

VEGETARISCH MEXICAANS

THOMASINA
MIERS



110 RECEPTEN VOOR TACO'S, BURRITO'S,
ENCHILADA'S, QUESADILLA'S EN MEER

INLEIDING 6
OVER DE INGREDIËNTEN 12

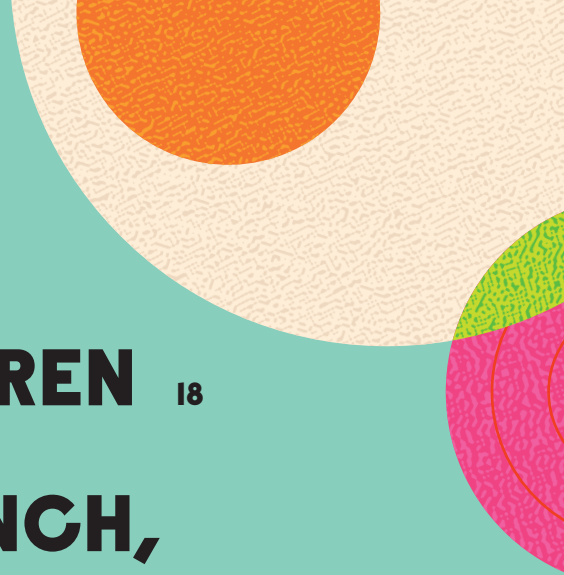
OCHTENDGLOREN 18

**ONTBIJT, BRUNCH,
WANNEER DAN OOK 36**

**HAPJES &
BIJGERECHTEN 58**

TACO'S & BORDJES 86

ALLES IN EEN KOM 108





RAUW & INGELEGD 130

EEN GROTE FAMILIE 154

**CHOCO,
VANILLE &
NOG MEER LEKKERS** 180

**COCKTAILS, SHRUBS
& MARGARITA'S** 208

**SALSA'S,
CHILIOLIËN
& MAYO'S** 224

ZO DOE JE DAT 244
**LIJSTEN & VERKOOP-
ADRESSEN** 248

REGISTER 250
OVER TOMMI 254
DANKWOORD 255





INLEIDING

Ik ging voor het eerst naar Mexico in het jaar tussen mijn middelbare school en mijn studie, met het geld dat ik met een bijbaantje in Londen had verdiend. Ik had geen enkel idee wat ik ervan kon verwachten, maar ik ging er net zo enthousiast naartoe als dat ik dat baantje had gehaat. Naast de opwindende om op een totaal onbekende en waanzinnig mooie plek te zijn en voor het eerst van de overheerlijke smaak van vrijheid te proeven, werd ik door het eten tot over mijn oren verliefd op het land. Net als veel anderen dacht ik altijd dat tex-mex de nationale keuken van Mexico was. Maar al dansend, zwemmend en etend door de valleien en hooglanden van Oaxaca, de kust van Campeche en Yucatán en de regenwouden van Veracruz, werd ik verrast door de diversiteit van groente en fruit en het buitengewoon lekkere eten.

