



Een tafel vol

Meike
Krüger

‘Ik was nog niet halverwege *Een tafel vol* of ik had mijn vrienden al geappt of ze alsjeblieft bij me wilden komen eten. Echt, dit is een van de meest inspirerende kookboeken van het jaar.’

Janneke Vreugdenhil

‘De ideale gastvrouw of -heer? Die staat niet zwoegend in de keuken, maar zit relaxed aan een tafel bomvol eten. Meike laat in dit verrukkelijke debuut zien hoe je dat voor elkaar krijgt.’

Mara Grimm

‘*Een tafel vol* is een verschrikkelijk goed boek waarin Meike je met mediterrane hartstocht en Duitse *Gründlichkeit* tafels vol internationale gerechten laat koken. Meike is een stoere, reislustige kok met een onverzadigbare nieuwsgierigheid en een feilloos gevoel voor smaken en texturen. Haar boek is overvloedig, gastvrij en kosmopolitisch.’

Vanja van der Leeden

‘Het gebeurt eigenlijk nooit dat ik iemand een bericht stuur met de vraag of ik er mag eten. Vooral niet als ik diegene niet ken. Het eten van Meike (@mokumeet) deed me iedere keer watertanden, dus heb ik dat bij haar wél gedaan. Nu kan ik met dit nieuwe boek al die recepten zelf maken. Halleluja!’

Miljuscha Witzenhausen

Inhoud

Voorwoord	7
Over dit boek	8
De perfecte planning	10
Dankwoord	313
Favoriete winkels	314
Receptenindex (op hoofdstuk)	317
Receptenindex (A-Z)	318

China	13
Frankrijk	35
Georgië	55
India	75
Israël	95
Italië	117
Korea	135
Libanon	155
Mexico	177
Peru	195
Rusland	215
Spanje	237
Sri Lanka	257
Thailand	275
Turkije	295



Voorwoord

De liefde voor eten is mij met de paplepel ingegoten. Mijn ouders runden, naast hun werk, een biologische boerderij. We hadden kippen, eenden, ganzen, varkens, schapen, geiten en een enorme moestuin. De buurman bracht ons forellen uit zijn vijver en met vrienden deelden we ieder jaar een rund voor de slacht. In de zomer werden groenten en fruit ingemaakt voor consumptie in de winter en in de herfst plukten we paddenstoelen in het bos.

Mijn moeder was als jonge vrouw opgeleid als kok en bestierde ons huishouden alsof het een restaurantkeuken was, met ons kinderen als haar keukenhulpjes. Op zondag werd er de hele dag gekookt en voorbereid, zodat we ook op doordeweekse dagen konden genieten van een driegangmenu.

Al tijdens mijn eindexamen bracht ik meer tijd door in de keuken dan achter mijn boeken. Iedere vrije minuut reisde ik over de wereld, altijd op zoek naar de lokale foodmarkt, het lekkerste gerecht en de mooiste producten van een land. Als ik dan weer terugkwam in Amsterdam, kookte ik op basis van mijn herinneringen alle gerechten na.

Ook als ik niet op reis ben laat ik me het liefst iedere dag inspireren door de keuken van een ander land. Daarom vind je in dit boek vijftien hoofdstukken vol gerechten uit mijn favoriete eetlanden: van China tot aan Italië en van Libanon tot aan Rusland. Sommige gerechten zijn klassiekers, andere heb ik zelf bedacht na een reis vol bezoekjes aan eetstalletjes, restaurants, markten en kookcursussen bij de lokale bevolking. Ik ken deze landen van mijn reizen. Ik heb er nooit gewoond en ben ook niet gespecialiseerd in een bepaalde keuken. Ik pretendeer niet de meest authentieke recepten te kennen, maar ik hoop wel dat koks uit alle landen in dit boek na een lange werkdag met veel plezier bij mij zouden aanschuiven om mee te eten.

Met dit kookboek kun je steeds op reis naar een ander land. Elke tafel vol biedt voor ieder wat wils: van bekende gerechten die echt iedereen lekker vindt tot aan de wat spannendere en onbekendere gerechten. Net als wanneer je op reis bent, zullen jij en je gasten allerlei nieuwe smaken en producten ontdekken. Elke avond zal aanvoelen als een kleine vakantie.

