

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten



Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Onze reisleiders zijn niet alleen dol op kunst en cultuur, ze houden ook van lekker eten! En dan natuurlijk met name van het lekkere eten uit de landen waar zij zo graag komen. Want al reizend raak je, proevend van de vele keukens die de wereld rijk is, gemakkelijk geïnspireerd om thuis die bijzondere gerechten nog eens na te maken. De SRC-reisleiders staan geregeld vol enthousiasme in de keuken om de lekkerste wereldse gerechten te bereiden en om de recepten uit te werken.

In dit speciale SRC-reisleiderskookboek delen onze reisleiders graag hun favoriete recepten met u, inclusief interessante achtergrondverhalen. Over de geschiedenis van de gerechten of over een bijzondere ervaring gerelateerd aan het gerecht. Zo leert u (de keuken van) uw favoriete land nog een beetje beter kennen én kunt u met de recepten thuis ook wegdromen bij de heerlijke wereldse gerechten.

Van welk vakantieland gaat u de traditionele smaken proeven?

Inhoudsopgave

Recepten uit:

Duitsland	5
Flammkuchen.....	5
Schwarzwälder Kirschtorte	8
Egypte	11
Egyptische kushari	11
.....	13
Frankrijk	13
Tarte Tatin.....	13
Groot-Brittannië	16
Buns uit Bath.....	16
Kaasscones uit Schotland.....	19
Gingerbread	21
Theebrood van Earl Grey	23
Soda bread en Cullen skink	26
India	29
Wereldse recepten uit India, en een beetje uit Istanbul	29
Iran	31
Fesenjan – Perzisch stoofpotje met kip	31
Jordanië	33
Aubergine Fattah	33
Litouwen	35
Litouwse Šaltibarščiai - koude soep van rode biet.....	35
Noorwegen	37
Gravlaks - Noorse gemarineerde zalm.....	37
Oostenrijk	39
Sachertorte – mijn favoriete “geheime” recept	39
Portugal	42
Pastéis de Belém, Portugese roompasteitjes	42
Bifanas – Portugese varkenslapjes.....	44
Zeeuwse boluscake met een Spaans-Portugees tintje	46
Portugese arroz com frango - rijst met kip	48
Rusland	50
Boeuf Stroganoff	50
Spanje	52

Koken met de SRC-reisleiders
een wereldreis in gerechten

Vermout uit Spanje	52
Traditionele Spaanse paella	55
Fideuá – Valenciaanse pasta	58
Tortilla Española.....	61
Calçots (voor de calçotada).....	63
Gazpacho de Sandía	66
Mar y muntanya zee en berg	68
Spaanse paddenstoelen	71
Mediterrane borrelplank	74
Panellets voor La Castanyada	79
Mazapán en turrón voor een dulce Navidad	82
Turkije	86
Manti – Turkse deegbolletjes overgoten met yoghurt	86
Zuid-Afrika.....	88
Afrikaanse bobotie	88



Flammkuchen

Door reisleidster Léonie

De Elzas ligt langs de westelijke oever van de rivier de Rijn en grenst aan Duitsland en Zwitserland. Van het noorden naar het zuiden lopen door de Elzas, aan de grens met Lotharingen, de Vogezes. De Flammkuchen komt oorspronkelijk uit de Elzas, een streek die meerdere keren een deel van Duitsland is geweest, maar nu onder Frankrijk valt.

Zo werd de Elzas in de 17e eeuw in beslag genomen door de Franse koning. Na de Frans-Pruisische oorlog van 1870 won Duitsland het gebied terug, Frankrijk lijfde het gebied weer in na ondertekening van het verdrag van Versailles in 1919. In 1940 namen de Duitsers het gebied weer in en na de bevrijding van de Elzas aan het einde van de Tweede Wereldoorlog kwam het in handen van Frankrijk. Vandaar dat de Flammkuchen (Duits) ook wel tarte flambée (Frans) wordt genoemd of Flammekueche, de naam zoals deze in de Elzas zelf wordt gebruikt.

Oorsprong: Flammkuchen als thermometer

De geschiedenis van de Flammkuchen gaat terug naar de dagen van de broodbakkers die overgebleven deeg als proefdeeg gebruikten. Zo werd de temperatuur van de door hout gestookte broodoven gemeten om het brood voor de volgende dag te bakken. Het deeg werd daarbij heel dun uitgerold en in het midden van de oven geplaatst. Als de oven de juiste temperatuur had bereikt, werd het deeg erin gezet en was het binnen twee minuten gaar. Als de temperatuur te hoog was werd het deeg te snel donker of erger, vatte het deeg vlam: daarom werd het flinterdunne deeg Flammkuchen genoemd. Een prima manier om de oventemperatuur te testen toen er nog geen thermometers waren.

Als het allemaal goed was gegaan, had je een heerlijke cracker die al snel werd belegd met wat crème fraîche, uien en spek en zo ontstond de bekende klassieke 'Elzasser Flammkuchen'. Inmiddels zijn Flammkuchen ook uit Nederland niet meer weg te denken en kom je ze tegen in veel verschillende variaties. Er is ook kant-en-klaar deeg voor de bodem te koop in de supermarkt. In Duitsland wordt Flammkuchen vrijwel overal verkocht: van restaurants en cafés tot in biertuinen en op straat. 'Flammkuchen mit Speck' wordt als maaltijd traditioneel geserveerd op een houten bord.



Flammkuchen



Flammkuchen



Traditionele houtoven

Recept voor traditionele Flammkuchen

Ingrediënten

(voor 1 Flammkuchen)

- 7 g droge gist (1 zakje)
- 300 g tarwebloem
- 1 tl zout
- 150 ml kraanwater
- 150 g gerookt ontbijtspek
- 125 ml crème fraîche
- 200 g volle Franse kwark
- 1 mespunt gedroogde nootmuskaat
- 3 (rode) uien

Bereiding:

1. Meng in een kom de gist, bloem en het zout. Maak een kuiltje in het midden en schenk er het lauwwarme water in. Kneed (met uw handen) tot een soepel deeg.
2. Kneed het deeg minsten 10-15 minuten. Het is belangrijk om dit deeg goed door te kneden voor een mooi eindresultaat.
3. Dek de kom af met een vochtige, schone theedoek en laat het deeg 1 uur rijzen.
4. Verwarm de oven voor op 250 graden.
5. Snijd het spek in zo dun mogelijke reepjes
6. Rol het deeg met de deegroller op een met bakpapier beklede bakplaat uit tot een dikte van maximaal 1 cm, maar liefst dunner.
7. Meng de crème fraîche met de kwark en breng op smaak met de nootmuskaat, peper en zout. Verdeel dit mengsel over het deeg.
8. Snijd de uien in ringen. Bedek het deeg gelijkmatig met het spek en de ui. Bak de Flammkuchen in ca. 15 min. in het midden van de oven.

Tip: Weinig tijd of geen zin om lang in de keuken te staan? Gebruik kant-en-klaar deeg of maak Flammkuchen met wraps als bodem!

Bewaren

Flammkuchen kunt u gelijk serveren, maar u kunt het eventueel ook een dag eerder maken en voor gebruik opwarmen. De gebakken Flammkuchen bewaart u dan (afgedekt) in de koelkast. Om hem op te warmen bakt u hem 10-15 minuten op 230 graden. Maar koud is deze trouwens ook nog erg lekker!

Variaties

Varieer met de bodem of met de toppings (of allebei!). Flammkuchen met bloemkoolbodem bijvoorbeeld: dit draagt bij aan uw dagelijkse aanbevolen hoeveelheid groenten én zo mindert u de koolhydraten. In sommige delen van de Elzas wordt de crème fraîche vervangen door Bibeliskäs (kwark) of door een mengsel van Bibeliskäs en crème fraîche.

Toppings

- **Met zalm:** Smeer het deeg in met een laagje crème fraîche en leg daar halve ringen rode ui op en groene asperges. Verkruimel daar wat feta overheen en bestrooi het geheel met peper. Bak de Flammkuchen af en leg er na het bakken gerookte zalm op en wat verse bieslook in stukjes gehakt.
- **Met gedroogde ham:** Smeer het deeg in met een laagje crème fraîche en verdeel daarover halve ringen rode ui en verkruimelde feta. Bestrooi met peper en bak de Flammkuchen af. Garneer de Flammkuchen met rucola, plakken gedroogde ham en gehalveerde witte druiven.
- **De vegetarische versie:** Smeer het deeg in met een laagje crème fraîche. Beleg de Flammkuchen met groene asperges, gehalveerde cherrytomaatjes, halve ringen rode ui en stukjes zongedroogde tomaat. Eigenlijk is hier van alles mogelijk naar keuze, maar zorg er wel voor dat de topping niet te nat is want anders wordt het deeg niet goed gaar. Bestrooi met peper en rasp er wat Parmezaanse kaas overheen.
- **Zoete Flammkuchen:** Ook hier kunt u eindeloos mee variëren: Meng 60 gr kwark, 60 gr crème fraîche, 1 ei en 1 tl vanille-extract met elkaar. Voeg naar smaak suiker toe. Smeer het mengsel gelijkmatig uit over het Flammkuchendeeg. Bestrooi dit bijvoorbeeld naar keuze met gehakte hazelnoten, gehakte walnoten, gehakte pure chocolade, gehakte melkchocolade, amandelschaafsel, kokos, appel, kaneel. Na het bakken kunt u over de Flammkuchen eventueel nog wat karamelsaus of honing schenken.



Schwarzwälder Kirschtorte

Door reisleidster Léonie

De Duitse Schwarzwälder Kirschtorte is een echte heerlijke klassieker. Chocolade, kersen, slagroom: deze taart heeft het allemaal. In Nederland noemen we deze taart ook wel een Schwarzwälder kersentaart of Schwarzwälder Kirsch. De taart is niet direct vernoemd naar het Zwarte Woud in Zuidwest-Duitsland, maar naar het 'kirschwasser' dat van oorsprong wordt geproduceerd met de zure kersen uit het Zwarte Woud.

Kirsch of kirschwasser is een alcoholische drank die bereid wordt door gegist kersensap te destilleren. Het is een heldere drank waarvan de naam in het Duits 'kers' betekent. Deze drank wordt ook wel 'kirschwasser' genoemd, wat 'kersenwater' betekent. Er zijn duidelijke verschillen tussen kirsch en kersenbrandewijn en ze zijn niet uitwisselbaar. Om kirschwasser te maken, worden morello-kersen (zure kersen) gepureerd (met hun eigen stenen/pitten) en mogen ze gisten en vervolgens gedistilleerd in een heldere vloeistof die de smaak van kersen heeft, maar niet zoet is. Kersenbrandewijn kan daarentegen kunstmatige kleuren of zoetstoffen bevatten.

De geschiedenis van Schwarzwälder Kirschtorte

Het recept van Schwarzwälder Kirschtorte werd waarschijnlijk in 1934 voor het eerst vermeld in een kookboek. Josef Keller, een patissier afkomstig uit Bad Godesberg, zegt de taart ontwikkeld te hebben in 1915 maar dit is nooit bevestigd. In het Schwarzwälder Freilichtmuseum Vogtsbauernhof is wel een recept uit 1927 van hem bewaard gebleven. Ook is niet duidelijk hoe deze Schwarzwälder Kirschtorte zijn prachtige naam heeft gekregen. Een fantasievolle suggestie is dat het kan komen door de zwarte chocoladerasp die doet denken aan een donker bos. Maar de naam kan ook bedacht zijn door de toevoeging van kirschwasser, iets wat veel wordt gebruikt in het Zwarte Woud. Kirsch is een essentieel ingrediënt voor deze taart en wordt verder gebruikt in Zwitserse kaasfondue, in cocktails, in andere taarten en gebak of in salades van vers fruit.



Schwarzwälder Kirschtorte van reisleidster Léonie



Stuk Schwarzwälder Kirschtorte



Kirschwasser

Mijn favoriete recept voor Schwarzwälder Kirschtorte

Het recept dat ik hiervoor gebruik (herkomst onbekend) is voor een taart van circa 8 personen, maar er zijn vele varianten mogelijk.

Ingrediënten voor circa 8 personen

Bodem:

- 250 gr. suiker
- 300 gr. bloem
- 2 el. cacao poeder
- 7 eieren

Vulling:

- 1,2 l. slagroom (tevens voor garnering)
- 50 gr. suiker
- Eventueel max. 3 zakjes Klopvast/Klop-Fix
- 400 gr. zure kersen uitgelekt (sap opvangen)
- 1/4 l. kersensap (bijvoorbeeld van de zure kersen)
- 4 afgestreken el. maizena
- 50-100 ml. kirschwasser of kirsch

Decoratie:

- 1,2 l. slagroom (tevens voor garnering)
- 50 gr. suiker
- Eventueel max. 3 zakjes Klopvast/Klop-Fix
- 400 gr. zure kersen uitgelekt (sap opvangen)
- 1/4 l. kersensap (bijvoorbeeld van de zure kersen)
- 4 afgestreken el. maizena
- 50-100 ml. kirschwasser of kirsch

Bereiding

Bodem:

1. Klop de eieren en suiker in ongeveer 15 minuten met de mixer tot schuim.
2. Zeef de bloem en de cacao poeder en spatel deze voorzichtig door het mengsel van de geklopte eieren en suiker.
3. Bak in een ingevette springvorm (doorsnee 20 cm) ca. 30 minuten in een voorverwarmde oven op 180 tot 200 graden.
4. Als de bodem klaar is, laat hem dan op zijn kop afkoelen, zodat hij gelijkmatiger van vorm wordt.

Tip: De bodem moet echt goed afgekoeld zijn voordat u verder gaat, dus neem de tijd om deze taart te bereiden. U kunt de bodem eventueel ook al een dag eerder maken.

Taart:

1. Snijd de bodem in 3 gelijke plakken, doe het zorgvuldig zodat de plakken mooi recht zijn.

2. Klop de goed gekoelde slagroom met de suiker stijf. Als de taart dezelfde dag nog geserveerd wordt is Klop-Fix niet nodig, maar als u hem later wilt serveren kunt u Klop-Fix naar gevoel toevoegen, twee zakjes is meestal voldoende (nooit meer dan drie gebruiken!).
3. Los de maizena op in een klein beetje kersensap. Breng de rest van het kersensap aan de kook en voeg dan het maizena-mengsel hieraan toe. Breng al roerend weer aan de kook.
4. Neem zodra het kookt van het vuur, voeg de zure kersen toe, roer door en laat afkoelen.
5. Roer zodra het mengsel is afgekoeld ca. 20 ml. kirschwasser of kirsch door dit mengsel en verdeel het gelijkmatig over de onderste laag van de cake.
6. Verspreid een laag slagroom hierover en leg de tweede laag van de cake hierop en druk zachtjes aan.
7. Sprenkel kirschwasser of kirsch over de tweede cakelaag (niet te zuinig!) en verspreid hierover weer een laag slagroom. Leg hier de derde cakelaag bovenop en druk zachtjes aan. Besprenkel ook deze laag met kirschwasser of kirsch.
8. Verdeel nu de rest van de slagroom over de bovenkant en zijkant van de taart.
9. Versier de taart met de geraspte chocolade, rozetjes slagroom en de Kaiserkirschen of ontpitte kersen.

Smullen maar!



Egyptische kushari

Door reisleidster Willy

Een van de dingen die ik mis als ik niet in Egypte ben is kushari! Kushari is wel het nationale gerecht van Egypte te noemen. Dit zeer populaire streetfood is in het hele land te koop in eenvoudige kushari-restaurantjes. Het gerecht is vegetarisch, goedkoop en vullend. Dit van oorsprong 'armeluisgerecht' is zeer verrassend van smaak en rijk aan ingrediënten.

Elke familie heeft zijn eigen versie van de kushari en de saus: er kan gevarieerd worden met specerijen, de hoeveelheid knoflook en de soorten pasta. Ik geef u een van mijn favoriete recepten!