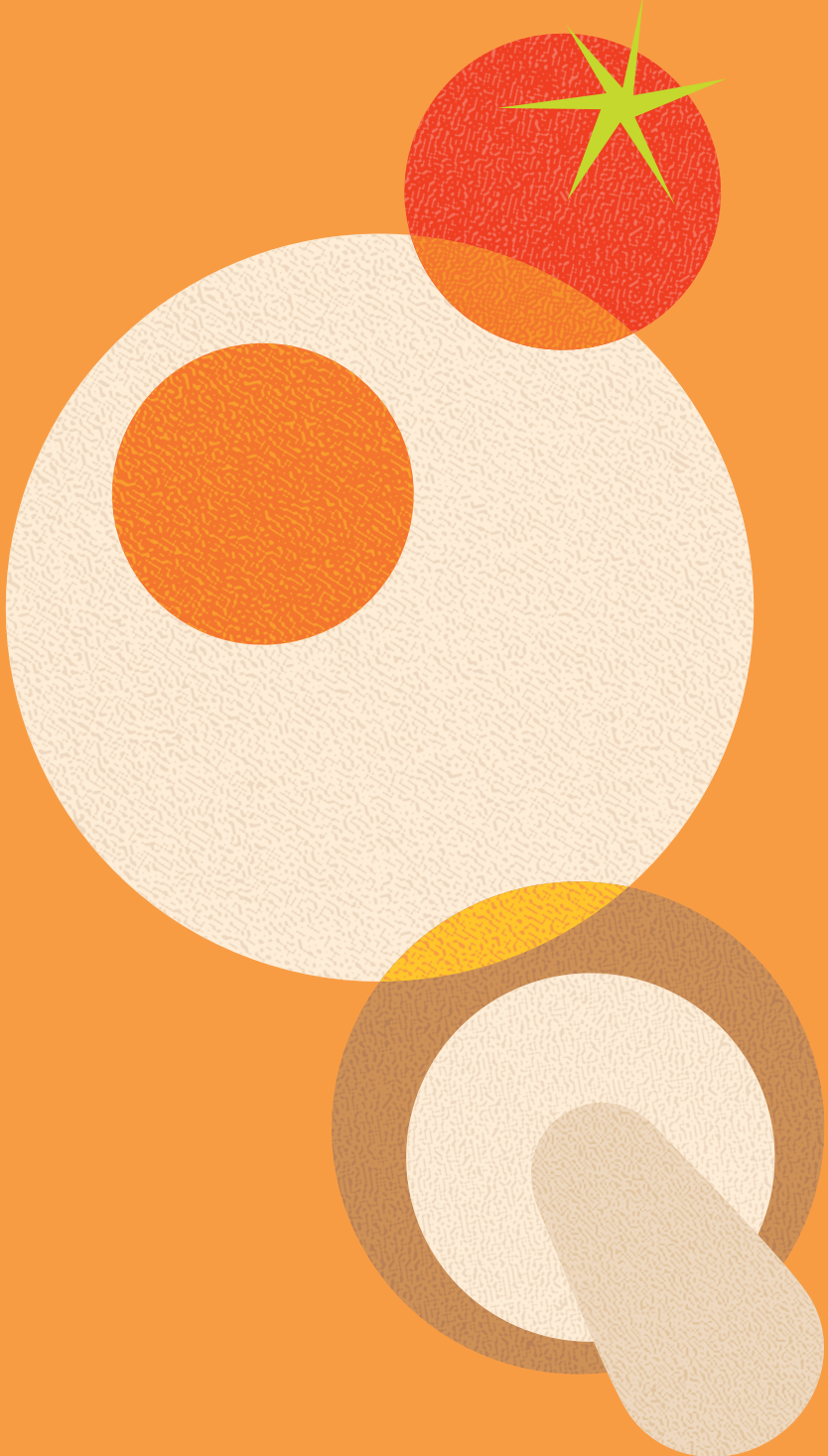
Marinades en bouillons werden er op smaak gebracht door tal van exotische kruiden met prachtige namen; salsa's, relishes en ceviches werden opgekrikt door een ongelofelijke variëteit aan chilipepers. Wilde bladgroenten, courgettes, pompoenen en paddenstoelen werden gebruikt om taco's te vullen en soepen en stoofschotels te maken. Fraai gekleurde en prachtig gevormde tropische vruchten die ik nooit eerder had gezien schitterden in *nieves* en *paletas* (sorbetijs en waterijsjes), fruitsalades en romige toetjes. Het was een veel gezondere en interessantere keuken dan ik me ooit had kunnen voorstellen. En alles smaakte fantastisch.

Pas toen ik jaren later een event met Google, Kew en Crop Trust organiseerde, begreep ik dat Mexico samen met een paar andere landen in de wereld megadivers is. Terwijl een eiland als het Verenigd

Koninkrijk zo'n 2.000 verschillende inheemse plantensoorten heeft, telt Mexico er circa 50.000. De enorme hoeveelheid kruiden, bladgroenten, maissorten, chilipepers, pompoenen, vruchten en eetbare bloemen maken het zo'n bijzondere plek om te koken en te eten.

Bij een uitstapje naar een willekeurige markt in Mexico wordt de overvloed aan ingrediënten mooi geïllustreerd. Ja, er wordt ook enorm veel vlees verkocht, maar de grootste en mooiste delen van de markten liggen vol zorgvuldig, in patronen opgestapelde berggroente en fruit. In verschillende soorten zakken liggen meer dan 200 soorten Mexicaanse chilipepers met allemaal hun eigen ongelofelijke smaak; hopen maiskolven in verschillende tinten rood, donkerblauw, inktzwart, geel en wit, en zakken bontgekleurde bonen met prachtige patronen zijn aanlokkelijk neergezet; berg radijzen, stapels tomaten in alle kleuren, courgettes, pompoenen, bundels wilde kruiden, een overvloed aan diverse soorten bladgroenten en rijkgeschakeerde stapels vruchten verleiden de koper.

Buiten de marktgebouwen zitten uitgekookte tussenpersonen maiskolven schoon te maken, cactusbladeren van stekels te ontdoen en verse groenten netjes in te pakken zodat de koper ze mee naar huis kan nemen. Op alle gezichten van zowel kopers als verkopers staat een liefde voor lekkere producten geschreven. Dat schijnt diep in elke porie van het Mexicaanse bewustzijn door te sijpelen. In dit land is de maaltijd met andere mensen gebruiken bijna net zo belangrijk als ademhalen, vertellen taxichauffeurs je uitvoerig over wat hun oma voor hen kookte en vertelt iedereen die je ontmoet



ONTBIJT, BRUNCH, WANNEER DAN OOK

Als mijn dag licht begint met een sapje of een *drinking vinegar*, een shrub of een smoothie, thee en daarna koffie, dan gaat mijn buik halverwege de ochtend serieus rommelen.

Het ontbijtritme in Mexico begint, zoals je kunt verwachten, met versgeperst sap, warme chocolademelk of koffie, maar wordt al snel gevolgd door echt voedsel. Warme gebakjes, vers uit de oven, en borden vol tropisch fruit. Dan volgen de hartige gerechten. Eieren op allerlei manieren: een roerei, een gebakken ei met salsa's, sauzen en moles, en vol met groenten om voort te kunnen tot de lunch, die doorgaans rond een uur of drie wordt genuttigd.