Meike

Over dit boek

Tot het begin van de negentiende eeuw was het gebruikelijk om alle gerechten tegelijkertijd op tafel te zetten in plaats van ze op te dienen in gangen. Een tafel vol heerlijkheden stond voor welvaart; je kon in één oogopslag zien hoezeer de koks zich hadden uitgesloofd voor hun gasten. Deze manier van opdienen werd *service à la Française* genoemd en werd rond 1800, toen in Parijs de eerste restaurants opkwamen, vervangen door *service à la Russe*: het opdienen van gerechten in afzonderlijke gangen.

Voor restaurants was het opdienen in gangen praktischer. Uiteindelijk namen de hogere kringen deze manier van opdienen over voor hun etentjes thuis, waardoor we vandaag de dag vaak nog steeds in verschillende gangen eten. Ik wil hierbij een pleidooi houden om bij etentjes thuis terug te keren naar *service à la Française*.

Ik vind het heerlijk om dagen in mijn eentje te hakken en te snijden in de keuken. Ik vind het ook niet erg om met zes pannen, de frituur en de rijstkoker in de keuken te staan, terwijl mijn gasten een glas wijn drinken en bijpraten. Maar vanaf het moment dat het eten op tafel staat wil ik aanschuiven, naar de gesprekken luisteren, meepraten en vooral: ontspannen. Dit in tegenstelling tot vroeger, toen ik vaak vier of vijf gangen kookte, waardoor ik steeds moest opstaan en pas bij het dessert rustig aan tafel zat. Bovendien moest ik ook nog tussendoor de borden en het bestek vervangen. Tegenwoordig kook ik allemaal verschillende gerechten uit één land, die ik allemaal tegelijkertijd op tafel zet. Ik varieer tussen koude gerechten die je van tevoren klaar kunt maken en warme gerechten die ik op het laatst afmaak en serveer.

Zo'n tafel vol staat superfeestelijk en gastvrij. Ik houd rekening met diëten, eetrestricties en voorkeuren van mijn gasten en zorg ervoor dat er altijd voldoende keuze is. Een ander bijkomend voordeel is dat iedereen zelf kan opscheppen wat hem of haar lekker lijkt. Veel gasten vinden het toch ingewikkeld om uit te leggen dat ze iets liever niet proberen, niet lusten of te pittig vinden. En het allerbeste: ik hoef de rest van de avond niet meer op te staan en kan

genieten van het samenzijn met familie en vrienden. De menu's zijn geschikt voor acht tot tien personen. De meeste hoofdstukken bestaan dan ook uit acht tot tien gerechten, brood of rijst en een dessert. Ik maak een toetje dat ik ruim van tevoren kan voorbereiden. Tijdsintensieve gerechten vries ik van tevoren in zodat ik ze alleen nog hoeft te verwarmen. Een rijstkoker scheelt een extra pit op het fornuis. Sommige gerechten kunnen ook prima in de magnetron opgewarmd worden en ik heb ook een kleine frituur die ik gemakkelijk kan opbergen.

Weinig tijd of een kleiner gezelschap?

Als je op de avond zelf weinig tijd hebt, kun je ervoor kiezen om minder gerechten te maken en daar (afhankelijk van de groepsgrootte) eventueel een grotere hoeveelheid van te maken. De gerechten die zich hier goed voor lenen, zijn aangemerkt met een 🕒. Dit zijn gerechten die weinig actieve tijd in beslag nemen om te bereiden. Het dessert kun je eventueel ook kant-en-klaar kopen. Het is geen schande om iets op tafel te zetten wat je hebt gekocht, maar zorg er wel voor dat je producten van goede kwaliteit in huis haalt. En ben je met een kleiner gezelschap? Kies gewoon wat je lekker lijkt en stel zo op basis van het aantal personen een eigen menu samen.

Vegetarisch?

Recepten die vegetarisch of gemakkelijk vegetarisch te maken zijn, zijn aangemerkt met een 🌱.

Wijnadvies

Het wijnadvies is geschreven door huissommelier en tevens mijn man Victor (wset 3). Hij heeft zich laten leiden door het idee dat wijn niet de hoofdrolspeler van de avond is, maar de gerechten moet ondersteunen. De *pairings* zijn bewust niet te specifiek en avontuurlijk: iedere wijn moet relatief eenvoudig te vinden zijn, liefst bij de lokale wijnwinkel. Zijn advies is om altijd twee verschillende wijnen op tafel te zetten, in de meeste gevallen een witte en een rode. Kies niet voor de goedkoopste varianten, dat is echt zonde van de avond. Je kunt zoveel betere wijnen krijgen als je net iets meer uit geeft bij een goede wijnwinkel.