Recept voor Egyptische Kushari

Ingrediënten:

- 2 uien, in dunne halve ringen gesneden (of gebruik eventueel kant en klare gedroogde uitjes)
- 1 theelepel zout
- 200 gram witte rijst
- 200 gram bruine linzen
- 170 gram elleboogmacaroni of andere kleine pasta
- 150 gram kikkererwten (1 nacht geweekt)
- extra vierge olijfolie

Voor de saus:

- 450 gram gepelde tomaten uit blik
- 1 eetlepel extra vierge olijfolie
- knoflooktenen, geperst
- 1 theelepel gemalen komijnzaad



Kushari met tomatensaus
Foto: reisleidster Willy



Kushari-restaurantje in Egypte
Foto: reisleidster Willy



Kushari
Foto: reisleidster Willy

Bereiding:

1. Dep de uienringen droog met keukenpapier. Verhit olijfolie in een grote koekenpan boven matig vuur. Fruit de uienringen in porties onder voortdurend omscheppen, tot ze goudbruin en knapperig zijn (in ongeveer 10 minuten). Verwijder de uienringen met een schuimspaan uit de pan en laat ze uitlekken op keukenpapier.
2. Breng de linzen met 350 ml water aan de kook boven matig vuur. Voeg 1 theelepel zout toe, doe de deksel op de pan en zet het vuur laag. Laat het geheel 10 tot 15 minuten zachtjes doorkoken tot de linzen gaar zijn.
3. Breng in een andere pan 350 ml water aan de kook. Voeg de rijst toe en 1 theelepel zout. Zet de warmtebron laag en laat de rijst langzaam gaar koken, in ongeveer 20 minuten.
4. Kook de pasta volgens de gebruiksaanwijzing op het verpakking. Laat de pasta vervolgens uitlekken, spoel de pasta af met koud water.
5. Kook de kikkererwten in ruim water in ongeveer 45 minuten gaar. Giet de kikkererwten af.
6. Verhit voor de saus de olijfolie in een grote koekenpan boven matig vuur. Voeg de komijn, het zout en de geperste knoflook toe. Voeg na een tijdje de gepelde tomaten toe en breng het geheel aan de kook. Kook de saus ongeveer 10 minuten in op laag vuur. Voor een eventuele dunnere saus kan wat water toegevoegd worden.
7. Serveer de pasta gemengd met de rijst, kikkererwten en linzen op een bord. Bestrooi met de uienringen. Serveer de warme tomatensaus er apart bij.

Eet smakelijk!



Tarte Tatin

Door reisexpert Tessa

Wat is er nu lekkerder dan een nog warm stukje tarte Tatin, vers uit de oven, met een smeltend bolletje vanille-ijs of een flinke dot slagroom erbij? En dan natuurlijk het liefst op een gezellig terras in Frankrijk, als toetje na een dag kunst- en cultuursnuiven... Die heerlijke tarte Tatin, die overigens verrassend makkelijk te maken is, is niet alleen ontzettend lekker, maar kent ook een bijzondere geschiedenis.

Er zijn verschillende versies van de geschiedenis van de op-de-kop-appeltaart, maar ze beginnen allemaal bij de Franse zusters Stéphanie en Caroline Tatin. In het midden van de 19e eeuw woonden de demoiselles Tatin tegenover het treinstation van Lamotte-Beuvron, een stadje ten zuiden van Orléans. In de keukens van het stationshotel Hôtel Tatin, gerund door hun vader, ontstond de nu zo bekende tarte Tatin. Het schijnt het favoriete gebakje te zijn geweest van vader Tatin en het bezorgde het hotel zijn roem, nadat vader overleed en de zusters Tatin de zaak overnamen.

Ontstaan uit culinaire onhandigheid?

Maar hoe kwam die taart nou op de kop in de oven terecht, vraagt u zich wellicht af? Dat wordt verklaard in verschillende versies van de geschiedenis van de Tatin-zusters. In ieder geval ontstond het recept per ongeluk, toen Stéphanie Tatin, die voornamelijk verantwoordelijk was voor de keuken van Hôtel Tatin, op een dag een traditionele appeltaart moest bakken. In het bekendste verhaal zou ze in alle chaos vergeten zijn om de appels, die in boter en suiker lagen te koken, van het vuur te halen. Toen ze dit ontdekte was de boel al aan het karamelliseren, oeps! Stéphanie deed een poging er toch nog iets van te maken, bedekte de appels in de pan met de deegbodem en stopte de hele handel op hoop van zegen in de oven. Eenmaal uit de oven draaide ze de taart ondersteboven en serveerde het uit aan de gasten alsof er niet aan de hand was. De reacties op het ietwat bijzondere dessert waren lovend!

Een andere bekende legende vertelt dat Stéphanie eveneens wat overwerkt was en daardoor niet helemaal mentaal aanwezig was tijdens het bakken van een traditionele appeltaart. In deze versie ging het echter mis bij de opbouw van de taart: dat deed Stéphanie namelijk verkeerd om. De appels belandden op de bodem en de taartbodem bovenop. Et voilà: de tarte Tatin was ontstaan!

Ongeacht door welke onhandigheid de tarte Tatin nu echt is ontstaan, is de taart een absolute klassieker geworden. Oorspronkelijk natuurlijk met appels (de originele tarte Tatin werd gemaakt met Reine des Reinettes Pippins en Calville, twee appelsoorten uit de

omgeving van Lamotte-Beuvron), maar ook met peren, perziken, ananas of zelfs uien smaakt de taart erg goed!



Tarte Tatin met appel



De zusters Tatin



Hôtel Tatin in Lamotte-Beuvron

Recept voor tarte Tatin

Tarte Tatin is verrassend eenvoudig en snel te maken! Het meest spannende is het omdraaien van de taart wanneer deze uit de oven komt, maar met een beetje lef en snelheid komt dat negen van de tien keer helemaal goed.

Ingrediënten:

Voor het deeg:

- 50 g suiker
- 100 g ongezouten roomboter
- snufje zout
- 1 ei
- 150 gr bloem
- Tip: Geen tijd of zin om zelf het deeg te maken? Een rol vers bladerdeeg werkt ook uitstekend!

Voor het appelmengsel:

- 4 - 6 appels (bijvoorbeeld Elstar of Jonagold)
- 50 g boter
- 150 g suiker
- 40 ml water

Bereiding:

1. Begin met het deeg, want dat moet rusten in de koelkast. Meng met een mixer of keukenmachine de boter, suiker en het snufje zout tot een zacht geheel.
2. Meng het ei door het deeg.
3. Voeg nu beetje bij beetje het bloem toe en kneed tot een mooie deegbal.
4. Verpak de deegbal in huishoudfolie en laat minimaal 30 minuten rusten in de koelkast.
5. Vet een tarte Tatin-vorm of een taartvorm in en verwarm de oven voor op 180 graden Celsius.
6. Schil de appels, verwijder de klokhuizen en snijd in kwarten.
7. Nu gaat u karamel maken! Voeg de suiker en het water samen in een steelpan. Roer even door en verhit daarna op laag vuur.

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

8. Blijf roeren zodat de suiker goed oplost in het water. Zodra het gaat koken, stopt u met roeren. Dit is erg belangrijk!
9. Zodra het suikerwater (meestal na een paar minuten) bruin kleurt haalt u de pan van het vuur en voegt u de boter toe. Schrik niet: dit kan even pruttelen.
10. Giet de karamel direct in de ingevette taartvorm (let op: heet!) en leg daarna gelijk de appelpartjes erop.
11. Haal het deeg uit de koelkast en rol uit tot een plak die past over de taartvorm.
12. Leg de plak over de karamel en de appels. Druk het deeg aan de randen een beetje aan, zodat het mooi om de appels heen vouwt.
13. Bak de taart in ca. 25 minuten goudbruin. Laat in de vorm 5 minuten afkoelen.
14. Nu komt het spannendste moment! Leg een bord op de vorm en keer het geheel in een keer om.

De taart is gelijk klaar om te serveren, want lauwwarm smaakt hij het best. Eventueel met een bolletje vanille-ijs of een toef slagroom... Eet smakelijk!



Buns uit Bath

Door reisleidster Léonie

Jane Austen is één van de meest geliefde en gelezen schrijfsters van de Engelse literatuur. Tussen 1801 en 1806 woonde zij in Bath. Een paar jaar geleden bezocht ik deze bruisende stad tijdens een SRC-reis en volgde een stukje de voetsporen van Jane Austen in Bath, waar trouwens ook het Jane Austen Centre gevestigd is.

Op 22 januari 1801 schreef Jane aan haar zus Cassandra: *“Your going I consider as indispensably necessary, and I shall not like being left behind; there is no place here or hereabouts that I shall want to be staying at, and though, to be sure, the keep of two will be more than of one, I will endeavour to make the difference less by disordering my stomach with Bath buns; and as to the troyle of accommodating us, whether there are one or two, it is much the same.”*

De buns van Sally Lunn

Als bakliefhebber besloot ik de bun zelf ook te proberen en dé plaats daarvoor is Sally Lunn's House in Bath. Maar wie was deze Sally Lunn? Het verhaal gaat dat Solange Luyon omstreeks 1680 vanuit Frankrijk naar Bath ontsnapte. Ze was Hugenoot en werd in haar thuisland vervolgd omdat protestantisme daar verboden was. In de keuken van een bakkerij in Lilliput Alley vond ze werk. Solange Luyon was niet goed uit te spreken voor de Engelsen en die maakten er uiteindelijk Sally Lunn van. Sally had de kennis om naar Frans recept een brioche-achtig brood te bakken zoals we die nu ook nog kennen in Frankrijk. Het broodje kon gegeten worden met zoet en hartig beleg en werd al heel snel populair. De Sally Lunn bun werd zo'n succes in Bath dat Sally haar eigen broodjeszaak opende in het gebouw waar nu de tearoom zit die naar haar is vernoemd: Sally Lunn's House, 4 North Parade Passage. North Parade was de nieuwe naam voor Lilliput Alley.

Het huis zelf dateert uit 1482 en is daarmee één van de oudste nog bestaande huizen van Bath. In de jaren '30 van de vorige eeuw komt het huis in handen van Marie Marie Byng-Johnson, een begaafde tekenares die er een tearoom opende en deze onder de aandacht bracht door onder meer een boekje met eigen illustraties van het huis en de geschiedenis van Bath uit te geven. Ze pakte de restauratie van het oude huis grondig aan en ontdekte Sally Lunn's recepten in een goed verborgen kast in de oude lambrisering. Ook de oude keuken is tijdens opgravingen tevoorschijn gekomen. In de tegenwoordige, nog steeds kleine, tearoom kun je de beroemde Sally Lunn Bun nuttigen en er is een mini-museum, waar de oude houtoven en antiek bakgerei te zien is.

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Sally Lunn's House



Een van de oudste huisjes in Bath



Sally's kitchen

Literaire inspiratie

Naast Jane Austen – die in Bath niet ver hoefde te gaan om een Bun te eten waarbij haar ‘maagklachten’ waarschijnlijk vooral te maken hadden met teveel eten omdat ze deze zo lekker vond – waren er ook andere schrijvers die de Sally Lunnns kenden. Charles Dickens heeft het over de Sally Lunnns samen met muffins en crumpets (beschuitbollen) in zijn kerstverhaal *The Chimes: A Goblin Story of Some Bells that Rang Rang an Old Year Out and a New Year In*. *The Chimes* is een novelle die voor het eerst gepubliceerd werd in 1844, een jaar na *A Christmas Carol*. The Sally Lunn werd ook genoemd in de komische opera uit 1877 *The Sorcerer* van William. S. Gilbert met muziek van Arthur Sullivan.

Het chorus gaat als volgt:

*Now to the banquet we press; now for the eggs and the ham;
Now for the mustard and cress, and now for the strawberry jam!
Now for the tea of our host, now for the rollicking bun,
Now for the muffin and toast, and now for the gay Sally Lunn!*

WOMEN: The eggs and the ham, and the strawberry jam!

MEN: The rollicking bun, and the gay Sally Lunn! The rollicking, rollicking bun!



Sally Lunn's tearoom



Traditionele Bath bun



Bun van Léonie

Recept voor de Bath bun

Ik maakte kennis met ‘mijn’ bun (met bovenop boter, suiker, kaneel en een schijfje sinaasappel) in de namiddag en eerlijk is eerlijk: mijn maag werd er erg goed door gevuld want de afmeting van de geserveerde bun was overdadig. De smaak was echter tongstrelend dus laten staan geen optie....

De Bath bun is een zoete rol of bol gemaakt van een gistdeeg op basis van melk met gemalen suiker bovenop gestrooid na het bakken. Variaties in ingrediënten zijn onder meer het insluiten van een klontje suiker in het broodje of het toevoegen van gekonfijte fruitschillen, krenten, rozijnen of kaneel. Onderstaand recept is gestoken in een modern

jasje en daardoor wel iets lichter. Ze zijn warm het lekkerst, doorgesneden en besmeerd met wat gezouten boter.

Ingrediënten

- 115 gr ongezouten boter op kamertemperatuur
- 450 gr witte bloem
- 7 gr instant gist (1 zakje)
- snufje zout
- 4 eetlepels witte basterdsuiker
- 230 ml handwarme melk
- 2 grote eieren
- 1 eetlepel karwijzaad
- 15 ml melk
- 2 eetlepels suiker
- 3 suikerklontjes grof gemalen / gestampt
- 1 eetlepel karwijzaad

Bereiding:

1. Meng de witte bloem en boter in een grote kom met de hand tot een kruimeldeeg. Voeg dan zout en suiker toe en als laatste de gist en roer grondig door.
2. Klop de eieren licht los en voeg deze met de melk en het karwijzaad toe aan het deeg. Meng dit alles met de hand of houten lepel goed door tot een kleverig deeg ontstaat.
3. Bestuif een werkoppervlak of bakplaat met wat bloem en kneed het deeg met de hand of mixer met deeghaak 8 minuten goed door.
4. Laat het deeg in een afgedekte deegkom (afdekken met plastic of licht vochtige theedoek) ongeveer 2 uur rijzen. De hoeveelheid deeg moet dan ongeveer verdubbeld zijn.
5. Breng de deegbol/rol terug naar een ondergrond met bloem bestoven en verdeel het deeg in 12 gelijke stukken en vorm deze tot ballen. Plaats deze deegballen op een bakplaat bedekt met vetvrij bakpapier of niet klevende bakmat.
6. Bedek de bakplaat met ballen met een vochtige theedoek en laat nogmaals 30 tot 45 minuten rijzen.
7. Verwarm de oven op 180 graden en maak intussen het glazuur door de 15 ml melk met de 2 eetlepels suiker te mengen.
8. Bestrijk de gerezen deegballen met wat glazuur en bak ze in de voorverwarmde oven van 180 graden in circa 20 tot 25 minuten goudbruin. Ze zijn goed gaar wanneer je tegen de onderkant van het broodje tikt na het bakken en een licht wat hol geluid hoort.
9. Haal de broodjes uit de oven en plaats ze op een rooster. Bestrijk ze nogmaals licht met het glazuur en besprenkel ze met de fijngemaakte suikerklontjes en het karwijzaad als topping. Eventueel zachtjes iets induwen om te voorkomen dat de topping eraf rolt.
10. Halveer de broodjes en besmeer ze met gezouten boter. Eet ze als ze nog warm zijn!



Kaasscones uit Schotland

Door reisleidster Léonie

Omdat ik deze maanden helaas niet kan reizen met SRC-gasten breng ik met het mooie weer veel tijd door in mijn tuin met een boek. Op een aantal van deze toch luie middagen las ik de ontspannen boeken van Jenny Colgan zich afspelend op het Schotse fantasie-eiland 'Mure. Als non-fictie locatie zou ik dit plaatsen op één van de eilanden van de Hebriden.

Behalve de liefde voor de natuur en het landschap is er in de boeken ook aandacht voor de Schotse keuken en typische producten en recepten. In één van haar boeken vond ik het recept van snelle kaasscones. Als hobbybakker heb ik ze gelijk uitgetrueerd en lang hebben ze thuis niet in een bewaartrommel gezeten!

Stone of scone

Voordat ik u het recept geef, eerst een stukje geschiedenis. Het woord scone is voor het eerst opgedoken in een Schots gedicht uit 1512 of 1513. Scones zijn dan ook van Schotse oorsprong. Al kan het woord ook afgeleid zijn van het Nederlandse woord schoonbrot of het Duitse Schönbrot wat mooi, lekker brood betekent. In het Gaelic betekent het woord sgon een grote mond vol. Het Keltische sgonn wordt ook wel vertaald met "een flinke hap nemen".

Ook zijn er gedachten dat het woord scone terug gaat naar Stone of Scone, ook wel de Stone of Destiny genoemd: de steen waarop van de 9e tot en met de 14e eeuw alle Schotse koningen werden gekroond in het plaatsje Scone. In 1296 liet Eduard I van Engeland de Stone of Scone overbrengen naar de Abdij van Westminster, ten teken dat hij Schotland onderworpen had. In 1996 werd de Stone of Scone vanuit Londen teruggebracht naar Schotland en geplaatst in Edinburgh Castle. In 1999 werd het parlement van Schotland hersteld.

Een scone is een klein snel broodje die ook iets richting cake gaat. U ziet ze in verschillende soorten en maten. Scones hebben de meeste bekendheid gekregen omdat ze bij de thee geserveerd worden tijdens bijvoorbeeld een high tea of de bekende Engelse afternoon tea, maar ze worden ook genuttigd bij het ontbijt of bij de koffie. In het Verenigd Koninkrijk worden de scones meestal gegeten met clotted cream en jam.

Oorspronkelijk had de scone het model van een klein, rond en plat broodje. Het werd gebakken boven een haard of open vuur. Ze bestaan nog steeds, maar worden nu meestal bannock genoemd. Na uitvinding van het bakpoeder werden de scones luchtiger en in kleinere vorm in de oven gebakken en ontstond het ronde broodje zoals we dit nu nog steeds kennen. Scones worden traditioneel met tarwe, gerst of haverhout gemaakt, maar

er zijn hierop vele variaties gekomen, bijvoorbeeld scones met rozijnen, krenten, kaas of fruit.

