

© 2015 Good Cook
's-Gravelandseweg 8
1211 BR Hilversum
www.goodcook.nl

Productie Nederlandstalige uitgave
Annelies ter Brugge, Zutphen

Vertaling
Frederike Plaggemars en Joost Mulder

Redactie
Diederike van Dorsten

Opmaak
Repro Design, Zutphen

Oorspronkelijke uitgever
Quadrille Publishing Limited
Oorspronkelijke titel
The Herb & Flower Cookbook

Tekst
© 2014 Pip McCormac
Fotografie
© 2014 Yuki Sugiura
Ontwerp en vormgeving
© 2014 Quadrille Publishing Limited

ISBN 978 94 6143 117 2
NUR 440, 423

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

Enkele opmerkingen bij de recepten

- * De in de receptuur gebruikte eetlepels hebben en inhoud van 15 ml en de theelepels van 5 ml.
- * Bij boter wordt uitgegaan van ongezoeten boter, tenzij anders vermeld.
- * Gebruik voor geraspte citrusschil altijd biologisch fruit.
- * De oventemperaturen in de recepten gaan uit van een heteluchtoven. Bij gebruik van een gasoven of elektrische oven dienen andere temperaturen te worden ingesteld, volgens de onderstaande tabel. Uiteraard is elke oven anders en zijn de gegeven temperaturen slechts richtlijnen.

| Hete luchtoven (°C) | Elektrische oven (°C) | Gasoven (stand) |
|------------------------|--------------------------|--------------------|
| 250 | 280 | 8 |
| 235 | 260 | 7 |
| 220 | 245 | 6 |
| 200 | 225 | 5 |
| 180 | 200 | 4 |
| 160 | 175 | 3 |
| 140 | 155 | 2 |
| 120 | 135 | 1 |

Let op: Ga bij het zaai- en plantgoed dat je koopt altijd na of het een eetbare variëteit betreft.

Bijvoorbeeld: Violtjes (soortnaam *Viola*) zijn eetbaar, Kaapse violtjes (*Saintpaulia*) niet.

Inleiding 7

Kruiden- & bloemenlexicon 8

Ontbijt 40

Voor- & bijgerechten 54

Lichte gerechten 70

Hoofdgerechten 88

Nagerechten 118

Drankjes 146

Register 158

Dankwoord 160

Vervang het
eenjarige
bonenkruid door...
ROZEMARIJN, TIJM,
CITROENTIJM

SINAASAPPELCURD met eenjarig bonenkruid

VOOR: ONGEVEER 400 ML
KOOKTIJD: 15 MINUTEN

4 eidooiers | schil en sap van 2 kleine biologische sinaasappels
sap van 2 limoenen | 225 g fijne kristalsuiker | 115 g boter
2 takjes eenjarig bonenkruid, alleen de blaadjes

Deze variatie op de klassieke *lemon curd* is van chef-kok Sybil Kapoor. Ik heb haar recept hier en daar wat aangepast en kruiden en limoensap toegevoegd, ingrediënten die de curd een beetje meer pit geven. Deze curd past prima bij een lekker verwenontbijtje: heerlijk op een sneetje geroosterd witbrood, door de yoghurt of bij de (havermout)pap. Op brood is deze curd op z'n best met wat lichtgezouten boter, een heerlijk contrast met de zoete smaak van de curd.

Verwarm de oven voor tot 140 °C. Was een glazen pot af in heet water met afwasmiddel, spoel het heel goed om en zet het in de oven. De pot wordt steriel tijdens het drogen in de oven.

Doe intussen alle ingrediënten in een steelpan met dikke bodem en zet de pan op middelhoog vuur. Verwarm het mengsel al roerend 15 minuten. Schenk het vervolgens in het gesteriliseerde potje. Het mengsel is nu nog behoorlijk dun en vloeibaar, maar zal tijdens het afkoelen indikken. Dek het potje af met een uit bakpapier geknipt rond velletje.