De perfecte planning

Omdat ik vanuit mijn kleine keuken binnen dertig minuten een tafel helemaal vol eten kan zetten en daar ook nog ontspannen onder blijf (ogenschijnlijk dan, in ieder geval), denken mensen vaak dat ik een soort tovenaars ben. Natuurlijk heb ik in de loop der jaren een zekere routine ontwikkeld, maar ook mij lukt dit alleen met een goed doordachte planning. Dat heb ik mezelf echt moeten leren. Grofweg is mijn planning ingedeeld in vier onderdelen: ‘ruim van tevoren’, ‘een dag van tevoren’, ‘op de dag zelf’ en ‘op de avond zelf’.

In de week van tevoren

Bedenk wat je gasten wel of niet eten. Wie eet vegetarisch of veganistisch? Geen varkensvlees? Gluten- of lactosevrij? Wie houdt er niet van paddenstoelen of lam? En wie eet geen dieren met kop, staart of ogen? Als iedereen aan tafel uit meerdere gerechten kan kiezen, zit je goed. Met de hoofdstukken in dit boek is dat, een uitzondering daargelaten, altijd het geval. Je kunt er natuurlijk ook altijd nog wat extra's bij kopen of een extra salade maken.

Wanneer er meerdere kinderen mee-eten die weinig tot niets lusten, vraag ik ook weleens aan een van de ouders of zij het eten voor de kinderen willen bereiden en meenemen. Een lasagne werkt bijvoorbeeld altijd goed.

Een dag van tevoren

Ik koop de dag van tevoren altijd een flinke bos verse bloemen omdat ik dat zo mooi vind staan bij een tafel vol eten. De dag voor het etentje begin ik met de voorbereidingen die je gemakkelijk eerder kunt doen of die juist een dag van tevoren gedaan moeten worden. In de planningsaan het eind van ieder hoofdstuk zie je precies welke dat zijn. Zo heb ik op de dag van het etentje zelf ook weer wat minder werk.

Om je goed op weg te helpen, vind je achteraan ieder hoofdstuk een planning. Daarin zie je hoe je de voorbereidingen kunt aanpakken en welke stappen op jouw etentje van toepassing zijn.

Op de dag zelf

Ik doe nooit boodschappen op de dag zelf, behalve voor ingrediënten die écht vers moeten zijn, zoals brood en vis.

Op de dag zelf begin ik meteen in de ochtend met koken en voorbereiden. Meestal ben ik dan voor de lunch klaar. Daarna ruim ik de keuken op en zet ik de pannen klaar die ik nodig heb. Dat helpt me bij het bedenken van een stappenplan om alles tegelijkertijd warm op tafel te krijgen.

Ik zet ook alvast de schalen klaar waarin ik het eten wil opdienen. Zo heb ik rustig de tijd om te overwegen hoeveel schalen ik nodig heb, in welke maten en wat ik waarin wil opdienen.

Daarna ga ik ontspannen om een beetje bij te komen van het koken en het opruimen. Met een boek naar het park, ergens lunchen, de krant lezen op de bank, even zwemmen, dat soort dingen.

Een uur voordat de gasten komen dek ik de tafel, zet ik karaffen met water neer en ruim ik mijn huis nog een beetje op.

Op de avond zelf

Als de gasten er zijn vind ik het fijn om, voordat ik ga koken, eerst een uurtje bij hen te zitten met een glas wijn en bij te praten. Ik serveer hooguit wat olijven, nootjes of radijsjes bij de *apéro*. Je wilt je gasten hongerig houden.

Ik probeer de tijd die ik op de avond zelf in de keuken sta te beperken tot een halfuur of veertig minuten. Ik begin altijd met de koude gerechten en zet deze alvast op tafel. Dan heb ik meteen minder schalen en spullen in de keuken staan en mentaal en fysiek meer ruimte voor de bereiding van de warme gerechten.


Als ik bijna klaar ben, vraag ik mensen om aan tafel te gaan zodat iedereen zit tegen de tijd dat de warme gerechten op tafel komen. Vraag iemand om alvast de wijn in te schenken.



Als alle gerechten op tafel staan, vertel ik kort wat alles is. De rest van de avond sta ik nog maar één keer op, namelijk wanneer ik het dessert uit de koelkast haal.