De scones werden mede door Anna, the Duchess of Bedford (1788-1861) populair. Zij bestelde thee met zoete broodjes en bij haar thee werden scones geserveerd. Zij was hier zo enthousiast over dat ze het iedere dag precies om 4:00 p.m. weer bestelde. Een traditie werd geboren, de Engelse traditie Afternoon Tea Time. En traditie getrouw worden daar nog altijd scones bij geserveerd.



Heerlijk genieten



Kaasscones net uit de oven



Net uit de oven het lekkerste

Recept voor Schotse kaasscones

Ingrediënten:

- 250 gram zelfrijzend bakmeel
- snufje zout
- gedroogde pepertjes naar smaak (kan ook zonder)
- 60 gram kaas (belegen cheddar is prima)
- scheutje koolzuurhoudend water
- 80 milliliter melk (of net iets meer)
- 50 gram ijskoude boter

Tip: Koude boter, hete oven!

Bereiding:

1. Verwarm de oven voor op 200 graden.
2. Meng eerst alle droge ingrediënten door elkaar.
3. Voeg de kaas in kleine stukjes gesneden toe en meng dit er doorheen.
4. Kneed dan de ijskoude boter, ook in kleine stukjes gesneden, er door.
5. Voeg de vloeistoffen toe en kneed door tot er een mooie, wat plakkerige massa ontstaat.
6. U kunt het deeg uitrollen en met scone vormpjes uitsteken, maar ook gewoon in 12 gelijke porties verdelen en op de bakplaat leggen. Deze snelle methode werkt prima.

Strijk met een kwastje wat melk over de bovenkant van de 12 bolletjes, want daar worden ze mooi bruin van en bak ze in circa 10 tot 15 minuten in de oven tot ze goudbruin zijn. Eet ze met zoute boter als de scones nog een beetje warm zijn.



Gingerbread

Door reisleidster Domitilla

De herfst is mijn favoriete jaargetijde. Ik houd van de prachtige kleuren van de herstbladeren en van lange wandelingen waarbij je de frisheid van de naderende winter al kan voelen. En als je dan thuis komt is er wat mij betreft niets heerlijkers dan een warm kacheltje, een goed boek én thee of koffie met wat lekkers erbij.

Deze herfst- en wintermaanden zijn dan ook ideaal om te gaan bakken. Ik heb me onlangs gewaagd aan ouderwets Engels gingerbread.

Gingerbread, pain d'espices en Lebkuchen

orspronkelijk bedoelde men met de term gingerbread geconserveerde gember. Weer later refereerde het meer aan een zoetheid gemaakt met honing en specerijen. We vinden vormen hiervan terug in vele landen: in Frankrijk heeft men het over pain d'espices en in Duitsland zegt men Lebkuchen of Pfefferkuchen. Vanaf de 17e eeuw worden in Engeland gingerbread biscuits geprezen en verkocht in kloosters, apotheken en op de markten, want het werd in de middeleeuwen medicinale eigenschappen toegekend. Behalve het gebruik van gember en eventueel andere specerijen wordt er in al deze soorten gingerbread geen gebruik gemaakt van gewone suiker, maar van honing, molasses of stroop.

De koekjes met gember heten in Engeland tegenwoordig gingerbread men, en worden in allerlei vormen uitgestoken. Bijvoorbeeld als kerstboom, ster of andere figuurtjes. Maar het hoogtepunt is natuurlijk een huisje gemaakt van gingerbread en prachtig versierd met glazuur. Koningin Elizabeth I van Engeland zou dergelijke gingerbread man-koekjes al aan buitenlandse gezanten hebben geschonken. Vooral rondom kerst worden de gingerbread man-koekjes veel gemaakt en gegeten.

In noordelijk Engeland is ook een zachte gingerbread cake populair, die gemaakt wordt met haveremout en stroop. De naam hiervan is parkin.



Gingerbread
Foto: reisleidster Domitilla



Het boek van Mary Berry



Gingerbread
Foto: reisleidster Domitilla

Mijn favoriete recept voor gingerbread

Ik heb me gewaagd aan een zachte variant van gingerbread van de beroemde en charmante Britse tv-kok Mary Berry. Ze noemt het “granny’s gingerbread”, want het recept is nog van haar oma. Nu is Mary Berry zelf ook al op leeftijd (geboren in 1935 dus inmiddels rond de 85 jaar) en kun je dus spreken van een echte ouderwets recept voor gingerbread. En wat mij betreft is het een succes. Makkelijk zelf te maken en heerlijk na een lange herfstwandeling. Wat rest ons anders nog te doen in deze beperkte coronatijden?

Dit recept is afkomstig uit het boek Mary Berry’s Simple Comforts, van Mary Berry.

Ingrediënten:

- 225 gr zelfrijzend bakmeel
- 1 tl baksoda
- 2 el gemalen gember
- 1 tl gemalen specerijenmix
- 100 gr boter, in blokjes
- 100 gr zwarte stroop
- 100 gr golden syrup
- 100 gr donkere basterdsuiker
- 1 geklopt ei
- 275 ml volle melk

Bereidingswijze:

1. Verwarm de oven voor op 180 graden (160 graden hetelucht). Bekleed een rechthoekige grote braadslede met bakpapier.
2. Meng de bloem, de baksoda, de gember en de specerijenmix in een grote kom.
3. Verhit de boter, stroop, golden syrup en de suiker samen in een kleine steelpan totdat de boter net is gesmolten. Zet opzij om iets af te koelen.
4. Giet het botermengsel bij de droge ingrediënten, voeg het ei toe en klop met een houten lepel. Giet geleidelijk de melk erbij en klop tot een gladde massa.
5. Giet het mengsel in de braadslede en bak af in ongeveer 35 minuten (tot de koek donker goudbruin is en veerkrachtig aanvoelt). Laat 10 minuten afkoelen in de braadslede, haal dan uit de vorm en plaats op een rooster om volledig af te koelen.



Theebrood van Earl Grey

Door reisleidster Léonie

Mijn directe omgeving weet het al heel lang, als we samen theedrinken: liever geen Earl Grey voor mij. Aangezien ik graag in de keuken sta om te bakken zijn de Engelse, Ierse en Schotse cakes, scones en andere baksels altijd een welkome bron van bakinspiratie. Laatst stuitte ik op het recept van Theebrood met rozijnen en abrikozen op basis van Earl Grey. Ik had deze thee niet in huis, dus eerste even langs de winkel. Het eindresultaat – bij een kopje thee – was overheerlijk..... Bakt u weer met mij mee?

Maar eerst een stukje geschiedenis

Waarom heet het eigenlijk Earl Grey en wat is het precies? Earl Grey is een melange van zwarte thee op smaak gebracht met bergamot afkomstig uit de schil van de citrusplant bergamot. De thee is genoemd naar graaf (Earl) Charles Grey (1764-1845). Earl Charles Grey was minister-president van het Verenigd Koninkrijk tussen 1830-1834. Enige jaren daarvoor was hij ook al werkzaam als minister van Buitenlandse Zaken. Hij voerde parlementaire hervormingen door, keerde zich tegen de discriminatie van katholieken en in 1833 werd onder zijn premierschap de slavernij verboden in de Britse kolonies bij de Slavery Abolition Act.

Het verhaal gaat dat hij de thee als diplomatiek cadeau kreeg na zijn reis naar China. Zijn vrouw gebruikte de melange om de elite in Londen te entertainen. De thee werd bijzonder populair onder de elite, zodat deze zich ook heel snel verspreidde. Het is inmiddels een van de populairste theesmaken ter wereld. De thee die Charles Grey cadeau zou hebben gekregen, zou een mengsel zijn geweest van zwarte thee uit India en thee uit Sri Lanka (Ceylon thee). De theebladeren worden op verschillende momenten in het jaar geplukt en op verschillende manieren verwerkt. Die verschillende verwerkingsmethodes zorgen voor de theesoorten: van witte thee tot zwarte thee. Earl Grey is een melange, waar bergamot (extract) wordt gebruikt om de vaak zwarte thee mee te parfumeren. Dit gebeurt ook wel met witte en groene thee.



Twining's Earl Grey



Earl Charles Grey



Het makkelijke bakboek –
Rutger van den Broek

Tallose variaties; Lady Grey en Russian Earl Grey

De bergamot (*Citrus Bergamia*) is een kleine ronde tot peervormige, zure citrusvrucht die aan een boom groeit van wel zo'n 4 tot 5 meter hoog. De bergamotvrucht komt oorspronkelijk uit Zuid-Azië. Bij introductie in Italië bleek de bergamot het daar heel goed te doen en tegenwoordig komen heel veel bergamotvruchten uit Calabrië. De naam bergamot is dan ook afkomstig van de Italiaanse plaats Bergamo, waar de olie voor het eerst werd geproduceerd. Alleen de schil en het sap van bergamot worden gebruikt, de rest is oneetbaar. Uit de schillen van de onrijpe vruchten wordt een aromatische olie gewonnen die gebruikt wordt in essentiële oliën, parfum, huidproducten en in voedsel. De schillen van deze onrijpe vruchten worden ook gedroogd en toegevoegd aan bijvoorbeeld de geparfumeerde thee.

Earl Grey is zo populair dat er vele variaties op gemaakt zijn. Een van de bekendste is Lady Grey, vaak een melange van Earl Grey en korenbloembloesem. Hiervan gaat het verhaal dat toen Earl Grey werd uitgevonden er werd gedacht dat thee 'ongepaste impulsen' gaf aan vrouwen. Als antwoord kwam Lady Grey: door toevoeging van fruit werd gedacht dat het effect van thee werd gekalmeerd, waarop sinaasappel-, citroen- en bergamotextract werden toegevoegd. Een andere populaire Earl Grey variatie is de Russische Earl Grey (Earl Grey met stukjes citrusschil). London Fog werd aan het einde van de 18e eeuw ook veel gedronken: thee met (veel) gestoomde melk en vanillesiroop. Sommige theepakkers voegen tegenwoordig ook een gedeelte Lapsang Souchong toe om de Earl Grey een lichte rokerige, rijke smaak te geven. Elke zwarte thee met bergamot wordt tegenwoordig gezien als Earl Grey.



Theebrood: in de oven
Foto: reisleidster Léonie



Theebrood: uit de oven
Foto: reisleidster Léonie



Theebrood: het resultaat
Foto: reisleidster Léonie

Recept voor theebrood met rozijnen en abrikozen

Zou Lady Grey (Mary Elizabeth Posonby) gezellig thee hebben gedronken met haar gezin bestaande uit tien zonen en vijf dochters? Zou de kokkin van het huize Grey ook teabread hebben gemaakt? Ik heb het in elk geval wel geprobeerd aan de hand van onderstaand recept uit één van mijn favoriete bakboeken *Het makkelijke bakboek* van Rutger van den Broek.

Ingrediënten voor de vulling:

- 200 gram blanke rozijnen
- 200 gram donkere rozijnen
- 300 milliliter hete en sterke Earl Grey thee

Ingrediënten voor het deeg:

- 250 gram bloem
- 2 ½ theelepel bakpoeder
- 125 gram lichtbruine basterdsuiker
- 1 ei
- 125 gram abrikozenjam
- ¼ theelepel zout

En verder een cakevorm van 25 centimeter en boter om deze in te vetten.

Bereidingswijze:

1. Begin dit recept de avond van tevoren. Doe de blanke en donkere rozijnen in een kom en schenk daar de hete thee bij. Dek de kom af met plasticfolie en laat deze een nacht staan.
2. Verwarm de oven voor op 160 graden. Vet een cakevorm van 25 centimeter in met boter en bekleed de bodem en twee zijkanten met bakpapier.
3. Doe alle ingrediënten voor het deeg bij de rozijnen en de thee, deze hoeven dus niet afgegoten te worden. Roer alles door met een lepel tot een plakkerig deeg en doe dit in de bakvorm.
4. Bak het theebrood in 1 ¼ - 1 ¾ uur gaar. Test of het theebrood gaar is met een satéprikker. Laat het theebrood 5-10 minuten afkoelen en haal hem vervolgens met behulp van het bakpapier uit de vorm. Laat het theebrood verder afkoelen op een rooster.



Soda bread en Cullen skink

Door reisleidster Domitilla

Ierland en Schotland waren ooit met een pad door zee met elkaar verbonden, aldus vertelt de legende van de reus Fionn mac Cumhaill (Finn McCool) ons. De Ierse reus bouwde dit pad door zee om met zijn Schotse tegenhanger te vechten. Maar eenmaal daar aangekomen ziet hij dat de Schotse reus nog groter is dan hijzelf. Hij vlucht terug naar Ierland, achterna gezeten door de Schotse reus.

Thuis in Ierland vraagt hij zijn vrouw om hem te vermommen als baby. Als de Schotse reus die enorme baby ziet maakt hij zich zorgen over hoe groot de vader van die enorme baby dan wel moet zijn en vlucht weer terug naar Schotland. Tijdens zijn vlucht vernielt hij het pad, de causeway. Alleen het eindpunt in Schotland, Fingal's Cave op het eiland Staffa, en het het beginpunt in Ierland blijven bestaan. Tijdens de reis Hoogtepunten Ierland bezoeken we deze Giant's Causeway met haar imposante basaltzuilen die circa 60 miljoen jaar oud zijn.

Ik heb er dan ook geen moeite mee om de Ierse en Schotse keukens met elkaar te verenigen en maakte een iconisch Iers brood, Irish soda bread, voor bij wellicht het beroemdste Schotse soepje, Cullen skink.

Irish soda bread

Irish soda bread werd voor het eerst in de victoriaanse tijd gemaakt, nadat er voor het eerst een vorm van baksoda (bicarbonaat soda) was uitgevonden. Het is een van de makkelijkste broden om zelf te maken, want er gaat geen gist in en het hoeft dus niet echt gekneden te worden of te rusten omdat het deeg nog moet rijzen. Het wordt wel met karnemelk gemaakt. Tijdens de Ierse Hongersnood van 1845 werd het brood dan ook het basisvoedsel van het land, want iedereen kon dit thuis in een pan boven het vuur maken, een oven was niet nodig. Vandaar ook de ronde vorm van dit brood.

Cullen skink

Cullen skink is een Schotse soep die u absoluut moet proberen als u naar Schotland reist. Het is een dikkige aardappel soep met vis. Cullen is een klein vissersplaatsje aan de noordoostkust van Schotland, het woord skink betekent in het Schots iets als knokkel, maar heeft in de loop van de tijd als tweede betekenis soep gekregen. En omdat er natuurlijk niet altijd vlees voorradig was wordt het tegenwoordig vooral gemaakt met vis, meestal schelvis. Ik heb zelf zo mijn favoriete adresjes tijdens onze Schotlandreizen waar ik dit graag eet, maar dat verklap ik pas als we weer op reis zijn!

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Irish soda bread
Foto: reisleidster Domitilla



Irish soda bread
Foto: reisleidster Domitilla



Schotse Cullen skink

Recept voor Irish soda bread

Dit is soda bread zoals ik het gemaakt heb in de oven. Dit recept (in mijn eigen aangepaste vorm) komt uit Tamasin's Weekend Food van Tamasin Day-Lewis.

Ingrediënten:

- 170 gr speltmeel
- 285 gr volkorenmeel
- 1 volle theelepel baksoda
- 1 theelepel zout
- 1 theelepel rietsuiker
- 30 gr boter
- 480-570 ml karnemelk

Bereidingswijze:

1. Verwarm de oven voor op 230° C
2. Mix alle droge ingrediënten door elkaar met uw handen en wrijf de boter er lichtjes in.
3. Maak een holletje in het midden en schenk daar ongeveer 450 ml karnemelk in.
4. Van buiten af mengt u het mengsel zachtjes met een mes door elkaar totdat er een zacht, nattig deegmengsel ontstaat.
5. Indien nodig gebruikt u de resterende karnemelk totdat u een 'sticky wet' deegmengsel hebt. Maak er een mooie ronde vorm van.
6. Dit bakt u op een met bloem bestoven bakblik gedurende 30 minuten in de oven.
7. Leg nu een stuk bakpapier over het brood en bak nog 10 a 15 minuten in de oven.

Recept voor Cullen skink

Dit is een recept van Nick Nairn van het Britse kookprogramma Great British Menu.