Dat latere ontbijt past heel goed bij mij. In het weekend betekent dat dat we

vrienden kunnen uitnodigen en bergen luchtige, met limoenschil gespikkelde ricottapancakes kunnen maken, of een lastminutemaisbrood met banaan en chocolade. Na een late avond willen we voedsel met meer substantie - een bord gebakken eieren met chipotle om met tortilla's op te vegen of een lichte maar voedzame burrito. Zelfs door de week kom ik na een paar uur schrijven naar beneden om snel iets te maken: gebakken tofu met chipotle en tomaten of een berg vers gesneden tomaten met limoen en chilipeper op met knoflook ingewreven toast. Deze borden zijn bedacht om de eerste echte hongergevoelens van de dag te stillen en draaien om smaak, voedzaamheid en diepe bevrediging.

SMOKY CHIPOTLETOFU

MET KERSTOMAATJES & AVOCADO

Een intens smoky, warme tofu met chilipeper naast een verkoelende en verzachtende avocado – dit is heerlijk op toast en nog lekkerder in een taco bij het ontbijt.

VOOR 2-3 PERSONEN



SMOKY CHIPOTLETOFU

2 el olijfolie
225 g gerookte tofu, in kleine blokjes
3 el Chipotles en adobo (blz. 234)
3 bosuitjes (50 g), in dunne ringetjes
150 g kerstomaatjes, gehalveerd
Smashed avocado (zie hieronder)
zeezout

SMASHED AVOCADO

1 grote avocado
schil en sap van 1 biologische limoen of
½ citroen
zout en peper

EN MISSCHIEN OOK...

teentjes knoflook
chiliolie of Koreaanse chilivlokken
gehakte koriander, kervel, dragon,
basilicum of dille
scheutje tahin

Verhit een koekenpan op vrij hoog vuur en schenk de olijfolie erin als hij heet is. Voeg de tofu toe en bak de blokjes in een paar minuten krokant. Doe de Chipotles en adobo erbij en roerbak nog een paar minuten met minstens ½ theelepel zeezout. Voeg de bosuitjes en kerstomaatjes toe. Draai het vuur middelhoog en bak alles nog 7-8 minuten tot de tomaatjes uit elkaar beginnen te vallen. Proef en voeg zo nodig wat extra zout toe. Serveer op een bedje van smashed avocado, in een taco of op toast.

SMASHED AVOCADO

Het simpelste begin van de dag. Snijd de avocado doormidden en gooi de pit weg. Prak de knoflook, als je die gebruikt, met ½ theelepel zout met een mes of in de vijzel met de stamper. Meng door de avocado en voeg de rasp en het sap van de citrusvrucht, de chilipeper, kruiden of tahin toe, als je die gebruikt. Proef of je nog zout of iets anders wilt toevoegen en serveer.

Je kunt experimenteren door de avocado te mengen met tahin, zwarte peper en citroensap; gebruik de helft avocado en de helft doperwten (blz. 62) of avocado en tuinbonen; leg er wat tofu, tomaten of dragon op. Het mooie van avocado is dat het heerlijk is met een beetje zout, chilipeper en citrus, maar het ook een prachtige ondergrond vormt voor tal van andere ingrediënten.





BIETENCEVICHE

MET DRAGON, BLOEDSINAASAPPEL & AVOCADO-‘CREMA’

Nu het steeds duidelijker wordt dat de zeeën zijn overbevist en dat we voor de zeeën moeten zorgen als we in de toekomst überhaupt nog vis willen eten, ben ik manieren aan het zoeken om geen vis meer te eten. ‘Ceviche’ van mooie groenten op het hoogtepunt van hun seizoen is een favoriet geworden bij mijn Mexicaanse feestmaaltijden. Neem een gewone sinaasappel als bloedsinaasappels niet in het seizoen zijn.

VOOR 6 PERSONEN ALS VOORGERECHT OF MINDER ALS ONDERDEEL VAN EEN LICHTE MAALTIJD

VO

4 middelgrote rode bieten
2½ el olijfolie
30 g zonnebloempitten
1 avocado
1½ el limoensap
2 el gehakte koriandersteeltjes, plus een kleine handvol grof gehakte korianderblaadjes
3 radijzen
2 bosuitjes, fijngehakt
kleine handvol grof gehakte dragonblaadjes
fijn zeezout
cress of erwtenscheuten, ter garnering (optioneel)
Tostada's (blz. 247) (optioneel)

VOOR DE DRESSING

1 Scotch bonnet (of een rawit)
1 klein teentje knoflook, ongepeld
¼ tl komijnzaad
1 tl fijne kristalsuiker
2 el limoensap
7 el extra vergine olijfolie
sap van ½ (bloed)sinaasappel
zout

Verwarm de oven voor op 200 °C (heteluchtoven 180 °C).

Wrijf de bieten in met 1 eetlepel van de olijfolie, gevolgd door een beetje fijn zeezout, leg ze in een braadslee en dek ze af met aluminiumfolie. Rooster ze 1 uur tot ze zacht zijn als je er een mes in steekt.

Rooster de zonnebloempitten in een droge koekenpan tot ze goudbruin zijn. Laat ze uit de pan glijden en zet opzij.