Spanje



Tortilla 

Venusschelpen met ham, sherry, groene asperges en bieslook  



Gefrituurde pimientos de Padrón  



Gegrilde octopus met kruidenmayonaise 

Banderilla's 

Pan con tomate met ansjovis  


Rabo de toro – Ossenstaart gestoofd in rode wijn

Salade van venkel, radijs, komkommer, sinaasappel en munt  

Vijgen, blauwe kaas en gekaramelliseerde amandelen  

Brood (kant-en-klaar kopen)  

Dessert

Chocolade-notentaart 

Lekker voor erbij

- Brood
- Toastjes met sobrasada
- Spaanse kazen (bijvoorbeeld jonge en oude manchego, cabrales, Idiazabal en Tetilla)
met membrillo (kweeperengelei)
- Visconserven (bijvoorbeeld ingelegde sardines, kokkels, mosselen of in zuur ingelegde ansjovis)
 - Charcuterie (bijvoorbeeld plakjes ham, chorizo, Lomo Ibérico)
 - Spaanse worstjes (chorizo of morcilla)
 - Olijven
 - Lupines
- Je kunt octopustentakels ook reeds gegaard bij de visboer of bij sommige supermarkten kopen
 - Koop eventueel een lekkere taart bij de banketbakker als toetje

Wijn

Wit De standaardkeuze bij witte wijn in Spaanse cafés is albariño of verdejo. Alhoewel er ook andere opties zijn, is er niet echt een reden om te kiezen voor iets anders dan deze twee frisse, aromatische wijnen. Ga dan wel voor een wijn uit een van de belangrijkste gebieden: Rías Baixas (voor albariño) of Rueda (voor verdejo).

Rood Bij rood is er in Spanje veel meer keuze en je kunt eigenlijk geen echt verkeerde keuze maken. De belangrijkste druiven zijn tempranillo en garnacha en de befaamdste wijngebieden zijn Rioja en Ribera del Duero. Mijn favoriete wijn is echter afkomstig uit de regio El Bierzo, van de mencia-druif. Deze wijn past perfect bij de gerechten in dit hoofdstuk.

Daarnaast kun je ook karaffen koud water met sinaasappel, munt en komkommer op tafel zetten.

Spanjaarden houden van hun olijfolie en zeker in het zuiden wordt het rijkelijk bij alles gebruikt. Daarnaast staat Spanje bekend om zijn vleeswaren, veelal afkomstig van het Ibérico-varken. Ook maken veel regio's hun eigen kazen. In het noorden worden deze meestal van koemelk gemaakt, in het binnenland van schapenmelk en aan de kust van geitenmelk.

Veel van de gerechten die buitenlanders typisch Spaans vinden, zijn afkomstig uit Andalusië. Door de vele zonuren groeien er prachtige tomaten, ontelbaar veel citrusvruchten, olijven, vijgen, dadels en granaatappels. De sinaasappelen uit Sevilla zijn wereldberoemd.



Tortilla

Bereidingstijd

45 minuten (+ 30 minuten wachttijd)

Ingrediënten

350 milliliter olijfolie

1 grote ui, in fijne ringen

800 gram geschilde aardappelen, in flinterdunne plakjes

4 eieren + 2 eidooiers

1 theelepel zout

½ theelepel versgemalen peper

8 saffraandraadjes, 10 minuten geweekt in

2 eetlepels warme melk

* Als je vaker tortilla's maakt, is een tortillapan echt een aanwinst.

Verhit de olijfolie in een diepe pan en zet dan het vuur laag. Voeg de ui toe en bak die goudgeel en zacht. Neem de ui met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken en afkoelen op keukenpapier.

Verhit opnieuw de olijfolie en zet dan het vuur laag. Voeg de aardappelschijfjes toe en gaar ze 30 minuten in de hete olie. Neem de aardappelschijfjes met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken en afkoelen op keukenpapier. (Je kunt de resterende olie zeven en later gebruiken om in te bakken.)

Klop in een ruime kom de eieren met de saffraandraadjes met het weekwater los en voeg het zout en de peper toe. Meng de ui en de aardappelen erdoor en laat minimaal 30 minuten, maar liever nog iets langer, rusten. Meng vervolgens de eidooiers door de aardappelen.