Ingrediënten voor 4 porties:

Voor de visbouillon:

- 2 el olijfolie
- 100 gr gehakte witte groenten, zoals prei, venkel en ui
- 100 ml droge witte wijn
- 2 stukken gerookte schelvis, grof gehakt

Voor de soep:

- 20 gr ongezouten boter
- 2 sjalotten, fijngehakt
- 100 gr prei, fijngehakt
- 2 middelgrote tenen knoflook, geplet en fijngehakt
- 200 gr vastkokende aardappelen, gekookt tot ze gaar zijn en vervolgens geschild
- 2 stukken gerookte schelvis, huid en graten verwijderd
- 100 ml volle melk
- 100 ml slagroom
- versgemalen zwarte peper

Voor de garnering:

- 1 stuk gerookte schelvis, huid en graten verwijderd
- gehakte bieslook

Bereidingswijze:

1. Doe voor de visbouillon de olie in een pan met dikke bodem en verwarm; voeg daarna de groenten toe en roer goed om met de olie te bedekken. Dek af en stook voor ongeveer 10 minuten op laag vuur (laat ze niet kleuren).
2. Haal het deksel van de pan en giet de witte wijn erbij. Kook gedurende een minuut. Voeg daarna 1,2 liter water toe en de schelvis. Breng bijna aan de kook; dan goed afschuimen. Zet het vuur lager en laat 20 minuten zachtjes sudderen.
3. Laat afkoelen. Wanneer de bouillon koud is, zeef u deze door een zeer fijne zeef.
4. Zet voor de soep een grote pan op middelhoog vuur. Laat de boter erin smelten en voeg dan de sjalotjes, prei en knoflook toe. Dek af en laat 5-10 minuten stoven, maar laat de groenten niet kleuren.
5. Voeg de gekookte aardappelen toe. Snijd de schelvis en voeg toe aan de pan. Dek af en laat nog twee minuten stoven, voeg dan 1 liter van de visbouillon toe en breng op smaak met versgemalen zwarte peper. Breng aan de kook en laat 8-10 minuten zachtjes koken.
6. Haal de pan van het vuur en laat iets afkoelen. Giet het mengsel voorzichtig in een blender en doe het deksel erop. Haal de stop uit het gat in het deksel en bedek het gat met een theedoek om te voorkomen dat het hete mengsel gaat spatten. Mix een paar seconden; voeg dan geleidelijk de melk en room toe door het gat. Als de melk en room allemaal zijn toegevoegd en het mengsel glad is, zeef u het mengsel door een fijne zeef om een fijne, fluweelzachte textuur te krijgen.

Giet voor het serveren de soep in een schone pan en verwarm deze zachtjes. Schil de overgebleven schelvis en verdeel over vier kommen. Schep de soep erover en garneer met wat gehakte bieslook.



Wereldse recepten uit India, en een beetje uit Istanbul

Door reisleidster Claudia

Al ben ik zelf geen enorme keukenprinses, nu met deze coronacrisis ben ik ineens aan het koken geslagen. Ik ben dol op de Indiase keuken (al is India een van de weinige landen in Azië die ik nog niet bezocht heb) en heb twee lekkere recepten die ik graag wil delen. De eerlijkheid gebied mij te zeggen dat die recepten niet van mijzelf komen maar van een goede vriendin die Pop-up Dinners in Istanbul organiseert. Zij heeft regelmatig de Indiase keuken op het menu staan: heerlijk!

Beide gerechten vind ik lekker om te combineren met reita, dat is een gerecht van yoghurt waar geroosterd komijnzaad, cayennepeper en gedroogde mint doorheen geroerd wordt. Dit is zowel bij de tandoori als het auberginegerecht een lekker bijgerecht. Bij de tandoori is het ook lekker om wat verse komkommer en wortel in reepjes gesneden en besprenkeld met vers citroensap te serveren. Eet smakelijk en droom weg!



Verse kruiden zijn in Istanbul volop te krijgen



Tandoori kipvleugeltjes van Claudia



Baingan Bharta van Claudia

Recept voor Tandoori kipvleugeltjes

Ingrediënten:

- 1 kilo kipvleugels
- Kopje $\frac{3}{4}$ gevuld met yoghurt
- 2 eetlepels citroensap
- 2 theelepels garam masala
- 2 theelepels chili poeder
- 2 theelepels fenegriek poeder (kan ook weggelaten worden)
- $\frac{1}{2}$ theeleper kurkuma poeder
- 1 stukje gember zo groot als een duim
- 8 stukjes knoflook
- Een heel klein beetje rode kleurstof, dit hoeft niet perse maar geeft de rode kleur aan het gerecht.

Bereiding:

1. Vermaal de gember en knoflook met een klein beetje water in de blender.
2. Maak van alle ingrediënten een marinade, leg de kipvleugels er in en laat dit gerecht een nacht staan zodat de marinade goed in de kip kan trekken.
3. Je kunt deze kip op de barbecue bakken en ook in de airfryer voor 20 minuten op stand 200. Ik bak zelf de kip in de oven op het grillrooster gedurende 30-40 minuten op een temperatuur van 180 graden. De kip zal gaan lekken dus leg een bakplaat onder het grillrooster met een folie of bakpapier er in. Laat ook een laag water in de bakplaat staan zodat de kip niet uitdroogt tijdens het garen.

Geniet van de sappige en goed gekruide kipvleugels!

Recept voor Baingan Bharta (vegetarisch gerecht)

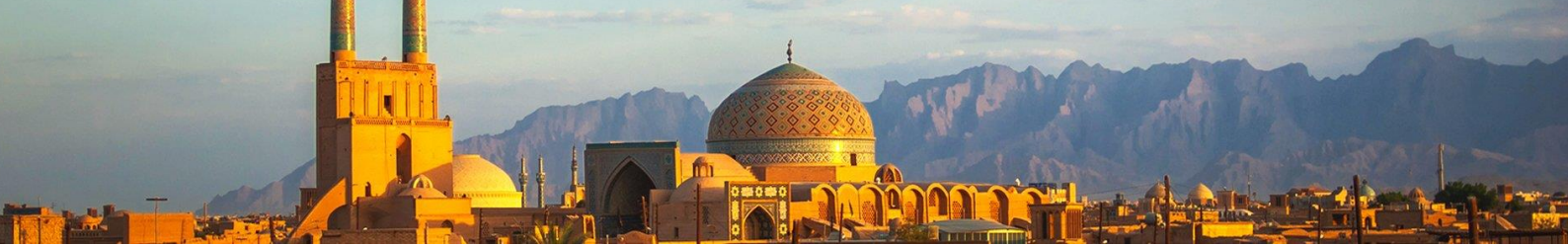
Ingrediënten:

- 2 grote ronde aubergines of 3 lange
- 2 middelgrote rode uien
- 2 tomaten
- 5 stukjes knoflook
- 1 stukje verse gember, zo groot als een duim
- olie
- 1 theelepel komijn zaad
- ½ theelepel koriander poeder
- ½ theelepel komijn poeder
- ½ theelepel garam masala
- chilipoeder
- verse koriander

Bereiding:

1. Was de aubergines en grill ze in de oven totdat de schil donker is en de aubergine in de schil gegaard is.
2. Leg de tomaten even in heet water zodat ze schrikken en haal de schil er vanaf. Snij ze vervolgens in kleine stukjes.
3. Snij de uien klein. Maal de knoflook en de gember in de blender, doe er een klein beetje water bij om de smaak en geur beter naar boven te laten komen.
4. Doe de olie in de pan en voeg de komijnzaad toe. Bak het totdat de geur van de komijn vrij komt. Voeg de uien toe en bak ze totdat ze zacht zijn, maar bak ze niet te lang door.
5. Voeg de knoflook en gember toe en bak dit een paar minuten door.
6. Voeg vervolgens alle kruiden toe en bak dit weer allemaal een paar minuten door.
7. Voeg de tomaten toe totdat ze zacht gebakken zijn.
8. Schep tot slot de aubergines leeg uit hun schil en voeg de aubergine pulp toe aan het gerecht en laat dit nog 2 minuten doorbakken en schep vervolgens de verse koriander er doorheen.

Eet smakelijk en droom weg!



Fesenjan – Perzisch stoofpotje met kip

Door reisleidster Domitilla

Met de wat killere dagen in deze corona-tijden leek het me leuk om een van mijn favoriete Iraanse gerechten eens thuis uit te proberen. De Iraanse keuken is nauw verwoven met de keukens uit de naburige landen van de Kaukasus: Turkije, Griekenland, Centraal-Azië, Rusland en de Levant als ook India en Pakistan. Typische Iraanse gerechten worden gegeten met rijst, diverse groenten en noten. Specerijen en groene kruiden worden veelvuldig gebruikt, net als fruit zoals pruimen, granaatappel, kweepeer, abrikozen en rozijnen.

Vaak worden alle ingrediënten samen met vlees verwerkt tot een stoofpotje: khoresh. Mijn absolute favoriet onder de stoofpotjes is fesenjan. Oorspronkelijk komt dit gerecht uit de provincie Gilan dat aan de Kaspische Zee ligt. Het is een combinatie van vlees, in dit geval kip, met walnoten, granaatappelmelasse en specerijen. Ik serveer het altijd met saffraanrijst, gemaakt met saffraan dat ik tijdens mijn laatste reis in september meegenomen heb uit Iran.

Mocht u nog naar Iran willen, de keuken van Iran is zeker een aanrader. Eet smakelijk!

Recept voor Fesenjan

Ingrediënten voor 4 personen:

- 750 gram kipfilet
- 400 gram basmati-rijst
- 2 rode uien
- 500 gram ongebrande ongezouten walnoten
- 1 limoen
- 1 knoflookteen
- 1 theelepel kurkuma
- 1 theelepel kaneel
- 10 sliertjes saffraan
- 450 gram geconcentreerde granaatappelsap of melasse
- olie

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Fesenjan van Domitilla



Graanaatappels op de markt in Iran



Saffraan-draden uit Iran

Bereiding:

1. Maal de walnoten in een keukenmachine fijn. Snipper de rode uien en hak de knoflook fijn.
2. Snij de kipfilet in stukken van ongeveer 4 centimeter. Verhit een scheutje olie in de koekenpan en bak al roerend 5 minuten de gemalen walnoten bruin.
3. Verhit een braadpan en bak met een scheutje olie de stukken kipfilet goudbruin. Als de kip goudbruin is, bak je de gesnipperde uien en het teentje knoflook mee. Vervolgens voeg je de kurkuma, kaneel en de saffraan eraan toe. Daarna doe je de gebakken walnoten erbij en roerbak je dit 2 minuten goed door elkaar. Blus het af met water, net zoveel water dat de kip goed onder ligt. Breng dit in zijn geheel aan de kook.
4. Na 30 minuten koken voeg je de geconcentreerde granaatappel er aan toe en nog wat water, zodat de kip weer goed onder water ligt. Laat dit minimaal 2 uur sudderen op een laag vuurtje. Roer het regelmatig door.
5. Kook in de tussentijd de rijst met wat saffraan. Past perfect bij dit gerecht.
6. Als de kip klaar is zie je dat de walnoten flink wat olie hebben afgegeven. Je kunt er voor kiezen om het eruit te scheppen, maar ik vind de olie juist lekker. Breng het op smaak met wat peper, zout en het sap van 1 limoen.
7. Serveer deze heerlijke kip uit met de (saffraan) rijst.

Eet smakelijk!

Aubergine Fattah

Door reisleidster Willy

Als ik een tijdje niet in Jordanië ben geweest duik ik vaak de keuken in om weer in 'Jordaanse' sferen te komen. Tegenwoordig zijn gelukkig veel kruiden en ingrediënten uit de Jordaanse keuken in Nederlandse supermarkten verkrijgbaar en komen ze ook vaker in recepten in kookboeken en tijdschriften voor, zoals za'ater, sumak, dukkah en baharat.

Ik maak dan heel graag het recept dat ik van mijn vriendin Ferial uit Madaba heb gekregen. Een origineel lokaal recept zoals daar ter plaatse gegeten wordt en dat niet is aangepast aan de smaak van toeristen. Ferial heeft speciaal een filmpje gemaakt ter illustratie. [Bekijk hier de receptvideo van Ferial](#).



Aubergine fattah



Receptvideo door Ferial



Aubergine fattah

Recept voor aubergine fattah

Ingrediënten:

- 1 aubergine
- 1 Libanees pitabrood
- 1 el tahin
- 5 el yoghurt
- citroen
- zout
- knoflook

Bereiding:

1. Bak de in stukjes gesneden Libanees brood en in blokjes gesneden aubergine.
2. Meng de yoghurt met een eetlepel tahin, het zout, het citroensap en de knoflook naar smaak goed door elkaar.
3. Meng het yoghurtmengsel met de gebakken stukjes brood (niet in het filmpje te zien) en de aubergineblokjes goed door elkaar.

Sahteen! Eet smakelijk!

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

Nog gezelliger is het natuurlijk om tijdens onze rondreis door Jordanië bij Ferial in haar huiskamerrestaurant in Madaba te genieten van nog meer heerlijke gerechten van haar hand. Of om voor thuis kruiden, noten en Arabische koffie in te slaan bij mijn favoriete zaak Eibal Coffee in Akaba.



Litouwse Šaltibarščiai - koude soep van rode biet

Door reisleader Bart

Vorig jaar was ik weer in Vilnius, een van die prachtige Baltische hoofdsteden. En het was warm, zeg maar gerust heet. Geen paniek: gelukkig is er Šaltibarščiai. Een soort gazpacho, maar dan met de smaken en geuren van het Balticum. Een koude soep met rode biet, dille en room. Het geeft smaak, verfrissing en kracht. En het is eenvoudig klaar te maken!

Recept voor Šaltibarščiai

Ingrediënten:

- 200 gram gekookte rode biet
- 100 gram verse augurk (evt. komkommer)
- 6 lente-uien
- 2 hardgekookte eieren
- 1,5 liter kefir (mocht u geen kefir kunnen vinden, dan kunt u 500 milliliter volle yoghurt en een liter karnemelk mixen)
- bosje verse dille
- sap van een halve citroen
- zout naar smaak
- gekookte aardappelen als bijgerecht



Litouwse Šaltibarščiai



Litouwse Šaltibarščiai



Litouwse Šaltibarščiai

Bereiding:

1. Snijd de bieten en augurken/komkommer in fijne julienne.
2. Snijd de eieren in kleine stukjes.
3. Snijd het groen van de lente-uien klein.
4. Snijd de dille klein.
5. Giet de kefir in een pan.
6. Voeg de ingrediënten en de helft van het citroensap toe (houd wat dille over voor de garnering).
7. Voeg naar smaak zout en extra citroensap toe.

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

8. Verdeel de Šaltibarščiai over de borden en garneer met dille.
9. Geef als bijgerecht bij iedere portie wat gekookte aardappelen.

De smaak komt nog beter tot zijn recht als de Šaltibarščiai een nacht in de koelkast heeft gestaan. Heerlijk, zeker bij warm weer!



Gravlaks - Noorse gemarineerde zalm

Door reisleidster Léonie

Zo vlak voor de nationale feestdag van Noorwegen, de 17e mei (een feestdag die de Noren moeten delen met koningin Máxima en mijn eigen verjaardag, maar dit terzijde), deel ik met u een typisch Noors gerecht: gravlaks. Gravlaks wordt vaak (ook in de rest van Scandinavië) geserveerd als borrelhapje of voorgerecht, maar staat ook wel op het kerstmenu. Grav betekent 'gat in de grond' of graf, laks of lax betekent zalm. Letterlijk gaat het dus om in de grond begraven zalm.

Gezouten en begraven

Het gerecht kent een lange historie die zeker terug gaat tot in de middeleeuwen, toen rauwe zalm door de vissers op deze manier werd bewerkt om de vis langer te kunnen bewaren. De verse zalm werd na vangst ingezouten en werd dan licht gerijpt door de vis in zand te begraven. Meestal werden er dan stenen opgelegd om zo het vocht eruit te persen. Tegenwoordig wordt de vis op een andere manier bereid. De zalm wordt een aantal uren/dagen in een speciale marinade gelegd van zout, suiker en kruiden, meestal dille. De zalm droogt dan wat uit en het vrijgekomen vocht maakt van de marinade een sterk geconcentreerde brij die weer voor een saus gebruikt kan worden. Uiteindelijk wordt de zalm dan dun gesneden en geserveerd op een plakje brood, knäckebröd, roggebrood of zelfs met gekookte aardappelen.

Overigens wordt ook in andere (noordelijke) landen vis op deze manier bereid. In IJsland is gefermenteerde en daarna gedroogde Groenlandse haai een delicatessen, bekend onder de naam hákarl. En in Zweden eet men graag de gegiste Oostzeeharing, bekend onder de naam surströmming. De haringen worden na vangst gepekeld en vervolgens in vaten gelegd. Daarna worden ze in de zon gezet, zodat de vis gaat gisten.



Gravlaks, klaar om op te eten



Stukken Noorse zalm



Stukken Noorse zalm

Recept voor Noorse gravlaks

Ik maak deze gravlaks het liefst met verse zalmfilets met huid, maar u kunt er ook zalmfilethaasjes voor gebruiken. De saus maak ik er apart bij.

