kun je door naar meer uitdaging in receptuur en bereiding. Overal waar ik tegenaan liep kun jij met een grote boog omheen omdat ik alle tips en tricks voor je heb uitgeschreven. Naast een kookboek is het ook een beetje een reisverslag geworden vanuit mijn keukentje in Amsterdam-Oost. Ik hoop dat je er net als ik enorm van zult genieten.

Sorry voor de extra kilo's,

Claudia



BASISRECEPT BAGELS

MOEILIKHEID ■■■□□ • VOOR 6 BAGELS • ACTIEVE BEREIDINGSTIJD 30 MINUTEN
TOTALE BEREIDINGSTIJD 2 UUR

De bagel, of eigenlijk 'beigel', vindt zijn oorsprong in Polen. De Asjkenazische gemeenschap bracht het gerecht met de diaspora naar New York en al snel werd het immens populair. Al vanaf omstreeks 1900 was de klassieke combinatie met roomkaas en zalm te bestellen. De bagel wordt eerst kort gekookt en daarna in de oven gebakken, wat zorgt voor een specifieke smaak, een glanzende korst en die heerlijke chewy binnenkant. Let wel op met je deeg, want doordat dit snel uitrekt kun je die prachtige bagelvorm verpesten. In het recept heb ik een handigheidje opgenomen zodat dit niet gebeurt.

TIP: Maak een tuna-meltbagel met het recept op pagina 170.

- 7 gram gedroogde gist
- 1 eetl. bruine basterdsuiker
- 500 gram patentbloem
- 9 gram zout
- 1 eetl. olijfolie
- 1 eetl. honing
- zwart of wit sesamzaad, of maanzaad (optioneel)

- Ook nodig
- schuimspaan

Meng 360 gram lauwwarm water met de gist en suiker en klop met een vork door totdat de gist is opgelost. Voeg de bloem en het zout toe en kneed tot een soepel deeg, het blijft wat plakkerig. Vet een kom in met de olijfolie en laat het deeg hierin, afgedekt met een schone theedoek, rijzen totdat het verdubbeld is in formaat, ongeveer 1 uur.

Verdeel het deeg in 8 gelijke delen, maak van elk deel een bol en leg op een ruim bebloemd aanrecht.

Breng intussen een pan met water en honing aan de kook en verwarm de oven voor tot 220 °C.

Begin bij de eerste bol die je hebt gevormd, pak op met bebloemde handen en duw met je duim een gat in het midden. Keer je deeg voorzichtig om op de schuimspaan en laat dan in het water zakken. Kook de bagels 1 minuut aan beide kanten. Herhaal met de rest.

Leg de gekookte bagels klaar op een bakplaat bekleed met bakpapier. Indien je sesam- of maanzaad gebruikt, strooi deze dan direct na het koken op de bagels. Omdat ze dan nog wat vochtig en plakkerig zijn, blijven de toppings goed plakken.

Bak de bagels vervolgens in de oven af tot ze goudbruin zijn, in zo'n 20 minuten.

Laat afkoelen voordat je ze opdient.

SALADE MET HALLOUMI

VOOR 2 PERSONEN • ACTIEVE BEREIDINGSTIJD 15 MINUTEN • TOTALE BEREIDINGSTIJD 15 MINUTEN

In Griekenland eet ik graag salades. Ze zijn altijd rijk gevuld en de groenten smaken verrukkelijk vers. Op Kreta kon ik op deze manier lekker gezond doen zonder dat ik het idee had super bewust te eten of op te letten. Tussen alle opties stond een typische Kretenzische salade waarin kaas een belangrijk onderdeel is, maar dan geen feta. Dit was een soort van halloumi... en laat dat nu een vrij recente obsessie van mij zijn! Halloumi is een Cypriotische kaas met een bijzondere eiwitstructuur. Het maakt dat je deze kaas kunt bakken zonder dat hij smelt. Qua smaak is hij een beetje ziltig, maar het is vooral de rubberige structuur die opvalt. Dat is gelijk de reden waarom halloumi louter liefhebbers of haters heeft. Gelukkig kun je ook gerust kiezen voor feta in deze salade.