Verhit intussen voor de dressing de chilipeper en knoflook in een droge koekenpan op vrij hoog vuur en rooster ze 5-7 minuten aan beide kanten tot ze rondom zwartgeblakerd zijn. Rooster het komijnzaad 30 seconden in dezelfde pan. Verwijder de zaadjes uit de chilipeper, snijd hem in kwarten en pel de knoflook. Stamp een kwart van de chilipeper met de knoflook en een paar mespunten zout, het komijnzaad en de fijne kristalsuiker in een vijzel tot een pasta. Werk het limoensap erdoor, schenk er de olijfolie en het sinaasappelsap bij en roer om te mengen.

Maal de avocado met het limoensap, 1½ eetlepel water en de rest van de olijfolie in een keukenmachine fijn. Voeg de koriandersteeltjes en 2-3 grote mespunten zout toe en maal nogmaals tot het een gladde, dikke room is.

Laat de bieten als ze gaar zijn 5 minuten afkoelen en trek een paar keukenhandschoenen aan om de schil eraf te wrijven. Snijd ze in plakjes van circa 3 mm dik, liefst met een mandoline. Leg ze, elkaar overlappend, op een grote serveerschalen en schenk de dressing erover als ze nog warm zijn. Snijd de radijzen in flinterdunne plakjes (ook met de mandoline, als je die hebt). Strooi de radijzen, bosuitjes, koriander- en dragonblaadjes, plus de zonnebloempitten erover en schep de avocado-‘room’ er hier en daar op. Serveer meteen met de cress of erwtenscheuten en de tostada's, als je die maakt.



STICKY KOKOSTAART

MET SINAASAPPEL & LIMOEN

Deze overheerlijke kokostaart met sinaasappel en limoen doet me denken aan mijn zonnige tripjes langs de Caraïbische kust van Mexico, waar kokospalmen en bittersinaasappelbomen, die door de Spanjaarden werden meegebracht, in overvloed groeien. In ons deel van de wereld is het gebruikelijk om een mengsel van sinaasappel- en limoensap te gebruiken om de smaken van de bittersinaasappel na te bootsen. Het werkt geweldig in deze kleverige taart, die ik graag met dikke room of Griekse yoghurt eet. Ik gebruik biologisch spelt- en amandelmeel om de taart een lager glutengehalte te geven.

VOOR 8 PERSONEN

3 eieren

180 g lichte basterdsuiker

geraspte schil en sap van

2 biologische limoenen

geraspte schil en sap van

1 grote biologische sinaasappel

375 ml double cream of slagroom,
plus extra voor erbij

240 g ongezoet kokos, geraspt of in
snippers en dan fijngemalen

grote mespunt zeezout

VOOR HET DEEG

250 g witte speltbloem

100 g amandelmeel

100 g poedersuiker

200 g koude boter, in blokjes, plus extra
voor het invetten

paar mespunten fijn zeezout

2 eieren, gesplitst

Verwarm de oven voor op 180 °C (heteluchtoven 160 °C) en vet een taartvorm van 24-25 cm in met boter.

Maal voor het deeg de speltbloem, het amandelmeel, de poedersuiker, boter en het zout in een keukenmachine kort tot fijne kruimels. Voeg de eidooiers toe en druk een paar keer op de pulseknop. Haal het deksel eraf en voel aan het deeg. Als het net samenhangend wordt, stort het dan op een koud werkvlak. Als dat niet zo is, voeg dan 1-2 theelepels ijswater toe en druk nog een paar keer op de pulseknop. Bewerk het deeg zo min mogelijk en wees niet ongerust als het nog een beetje kruimelig is.

Breng het deeg met je handen samen tot een bal.

Druk die een beetje plat, wikkel in plasticfolie en leeg 15 minuten in de koelkast. Rasp er als het is afgekoeld zoveel vanaf om de taartvorm te bekleden, druk het plat in de vorm en rol het verder uit met een glaasje. Zet de taartvorm 15 minuten in de diepvries. Bekleed hem daarna met bakpapier en vul met bakbonen. Bak het deeg 15-20 minuten blind. Verwijder de bakbonen, bestrijk het deeg met wat eiwit (je kunt de rest gebruiken om een omelet of financiers te maken) en zet nog 5 minuten in de oven tot het deeg goudblond is.

Klop terwijl het deeg zijn ding doet de eieren en basterdsuiker met een elektrische mixer op hoge snelheid een paar minuten tot een licht en luchtig geheel. Voeg de rasp en het sap van de citrusvruchten toe, plus de double cream of slagroom, het kokos en zout. Schenk de kokosvulling als het deeg gebakken is erin en zet de taart nog circa 45 minuten in de oven tot hij is gerezen en er goudbruin en aanlokkelijk uitziet. Laat afkoelen tot kamertemperatuur en serveer met slagroom en kleine glaasjes reposado tequila.