Ingrediënten:

- 2 verse zalmfilets met huid (ca. 400 -500 gram)
- 1 bakje verse dille (ca. 15 gram)
- 1 theelepel grof gemalen of gestampte peperkorrels
- 1 eetlepel grof zeezout
- 1 eetlepel kristalsuiker

Voor de saus:

- 1 eetlepel grove mosterd
- ½ eetlepel kristalsuiker
- 1 eetlepel witte wijnazijn
- 3 eetlepels zonnebloemolie

Bereiding

1. Bewaar een paar takjes van de dille en snijd de rest grof.
2. Meng de gesneden dille met de peper (grof gemalen of zelf fijngestampt in een vijzel), het zeezout en de suiker.
3. Neem een stuk zalmfilet en leg deze met de huid naar beneden op een diep bord of schaal en bestrooi de bovenkant met het dillemengsel. Zorg dat de vis helemaal plat ligt.
4. Neem nu de andere zalmfilet en bestrooi deze eveneens met het dillemengsel. Leg deze op de andere, maar met de huid naar boven zodat beide “dillekanten” van de zalmfilets op elkaar komen te liggen.
5. Dek het geheel goed af met, of wikkel de vis in vershoudfolie en zet er iets zwaars op. Afdekken kunt u doen met een snijplank en zet er dan iets zwaars als conservenblikken op. Het vocht wordt er zo als het ware uitgeperst.
6. Zet minimaal 24 tot 36 uur in de koelkast. Keer de zalm na 12 uur om en schenk het vrijgekomen vocht er weer over.
7. Vlak voor het serveren maakt u de dressing door de suiker, mosterd, azijn en olie te mengen.
8. Dep de zalm droog, verwijder de huid en snijd de zalm in dunne plakken. Verdeel over de borden, besprenkel met de dressing en strooi er nog wat achtergehouden dille over.

Let op: Verwerk de rauwe vis zo vers mogelijk en houd hem goed gekoeld tot gebruik. Eet smakelijk! Håper det smaker!



Sachertorte – mijn favoriete “geheime” recept

Door reisleidster Léonie

Laat u door niemand wijsmaken dat de Sachertorte volgens het originele recept is gebakken! Hoe lekker de taart ook smaakt, hoe fraai glanzend het glazuur ook is: de originele bakinstructies worden door het huis Sacher veilig in een safe bewaard. Wel zijn er natuurlijk vele varianten in omloop: iedereen heeft zo zijn eigen favoriete recept en dit is die van mij...

Een stukje geschiedenis

Maar eerst een beetje achtergrondinformatie over deze zalige chocoladetaart uit Wenen, waar zelfs ooit een rechtszaak over is aangespannen. Franz Sacher werkte rond 1832 als leerling in de keuken van de Oostenrijkse politicus Klemens von Metternich. Hij kreeg de opdracht om een nieuwe taart te bedenken als dessert. Een chocoladetaart was in die tijd al wel bekend, maar Sacher ontwierp een nieuwe sensatie: een chocoladetaart in combinatie met een abrikozenvulling en een dikke glazuurlaag van chocola er bovenop. Het werd een groot succes.

Meer over de enige echte Sachertorte en de taartenoorlog leest u in mijn reisverhaal Een taartenoorlog in Wenen. Wilt u daarna nog meer lezen dan raad ik u het boek Hotel Sacher van Rodica Doehnert aan, een prachtige roman die u meeneemt naar het Wenen van eind 19e en begin 20e eeuw.



De enige echte!



Hotel Sacher in Wenen



Verder genieten met deze boekentip

Mijn favoriete recept voor Sachertorte

Ingrediënten deeg:

- 125 gram pure chocolade (in stukjes)
- 125 gram koude boter
- 150 gram poedersuiker
- eidooiers en 6 eiwitten (van grote eieren, op kamertemperatuur)
- merg van één vanillestokje

- 100 gram suiker
- 150 gram bloem

Abrikozenglazuur

In een pannetje 250 gram abrikozenjam met 2 eetlepels bruine rum aan de kook brengen, onder voortdurend roeren. Twee à drie minuten laten doorkoken, tot er een gladde massa ontstaan is. Door een zeef halen en warm verder verwerken.

Chocoladeglazuur

In een schaal 300 gram suiker, 175 milliliter water en 175 gram pure chocolade (in stukjes) aan de kook brengen onder voortdurend roeren. Daarna de hitte beperken en vijf minuten laten koken, wederom onder voortdurend roeren. Van het vuur halen en nog één minuut roeren tot het mengsel enigszins is afgekoeld. Direct verder verwerken. Bij het uitgieten de bodem van de schaal niet leegschrapen.

Bereiding:

1. De oven voor verwarmen op 200°C.
2. De randen van een springvorm goed invetten en met bloem bestuiven.
3. De bodem met bakpapier bekleden.
4. De chocolade au bain marie laten smelten en daarna iets laten afkoelen, onder voortdurend roeren.
5. De boter met een handmixer in ongeveer één minuut schuimig roeren.
6. Op de laagste stand de poedersuiker toevoegen.
7. Daarna nog twee minuten op de hoogste stand mixen, tot de massa licht van kleur en schuimig is.
8. Eén voor één de eidooiers toevoegen en daarna de gesmolten chocolade en het vanillemerg toevoegen.
9. De eiwitten met de suiker opkloppen, echter niet te stijf.
10. Ongeveer ¼ van de eiwitmassa door de chocolademassa roeren.
11. De rest van het eiwit voorzichtig door de massa spatelen, zodat nog kleine witte stukjes zichtbaar blijven.
12. De bloem in twee porties zeven boven de massa en er door spatelen.
13. Het deeg gelijkmatig in de springvorm verdelen.
14. Gedurende 45 minuten bakken in het midden van de oven.
15. De taart doorsnijden en vullen met abrikozenglazuur.
16. De twee helften weer op elkaar zetten en de taart met de rest van de abrikozenglazuur bedekken.
17. Het glazuur koud laten worden, zodat het gelijkmatig en stevig wordt.
18. Het chocoladeglazuur bereiden en gelijkmatig over de taart gieten. Iets laten drogen, de taart op een serveerschotel plaatsen en minimaal één uur laten afkoelen, zodat de glazuurlaag stevig wordt.

Serveertip:

De taart ongeveer één uur voor serveren uit de koelkast halen en serveren met een lepel Schlagobers. Hiervoor de slagroom zoeten met vanillesuiker in plaats van kristalsuiker.

Versier de taart met gepelde ongezouten walnoten die in het nog vochtige glazuur worden gedrukt.

Eet smakelijk! Mahlzeit!



Pastéis de Belém, Portugese roompasteitjes

Door reisleidster Léonie

Dol zijn de Portugezen erop: de typische roompasteitjes, ofwel pastéis. Als u ooit in Portugal bent geweest dan zult u ze vast wel geproefd hebben. In de levendige wijk Belém in Lissabon vindt u de Antiga Confeitaria, Fábrica dos pastéis de Belém waar de beroemde Pastéis de Belém volgens een authentiek en geheim recept worden gemaakt. Heerlijke zoete, romige custardtaartjes in bladerdeeg, die nergens anders in de wereld te koop zijn.

Het geheime recept

Begin 19e eeuw stond er in Belém naast het bekende Mosteiro dos Jerónimus gesticht door koning Manuel I rond 1502, een suikerraffinaderij met een winkeltje voor de verkoop. Toen in 1834 onder invloed van het liberalisme alle kloosters en geestelijken werden verdreven, hebben de monniken vanuit het klooster geprobeerd toch wat geld binnen te halen door verkoop van zoete kloostergebakjes in de winkel van deze suikerraffinaderij. Al snel waren deze gebakjes een succes en kregen de naam “pastéis de Belém”. In 1837 is “Fábrica dos pastéis de Belém” officieel begonnen met het produceren van deze gebakjes in het gebouw van de raffinaderij.

Inmiddels is deze zaak al vijf generaties lang in handen van dezelfde familie en zijn alleen de eigenaar en de twee keukenchefs in het bezit van het geheime recept. Iedere ochtend bereiden zij in het geheim meer dan 10.000 taartjes – volledig met de hand – die haast letterlijk als zoete broodjes over de toonbank gaan. Als u ooit zelf deze pastéis heeft geproefd, dan weet u waarom!



Pastéis de Belém



Pastéis de Belém



Pastéis de Léonie

Recept voor Portugese roompasteitjes

De echte pastéis de Belém kunt u dus alleen bij Antiga Confeitaria de Belém proeven, maar veel bakkers in Portugal en zelfs daarbuiten hebben deze heerlijke pasteitje overgenomen en aangepast naar eigen receptuur. Mijn recept komt uit “Polvo & Pato” van Jeroen Jansen (uitgeverij Fontaine) met wat kleine aanpassingen van eigen hand.

Ingrediënten voor 10 stuks:

- 250 ml volle melk
- 5 eierdooiers
- 150 witte suiker
- 2 eetlepels bloem
- rol of plakjes bladerdeeg kant en klaar (zelf maken kan ook)
- 1 vanillestokje of 1 theelepel vanillepoeder of vanille extract
- rasp van ½ citroenschil
- snufje zout
- muffinvormpjes

Bereiding:

1. 200 ml melk in pan gieten en mengen met 75 gram witte suiker, snufje zout, vanillestokje of theelepel vanille poeder/extract. Al roerend verwarmen maar niet laten koken.
2. Splits de eieren en klop de 5 eierdooiers (eiwitten gebruik je verder niet) met een garde met nog eens 75 gram suiker in een andere kom, voeg daarna 50 ml melk toe en meng de bloem en citroen rasp er door.
3. Giet de warme melk (haal het losse vanillestokje eruit!) in de schaal met bloem, suiker en eierdooiers en roer goed door tot een gladde massa.
4. Giet dit mengsel terug in de pan en laat deze al roerend indikken op laag vuur. Zorg ervoor dat het mengsel wel enigszins vloeibaar blijft.
5. Vet de muffinvormpjes in (circa 6cm doorsnee) en steek uit het ontdooide of verse bladerdeeg met bv een glas ronde vormen van circa ½ tot 1 cm dik. Vul hiermee de muffinvorm en zorg dat de hele binnenkant, dus ook de randen, gevuld is met deeg.
6. Schep en verdeel daarna het ingedikte vanillemengsel in de vormpjes tot iets onder de rand.
7. Verwarm de oven voor op 220 graden en bak de pasteitjes af in circa 20 minuten totdat de bovenkant wat zwarte plekje vertoont.
8. Laat de pasteitjes afkoelen, haal ze uit de vormpjes en serveer met wat kaneelpoeder.

Eet smakelijk! Bom Apetite!



Bifanas – Portugese varkenslapjes

Door reisleidster Léonie

Wie lust het niet bij snelle trek? Een broodje warm vlees.... In Portugal hebben ze een bijzonder populaire variant die bestaat uit een wit broodje met (dun) varkensvlees, mosterd en meestal een goede piri-iri-saus. Het vlees is gemarineerd in droge witte wijn, knoflook, citroensap, paprikapoeder en laurierblad. De bifana is perfect in zijn eenvoud en u kunt het eten in vrijwel elk cafeetje, restaurant en op de markt als snack, lunchgerecht of 's avonds laat. Meestal smaakt een ijskoud biertje er uitstekend bij.

Een bifana is eigenlijk een ongepaneerde varkensschnitzel of dun gesneden varkenslapje. De dikte varieert van een centimeter dik tot flinterdun. De lapjes vlees worden gemarineerd en daarna snel gebakken in de boter met wat olie en afgeblust met de marinade.



Bifanas



Het marinieren van het vlees



Het heerlijke varkensvlees met brood

Mijn recept

Op internet vond ik enige tijd geleden onderstaand recept en ik maakte er voor mezelf een avondgerecht van met brood, salade en een mooi glas rode wijn. Uiteraard een Portugese wijn, dat er ook prima bij smaakt.

Ingrediënten:

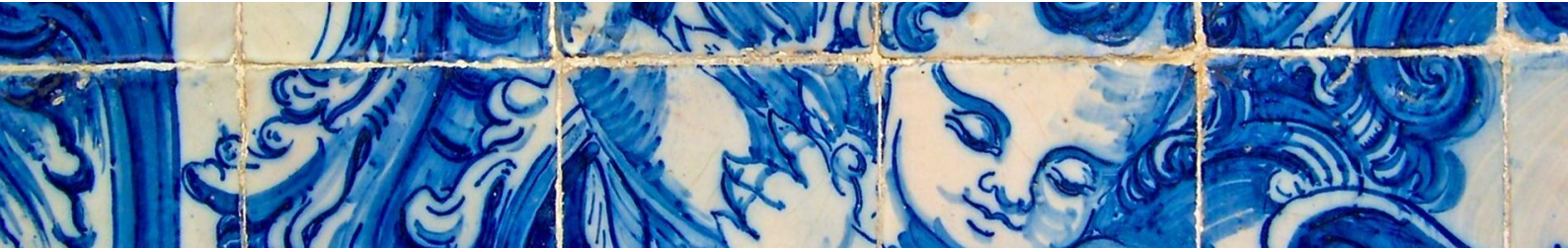
- 300 gram dun gesneden varkenslapjes (bifanas)
- 1 schijfje citroen
- 4 teentjes knoflook
- 2 blaadjes laurier
- ½ eetlepel milde paprikapoeder
- zout en witte peper
- 100 milliliter droge witte wijn
- 100 milliliter water
- olie en boter om in te bakken
- eventueel een broodje (niet bij glutenvrij of koolhydraatbewust dieet)
- mosterd naar smaak

- piri-piri-saus naar smaak

Bereiding:

1. Leg het vlees in een glazen schaal.
2. Bestrooi het vlees met de paprikapoeder, het zout en de peper.
3. Leg er het schijfje citroen bij en verkruimel de laurierblaadjes.
4. Snij de knoflook in schijfjes en leg deze ook bij het vlees.
5. Giet er dan de wijn bij en voeg zoveel water toe dat de lapjes net onder staan.
6. Meng het vlees goed in de marinade. Laat het vervolgens minstens 2 uur intrekken.
7. Smelt wat boter in de olie in een koekenpan.
8. Neem de lapjes vlees uit de marinade en schroei ze snel, op hoog vuur, aan weerszijden dicht.
9. Voeg dan de marinade toe, maar zonder de citroen.
10. Laat het vlees hierin een paar minuten garen (hoe dunner de bifana, hoe sneller hij klaar is).
11. Leg het vlees op een – al dan niet voorverwarmd – bordje.
12. Kook de saus nog een beetje verder in. Giet de saus over het vlees en serveer met een broodje en een frisse salade.
13. Serveer er mosterd en/of piri-piri-saus bij voor de liefhebber.

Eet smakelijk! Bom appetite!



Zeeuwse boluscake met een Spaans-Portugees tintje

Door reisleidster Léonie

Als 'half' Zeeuwsmeisje was ik van jongs af aan al dol op de Zeeuwse bolussen. Let wel: zoals mijn grootmoeder van vaders kant deze zelf maakte. Haar recept heb ik toen helaas niet opgeschreven, maar gelukkig circuleren er ook aardig wat op het internet en die zijn meestal goed te gebruiken. Zelf mag ik graag varianten proberen en enige tijd geleden maakte ik een boluscake.....

Wat is een Zeeuwse bolus?

Voor de niet Zeeuwen onder u of wanneer u nog nooit in Zeeland op vakantie bent geweest, is het wel handig om eerst even te vertellen wat een Zeeuwse bolus eigenlijk is. Dit zoete, gesuikerde broodje wordt gebakken van luxe wit brooddeeg dat tot een streng wordt gerold en daarna door donkere of lichtere bruine basterdsuiker wordt gehaald. Vervolgens worden de bolusstrengen opgerold in een soort spiraalvorm en kort maar heet gebakken. De kleur van het suikermengsel bepaalt grotendeels de uiteindelijke kleur van de bolus. Elke bakker heeft zijn eigen recept, waarbij vooral het suikermengsel (soms met kaneel als toevoeging) verschilt per streek en bakker. Een bolus wordt vaak bij de koffie geserveerd, waarbij de (vlakkere) onderzijde meestal met wat boter besmeerd wordt.

Oorsprong niet in Zeeland

De Zeeuwse bolus vindt zijn oorsprong in Spanje en Portugal. Het was een joodse delicatessie die door Sefardische joden werd meegenomen toen zij het katholieke Spanje en Portugal aan het einde van de 16e eeuw verruilden voor het tolerantere noordwesten van Europa. In Zeeland werd de bolus voor het eerst gebakken in Middelburg in de eerste helft van de 17e eeuw door Sefardische bakkers. Zij brachten hun eigen eetcultuur en spijsvoorschriften mee, maar moesten zich ook aanpassen aan de heersende eetgewoonten. Sindsdien is het een Zeeuwse specialiteit en zijn er talloze varianten op gemaakt.

Ook in de naam zien we de joodse en Spaanse oorsprong terug. De naam bolus of boles in het meervoud is afgeleid van bole, dat weer is afgeleid van het Spaanse bollo dat 'fijn broodje' betekent. Het kan ook afgeleid zijn van bola, dat in de taal van de Sefardisch-joodse emigranten, het Ladino, 'bal' of 'bol' betekent en dat teruggaat op het Latijnse 'bolus' (worp of winst). Het Jiddische bole betekent 'fijn gebak'. Waarschijnlijk is de naam via Portugese joden in Amsterdam beland.