Verhit 1 eetlepel van de olijfolie in een koekenpan* en verdeel het aardappelmengsel in een gelijkmatige laag over de bodem van de pan. Bak de tortilla ongeveer 10 minuten op laag vuur. Maak met een spatel voorzichtig de zijkanten los, plaats een groot bord op de pan en keer de pan om zodat de tortilla op het bord terecht komt. Laat voorzichtig de tortilla op de ongebakken kant in de pan glijden en bak nog 4 minuten aan de andere kant. Neem de pan van het vuur en laat minimaal 5 minuten rusten. Je kunt de tortilla warm of op kamertemperatuur serveren.

Venusschelpen met ham, sherry, groene asperges en bieslook

Bereidingstijd

10 minuten

Ingrediënten

2 eetlepels olijfolie

3 tenen knoflook, fijngesneden

300 gram groene asperges, schuin in dunne plakjes

2 plakken dik gesneden Spaanse ham, in kleine blokjes

1 kilo venusschelpen, 30 minuten geweekt in zout water en afgespoeld

100 milliliter droge sherry (eventueel te vervangen door droge witte wijn)

½ bos bieslook, fijngesneden

Dit gerecht at ik bij het Madrileense barretje La Castela. Ik vond het zo lekker dat ik het recept diezelfde middag nog heb opgeschreven.

Verhit de olijfolie in een diepe pan en bak de knoflook, asperges en de ham enkele minuten aan. Voeg de venusschelpen en de sherry toe en kook de schelpen omscheppend 3-4 minuten of tot alle venusschelpen open zijn. Bestrooi met de bieslook en dien op.

Gefrituurde pimientos de Padrón

De groene Padrón-peper komt uit het plaatsje Padrón in de streek Galicië. Hij wordt meestal gegrild of gefrituurd en opgediend met slechts wat zeezout. Deze peper is zo mild dat zelfs kinderen hem lekker vinden. Het schijnt dat er eens in de zoveel tijd een pittige tussen zit, maar dat geluk heb ik nog nooit gehad.

Bereidingstijd

5 minuten

Ingrediënten

300 gram Padrón-pepers
olijfolie, om in te bakken
1 theelepel zeezoutvlokken

Verhit een flinke laag olijfolie en frituur de pepers tot ze rondom licht geblakerd zijn. Neem met een schuimspaan uit de hete olie en laat uitlekken op keukenpapier. Bestrooi met het zout en dien warm op.

Gegrilde octopus met kruidenmayonaise

Bereidingstijd

1 uur en 15 minuten

Ingrediënten

2 eetlepels zonnebloemolie
1 middelgrote octopus (van circa 1 kilo)
1 rijpe tomaat, in vieren
3 eetlepels mayonaise (zie p. 45 voor een recept
of koop goede mayonaise in de winkel)
2 eetlepels yoghurt (10% vet)
sap van ½ citroen
1 teen knoflook, grof gesneden
½ bos bladpeterselie (alleen de blaadjes)
½ bos koriander (alleen de blaadjes)
1 theelepel kappertjes
8 jalapeñopeperringen (pot)
1 citroen, in partjes
zout en peper

Verhit de olie in een koekenpan op hoog vuur. Bak de octopus en de tomaat tot de octopus vocht begint los te laten. Zet het vuur laag en stook de octopus met het deksel op de pan in 45-60 minuten (afhankelijk van het formaat) in eigen vocht gaar. Prik er met een scherp mes in om te kijken of hij gaar is. Neem de pan van het vuur en laat de octopus afkoelen. Snijd dan de tentakels los en gooi het lijfje weg.

Pureer met een staafmixer alle overige ingrediënten (behalve de citroen) tot een gladde saus. Breng op smaak met zout en peper.

Verhit een grillpan en bestrijk licht met wat olie. Gril de tentakels stevig aan beide kanten en dien op met de kruidenmayonaise en de citroenpartjes.



Banderilla's v

Banderilla's zijn spiesjes met verschillende soorten ingelegd zuur, visjes en groenten. In Spanje zijn ze populair als hapje aan de bar. Er zitten altijd olijven op; verder kun je er alles op prikken wat je lekker lijkt. Hieronder wat suggesties.