REGISTER

A

aardappel: crispy, crunchy caesar salad 134

crispy nieuwe aardappels met knoflook, árbolpeper & tijm 85

aardbeien: geroosterde aardbeienpotjes met ahornsiroop, balsamico & chia 27

margarita met aardbei, balsamico & dragon 222

agua frescas 213

amandelen: geroosterde bietjes met witte mole 156

ananas: Caraïbische ananasceviche 138

fattoush met tomaat, ananas & feta 152

tarte tatin van ananas 184

tepache & ananasazijn 214

appelsap: groen opkikkertje 22-24
mijn moeders cidertonic 22-24
verdita 219

asperges: gordita's met daslook, gegrilde asperges & kruidige ricotta 106

aubergine: enchilada met tomaat, mozzarella & aubergine 160

Mexicaanse pizza's met aubergine, mozzarella & geroosterde kerstomaatjes 178

taco's met aubergine 95

avocado: avocado-'crema' 137

avocado-'room' 116, 243

avocadosalsa 45, 94

guacamoles 62

smoky chipotletofu met

kerstomaatjes & avocado 38

azijn 17

drinking vinegars 210

tepache & ananasazijn 214

B

banaan: bananen-maisbrood met chocolade 56

bananenmuffins voor het ontbijt 26
margarita met vlierbloesem

& banaan 222

smoothie met banaan, dadel & haver 22-24

Baskische limoencheesecakejes 188

Black Russian 216

bladgroenten 12

chipotlebloemkool met kaas & bladgroenten 170

gegrilde polenta met een saus uit

Veracruz & bladgroenten 169

stooftotje met bonen & groenten 119

voorjaarssoep met wilde

bladgroenten 114

bloemkool: chipotlebloemkool

met kaas & bladgroenten 170

crunchy bloemkoolsalade 166

hele geroosterde bloemkool met

tehuanosaus 174

taco's met bloemkool, met knoflook,

sojasaus, limoensap 94

taco's met snel geroosterde

bloemkool 93

bonen: cheesy burrito's voor de brunch 45

chili non carne 176

gedroogde bonen koken 247

gekookte zwarte bonen 75

klassieke enchilada 159

knoflookrijke kapucijnerpuree 122

nacho's met gebakken feta

& ingelegde ui 66

refried beans 75

simpele bonen uit de oven 47

stooftotje met bonen & groenten 119

tostada's met zomerbonen 148

bramen, limoenposset met 200

broccolitempura 72

brood: gevulde courgettebloemen op

toast 68

mollete met spinazie & drie kazen 46

zomertomaten op toast 42

buns met pecannoten & koffieglaazuur,

kademom- 28

burrito's voor de brunch, cheesy 45

C

caesar salad 134

cake: pompoenpitten-chocoladecake 198

campari: sinaasappelsorbet met

tequila & campari 202

Caraïbische ananasceviche 138

cashewnoten: cashew-'crema' 242

groene cashewmole 164

groene cashew-tomatillosalsa 163

ceviche: bietenceviche 137

Caraïbische ananasceviche 138

chiazaad: chiazaad-frambozen-

hibiscusjam 54

geroosterde aardbeienpotjes met,

ahornsiroop, balsamico & chia 27

chilaquiles, ontbijt van 41

chilipepers 14-17

ajillo-olie 236

ancho-hazelnootromesco 102

anchorelish 158

chili non carne 176

chiliolie 236-237

chilipepers hydrateren 244

chipotlebloemkool met kaas

& bladgroenten 170

chipotles en adobo 234

crispy nieuwe aardappels met

knoflook, árbolpeper & tijm 85

gebakken eieren met chipotle 48

gegrilde maiskolven op z'n

Mexicaans 78

geroosterde chipotlesalsa 228

guacamole met mango & habanero

62

habanero-olie 236

'kimchi'-slaw met chipotle 140

linzensalade met achiotehalloumi

141

nacho's met gebakken feta

& ingelegde ui 66

orecchiette met gekaramelliseerde

venkel, cascabel & hazelnoten 128

salsa negra 226

scones met cheddar

& ingelegde jalapeño 81

smeltende chocoladetaart met ancho

196

smoky chipotletofu met

kerstomaatjes & avocado 38

spicy pasta met ancho

& paddenstoelen uit de oven 173

tamales met courgette & cascabel

101

zoete cascabel-tomatillosalsa 229

zoete chilisaus 70

zoete tomaten-chili-jam 233

zoete aardappelgratin met chipotle

& tamarinde 76

chimichurrisalsa, koriander- 235

chocolade: bananen-maisbrood met

chocolade 56

chocoladesauzen 182, 193

granola met cacao, kaneel

& ahornsiroop 20

paletas met mango & chocolade

206

pompoenpitten-chocoladecake 198

smeltende chocoladetaart met ancho

196

warme chocoladedrank 25

pindakaas-chocoladecookies 34

churros met purechocoladesaus 193

compote, kersen- 188

cookies, pindakaas-chocolade- 34

courgette: gegrilde courgettes met

geklopte feta 144

tamales met courgette & cascabel

101

courgettebloemen op toast, gevulde

68

crema 13, 242

avocado-'crema' 137

cashew-'crema' 242

crème brûlée met tamarinde 195

D

dadels: smoothie met banaan, dadel & haver 22-24
daslook, gordita's met 106
dips: bietendip met komijn & walnoten 64
guacamoles 62
limoen-sojadipsaus 72
spicy pompoenpittendip 63
zoete chilisaus 70
donuts, sinaasappel-ricotta- 190
doperwten: doperwtengucamole 62
empanada's met doperwtjes, munt & feta 99

E

eieren: cheesy burrito's voor de brunch 45
gebakken eieren met chipotle 48
empanada's 96-99
enchilada's: enchilada met snijbiet & knolselderij 163
enchilada met tomaat, mozzarella & aubergine 160
klassieke enchilada 159

F

fattoush met tomaat, ananas & feta 152
fideus met kappertjes, salsa negra & avocadoroom 116
flans, met espressosaus, vanille- 199
flapjacks voor het ontbijt 33
frambozen: chiazaad-frambozen-
hibiscusjam 54
fritters met koriander, wortel- 74