Zeeuwse boluscake
Foto reisleidster Léonie



Zeeuwse boluscake
Foto reisleidster Léonie



Zeeuwse boluscake
Foto reisleidster Léonie

Recept voor boluscake

Sinds die eerste bolus in de 17e eeuw zijn er talloze varianten gemaakt op de Zeeuwse bolus, waaronder ‘mijn’ boluscake.

Ingrediënten boluscake:

- 195 gram bruine basterdsuiker
- 5 gram + 2 gram kaneel
- 200 gram boter op kamertemperatuur
- 150 gram suiker
- 200 gram zelfrijzend bakmeel
- 4 eieren

Bereiding:

1. Meng de bruine basterdsuiker met 5 gram kaneel, dit is de bolussuiker. Deze bolussuiker wordt gebruikt aan de zijanten van de cake en in het midden.
2. Verwarm de oven voor op 160 graden.
3. Vet een cakeblik (ca. 30 cm) helemaal in met boter. Neem de helft van de bolussuiker en verdeel deze over de wanden van het cakeblik. Gebruik je bakpapier in het cakeblik? Smeer dan het bakpapier in met boter, zodat de suiker goed blijft plakken.
4. Vet een cakeblik (ca. 30 cm) helemaal in met boter. Neem de helft van de bolussuiker en verdeel deze over de wanden van het cakeblik. Gebruik je bakpapier in het cakeblik? Smeer dan het bakpapier in met boter, zodat de suiker goed blijft plakken.
5. Voeg daarna zo'n 2 gram kaneel en het zelfrijzend bakmeel toe. Meng totdat er een egaal cakebeslag ontstaat.
6. Doe de helft van het cakebeslag in het cakeblik. Verdeel hier de helft van de bolussuiker die over is overheen. Verdeel hier de rest van het cakebeslag over en sluit af met de resterende bolussuiker.
7. Zet daarna in de oven voor ongeveer 45 minuten tot een uur. Dit is afhankelijk van je oven.
8. Als de suiker bovenop te hard gaat branden (verbrand) leg er dan een vel aluminiumfolie overheen. Dit zorgt ervoor dat de bovenkant niet zwart wordt, maar de cake wel gaar.

Geniet er van!



Portugese arroz com frango - rijst met kip

Door reisleidster Léonie

Ik krijg geen genoeg van de Portugese keuken! Onlangs maakte ik weer zo'n lekker Portugees gerecht: arroz com frango, oftewel rijst met kip. Het is niet moeilijk te maken en snel klaar. U kunt al binnen een halfuurtje genieten van de smaken van Portugal!

Niet te missen in deze arroz com frango is peper, in dit geval verse peper. De peper komt oorspronkelijk uit Amerika en werd door de Portugese zeevaarders meegenomen naar Afrika. Daar werden de pepers al snel gebruikt in een kruidenmix of in olie. De Portugezen namen deze uit Mozambique en Angola weer mee naar Portugal, waar het in de nationale keuken veelgebruikt is.

In dit iets aangepaste recept uit een oud kookboek van Hilaire Walden maak ik gebruik van losse rode pepers en dus niet van de kruidenmix. Goed om te weten is daarnaast dat Portugezen stevige eters zijn, dus onderstaand recept voor vier personen is ook ruim voldoende!



Arroz com frango
Foto reisleidster Léonie



Het begin van een heerlijk gerecht
Foto reisleidster Léonie



En... het eindresultaat!
Foto reisleidster Léonie

Recept voor arroz com frango

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 ui (gesnipperd)
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 tenen knoflook (fijnggehakt)
- 1 of 2 rode pepers (zaadjes verwijderd en fijnggehakt)
- 1 rode paprika (zaadlijst verwijderd en in stukjes gesneden)
- 4 kipfilets (in reepjes gesneden)
- 350 g rijst
- 6 dl kippenbouillon
- 1 dl droge witte wijn (of meer bouillon)
- peper en zout

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

- 225 g chorizo (in dikke plakken gesneden, houdt u niet van te sterk gekruid gebruik dan ongeveer de helft)
- 100 g diepvries-doperwten of een klein blikje doperwten
- 10 zwarte olijven in olie (zonder pit en in plakjes gesneden)
- 2 el fijngehakte peterselie

Bereiding:

1. Verhit de olijfolie in een pan en fruit de ui. Voeg daarna de knoflook, peper, paprika en kip toe. Bak alles 2-3 minuten op laag vuur.
2. Voeg de rijst, bouillon, wijn en peper en zout toe en breng het geheel aan de kook. Dek de pan af en laat alles 12 minuten zachtjes koken.
3. Roer de chorizo, de erwten, de olijven en de peterselie erdoor, dek de pan weer af en laat alles nog 6 minuten pruttelen tot het vocht helemaal is opgenomen en de rijst zacht is.
4. Pas op voor aanbranden bij deze stap!
5. Roer de rijst met een vork los en serveer het gerecht.

Geniet er van!



Boeuf Stroganoff

Door reisleader Jaap

Ik was natuurlijk al vele malen over de Nevski Prospekt in Sint Petersburg gelopen, maar na heel wat jaren gesloten te zijn geweest wegens renovatie, besloot ik het vorig jaar een bezoek te brengen: het Stroganoff-paleis, op de hoek van de rivier Moika.

Stroganoff is een tot de verbeelding sprekende naam in de Russische geschiedenis. Meer dan alleen een familienaam. De Stroganoffs waren innovatieve ondernemers, die misschien wel de rijkste mensen ter wereld werden. Ze waren bekwame, maar strenge ondernemers die met succes uitgestrekte gebieden bestuurden. Ze speelden met hun vermogen en reputatie een grote rol in het politiek en sociale leven van Rusland. Dit werd ook weerspiegeld door de nabijheid van hun paleis bij het Winterpaleis van de tsaren.

Boeuf Stroganoff

Dit paleis is dus weer te bezoeken en geeft een mooi inzicht in het rijke leven dat de Stroganoffs hadden. Ik geef het mijn gasten ook altijd als tip mee als ze in de vrije tijd iets interessants en makkelijk bereikbaars willen bekijken. In de rijk ingerichte stijkamers zie je nog de meubelen en de bijzondere collecties die de Stroganoffs verzamelden. En niet alleen voorwerpen, ook de kookkunst werd bekend, door hun kok en de creatie van de Boeuf Stroganoff. Een heerlijk gerecht dat ik iedere keer dat ik in Rusland ben wel een keer eet. Met blini's (pannenkoekjes) en borscht (bietensoep) vooraf. Heerlijk!

Ik heb het recept bijgevoegd voor wie tijdens de wintermaanden van iets Russisch wil genieten.

приятного аппетита (eet smakelijk)

Recept Boeuf Stroganoff

Het originele recept van de kok van graaf Paul Stroganoff voor malse biefstukreepjes in cognac-roomsaus. De bereidingstijd is ongeveer 10 tot 20 minuten.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 600 gram biefstuk van de haas
- 1 el bloem
- mespuntje cayennepeper en paprikapoeder
- 2,5 el zonnebloemolie
- 1 kleine ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 250 gram (kastanje)champignons, in plakjes

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

- 2,5 el cognac
- 150 ml rundvleesbouillon
- 150 ml zure room
- 2 el gehakte verse peterselie
- zout en (versgemalen) zwarte peper

Hulpmiddelen

- grote koekenpan
- schaal



Boeuf Stroganoff



Blini's (pannenkoekjes)



Borscht (bietensoep)

Bereidingswijze

1. Snijd het vlees in dunne reepjes.
2. Meng de bloem met de cayennepeper en paprikapoeder.
3. Verhit de helft van de olie in de koekenpan en voeg de ui en de knoflook toe.
4. Fruit beide al roerend op een laag vuur tot de ui zacht wordt.
5. Voeg de champignons toe en roerbak alles 1 a 2 minuten op een hoog vuur.
6. Doe de inhoud, inclusief vocht, in een schaal.
7. Veeg de pan schoon en verhit de overige olie.
8. Bedek het vlees met de bloem en bak het goed bruin. Mogelijk in verschillende delen.
9. Doe het champignon-mengsel weer bij het vlees.
10. Voeg de cognac toe en laat alles even doorkoken tot de cognac grotendeels is verdampt.
11. Schenk de bouillon erbij en breng op smaak met zout en peper.
12. Kook alles 10-15 minuten tot het vlees zacht is en de saus is ingedikt.
13. Roer de zure room erdoor en strooi de peterselie erover, serveer direct.

Serveertip

Heerlijk met zacht gekookte rijst en een eenvoudige salade. Eet smakelijk!



Vermout uit Spanje

Door reisleidster Qurina

Vermout, of zoals u het in Nederland kent vermouth, is wereldwijd een veel genuttigd drankje, maar in Spanje is het behalve een drankje ook een sociaal event.

De eerste die een soort vermouth maakte was Hippocrates ongeveer in het jaar 480 voor Christus. Hij voegde diverse kruiden, wortels en zaden aan witte wijn toe. Een belangrijke plant die niet mag ontbreken is absintalsem of in het Duits Wermut (daar is ook de naam vermouth vanaf geleid), een kruid met een geneeskrachtige werking. De drank werd wel wijn van Hippocrates genoemd of simpelweg kruidenwijn.

Vermout in spanje

Sinds 1838 werd de drank op grote schaal gebrouwen door de gebroeders Luigi and Giuseppe Core en al vrij snel daarna door de Italiaan Peruchi in Barcelona geïntroduceerd. Daar stond in 1860 de eerste fabriek die de drank commercieel op de markt bracht. Vlot daarna werd er een fabriek geopend door de gebroeders Yzaguirre in de Catalaanse stad Reus, de geboorteplaats van de illustere architect Antonio Gaudí. Reus ligt vlak bij Salou de bekende badplaats en vroeger een belangrijke haven vanwaar vermouth kon worden verscheept. Niet alleen in Catalonië werd vermouth geproduceerd: in die tijd waren er in Spanje zo'n 22 bodega's die die de drank maakten. In de jaren '50 en '60 van de vorige eeuw was vermouth erg populair onder de jetset. Frank Sinatra, president Nixon, James Bond en vele anderen waren grote liefhebbers. Daarna was er een dip in de populariteit, maar tegenwoordig is het weer trendy en hip.



Vermout met heerlijke hapjes



Vermout van de tap



Vermout uit Reus

'Hacer un vermut'

In Spanje is *vermut* niet alleen een drankje, maar ook een gastronomisch sociaal gebeurtenis, dat plaatsvindt op het magische uur van de dag, zo tussen 11 en 2 uur. Dus voor de middagmaaltijd. Men spreekt af met vrienden, familie en kennissen om te eten en te drinken, bij te praten en te lachen. En, voor mij hoe onbegrijpelijk ook, zoals zij zeggen om trek te maken voor de daaropvolgende maaltijd. Want bij de *vermut* worden hapjes geserveerd. Het ontbreekt op tafel niet aan olijven, ansjovisjes, mosseltjes, kokkels,

venusschelpen en of andere schaaldieren en niet te vergeten chips. Mijn trek is daarna gegarandeerd over.

Het heeft voor mij best lang geduurd tot ik er achter kwam dat als je wordt uitgenodigd voor de *vermut* dat dat helemaal niet impliceert dat je dat ook moet drinken! Alles is goed frisdrank, wijn, bier of vermut. 'Hacer un vermut' is een gebeurtenis, een 'event' en een hele leuke.

In Barcelona kunt u nog in vele oude en moderne bodega's in goed gezelschap een echte *vermut* drinken die zo uit het vat getapt wordt. Mocht u ooit in Reus komen dan is restaurant Museo del Vermut, in een mooi modernistisch pand, dé plek om zowel heerlijk te eten als een bezoek te brengen aan het vermut-museum. Ook in steden als Toledo, Burgos en Madrid kunt u de typische 'Vermuterias' bezoeken. Hier in Spanje is vooral de *vermut negro* populair en wordt geserveerd met ijs, een schijfje sinaasappel en het nooit ontbrekende prikkertje met olijven.

Vermout is redelijk eenvoudig zelf te maken en het resultaat zal u verrassen!



Vermut met hapjes



Museo de Vermut in Reus



Vermuteria in Barcelona

Recept voor vermut

Ingrediënten:

- 2 liter droge jonge witte wijn
- 100 ml wodka, aguardiente of gin zonder aroma's
- 1 glaasje zoete dessertwijn, bijvoorbeeld moscatel of een zoete sherry
- 1 mooi takje rozemarijn
- 10 kruidnagels
- 1 kaneelstokje
- 1 sinaasappel in stukjes met schil
- 1 citroen in stukje met schil
- 1 bol nootmuskaat
- Kardemom, dille en korianderzaadjes (niet noodzakelijk)
- suiker naar smaak

Bereidingswijze:

1. Breng de wijn tegen de kook aan, samen met de kruiden, de sinaasappel en de citroen. Op het moment dat het tegen de kook aanzit, van het vuur halen en aflaten koelen.
2. Voeg de zoete wijn en de wodka of gin toe, proef het geheel even en desgewenst suiker toevoegen.
3. Laat het op een droge en koele plek gedurende 30 à 40 dagen trekken.
4. Nu kunt u het of door een schone doek gieten of een fijn vergiet, zodat er geen resten van kruiden, sinaasappel of citroen achterblijven.
5. Giet de drank in een mooie fles, plaats hem in de koelkast. Serveren met ijs, een schijfje sinaasappel en twee groene olijven.

Salut, genieten maar!



Traditionele Spaanse paella

Door reisleidster Qurina

De wieg van het beroemde Spaanse gerecht paella staat ontegenzeggelijk in Valencia, al is het nu een wijdverbreid gerecht, zelfs buiten Spanje! Paella is bij uitstek door de tijden heen een uitstekende ambassadeur gebleken. Via het diplomatieke corps van Spanje heeft het zelfs haar weg gevonden naar de tafels van koningshuizen en grootheden in het buitenland. Haar afkomst is eenvoudig, en als u zoekt in de geschriften is het Jaime I die verbood om rijst te verbouwen binnen de stadsmuren van Valencia (rijstbouw, hoe nodig ook, was niet erg goed voor de volksgezondheid, vandaar dat het buitenmuurs moest).

In 1520 verschenen de eerste geschreven recepten in het zogeheten Libre de Coch (kookboek) van Robert de Nola, hofkok van Ferdinand I van Napels: “Arroz con caldo de Brau en Arroz de cazuela al horno”, rijst bereid met runderbouillon en rijst Cazuela (in de roodbruine gebakken kleipot) uit de oven. Tijdens de regeerperiode van Filips II (1556 - 1598) kwam er hoog bezoek uit het keizerrijk Japan. Het bezoek kwam aan in de haven van Alicante, waar ze werden ontvangen door de plaatselijke adel en werden gefêteerd op diverse paellas Valencianas om hun doorreis naar het Escorial wat te veraangename.

Oorspronkelijk met kip of konijn en witte bonen

Vanaf de 17e eeuw tot op de dag van vandaag was en is de rijstbouw van Valencia een belangrijk landbouwproduct. Eigenlijk wordt in alle geschriften nooit gesproken over de ons zo bekende naam paella. De eigenlijke naam voor het gerecht is Arroz Valenciana en is authentiek niet met vis en schelpdieren, maar met kip of konijn en grote witte bonen. Paella is de naam van de pan, een grote platte en ronde pan met twee hengsels. Nogmaals, dit beroemde gerecht had een eenvoudige afkomst. Het begon als arroz con cosas (rijst met van alles wat). Er ging in wat men maar voor handen had. Bijvoorbeeld groente, artisjok of snijbonen, met vlees of vis of een mix daarvan. De door ons zo bekende paella de marisco (paella met zeevruchten) is een Catalaanse uitvinding.

Donderdag paella-dag

Paella is bij uitstek en van oudsher een gerecht dat in de horeca gegeten wordt op donderdag. Daarbuiten is het een gerecht waarmee in de weekenden en vakanties familiebijeenkomsten worden gevierd. Let wel, paella is een gerecht voor de lunch en als het in de horeca op het dagmenu staat voor de donderdag ook nog eens een voorgerecht. Niet zo vreemd, want de belangrijkste maaltijd in Spanje is de lunch.

Waarom donderdag? Er zijn meerdere redenen voor, hier een paar van de leukste. Op donderdag had het huishoudelijk personeel van de gegoede huizen gewoonlijk vrij en at de familie buitenshuis. Bovendien werd in Madrid de verse vis aangeleverd op donderdag, dus dit is de beste dag om rijst met verse vis en schelpdieren te eten. Ook Franco had hier

een vinger in de pap. Hij was een groot liefhebber van paella en ging vrijwel altijd op donderdag naar een restaurant (ook zijn personeel had vrij), maar aangezien nooit iemand wist naar welk restaurant hij zou gaan, gingen alle restaurants in Madrid en omgeving paella bereiden, voor het geval dat!

