



Inhoud

Inleiding	10
Een goed begin	18
<i>Koffie, kapira en andere verhalen</i>	53
Soepen, snacks en sandwiches	60
Doordeweekse droommaaltijden	96
<i>Pastafeest</i>	111
Het weekend	150
Iets extra's: bijgerechten en salades	192
Zoetigheden	224
<i>(D)roomdesserts</i>	243
Menu's	268
Onlinewinkels	272
Register	276
Dankwoord	287

Seadas saganaki: *filodeegflapjes met feta en honing*

Met deze flapjes sla je drie vliegen in één klap: feta, filodeeg en honing. Het is een makkelijke versie van een Italiaans/Grieks/Midden-Oosters thema waarbij hartige kaas met iets zoets wordt gemengd. Sardijnse *seadas* is een zoete, gefrituurde ravioli gevuld met pecorino, Griekse *saganaki* is gebakken kaas besprenkeld met honing en *knafeh* is hun Midden-Oosterse neefje waarbij kaas wordt bedekt met in siroop gedrenkt *kataifi*-deeg.

Je kunt deze flapjes de hele dag door eten, maar ze zijn heerlijk als ontbijt. Tijm en pul biber zijn allebei echt nodig als tegenhanger, dus laat deze niet weg.

VOOR 4 PERSONEN

100 g (vegetarische) feta
40 g (vegetarische) pecorino
½ onbespoten citroen
100 g geraspte mozzarella
blaadjes van een paar takjes tijm
30 g gepelde, ongezouten
pistachenoten
8 standaard vellen filodeeg (of
4 grotere vellen)
olijfolie
2 el honing
zeezout en versgemalen
zwarte peper
1 tl pul biber (Turkse chilivlokken,
o.a. Midden-Oosterse
supermarkt) of een snufje
chilivlokken, ter garnering
(optioneel)

Prak de feta in een mengkom met een vork fijn. Rasp de pecorino en citroenschil boven de kom. Voeg de geraspte mozzarella en bijna alle tijmblaadjes toe. Roer door elkaar en zet apart. Hak de pistachenoten fijn.

Haal het filodeeg uit de koelkast. Leg een vel filodeeg neer met een korte zijde naar je toe en bestrijk met olijfolie. Leg een tweede vel erop (of bestrijk 1 vel met olie en vouw het dubbel als je de grotere vellen gebruikt). Schep een kwart van het pecorinomengsel in de linker- of rechterbenedenhoek op het filodeeg. Laat daarbij aan de rand ruimte vrij. Vouw de hoek dubbel om er een driehoek van te maken. Vouw de driehoek van je af tot je het hele vel hebt gebruikt en je een afgesloten pakketje hebt; vouw de randen daarbij naar binnen. Herhaal met de rest van het deeg en de vulling. Verwarm een grote koekenpan op matig vuur en schenk voldoende olijfolie in de pan om de bodem met een dun laagje te bedekken. Bak de deegflapjes in porties (zodat de pan niet te vol wordt) in 2 tot 3 minuten per kant goudbruin. Haal uit de pan, laat uitlekken op een bord bekleed met keukenpapier en leg op een serveerschaal.

Besprenkel elk flapje met ½ eetlepel honing en bestrooi met flink wat zout en peper, wat gehakte pistachenoten en een paar tijmblaadjes. Ik strooi er ook graag een snufje pul biber over; het voegt een heerlijke pittigheid toe. Serveer direct.



Panlasagne met 'nduja, paprika en drie kazen

Het maken van een klassieke lasagne kost veel tijd. Soms verlang ik naar die vorm van meditatie; andere keren heb ik haast. Deze lasagne voelt niet als valsspelen, maar als een andere versie die in een fractie van de tijd klaar is. De *'nduja* geeft een fantastische diepte aan de smaak.

VOOR 4 PERSONEN

2 rode paprika's
olijfolie
2 teentjes knoflook
2 rode uien
½ bosje basilicum
zeezout en versgemalen
zwarte peper
100 g 'nduja (o.a. Italiaanse
delicatessenwinkel)
1 blik pruimtomaten à 400 g
250 g mascarpone
75 ml volle melk
60 g Parmezaanse kaas
250 g verse lasagnebladen
2 bollen mozzarella à 125 g

Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprika's in heel dunne reepjes. Verhit een flinke scheut olijfolie in een grote, ovenvaste koekenpan of ondiepe braadpan op matig vuur en bak hierin de paprika's 15 minuten. Pel intussen de knoflook en uien en snijd fijn. Pluk de basilicumblaadjes, zet apart en hak de steeltjes fijn. Ik voeg de knoflook, ui en basilicumsteeltjes gaandeweg toe aan de pan om de boel te versnellen. Breng goed op smaak met zout en peper. Voeg de 'nduja toe zodra het groentemengsel zacht wordt en begint te verkleuren. Bak 5 minuten tot de pittige rode olie uit de 'nduja is vrijgekomen. Voeg de pruimtomaten en 500 ml water toe aan de pan, zet het vuur hoger en breng aan de kook. Zet het vuur iets lager en laat de saus 10 minuten flink pruttelen. Meng intussen de mascarpone met de melk in een mengkom. Rasp 40 gram van de Parmezaanse kaas boven de kom fijn, breng het geheel goed op smaak met zout en peper en klop door elkaar. Haal de pan met de tomatensaus van het vuur zodra alle componenten klaar zijn.