Draai de dop stevig vast. Deze curd blijft na opening enkele weken goed in de koelkast.

WORTELFRIETJES

met chili & rozemarijn

VOOR: 6 PERSONEN
BAKTIJD: 25 MINUTEN

3 el olijfolie | 400 g hele wortels, geschraapt en uiteinden afgesneden
2 takjes rozemarijn, alleen de naaldjes | zout
chiliolie, voor het besprenkelen | geraspte Parmezaanse kaas, ter garnering

Een uiterst aangename lekkernij. Geen urenlang gefröbel in de keuken, dus alle tijd voor je gasten, die met volle teugen zullen genieten van deze verrukkelijke en ook nog eens gezonde wortelfrietjes. Ze doen het heel goed als amuse. Ze zijn heel verrassend en de bereiding neemt nauwelijks meer tijd in beslag dan het tevoorschijn toveren en over schaaltes verdelen van zoutjes. Deze frietjes zijn ook heel geschikt als bijgerecht.

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Schenk de olie in een braadslee en schuif de braadslee in de oven. Snijd intussen de wortels overlans door. Snijd elke helft nog een keer overlans door, zodat je van elke wortel nu vier lange repen hebt. Haal de braadslee met de inmiddels heet geworden olie uit de oven. Leg de wortels erin en bestrooi ze met de naaldjes rozemarijn en een flinke mespunt zout. Meng alles goed, zodat de wortels rondom een laagje olie, rozemarijn en zout krijgen. Schuif de braadslee weer in de oven en bak de wortels 25 minuten, of tot ze er een beetje krokant en gebruind uitzien.

Schep de wortelfrietjes met een schuimspaan uit de braadslee op een schaal. Probeer zo veel mogelijk rozemarijn mee te scheppen, maar laat de olie in de braadslee. Besprenkel de wortels met wat chiliolie en bestrooi ze met een kleine handvol geraspte parmezaan.

Vervang de rozemarijn door...

TIJM, SALIE, MARJOLEIN

SPAGHETTI

met citroenmelisse & peterselie

VOOR: 2 PERSONEN
KOOK-/BAKTIJD: 15 MINUTEN

olijfolie | 100 g spaghetti | 2 teentjes knoflook, gepeld en fijngehakt
1 tl chilivlokken (toko) | 1 courgette | sap van 1 citroen
2 takjes citroenmelisse, alleen de blaadjes | 1 el fijngehakte peterselie
geraspte Parmezaanse kaas, om erbij te serveren (naar keuze)

Citroenmelisse tussen je vingers wrijven en de heerlijke geur ervan opsnuiven – een van mijn eerste jeugdherinneringen. Ik verbaasde me erover hoe een zo bescheiden, onopvallende plant zo ontzettend lekker kan ruiken. Een vleugje mediterraan met een exotisch tintje verborgen in een kruidenborder ergens in een heel gewone tuin. We deden er nooit iets mee. Dat is jammer, want citroenmelisse voegt een heel aangenaam frisse smaak toe – de citroensmaak die je verwacht en een heerlijke ondertoon.

Je kunt het ook gebruiken in plaats van citroenschil in cakebeslag, voor citroendrankjes of in deze pittige pasta.

Schenk een grote pan vol met water en voeg een scheut olijfolie toe. Breng het water aan de kook. Voeg de spaghetti toe zodra het water kookt en kook de spaghetti volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar.

Schenk intussen in een andere pan een scheut olijfolie en zet de pan op middelhoog vuur. Voeg zodra de olie warm is de knoflook en de chilivlokken toe en doe het deksel op de pan. Fruit het mengsel 2 tot 3 minuten, of tot de knoflook goudbruin is. Snijd de uiteinden van de courgette, snijd hem overlans door en de helften vervolgens in plakjes van ongeveer 1 cm dik. Schep de courgetteplakjes bij de knoflook en de chilivlokken in de pan, roer even door, dek de pan weer af en bak het geheel ongeveer 5 minuten, of tot de courgette zacht is en een bruin kleurtje begint te krijgen.