Mijn eigen ervaring met bereiding van de beroemde paella

Paella maken is een kunst, en zeker voor het grote weekend, en dus bijeenkomsten van familie of vrienden, is de kunst van het paella bereiden voorbehouden aan de mannen. Op een echt vuur bereiden ze een paella voor 20 personen; daar zijn ze de absolute helden in!

In al mijn jaren in Spanje had ik me er nog nooit aan gewaagd. Wat zal ik ook als 'nieuwkomer', me op het gladde ijs te begeven van de bereiding van een goeie paella... Ik liet het graag over aan de kenners. Tot een aantal jaar geleden mijn schoonmoeder een paar weken bij ons in huis kwam om te herstellen van een operatie. Ik vond het spannend, want onze relatie was nou niet echt heel goed te noemen. Ook niet slecht, maar in haar ogen was er wel het een en ander mis aan deze buitenlandse die met haar zoon aan de haal was gegaan. En koken zou ik vast niet kunnen. Kleine verrassing, dat viel mee! Beetje bij beetje brak het ijs. En toen werd het donderdag en dus: paella. O ja, dat zou de absolute vuurdoop worden voor het welbevinden. Ik heb eerlijk verteld dat ik niet wist hoe dat moest en heb voorgesteld dat zij, zittend op een stoel in de keuken, stap voor stap aanwijzingen moest geven en dat ik het zou uitvoeren. Zo gezegd, zo gedaan: de paella lukte en was nog lekker ook. En de moeder-schoondochterrelatie beslecht.



De paella van reisleidster Qurina



Pannen voor paella



¡que aproveche! Eet smakelijk!

Recept voor paella de marisco

Ingrediënten (voor 4 personen)

- 80 gram rijst per persoon (dit moet ronde rijst zijn, bijvoorbeeld risottorijst)
- 1 liter visfond of zelfgemaakte visbouillon (mocht dat allemaal niet haalbaar zijn kan het ook met visbouillonblokjes)
- 8 grote gamba's
- 8 mooie mosselen (de rest van het pak als ze niet los verkrijgbaar zijn even stomen met een beetje witte wijn en een laurierblaadje. Lekker als klein voorgerechtje!)
- 250 gram calamaresringen of een niet te grote sepia
- 200 gram venusschelpen (optioneel, maar erg lekker)
- Een beetje saffraan of colorante (speciale kleurstof, in Spanje te verkrijgen in een kruidenpotje in elke supermarkt)
- 1 kleine rode paprika
- 1 groene puntpaprika

- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 400 gram tomatenpuree uit blik (niet de kleine geconcentreerde blikjes) of 2 grote rijpe tomaten
- 1 laurierblaadje
- zout
- peper
- olijfolie

Bereiding

1. We beginnen met de bereiding van de zogenaamde ‘sofrito’. Maak de paprika’s schoon en snijd ze in fijne stukjes. Doe hetzelfde met de ui en de knoflook.
2. Zet de paellapan (paellera de hierro) op niet te hoog vuur en voeg de olijfolie toe, zoveel dat de bodem van de pan is bedekt. Wanneer de olie warm genoeg is voegt u de ui, knoflook en paprika’s toe en een beetje zout en peper. Laat dit in 15 á 20 minuten rustig garen. Voeg daarna tomatenpuree toe.
3. Ondertussen gaan we ons bezighouden met de gamba’s, mosselen, venusschelpen en de calamaresringen. Maak de gamba’s schoon en knip desgewenst de baarden en de poten eraf. Maak de mosselen goed schoon. Heeft u venusschelpen, doe die dan in een pan met ruim water en een beetje zout. Deze schelpen komen uit het zand en het kan zijn dat er zand in de schelp zit. Door ze in water met zout te leggen gaan ze een beetje open en kunt u ze schoonspoelen van binnen. In het geval van de calamaresringen, die zijn al schoon. U kunt ze desgewenst in stukken snijden.
4. Voeg de calamaresringen toe aan de “sofrito” en schep dit gedurende 5 minuten rond.
5. Zorg dat de ‘fumet’, visfond en/of visbouillon opgewarmd is.
6. Voeg de rijst toe en schep het gedurende 5 minuten om, zodat alle smaak goed om de rijst gaat zitten.
7. Nu voegt u de visfond, de saffraan of colorante, het laurierblaadje en de eventuele venusschelpjes toe. Roer een beetje om, zodat alles goed verdeeld is over de paellapan.
8. Wanneer het geheel aan de kook raakt, voegt u de mosselen en de gamba’s toe. Laat het 18 minuten doorgaren op laag vuur. Let op! U mag nu niet meer in de rijst roeren, want dan gaat het plakken! Hooguit kunt u de paellapan wat heen en weer bewegen.
9. Het meest ingewikkeld bij het maken van een goede paella is inschatten wanneer de rijst goed is en dat deze niet te nat is. Na 18 minuten proeft u even. De rijst mag nog een beetje een bite hebben. Is er nog veel nattigheid, dan kunt u even het vuur wat hoger zetten. In het geval dat er geen visfond meer in de pan zit, maar de rijst nog niet gaar is, voegt u wat fond toe.
10. Draai het vuur uit en laat de paella 5 á 10 minuten rusten, afgedekt met een theedoek of aluminiumfolie.

Daarna gelijk uitserveren. *¡que aproveche!* Geniet en eet smakelijk.



Fideuá – Valenciaanse pasta

Door reisleidster Qurina

La Fideuá is een Spaanse specialiteit die zijn origine heeft in Gandiá (provincie Valencia), maar die later zijn weg heeft gevonden langs vrijwel de gehele oostkust van Spanje. Het is een pastagerecht met een heerlijke smaak die herinnert aan de zee. Fideuá wordt net als paella bereid in de paellapan en komt uit de koker van vissers en andere zeelui. In het geval van fideuá is zijn geboorte te wijden aan toeval.

De oorsprong van fideuá

Fideuá is niet zo'n heel erg oud gerecht, waarschijnlijk ontstaan in de jaren dertig van de vorige eeuw als een gastronomisch ongelukje. Verschillende verhalen beschrijven deze oorsprong. Ik vertel u de twee meest bekende.

Het gebeurde op een van de vele vissersboten van de vloot van Gandiá. De kapitein van een van de schepen, Zábalo, stond bekend om z'n vreetzucht. Altijd wanneer er op het schip arroz a banda werd geserveerd liet Zábalo (hij was gek op rijst) niets over voor de rest van zijn bemanning. De kok van het schip kende de voorliefde van zijn kapitein voor rijst en besloot op een goeie dag hetzelfde gerecht te maken met dezelfde ingrediënten, maar de rijst te vervangen door pasta (fideos, een soort spaghetti in kleine stukjes). In de hoop dat de kapitein dan minder zou eten en er meer over zou blijven voor de rest van de bemanning. U voelt hem al aankomen: Zábalo was verrukt over het nieuwe recept en wederom had de bemanning het nakijken.

Of was fideuá toch zo ontstaan?

Ook dit verhaal speelt zich af op een vissersboot, genaamd Santa Isabel, dat deel uitmaakte van de vloot van Gandiá. De sleepvissers vertrokken 's morgens vroeg om 4 uur en keerden terug naar de haven Gandiá in de namiddag. Na een lange dag op zee en het zware werk wou de scheepskok de bemanning fêteren op een geweldige paella de marisco. Hij zocht de mooiste gamba's uit en een mooie zeeduivel voor een prachtige visfond en begon met de sofrito (gesnipperde ui, rode paprika, knoflook en geraspte tomaat). Toen hij de rijst wou toevoegen kwam hij er tot zijn grote schrik achter dat er geen rijstkorrel aan boord was. Wat er wel was, was fideo en uit nood geboren besloot hij om dat dan maar toe te voegen in plaats van de rijst. Fideuá was geboren en men vond het heerlijk!

Beter bekend bij mijn familie en vrienden als "haartjes"

Mijn lieve vriendin Elena, de eerste echte vriendin die ik kreeg toen ik net in Spanje woonde en nog steeds mijn grote steun en toeverlaat, maakte mij bekend met de Spaanse taal, gebruiken, gewoontes en eten. Oh, wat heb ik veel hilarische fouten gemaakt! Maar daarover een andere keer meer. Zij was de eerste die voor mij fideuá bereidde en ik vond

het heerlijk. Over haar schouder meekijkend kwam ik al snel tot de conclusie dat dit gerecht, ook voor mij als nieuwkomer in de Spaanse keuken, een optie was. Fideuá is snel, makkelijk en lukt bijna altijd. Precies het soort gerecht dat ik nodig had om goede sier te maken als mijn trouwe vriendinnen uit Nederland hier op bezoek kwamen of als ik naar Nederland ging.

Al snel werd het een topic: Q (zoals mijn vrienden en familie mij sinds jaar en dag kennen) komt dus haartjes!!, zoals fideuá werd gedoopt. Waarom haartjes? Zoals u kunt zien op de foto hieronder, gaan de fideos, als het gerecht uit de oven komt en het is gelukt, rechtop staan. Fideuá zal bij een bezoek nooit op onze tafel ontbreken en is ook een gegarandeerd succes met kinderen.

Ik maak fideuá zonder vis of schaaldieren, maar alles kan! Het onderstaande recept is met pijlinktvisjes, maar het kan ook met gamba's, zeeduivel en mosselen. Ook hier, net als bij paella, is de visfond belangrijk, misschien wel het allerbelangrijkste. Net als een goeie klodder allioli. Allioli, letterlijk vertaald knoflook en olie, is een andere tak van sport. Het is mij nog nooit gelukt om allioli te maken, ik heb hier gewoon geen geduld voor en dat is wat je moet hebben. Gelukkig verkopen ze, en tegenwoordig ook in Nederland, handige potjes met allioli.



Fideuá van reisleidster Qurina



"Haartjes"



Fideuá van reisleidster Qurina

Recept voor fideuá

Ingrediënten voor 4 personen:

- 500 gram fideos nummer 2 (wat in Nederland min of meer overeen komt met roerbakmie)
- 1 liter visfond of anders visbouillonblokjes
- 4 á 5 pijlinktvisjes (niet noodzakelijk)
- 5 Spaanse pepertjes
- 3 tenen knoflook
- olijfolie

Bereiding:

1. Neem een paellapan die ook in de oven kan.
2. Begin met de olijfolie te verhitten, zoveel dat de bodem van de pan bedekt is.
3. Voeg daaraan toe de knoflook in plakjes gesneden en de Spaanse pepertjes, laat het een 10 minuten in de hete olie garen, vis vervolgens de knoflook en de pepertjes uit de olie, op deze manier is de olie op smaak gebracht en licht pikant

en heeft u later niet het probleem dat er in het gerecht nog ineens een scherpe peper langskomt.

4. In de olie voegt u de pijlinktvisjes toe, die voor die tijd zijn schoongemaakt en in stukken zijn gesneden, als ze gaar zijn haal ze dan weer uit de pan en bewaar ze.
5. Voeg de fideos toe aan de olie en bak de fideos aan als het ware. zodat ze iets gaan kleuren, zorg dat ze niet verbranden dus een beetje omscheppen met een houten spatel is aan te raden, hou hierbij het vuur hoog zodat de fideos niet de kans krijgen om de olie te absorberen.
6. Voeg de visfond toe, zoveel zodat de fideos volkomen onder de visfond en of bouillon zitten, draai het vuur lager. Desgewenst nog wat visfond toevoegen als het te droog wordt, de fideos moeten namelijk wel garen.
7. Voeg daarna de pijlinktvis weer toe en zet de pan in de oven voorverwarmd op 250 graden.
8. Na een minuut of 5 á 10 staan de “haartjes” overeind en is de fideuá klaar.
9. Gelijk serveren met allioli naar wens en een lekkere frisse salade.

¡Que Aproveche! Eet smakelijk

PS: Dit recept is aangepast aan mijn eigen liefde voor pikant iets waar de Spanjaarden niet zo gek op zijn!



Tortilla Española

Door reisleidster Marlies

Van alle tapas in Spanje is de tortilla ongetwijfeld één van de meest bekende en geliefde tapa in het land. In vrijwel elk café in Spanje staat er zo'n dikke aardappel-ui-omelet op de bar. Bestelt u een tapa tortilla dan wordt een puntje afgesneden en met wat brood geserveerd op een klein schaaltje. Vroeger zette men het schaaltje (de tapa) óp uw glas als bescherming tegen vliegen.

Ook thuis in de Spaanse huishoudens bakt men er stevig op los en worden ook kleinere tortillas gebakken en heeft ieder zijn eigen favoriet. De meest pure vorm is met aardappel, ui en ei. Maar ook een tortilla met spinazie of doperwtten en paprika of met klein gesneden chorizo komt u tegen. In het boek Culinaire avonturen in Spanje van Keith Floyd noemt hij de tortilla "...een ogenschijnlijk simpel gerecht en toch één van de moeilijkste om te bereiden. Dit is geen gerecht om mee te rommelen of grappen over te maken."

Met onderstaand recept in 9 eenvoudige stappen gaat het u echter zeker lukken! Bakt u mee?

Recept voor Tortilla Española

Ingrediënten:

- 3 medium aardappelen (vastkokende)
- 1 grote ui
- zout en peper
- 4 grote eetlepels olijfolie
- 4 eieren L

Voor de variatie kunt u ook wat uitgeknepen gekookte verse spinazie, gekookte diepvries doperwtjes en kleine stukjes rode paprika of gebakken kleine stukjes chorizo toevoegen.

Verder nodig: koekenpan 18 cm, schaal, snijplank, garde, schilmesje, houten lepel

Bereiding:

1. Leg alle ingrediënten klaar.
2. Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakjes, verhit 2 eetlepels olijfolie in een kleine koekenpan (18 cm) en laat de aardappelen op laag vuur garen, bak ze niet bruin maar glazig, neem ze uit de pan en doe ze in een (beslag)kom.
3. Snijd de ui in dunne slierten en laat deze in dezelfde pan met olijfolie (voeg wat extra olie toe), langzaam glazig worden, doe ze daarna bij de aardappelen in de kom.

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Tortilla Española | stap 1



Tortilla Española | stap 2



Tortilla Española | stap 3

4. Breek de eieren in een schaal en klop de eieren los met wat zout en peper
5. Doe het aardappel-uimengsel in de schaal bij de geklutste eieren, roer alles goed door en laat 20 minuten in de schaal rusten
6. Veeg de pan goed schoon, doe nog een beetje olie in de pan en giet het mengsel in de pan en bak de tortilla zachtjes ongeveer 20 minuten op laag vuur tot de bovenkant bijna droog is.



Tortilla Española | stap 4



Tortilla Española | stap 5



Tortilla Española | stap 6

7. Laat de tortilla voorzichtig uit de pan op een snijplank glijden
8. Leg de pan omgekeerd op de tortilla en keer hem voorzichtig om: de licht bruine gebakken kant is nu boven, bak de tortilla op laag vuur nog zo'n 4 minuten af.
9. De tortilla is klaar ! laat de tortilla na het bakken een half uurtje rusten, lauwwarm is ze het lekkerste. snijd de tortilla in puntjes.



Tortilla Española | stap 7



Tortilla Española | stap 8



Tortilla Española | stap 9

Buen provecho! Eet smakelijk!



Calçots (voor de calçotada)

Door reisleidster Qurina

Dit jaar kwam er jammer genoeg door het coronavirus een vervroegd einde aan een van de leukste en lekkerste, typisch Catalaanse, vrienden en familiebijeenkomsten: de calçotada. Normaal gesproken is de winter en het vroege voorjaar, wanneer de calçots weer verkrijgbaar zijn, de beste periode om een goeie calçotada te organiseren.

Wat zijn calçots?

Een calçot (Latijnse naam is *Alium Ceba L.*) is een witte ui die door zijn manier van verbouwen langgerekt wordt. Hierdoor heeft het vrijwel geen uivorm meer, maar lijkt de calçot meer op een prei. Calçot is een Catalaans woord en het is ook een typisch Catalaans product. De naam verwijst naar de manier van verbouwen om de ui langgerekt te laten groeien. Net als met witte asperges worden de calçots in een heuvel in de grond gestopt zodat de ui gedwongen wordt om te groeien om het licht te zoeken. Tijdens de groeiperiode wordt de heuvel drie keer verhoogd totdat de calçot de reglementaire lengte tussen 15 en 25 centimeter heeft. In het Catalaans heet dit proces calçar. Calçots komen van oudsher uit bepaalde gebieden in de provincie Tarragona en ze horen absoluut bij de Catalaanse gastronomie.

Een stukje geschiedenis

Deze 'ui' werd al veelvuldig verbouwd en geconsumeerd, maar door een ongelukje werd de huidige bereidingswijze ontdekt. Het meest gangbare verhaal vertelt over een boer die leefde aan het einde van de 19e eeuw. Deze Xat Benaiges woonde in de omgeving van Valls (Tarragona) en had wat van zijn uien op het houtvuur gelegd. Hij werd afgeleid en vergat zijn uien. Toen hij het zich weer herrinerde, was het te laat: de uien waren van buiten volkomen zwart geblakerd. Aangezien de Catalanen bekend staan om hun zuinigheid gooide de boer de uien niet weg, maar pelde ze uit hun zwarte jasje. Zo kwam hij er achter dat de uien op deze manier heerlijk zacht en uitermate smaakvol waren. De calçot was geboren.