- ½ komkommer, in blokjes
- 200 gram cherrytomaten, gehalveerd
- ½ rode ui, in halve ringen
- 10 zwarte olijven, gehalveerd
- 1 eetl. olijfolie
- 1 theel. gedroogde oregano
- 1 eetl. rodewijnazijn
- 2 pita's, in grove stukken (zie blz. 123)
- 225 gram halloumi, in plakken
- zonnebloemolie, om in te bakken
- 1 theel. sesamzaad, geroosterd in een droge koekenpan

Meng de komkommer, cherrytomaten, rode ui en olijven met de olijfolie, oregano en de rodewijnazijn. Schep de stukken pita door de salade.

Verhit een scheutje zonnebloemolie in een koekenpan op halfhoog vuur en bak de plakken halloumi 5 minuten aan beiden kanten tot ze goudbruin en knapperig zijn.

Serveer de salade met de halloumi en garneer met het sesamzaad.





DANKWOORD

Wat een proces is dit geweest! Het bedenken en verfijnen van de recepten, koken in een klein Amsterdams keukentje, wachten op het juiste licht (vooral leuk in de wintermaanden), fotograferen, nadat je een nieuwe techniek hebt ontdekt het geheel vrolijk overdoen omdat je niet meer achter je eerdere foto's staat, proeven, proeven en nog eens proeven, aanpassen, schrijven en herschrijven, de spanning, stress, euforie toen het boek opeens een omslag had en op websites verscheen en zelfs al besteld werd, de klap van de realiteit een dag later omdat er nog zo vreselijk veel moest gebeuren. De maanden vlogen voorbij, het was echt non-stop, wat was ik blij toen het klaar was. Met het insturen van de laatste teksten en foto's voelde ik een mengelmoes van spanning en opluchting, trots en dankbaarheid.

Als eerste wil ik mijn allerliefste bedanken. Het was voor jou niet altijd even leuk. Vaak kon ik door de strakke planning niet mee naar vrienden of op stap, had ik simpelweg de energie niet voor gezellige late avonden samen. Ik maakte gretig en dankbaar gebruik van je aanbod om de intro's te redigeren en aan te vullen. Halverwege het hele proces ben je koolhydraatarm gaan eten omdat ik je met al die gerechten die geproefd moesten worden aan het vetmesten was. Met al dat verse brood, die dampende pizza's en verse croissants binnen handbereik toch volhouden was vast een hele beproeving. Bedankt voor je onverminderde steun, liefde en aandacht voor mijn project.

Mijn familie. Bedankt voor jullie enthousiasme en aanmoediging. Altijd nieuwsgierig en geïnteresseerd naar de stand van zaken. Schaamteloos deelde ik honderden foto's in de familie-apps. In het bijzonder wil ik mijn lieve zus bedanken. Mel, je hebt geen idee hoe gelukkig ik ervan word als je een recept van mij op de kinderverjaardagen maakt. Je plaatst het altijd trouw op Instagram met een tag naar mijn feed. Terwijl je zelf zo goed kunt koken.

Ook wil ik Nijgh Cuisine bedanken voor deze ervaring. Ik had nooit durven dromen dat ik een kookboek zou mogen maken en dan ook nog eens bij zo'n toffe, gerenommeerde uitgever! Ik voel me vereerd dat mijn boek bij jullie uitgegeven wordt. Specifiek wil ik Miriam en Niqué bedanken voor al jullie begeleiding, enthousiasme en kritische blik.

Willem van Sebes & Bisseling, dankjewel. Jij hebt me gespot op Instagram en zag er een kookboek in. Het balletje is dankzij jou gaan rollen.

Mijn Instagramvolgers wil ik bedanken voor alle aanmoediging door de jaren heen. Je mag vinden van sociale media wat je wilt, maar ik heb zo verschrikkelijk veel leuke en lieve reacties gehad. Dat is niet hol, dat is niet oppervlakkig, dat is gewoon prachtig. Met jullie feedback ben ik gegroeid als fotograaf, keukenprinses en diehard Insta-foodie.

Last but not least, wil ik iedereen bedanken die met me heeft meegedeeld. De mensen die mijn boek hebben gekocht, velen zelfs nog voor het uit was. Als je dit leest wil ik jou bedanken voor de tijd die je aan mij en mijn baksels hebt gegund. Als je zover bent gekomen als het dankwoord, was het vast en zeker de moeite waard. Dank je wel!