Haal de pan van het vuur en roer het citroensap door de courgettes (pas op want het spettert!). Zet de pan weer op het vuur en laat een beetje van het kookvocht inkoken.

Laat de spaghetti uitlekken en doe de spaghetti in de pan met de courgettes. Voeg ook de blaadjes van de citroenmelisse toe. Roer alles goed door elkaar. Zet de pan nog even terug op het vuur en verwarm het geheel nog even.

Verdeel de spaghetti over twee kommen of diepe borden. Strooi de peterselie erover en eventueel wat geraspte parmezaan.



*Vervang de
citraenmelisse en
de peterselie door...*

MUNT EN BASILICUM,
CITROENTIJM EN
OREGANO,
OOST-INDISCHE KERS
EN TIJM

CHEESECAKE

met bramen & kamperfoelie

VOOR: 6 PERSONEN
KOOKTIJD: 15 MINUTEN

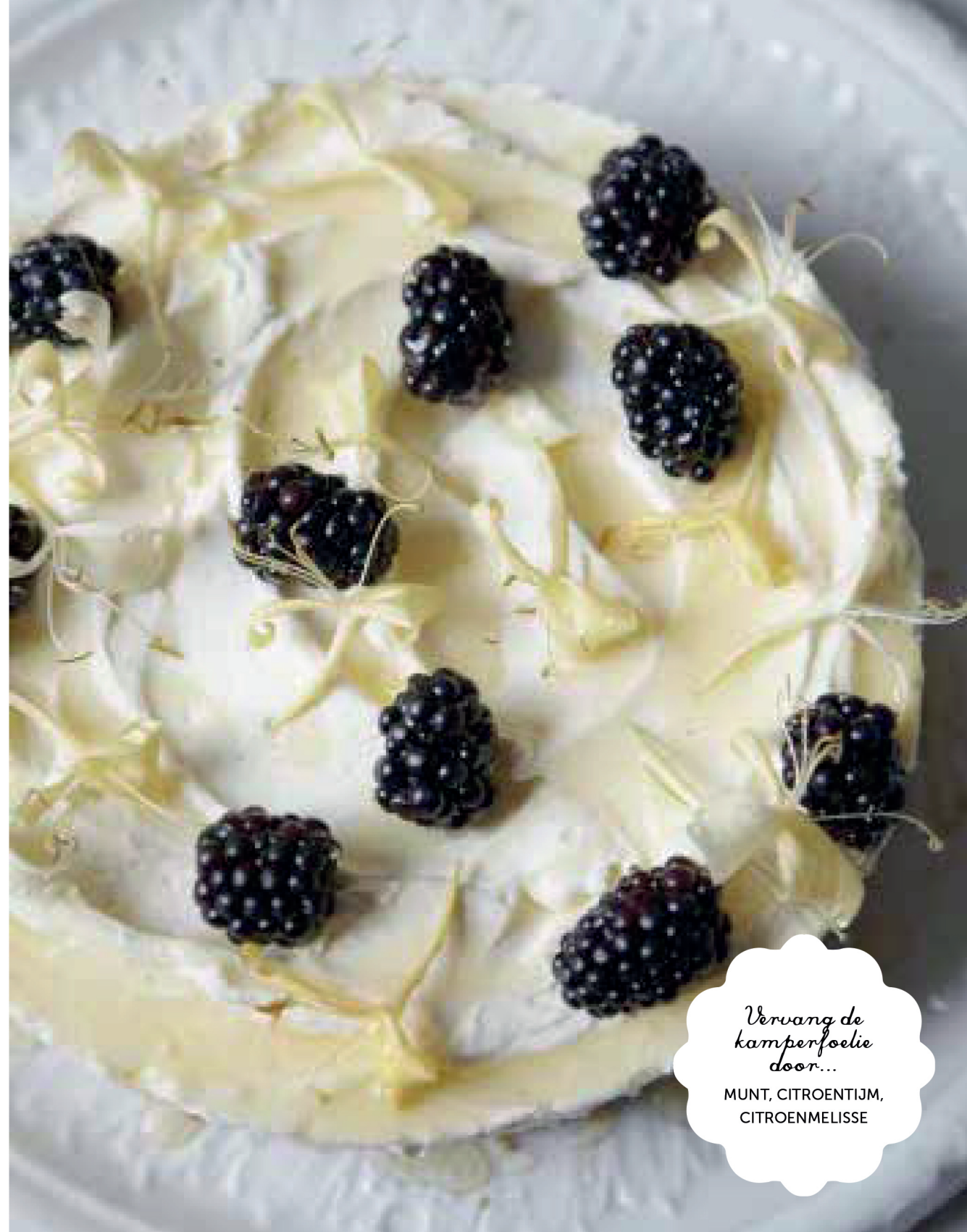
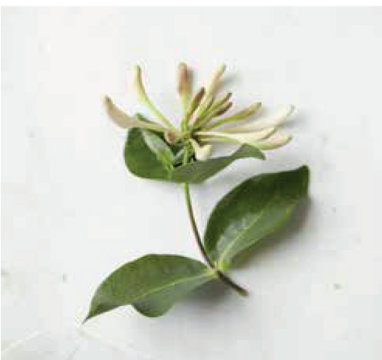
50 g kamperfoeliebloemen, plus wat extra voor de decoratie | 1 el fijne kristalsuiker
mespuntje kaneel | 150 g volkorenbiscuits
100 g boter, gesmolten, plus wat extra voor het invetten | 350 g roomkaas
50 g poedersuiker | 300 ml double cream (verkrijgbaar in de delicatessenzaak.
Zelf te maken van 1 deel mascarpone en 2 delen slagroom)
150 g bramen | vloeibare honing, voor de decoratie