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Schep de helft van de tomatensaus in een kom, scheur de helft van de lasagnebladen in stukken en voeg toe aan de tomatensaus in de pan. Schep iets minder dan de helft van de mascarponesaus erover. Scheur een bol mozzarella en de helft van de basilicumblaadjes in stukjes en verdeel over de saus. Herhaal deze laagjes met de resterende tomatensaus, lasagnebladen, mascarponesaus en mozzarella. Rasp de rest van de Parmezaanse kaas erover, bestrooi met de overige basilicumblaadjes en besprenkel met olijfolie.

Plaats een deksel op de pan of dek de pan af met aluminiumfolie en zet 15 minuten in de oven. Haal het deksel of de aluminiumfolie eraf, verhoog de oventemperatuur naar 220 °C en bak nog 15 tot 18 minuten tot de lasagne goudbruin is en pruttelt. Laat de lasagne minimaal 5 minuten staan en serveer.



Sayadieh

Dit is van origine een Libanese vissersmaaltijd bereid met de vangst van de dag, maar hier steelt de heerlijke rijst de show. Neem de tijd om de uien goudbruin en kleverig te laten worden. Het specerijenmengsel is subtiel maar heerlijk verwarmend. Ik ben dol op vis die in een jasje van bloem wordt gebakken, want dat levert een heel dun korstje op.

VOOR 4 PERSONEN

400 g basmatirijst
4 uien
125 ml olijfolie
zeezout en versgemalen
zwarte peper
1 el tomatenpuree
1 tl komijnpoeder
½ tl kurkumapoeder
1 tl korianderpoeder
¼ tl kaneel
1 laurierblaadje
4 kardemompeulen
30 g amandelschaafsel
½ bosje bladpeterselie
75 g (glutenvrije) bloem
1 tl paprikapoeder
4 witvisfilets à 175 g, zoals
kabeljauw, schelvis of heilbot
1 citroen

Spoel de rijst in een zeef af onder koud stromend water tot het water helder wordt, voeg toe aan een grote kom, bedek met koud water en laat weken. Breng 600 ml water in een waterkoker aan de kook. Pel de uien en snijd fijn.

Verhit 4 eetlepels van de olijfolie in een grote braadpan met deksel op matig vuur en bak hierin de ui in 30 minuten goudbruin en kleverig. Breng de uien op smaak met 1 theelepel zout en 1 theelepel peper en roer de tomatenpuree erdoor. Roer na 1 minuut ½ theelepel van het komijnpoeder, ¼ theelepel van het kurkumapoeder, ½ theelepel van het korianderpoeder, de kaneel, het laurierblaadje en de kardemompeulen erdoor. Bak de uien nog een paar minuten. Giet de rijst af, voeg toe aan de pan en bak al roerend 1 minuut zodat de rijst met de specerijen wordt bedekt. Schenk 600 ml vers gekookt water erbij. Breng het geheel aan de kook, zet het vuur laag en laat 15 minuten met een deksel op de pan zachtjes koken. Haal de pan van het vuur en laat de rijst 10 minuten met het deksel op de pan onaangeroerd staan.

Rooster intussen het amandelschaafsel in een grote droge koekenpan op matig vuur. Schep uit de pan en zet apart. Hak de bladpeterselie fijn. Meng de bloem met de rest van het komijnpoeder, kurkumapoeder, korianderpoeder en paprikapoeder en een flinke snuf zout en peper in een ondiepe schaal.

Verhit de rest van de olijfolie in de grote koekenpan op matig vuur. Dep de visfilets droog met keukenpapier, wentel door het bloemmengsel en bak 6 tot 8 minuten per kant tot ze goudbruin, krokant en gaar zijn.

Schep de rijst op een serveerschaal, leg de gebakken vis erop en bestrooi met het amandelschaafsel en de peterselie. Snijd de citroen in partjes en serveer erbij.

GV + ZV



Geroosterde vadouvanwortels met yoghurt en koriander

Vadouvan is een Frans specerijenmengsel van Zuid-Indiase origine, daterend uit de tijd dat de Fransen Pondicherry in de Indiase staat Tamil Nadu koloniseerden. Je kunt elk willekeurig Indiaas specerijenmengsel gebruiken, dus laat je niet tegenhouden als je geen vadouvan kunt vinden. Het is echter wel de zoektocht waard.

Serveer hier warm platbrood bij en je hebt een lichte lunch.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

750 g wortels (ik gebruik dikke babywortels, maar je kunt ook gewone wortels gebruiken en in stukjes snijden)

2 rode uien

olijfolie

zeezout en versgemalen

zwarte peper

2 tl vadouvan

½ bosje munt

1 bosje koriander

300 g (plantaardige) Griekse yoghurt

sap van 1 citroen

1 teentje knoflook

Verwarm de oven voor tot 220 °C. Maak de wortels schoon en schil indien nodig. Snijd kleine wortels doormidden of in kwarten en grotere wortels in stukken. Voeg toe aan een grote braadslee. Pel de uien, halveer en snijd in dunne partjes. Voeg toe aan de braadslee, besprenkel met flink wat olijfolie, breng goed op smaak met zout en peper en strooi de vadouvan erover. Rooster 25 minuten in de oven tot de wortels gaar en geschroeid zijn.

Pluk intussen de muntblaadjes en hak het merendeel fijn, gevolgd door het merendeel van de koriander (ik hak de zachte koriandersteeltjes gewoon mee, maar je kunt ze ook weglaten en alleen de blaadjes hakken). Schep de yoghurt in een mengkom, breng op smaak met flink wat zout en peper en voeg het citroensap toe. Pel de knoflook, rasp boven de kom fijn en roer de gehakte munt en koriander erdoor. Schep de kruidenyoghurt op een serveerschaal.

Leg de geroosterde wortels op de yoghurt, strooi de rest van de kruiden erover en serveer.

VG, GV
+ ZV