G

gefermenteerde shrubs 210
gegrilde maiskolven op z'n Mexicaans 78
geitenkark: gevulde courgettebloemen op toast 68
mollete met spinazie & drie kazen 46
tostada's met knoflookpaddenstoelen 147
geroosterde wortels met knoflookrijke kapucijnerpuree 122
gordita's met daslook 106
granola met cacao, kaneel & ahornsiroop 20
gratin met chipotle & tamarinde, zoete aardappel- 76
groen opkikkertje 22-24
groene rijst met koriander & spinazie 83

groenten, bordje ingelegde 146
guacamoles 62

H

haver: bananenmuffins voor het ontbijt 26
flapjacks voor het ontbijt 33
granola met cacao, kaneel & ahornsiroop 20
limoenposset met haver-
kokosscherven 200
overnight oats voor alle seizoenen 30-31
smoothie met banaan, dadel & haver 22-24
hazelnooten: gegrilde prei met ancho-
hazelnootromesco 102
orecchiette met gekaramelliseerde
venkel, cascabel & hazelnooten 128
hibiscusbloemen 12
agua fresca met hibiscus 213
chiazaad-frambozen-
hibiscusjam 54
smoky hibiscussalsa 229
hoja santa, linguine met geschroeide
poblano & 124

I

ijs, vanille- 182

J

jam: chiazaad-frambozen-
hibiscusjam 54
zoete tomaten-chili-jam 233

K

kaas 13
burrata met verse tomatillosalade 143
cheesy burrito's voor de brunch 45
chipotlebloemkool met kaas & bladgroenten 170
empanada's met doperwtjes, munt & feta 99
empanada's met kaas, hibiscus & tijm 98-99
empanada's met paddenstoelen, truffel & mozzarella 98
enchilada met tomaat, mozzarella & aubergine 160
fattoush met tomaat, ananas & feta 152
gegrilde courgettes met geklopte feta 144
linzensalade met achiotehalloumi 141
Mexicaanse pizza's 178

mollete met spinazie & drie kazen 46
nacho's met gebakken feta & ingelegde ui 66
quesadilla's met drie kazen 104
scones met cheddar & ingelegde jalapeño 81
zie ook geitenkaas; ricotta
kastanjes: maispolenta met kastanjes & cantharellen 'al ajillo' 120
kersencompote 188
kikkererwten rancheros 52
'kimchi'-slaw met chipotle 140
knoflook: crispy nieuwe aardappels met knoflook 85
knoflookrijke kapucijnerpuree 122
salsa negra 226
taco's met bloemkool, met knoflook, sojasaus, limoensap 94
tostada's met knoflookpaddenstoelen 147

knolselderij: enchilada met snijbiet & knolselderij 163
gegrilde spitskool met knolselderijpuree 158

koffie: kardemomms met pecannoten & koffieglazuur 28
vanilleflans met espressosaus 199

kokos: limoenposset met bramen & haver-
kokosscherven 200
sticky kokostaart 187

kokosmelk: rijstpudding met kokos & limoen 204

komkommer: agua fresca met komkommer 213

kool: gegrilde spitskool met knolselderijpuree & anchorelish 158

koriander: koriander-chimichurrisalsa 235
relish met geschroeide ui & koriander voor elke dag 235
wortelfritters met koriander 74

L

limoen: Baskische limoencheesecakejes 188
limoenposset 200
puddinkjes met granaatappel & limoen 205
rijstpudding met kokos & limoen 204
sticky kokostaart met sinaasappel & limoen 187
taco's met bloemkool, met knoflook, sojasaus, limoensap 94

M

mais: crispy maisnuggets 70
gegrilde maiskolven op z'n Mexicaans 78

maispolenta met kastanjes & cantharellen 'al ajillo' 120
maisbrood met chocolade, bananen- 56
maistortilla's 246
mango: guacamole met mango & habanero 62
mangoslushpuppy 222
paletas met mango & chocolade 206
margarita met vlierbloesem & banaan 222
margarita's 220, 222
martini, mijn smoky 218
mayonaise 72, 240
melk 13
warme chocolademelk voor nachtuiltes 25
Mexicaanse pizza's 178
Mezcal grapefruit sour 218
mezcal: Black Russian 216
Mezcal grapefruit sour 218
mijn smoky martini 218
mole: groene cashewmole 164
witte mole 156
mollete met spinazie & drie kazen 46
muffins voor het ontbijt, bananen- 26

N

nacho's met gebakken feta & ingelegde ui 66
noodles: fideus met kappertjes, salsa negra & avocadoroom 116
noten, smoky gekruide 60