Nectar zuigen uit een kamperfoeliebloem – verrukkelijk! Of bramen plukken – en meteen opeten – tijdens een fijne boswandeling. Deze cheesecake combineert die twee heerlijkheden. Kamperfoelie heeft een vrij specifieke smaak, dus als je de bloemen vervangt door een van mijn kruidensuggesties, maak dan geen siroop, maar roer het kruid van je keuze door de room.

Schenk 100 ml water in een pan met dikke bodem en strooi de kamperfoeliebloemen erin. Voeg de suiker en de kaneel toe. Zet de pan op hoog vuur en breng het mengsel aan de kook. Draai het vuur laag en laat het mengsel 15 minuten zachtjes koken. Schenk het mengsel door een zeef en gooi de bloempjes weg. Als het goed is heb je nu enkele eetlepels siroop. Is de siroop nog te waterig, breng hem dan opnieuw aan de kook en laat hem verder indikken. Laat de siroop afkoelen.

Verkrummel de biscuits en vermeng ze goed met de gesmolten boter. Vet een springvorm van 20 cm doorsnede in met de extra boter en verdeel het biscuitmengsel gelijkmatig over de bodem. Druk het heel goed aan met de bolle kant van een metalen lepel, zodat je een stevige taartbodem krijgt. Zet de vorm in de koelkast en laat de taartbodem ten minste 30 minuten hard worden.

Klop de roomkaas, de poedersuiker en 1 tot 2 eetlepels van de kamperfoeliesiroop door elkaar. Klop in een andere kom de double cream een beetje op. Schep de room voorzichtig met een metalen lepel door het roomkaasmengsel. Verdeel dit roommengsel over de taartbodem en verdeel de bramen erover. Besprenkel de cheesecake met honing en versier hem met de extra bloempjes. Deze taart is in de koelkast enkele dagen houdbaar.



*Vervang de
kamperfoelie
door...*

MUNT, CITROENTIJM,
CITROENMELISSE