Bereidingstijd

20 minuten

groene olijven, ontpit
zwarte olijven, ontpit
ingelegde zilveruitjes
dikke augurken, in plakjes
ingelegde peperoni
ingelegde paprika, in stukken
ingelegde ansjovis, opgerold
ingelegde haring, opgerold
kwarteleitjes, hardgekookt en gepeld
jonge manchego, in blokjes
gekookte en/of gegrilde octopustentakel, in stukjes

v Groene olijven, zwarte olijven, ingelegde paprika's, zilveruitjes, manchego, peperoni, ingelegde bietjes, kwarteleitjes, ingelegde paprika, augurken.

Pan con tomate met ansjovis v l

Brood met tomaat is een van origine Catalaans gerecht, maar wordt tegenwoordig in heel Spanje gegeten als ontbijt en als tapa op andere momenten van de dag. Vaak wordt het geserveerd met extra beleg, zoals Spaanse ham of ansjovis. Gebruik stevig brood, zoals zuurdesembrood of een stokbrood van een goede bakker. Het brood mag best een dag oud zijn.

Bereidingstijd

20 minuten

Ingrediënten

1 stokbrood, in sneetjes
2 eetlepels goede olijfolie
1 teen knoflook, gehalveerd
8 grote, heel rijpe tomaten
zeezoutvlokken
8 ingelegde ansjovisfilets (bij voorkeur van Ortiz, Fish Tales of Iber Cocktail)

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Verdeel het stokbrood over een met bakpapier beklede bakplaat en besprenkel met de helft van de olijfolie. Rooster het brood in de oven in ongeveer 6 minuten goudbruin en krokant.

Neem het brood uit de oven, snijd het kapje van de teen knoflook en wrijf het geroosterde brood er aan beide kanten mee in.

Knijp boven een kom de tomaten tot puree en gooi de schillen weg. Bestrijk het brood met de tomatenpuree, bestrooi met zeezout en besprenkel met de rest van de olijfolie. Leg op ieder sneetje brood een ansjovisfilet.

v Laat de ansjovis achterwege of vervang door plakjes avocado of Spaanse kaas.



Rabo de toro

Ossenstaart gestoofd in rode wijn

Het favoriete vleesgerecht van de Spanjaarden komt oorspronkelijk uit Córdoba. Het verhaal gaat dat in vroegere tijden de torero na een stierengevecht de in stukken gesneden stierenstaart onder het publiek verdeelde. Het gerecht bestaat voornamelijk uit ossenstaart en rode wijn. Door het lange koken ontstaat een prachtig glanzende, dikke saus die heel rijk van smaak is.

Bereidingstijd

4 uur en 30 minuten

Ingrediënten

2 eetlepels olijfolie
4 wortels, geschraapt en in stukjes
6 lente-uitjes, grof gesneden
2 grote uien, in vieren gesneden
2 grote tomaten, in vieren
1½ kilo ossenstaart, in schijven van 4 à 5 centimeter
400 milliliter stevige rode wijn (bijvoorbeeld tempranillo of monastrell)
100 milliliter sterke espresso
4 laurierblaadjes
2 gedroogde chilipepers
1 theelepel rodewijnazijn
2 theelepels maizena, opgelost in 4 eetlepels koud water
zout en peper

Verhit de olijfolie in een pan met dikke bodem en bak de stukken ossenstaart aan alle kanten tot het vlees bruin en dichtgeschroeid is. Neem het vlees uit de pan en zet opzij.

Bak in het achtergebleven bakvet de wortels, lente-uitjes en de uien glazig. Bak de tomaten kort nog even mee. Doe de ossenstaart terug in de pan en blus af met de rode wijn. Voeg de espresso, laurier, chilipepers, 1½ theelepel zout en zoveel water dat het vlees net onderstaat toe. Zet het vuur laag en stoof de ossenstaart 4 uur met het deksel op de pan.

Neem het vlees uit de bouillon en zet opzij. Zeef de bouillon en doe de bouillon terug in de pan. Breng verder op smaak met de azijn en zout en peper. Voeg het maizenapapje toe en laat de bouillon inkoken tot een dikke, glanzende saus.

Zet het vuur laag en voeg de stukken ossenstaart weer toe. Laat nog even warm worden en dien op.