O

Old Fashioned 216
ontbijt van chilaquiles 41
opkikkertje, groen 22-24

P

paddenstoelen: empanada's met paddenstoelen, truffel & mozzarella 98
maispolenta met kastanjes & cantharellen 'al ajillo' 120
spicy pasta met ancho & paddenstoelen uit de oven 173
tostada's met knoflookpaddenstoelen 147
paksoi: 'kimchi'-slaw met chipotle 140
paletas met mango & chocolade 206
pancakes, fluffy ricotta- 54
pap, hartige quinoa- 53
paprika: linguine met geschroeide poblano 124
zomerse poblanopepers 166
pasta: linguine met geschroeide poblano 124

orecchiette met gekaramelliseerde venkel, cascabel & hazelnoten 128
pompoenpittenpasta 26
spicy pasta met ancho & paddenstoelen uit de oven 173
pastinaak: chili non carne 176
pecannoten: kardemombuns met pecannoten & koffieglazuur 28
pickles: bordje ingelegde groenten 146
roze ingelegde uien 93, 238
pindakaas: pindakaas-chocoladecookies 34
pizza's, Mexicaanse 178
polenta: bananen-maisbrood met chocolade 56
gegrilde polenta met een saus uit Veracruz & bladgroenten 169
maispolenta met kastanjes & cantharellen 'al ajillo' 120
pompoen: in ahornsiroop ingelegde pompoen & roze sla 150
smoky geroosterde pompoen met groene cashewmole 164
pompoenpitten: pompoenpitten-chocoladecake 198
pompoenpittenpasta 26
popmpoenspittensalsa 150
spicy pompoenspittendip 63
witte rijst met pompoenpitten & limoensap 82
pompoensoep 113
posset, limoen- 200
pozole: voorjaarssoep met wilde bladgroenten 114
prei: gegrilde prei met ancho-hazelnootromesco 102
puddinkjes met granaatappel & limoen 205

Q

quesadilla's 104-105
quinoapap, hartige 53

R

rancheros, kikkererwten 52
relish van geschroeide bosuitjes 238
relishes 235
anchorelish 158
relish van geschroeide bosuitjes 238
ricotta: fluffy ricottapancakes 54
gordita's met daslook, gegrilde asperges & kruidige ricotta 106
mollete met spinazie & drie kazen 46
sinaasappel-ricottadonuts 190
zomertomaten op toast 42

rijst 82-83

groene rijst met koriander & spinazie 83
rijstpudding met kokos & limoen 204
rode rijst met zongedroogde tomaten & sesamzaad 83
witte rijst met pompoenpitten & limoensap 82
rode biet: bietenceviche 137
bietendip met komijn & walnoten 64
geroosterde bietjes met witte mole 156
romesco, ancho-hazelnoot- 102
room: limoenposset 200
rumroom 184
roomkaas: Baskische limoencheesecakejes 188
rösti, zoeteaardappel- 51

S

salade van komkommer & watermeloen 132
salades: burrata met verse tomatillosalade 143
crispy, crunchy caesar salad 134
fattoush met tomaat, ananas & feta 152
in ahornsiroop ingelegde pompoen & roze sla 150
linzensalade met achiotehalloumi 141
salade van komkommer & watermeloen 132
zomerse poblanopepers met een crunchy bloemkoolsalade 166
salsa macha 237
salsa macha met pinda's 237
salsa macha met pinda's 237
salsa negra 116
salsa verde 230
salsa's 226-231, 244
avocadosalsa 45, 94
geroosterde chipotlesalsa 228
groene cashew-tomatillosalsa 163
koriander-chimichurrisalsa 235
pompoenspittensalsa 150
salsa negra 226
smoky hibiscussalsa 229
tomatenpico 226
tomatillosalsa 41, 230
zoete cascabel-tomatillosalsa 229
sangrita 219
saus uit Veracruz 169
scones met cheddar & ingelegde jalapeño 81
shrubs, gefermenteerde 210
sinaasappel: bietenceviche 137
sinaasappel-ricottadonuts 190

sinaasappelsorbet met tequila & campari 202
sticky kokostaart met sinaasappel & limoen 187
sla: crispy, crunchy caesar salad 134
slaw met chipotle, 'kimchi'- 140
slushpuppy, mango- 222
smoothie met banaan, dadel & haver 22-24
snijbiet: enchilada met snijbiet & knolselderij 163
soep: pompoensoep 113
voorjaarssoep met wilde bladgroenten 114
zomerse tomaten-tortillasoep 110
sorbet met tequila & campari, sinaasappel- 202
spinazie: groene rijst met koriander & spinazie 83
klassieke enchilada met zoete aardappel, spinazie & zwarte bonen 159
mollete met spinazie & drie kazen 46
stooftotje met bonen & groenten 119