Salade van venkel, radijs, komkommer, sinaasappel en munt

Bereidingstijd

10 minuten

Ingrediënten

3 venkels, in flinterdunne plakjes (bewaar het loof om te garneren)

1 komkommer, in zo dun mogelijke plakjes

6 radijsjes of 1 watermeloenradijs in zo dun mogelijke plakjes

1 eetlepel goede olijfolie

sap van ½ citroen

3 sinaasappelen, het vruchtvlees in plakjes

4 takjes munt (alleen de blaadjes)

zout en peper

Deze salade ziet er extra mooi uit als je verschillende kleuren radijs of watermeloenradijs gebruikt. Gebruik bij voorkeur een mandoline om de groenten in flinterdunne plakjes te snijden.

Verdeel de groenten over een schaal en besprenkel met de olijfolie en het citroensap. Breng op smaak met zout en peper en meng.

Voeg de sinaasappelen toe en garneer met de munt en het venkelloof.

Vijgen, blauwe kaas en gekaramelliseerde amandelen

Ik kwam deze combinatie ooit tegen in een oud Spaans kookboek. Sindsdien zet ik dit gerecht altijd op tafel als ik Spaans kook. Mensen vinden het in eerste instantie een gekke combinatie, maar door de combinatie van kaas en zoet blijf je ervan eten – zelfs wanneer je al lang klaar bent met de rest. Je zou het zelfs ter afsluiting van je etentje kunnen serveren als dessert.

Bereidingstijd

10 minuten

Ingrediënten

100 gram suiker

120 gram bruine amandelen

400 gram Spaanse blauwe kaas (bijvoorbeeld Cabrales), verkruimeld

8 rijpe vijgen, gehalveerd en/of in kwarten

5 takjes rode aalbessen

Verhit de suiker in een steelpan en laat zonder te roeren karamelliseren tot goudbruin. Neem de pan van het vuur en roer de amandelen erdoor. Haal de amandelen met een schuimspaan uit de karamel en laat afkoelen op een bord. Hak grof en zet opzij. Verdeel de kaas, de vijgen en de takjes aalbessen over een bord. Bestrooi met de gekaramelliseerde amandelen.





Chocolade-notentaart v

Bereidingstijd

50 minuten

Ingrediënten

175 gram boter, in blokjes

100 gram pure chocolade (minimaal 70% cacao)

100 gram basterdsuiker

110 gram amandelmeel

½ theelepel bakpoeder

4 eieren

rasp van 1 biologische sinaasappel

60 gram noten (bijvoorbeeld amandelen, walnoten en/of hazelnoten), grof gesneden

300 gram crème fraîche van een goed merk (bijvoorbeeld Le Gall)

½ eetlepel suiker

1 vanillestokje (gebruik er 2 als ze klein van formaat zijn), over de lengte gehalveerd en het merg eruit geschraapt

poedersuiker, om te bestuiven

Geen taart heb ik in mijn leven zo vaak gemaakt als deze. Hij is binnen tien minuten klaar om in de oven te gaan en iedereen vindt hem lekker.

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Smelt in een pan op laag vuur de chocolade met de boter. Neem de pan van het vuur en laat afkoelen. Meng met de suiker, het amandelmeel, bakpoeder, de eieren en de sinaasappelrasp tot een glad beslag. Roer dan de noten erdoor.

Stort het beslag in een ingevette springvorm en bak de taart 40 minuten in de oven. Neem uit de oven en laat afkoelen.

Meng in een kom de crème fraîche met de suiker en het vanillemerg.

Bestrooi de taart voor het opdienen met poedersuiker, gebruik hiervoor desgewenst citroenmelisse of andere mooie bladeren om een patroon te maken. Je kunt ze er vervolgens op laten liggen of eraf halen.

Serveer de chocoladetaart met de vanille-crème fraîche.



In de week van tevoren

- Doe alle houdbare boodschappen en plaats eventuele bestellingen (bijv. vlees).
- De rabo de toro kun je ruim van tevoren maken en in de vriezer bewaren.

Een dag van tevoren

- Doe alle verse boodschappen, behalve wat kraakvers moet zijn (bijv. brood of vis).
- Maak de rabo de toro als je dat nog niet gedaan hebt. Laat afkoelen en bewaar in de koelkast.
- Bak de chocolade-notentaart, maar bestuif nog niet met poedersuiker. Bewaar afgedekt op een koele plek.
- Karamelliseer voor de vijgen met de blauwe kaas de amandelen. Laat afkoelen en zet opzij.

De ochtend van tevoren

- Doe de laatste boodschappen (bijv. het brood en/of de vis).
- Ontdooi de rabo de toro (eventueel).
- Kook voor de gegrilde octopus de octopus en maak de kruidenmayonaise. Bewaar beide afgedekt in de koelkast.
- Maak de banderilla's. Bewaar afgedekt in de koelkast.
- Maak de tortilla. Bewaar afgedekt op een koele plek.
- Maak voor de pan con tomate de tomatenpulp. Bewaar afgedekt op een koele plek.

Op de avond zelf

- Verwarm de oven voor op 200 °C.
- Verwarm de rabo de toro in een pan op laag vuur.
- Haal de banderilla's uit de koelkast en zet op tafel.
- Zet de tortilla op tafel.
- Maak de salade van venkel, radijs, komkommer, sinaasappel en munt en zet op tafel.
- Maak de salade van vijgen, blauwe kaas en gekaramelliseerde amandelen en zet op tafel.
- Snijd voor de venusschelpen de knoflook, ham en de asperges. Zet opzij.
- Rooster voor de pan con tomate het brood 6 minuten in de oven. Maak af en zet op tafel.
- Bak de pimientos de Padrón en zet op tafel.
- Bak 10 minuten van tevoren voor de venusschelpen de knoflook, ham en de asperges. Voeg de schelpen toe en bak omscheppend 3 à 4 minuten. Maak af en zet op tafel.
- Verhit intussen een grillpan en gril de octopus. Zet de octopus met de kruidenmayonaise op tafel.
- Zet de rabo de toro op tafel.

Dessert

- Bestuif de chocolade-notentaart met de poedersuiker en zet op tafel.

Uitbundige etentjes voor de avontuurlijke thuiskok

In *Een tafel vol* nodigt Meike Krüger je uit voor een culinaire reis langs haar favoriete landen in de wereld: van Spanje en Italië tot aan Mexico en Peru en van China en Thailand tot aan Georgië en Turkije.

Ieder hoofdstuk bestaat uit acht tot tien gerechten die je allemaal tegelijkertijd kunt serveren. Dat staat superfeestelijk en gastvrij en er is altijd voldoende keuze voor gasten met bepaalde eetvoorkeuren of -restricties. Iedereen kan opscheppen wat hem of haar lekker lijkt en misschien nog wel het beste; je hoeft alleen nog op te staan voor het dessert.

De recepten zijn kort, niet al te ingewikkeld en met niet te veel ingrediënten. Ieder diner is goed voor te bereiden en voorzien van een duidelijke planning, zodat je op de avond zelf zo min mogelijk in de keuken hoeft te staan.

Je kunt de gerechten natuurlijk ook prima afzonderlijk van elkaar koken als je alleen of met een kleiner gezelschap eet – net zo lekker!

Meike Krüger (@mokumeet) woont met haar man en dochter in Amsterdam. Ze werkt als psychotherapeut en als gz-psycholoog in de psychiatrie en spendeert ieder vrij uurtje reizend over de wereld op zoek naar de lokale foodmarkt, het lekkerste gerecht en de mooiste producten van een land. Eenmaal thuis kookt ze alle gerechten na op basis van haar notities en herinneringen. *Een tafel vol* is haar eerste kookboek.

‘Ik was nog niet halverwege *Een tafel vol* of ik had mijn vrienden al geappt of ze alsjeblieft bij me wilden komen eten. Echt, dit is een van de meest inspirerende kookboeken van het jaar.’

Janneke Vreugdenhil

‘De ideale gastvrouw of -heer? Die staat niet zwoegend in de keuken, maar zit relaxed aan een tafel bomvol eten. Meike laat in dit verrukkelijke debuut zien hoe je dat voor elkaar krijgt.’

Mara Grimm

‘*Een tafel vol* is een verschrikkelijk goed boek waarin Meike je met mediterrane hartstocht en Duitse *Gründlichkeit* tafels vol internationale gerechten laat koken. Meike is een stoere, reislustige kok met een onverzadigbare nieuwsgierigheid en een feilloos gevoel voor smaken en texturen. Haar boek is overvloedig, gastvrij en kosmopolitisch.’

Vanja van der Leeden

‘Het gebeurt eigenlijk nooit dat ik iemand een bericht stuur met de vraag of ik er mag eten. Vooral niet als ik diegene niet ken. Het eten van Meike (@mokumeet) deed me iedere keer watertanden, dus heb ik dat bij haar wél gedaan. Nu kan ik met dit nieuwe boek al die recepten zelf maken. Halleluja!’

Miljuschka Witzhausen