T

taart: smeltende chocoladetaart met ancho 196
sticky kokostaart187
tarte tatin van ananas 184
taco's met sperziebonen 88
taco's: crispy tofutaco's 90
geschroeide taco's met sperziebonen 88
taco's met bloemkool, met knoflook, sojasaus, limoensap 94
taco's met aubergine 95
taco's met snel geroosterde bloemkool 93
tacobowls 126-127
tamales met courgette & cascabel 101
tamarinde: crème brûlée met tamarinde 195
tamarindemargarita 220
tamarindepasta 245
zoeteaardappelgratin met chipotle & tamarinde 76
tehuanosaus 174
tempura, broccoli- 72
tepache & ananasazijn 214
tequila: mangoslushpuppy 222
margarita met aardbei, balsamico & dragon 222
margarita met vlierbloesem & banaan 222
Old Fashioned 216
sinaasappelsorbet met tequila & campari 202
tamarindemargarita 220
Tommi's klassieke margarita 220
tofu: crispy tofutaco's 90
hartige quinoapap 53
smoky chipotletofu met kerstomaatjes & avocado 38
tomaat: chili non carne 176
enchilada met tomaat, mozzarella & aubergine 160
fattoush met tomaat, ananas & feta 152
frisse tomatenpico 226
gebakken eieren met chipotle 48
gegrilde polenta met een saus uit Veracruz & bladgroenten 169
geroosterde chipotlesalsa 228
guacamoles 62
Mexicaanse pizza's 178
rode rijst met zongedroogde tomaten & sesamzaad 83
simpele bonen uit de oven 47
smoky chipotletofu met kerstomaatjes & avocado 38
tostada's met zomerbonen 148
zoete tomaten-chili-jam 233
zoeteaardappelrösti 51
zomerse tomaten-tortillasoep 110
zomertomaten op toast 42
tomatensap: sangrita 219
tomatillo's 17
burrata met verse tomatillosalade 134
groene cashew-tomatillosalsa 163
tomatillosalsa 41, 230
zoete cascabel-tomatillosalsa 229
Tommi's klassieke margarita 220
tonic, mijn moeders cider- 22-24
tortilla's 17, 245
cheesy burrito's voor de brunch 45
crispy tofutaco's 90
crispy, crunchy caesar salad 134
enchilada met snijbiet & knolselderij 163
enchilada met tomaat, mozzarella & aubergine 160
fattoush met tomaat, ananas & feta 152
geschroeide taco's met sperziebonen 88
klassieke enchilada 159
maistortillas 246
nacho's met gebakken feta & ingelegde ui 66
ontbijt van chilaquiles 41
quesadilla's 104-105
taco's met bloemkool, met knoflook, sojasaus, limoensap 94
taco's met snel geroosterde bloemkool 93
vegan volgranen 245

zomerse tomaten-tortillasoep 110
tostada's 247
tostada's met knoflookpaddenstoelen, geitenwongel & kruiden 147
tostada's met zomerbonen 148

U

uien: relish met geschroeide ui & koriander voor elke dag 235
roze ingelegde uien 93, 238

V

vanille: vanilleflans met espressosaus 199
vanille-ijs met warme chocoladesaus 182
venkel: orecchiette met gekaramelliseerde venkel, cascabel & hazelnoten 128
verdita 219
voorjaarssoep met wilde bladgroenten 114

W

walnoten: bietendip met komijn & walnoten 64
warme chocoladedrank 25
watermeloen: salade van komkommer & watermeloen 132
wortel: geroosterde wortels 122
'kimchi'-slaw met chipotle 140
wortelfritters met koriander 74

Z

zoete aardappel: chili non carne 176
klassieke enchilada 159
zoeteaardappelgratin met chipotle & tamarinde 76
zoeteaardappelrösti 51
zoete tomaten-chili-jam 233
zomerse poblanopepers 166
zomerse tomaten-tortillasoep 110
zomertomaten op toast 42

Fris, spicy & spannend, dat zijn de Mexicaanse flavours van Thomasina Miers' vega & vegan gerechten in *Vegetarisch Mexicaans*. Van koffiebroodjes met kardemom en Smokey Chipotle Tofu tot bloemkooltaco's, empanada's en gordita's met gegrilde asperges: alle gerechten zijn vrolijk om te koken, te eten en vooral om keer op keer opnieuw te maken. Happy food!

'Fris, vurig en fun!'
YOTAM OTTOLENGHI

'Thomasina Miers laat je met dit geweldige boek de diversiteit van groente in de Mexicaanse keuken ontdekken'

ALICE WATERS

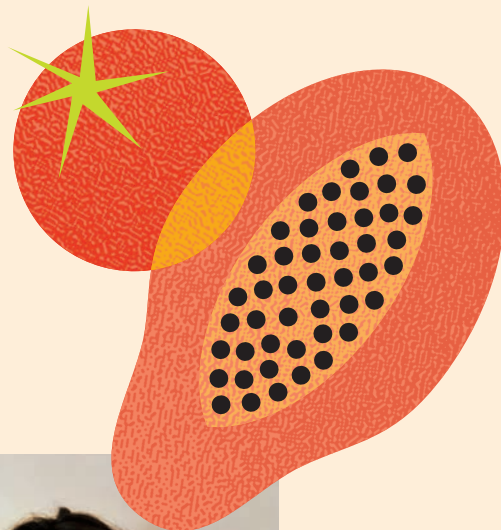
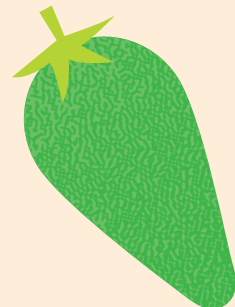
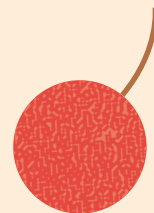
'Groenterecepten die je bord in vuur & vlam zetten'

DIANA HENRY

Thomasina Miers is kok, schrijver, tv- en radiopresentator. Ze won *MasterChef*, is mede-oprichter van Wahaca en schrijft voor *The Guardian*. Haar passie? Heerlijk eten en hoe dat een positieve impact op het leven en de wereld kan hebben.



'Het bewijs dat je absoluut geen vlees nodig hebt voor de spannende, tasty smaken uit de Mexicaanse keuken'
GORDON RAMSAY



**KOS
MOS**

NUR 440
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen



9 789043 945431

www.kosmosuitgevers.nl