Bereiding van de calçot:

Koop een bos of wat (in een bos gaan ongeveer 25) calçots.

Maak een vuur, dat kan in de openhaard, op de barbecue of buiten op de grond. Leg de calçots in het vuur, de gemakkelijkste manier is om ze tussen een grillrooster te klemmen, de uien moeten gewoon in de vlammen.

Op het moment dat de buitenkant goed zwart geblakerd is en de calçot een soort schuim afscheid is de calçot klaar. Haal ze uit het vuur en wikkel ze daarna met ongeveer 20 à 25 tegelijk in een krant en laat ze nog een half uur nagaren.

De calçot wordt gegeten met de handen door de zwarte buitenkant eraf te trekken: pak de calçot bij zijn groene bovenkant en met je andere hand pak je de onderkant daar knijp je

een beetje in en door aan de binnenste groene uiteinden te trekken glijdt hij uit zijn zwartgeblakerde buitenkant.

Daarna slinger je de calçot door de beroemde speciale romescosaus (zie het recept hieronder) en je eet de calçot net als een haring. In de restaurants krijg je bij de calçots een slab voor want het eten van deze heerlijkheid is een zwartmakend karwei.



Calçots met romescosaus



Calçots op de markt



Calçots op het open vuur

Recept voor romescosaus

Ingrediënten:

- 4 rijpe tomaten
- 1 bol knoflook
- 10 geroosterde amandelen
- 10 geroosterde hazelnoten
- 50 ml wijnazijn
- 250 ml olijfolie virgen extra
- 1 geroosterde boterham (toast)
- 1 theelepel paprikapoeder
- zout

Bereiding:

1. Maak de tomaten schoon en zet er met een mes een kruis in. Doe ze samen met de bol knoflook voor ongeveer 45 minuten in de oven op 170 graden, dan zijn zowel de tomaten als de knoflook gegaard. Laat ze afkoelen en daarna pelt u ze.
2. De avond van tevoren heeft u de Ñoras (gedroogde paprika) al in het water gezet om ze te rehydrateren: op deze manier kunt u het paprikavlees makkelijk met een mes van de schil halen.
3. In een koekepan roostert u de amandelen en de hazelnoten.
4. Voeg de gepelde tomaten, de knoflook, het paprikavlees samen met het azijn, de olijfolie, de zout en het paprikapoeder bij elkaar. Met de staafmixer kunt u het tot een gladde saus mixen. Voeg het geroosterde brood beetje bij beetje toe om op die manier de gewenste dikte te verkrijgen.

De calçotada

Dit populaire vrienden en familiefestijn wordt, als het weer het een beetje toelaat, het liefst buiten gehouden. De tuin of zoals men dat hier noemt de viña, een eigen stukje grond vaak met een tuinhuisje erbij, is een prima locatie. (Een viña is de wijngaard. Het gebied waar ik woon was voorheen wijnbouwgebied, maar de wijngaarden zijn

grotendeels verdwenen. De stukjes land zijn nog vaak privé-eigendom en de naam viña is gebleven.) Maar het kan natuurlijk ook binnen.

De calçots dienen als voorgerecht en de lol is om ongelimiteerd flinke stapels calçots te verorberen. En dan komt het hoofdgerecht, want na de calçots is het vuur uitemate geschikt voor het grillen van diverse soorten vlees. Geliefd zijn lamscoteletjes, butifara (soort verse worst) en bloedworst, maar het kan ook kip zijn of iets anders, als het maar vlees is. Bij het vlees wordt natuurlijk een goede wijn geschonken en genieten maar...

De calçotada vindt plaats tijdens de lunch, nooit 's avonds want anders krijgt u deze enorme hoeveelheid eten niet verwerkt. Ik ben een grootliefhebber van dit eetfestijn: het is ongecompliceerd, je wordt vies (dus mocht u ooit worden uitgenodigd voor een calçotada, trek oude en warme kleren aan) en het is een sociaal gebeuren dat uren duurt. Naast het bespreken wat nu toch echt het beste recept is voor de romescosaus, genieten we gezamenlijk van het eten. Het samen zijn en samen delen is belangrijk!



Gazpacho de Sandía

Door reisleidster Qurina

De koude soep Gazpacho kent vrijwel iedereen die in Spanje is geweest, maar dit gerecht zal u misschien verbazen: gazpacho van watermeloen en tomaat en (desgewenst) mascarpone. Een zomers gerecht, verfrissend, verkoelend hydraterend en gezond. En nog lekker ook!

Gazpacho is van oudsher een zomersoep uit het zuiden van Spanje, Andalusië, waar alle ingrediënten veelvuldig worden verbouwd. Het heeft uiteindelijk haar weg gevonden naar de tafels van heel Spanje en Europa. Prachtig vind ik dat als je naar de herkomst van de ingrediënten van deze toch typisch Spaanse soep kijkt, je een wereldreis kunt maken. Ik neem u graag even mee op reis via de ons zo overbekende ingrediënten van gazpacho de sandía.

Een wereldreis met ingrediënten

Laat ik beginnen met de watermeloen, wie kent haar niet. Het is nu de tijd en hier in Spanje is de watermeloen heerlijk zoet en verfrissend én op dit moment goedkoop. Maar wist u dat de watermeloen een zogenaamde farao-vruchtsoort is, dat de vrucht al meer dan 5000 jaar bestaat en dat Toetankhamon begraven is met afbeeldingen van de watermeloen? Watermeloen is eigenlijk afkomstig uit Oost-Afrika, uit de Kalahariwoestijn. In Egypte werden ze langs de nijl verbouwd, al 2000 jaar voor Christus.

Dan de tomaat, een belangrijk ingrediënt van de gazpacho. Deze komt uit Peru, de lage Andes om precies te zijn. De Azteken cultiveerden de tomaat en noemden haar 'tomati', wat gezwollen vrucht betekent. De Spaanse veroveraars hebben haar meegenomen naar Europa in de zestiende eeuw. De tomaat was van origine niet rood, maar geel en werd in Italië gedetermineerd en gouden vrucht genoemd. In dezelfde tijd determineerde ook een Hollander, een zekere Dodoens, de vrucht en presenteerde de tomaat als zijnde afrodisiacum. De vrucht kreeg de naam mee in het Frans, 'pomme d' amour' en in het Engels als 'love apple'.

De komkommer, afkomstig uit Zuid-Azië, werd vanaf ongeveer 3000 voor Christus gecultiveerd in India en vond zijn weg via daar naar Griekenland en naar Rome. Rode paprika's zijn afkomstig uit India en werden door een Griekse koopman naar Europa gebracht. Peper kwam uit Mexico en werd door niemand minder dan Columbus naar Spanje gebracht in het begin van de 15e eeuw. Zout komt oorspronkelijk (ook al is het op vele plekken op deze wereldbol aanwezig) uit China. En de ui, een zo overbekende groente, komt uit Noord-Afrika en Perzië.

Tot slot olijfolie en azijn. Olijfolie wordt ook al eeuwen gebruikt en werd zo rond 1200 naar Spanje gebracht door de Feniciërs, vanuit een handelsstaat waar nu Libanon is. Azijn, zure

wijn, werd door de Romeinen al gebruikt en de Romeinse soldaten dronken het goedje aangengend met water om de dorst te lessen.

Dit is toch een fascinerende reis, om het maar gewoon over een Spaans soepje te hebben!



Gazpacho de Sandía



Watermeloen



Tomaten

Maar dan nu het recept voor Gazpacho de Sandía (watermeloen)

Ingrediënten voor 6 personen:

- 4 rijpe tomaten
- 1/4 watermeloen (bij een kleintje een halve)
- 1 komkommer (bij zo'n grote Nederlandse komkommer een halve)
- 1 rode paprika
- 1 groene puntpaprika
- 1 ui
- zout
- peper
- azijn
- olijfolie
- optioneel: mascarpone

Bereiding:

Belangrijk is het hebben van een blender of een andere keukenmachine die kan pureren.

1. Snijd de watermeloen, tomaten, komkommer, rode paprika, groene puntpaprika en de ui in stukken. Ik persoonlijk schil de komkommer niet en ontvel ook de tomaten niet, maar als u liever gen velletjes tegenkomt kunt u dit natuurlijk wel doen.
2. Doe de watermeloen kort in de blender.
3. Voeg de rest van de ingrediënten toe.
4. Voeg een scheut azijn en olijfolie toe. Mocht u het daarna nog te dik vinden, dan kunt u nog meer watermeloen of gewoon wat water toevoegen.
5. Breng op smaak met zout en peper.
6. Laat de gazpacho een tijd goed koelen in de koelkast.

Seveertip: in een mooi glas (dat daar tegen kan, dus niet te dun) dat u even in de diepvries hebt gelegd. Voeg desgewenst mascarpone toe en maak het af met ofwel een muntblaadje of wat verse basilicum en... ¡Que Aproveche! Eet smakelijk!



Mar y muntanya | zee en berg

Door reisleidster Qurina

Mar y muntanya is een fenomeen in de Catalaanse keuken, waarbij er een combinatie wordt gemaakt van ingrediënten zowel uit de zee als van het land (bergen); met een verrassende uitkomst. De Catalaanse keuken valt binnen 'la dieta Mediterránea' dat betekent dat er een grote variëteit is van producten uit zee, vis en schaaldieren, maar ook een veelheid aan soorten vlees en groenten.

De combinaties, en er zijn er heel veel mogelijk, lijken soms vreemd voor de bezoeker aan Catalonië, maar zijn een feestje voor uw smaakpapillen. Dit fenomeen komt niet uit de moderne keuken, maar bestaat al honderden jaren en is het resultaat van geografische omstandigheden en een dosis ervaring van de koks.

Geschiedenis van Mar y muntanya

Lang geleden vonden dit soort gerechten hun weg naar de tafels van de gewone mensen voornamelijk omdat alle ingrediënten voor de maaltijd dichtbij gehaald werden. Om wat meer variëteit in de maaltijden aan te brengen werd er geruild. Zo gebeurde het dat de vissers uit de kustgebieden hun vis ruilden met de landinwaarts wonende boeren, die gevogelte, vlees en of groenten in de aanbieding hadden. Vooral in de Costa Brava, waar de bergen van de Pyreneeën vlak bij zijn, zijn er een dikke honderd jaar geleden een keur aan bijzondere combinaties bedacht. Ik noem er graag een paar en zal van een van deze gerechten het recept geven.

Varianten van Mar y muntanya:

- Pollastre amb Gambes (kip met gambas)
- Mandonguilles amb sepia (gehaktballetjes met sepia)
- Peus de porc amb gambes (varkenspootjes met gambas)
- Pollastre amb bacallà (kip met stokvis)
- Conill amb escamarlans (konijn met rivierkreeft)
- Cabra de mar amb cargols (spinkrab met slakken)



Pollastre amb Gambes (kip met gambas)



Mandonguilles amb sepia (gehaktballetjes met sepia)



Conill amb escamarlans (konijn met rivierkreeft)

Recept voor pollastre amb gambes (kip met gambas)

Ook dit gerecht kent een lange geschiedenis en werd voornamelijk gegeten in de provincie Girona.

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 kip in 4 stukken
- 12 grote gambas (2 à 3 per persoon)
- 150 gram poedersuiker
- 1 ui
- 6 eetlepels tomatenpuree
- 1 glas cognac
- 2 grote glazen visbouillon
- zout
- olijfolie

Voor de zogeheten picada (fijngehakte ingrediënten):

- een stuk oud brood
- 12 amandelen
- klein handje pijnboompitten
- 2 tenen knoflook

Bereiding:

Pollastre amb gambes maakt u in een cazuela de barro, een terracotta-braadpan. Indien die in uw keuken niet aanwezig is, is elke grote braadpan goed.

1. Doe olijfolie in de braadpan en voeg de gambas toe, eenmaal gaar haalt u ze uit de pan.
2. In dezelfde olie voegt u de ingrediënten voor de picada toe; brood, amandelen, knoflook en de pijnboompitten, als ze goudgeel zijn haalt u ze uit de pan en doet u deze ingrediënten in een vijzel.
3. In dezelfde olie braadt u de kip aan, wanneer deze mooi aangebraden is, haalt u de kip ook weer uit de pan.
4. Vervolgens voegt u in dezelfde pan de fijn gesneden ui toe, nadat de ui gegaard is, voegt u de tomatenpuree toe.
5. Vervolgens maalt u in de vijzel, de knoflook, de amandelen, de pijnboompitten en het brood fijn en voegt u daaraan het glas cognac toe.
6. Hierna voegt u de kipstukken en de picada uit de vijzel toe aan de tomaten en de ui in de braadpan, laat het even garen zodat de alcohol kan verdampen.
7. Na ongeveer 4 minuten voegt u de bouillon toe zodat de kip bedekt is, laat het ongeveer 30 minuten garen.
8. Hierna proeft u of er desgewenst nog zout moet worden toegevoegd, voeg daarna de gambas toe en laat het nog 5 minuten doorkoken, neem vervolgens de pan van het vuur en laat de pan nog even rusten alvorens u deze lekkernij uitserveert.

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

Tip: mocht het vocht teveel inkoken dan kunt u desgewenst meer bouillon toevoegen. Belangrijk is dat de kip niet uitdroogt, de saus moet wel dikvig blijven. Nog belangrijker is de rusttijd: hoe langer, hoe lekkerder! U kunt dit gerecht dus uitstekend een dag van tevoren bereiden, dan mengen de smaken beter. Misschien overbodig te zeggen, maar hoe beter de kwaliteit van de kip hoe smaakvoller het eindresultaat.

Bon profit (Catalaans voor eet smakelijk)!



Spaanse paddenstoelen

Door reisleidster Qurina

Al sinds een paar weken is de bolets-gekte, de paddenstoelen-gekte, weer losgebroken. Elk jaar zijn er vele vrouwen en mannen die de prikkel voelen. Vooral in de dorpen gonst het. Het weer wordt besproken, want er zijn bepaalde klimatologische omstandigheden nodig die er voor zorgen dat de paddenstoelen goed opkomen. Eerst moet het regenen en een buitje is niet genoeg. Daarnaast moet de temperatuur niet al teveel dalen, want dan heeft de paddenstoel geen zin om boven de grond te komen. De echte boletaires, want zo heten de paddenstoeljagers, hebben het nergens anders meer over.

Buscant bolets

Als Friezin doet mij dit een beetje denken aan de zoektocht naar het eerste kievitsei in het voorjaar, ook zo'n gekte dat eieren zoeken. De strijd wie het eerste ei vindt en deze aan de burgemeester of de commissaris van de koning mag aanbieden. In Spanje gaat het met het buscant bolets (Catalaans) of het buscar setas (Spaans) net zo. De eerste die met een volle mand paddenstoelen door het dorp kan paraderen wordt met afgunst bekeken. En natuurlijk zijn er daar de ouderen met kennis van alles, die dan de mand met inhoud in twijfel trekken. Het zal wel gekocht zijn!

Het is net een surrealistische film, vol geheimen en rituelen. Nooit, maar dan ook nooit, laat je iets los over 'jouw vindplek'. In mijn ogen heeft het ook iets heks-achtigs, al was het alleen maar omdat je over grote kennis moet beschikken over welke paddenstoelen eetbaar en welke giftig zijn. Kennis die wordt overgebracht van vader op zoon, van moeder op dochter en zeer streek gebonden is. Een echte boletaire gaat geen paddenstoelen zoeken buiten zijn eigen regio, want minieme verschillen in de diverse soorten kunnen de dood brengen. Dus kennis is vereist: de paddenstoel die hier groeit ziet er anders uit dan dezelfde paddenstoel 150 kilometer verderop.



Paddenstoelen zoeken



Ingrediënten voor het bereiden



Paddenstoelen op de grill

Als roodkapje het bos in

Het is absoluut niet mijn favoriete tijdverdrijf (ik snap het niet, ik zie ze niet en als ik er een vind, joepie een paddenstoel, dan is hij altijd giftig dus na een aantal pogingen heb ik het

opgegeven), maar ik geniet er uitermate van als ze op mijn bord liggen! Daarbij vindt ik het ook een vreemde tak van sport. Stel u voor: iedereen hier in mijn dorp heeft een of meerdere tenenmandjes in de schuur (ook wij in vele maten) en een goed mes. Als het seizoen daar is, gaan ze: grote kerels met een roodkapje mandje, eerst met de auto en dan het bos in. En niks over de paden, maar dwars door het bos met mandje, mes en stok.

Mijn eerste ervaring hiermee was al weer zo'n 20 jaar geleden, maar ik zal het nooit vergeten. We waren op bezoek bij oma, die in een dorp woonde vlak bij de Pyreneeën. In die tijd woonde ik nog in de grote stad Barcelona. Wij gingen paddenstoelen zoeken met oma, een fantastisch mens van dik in de 80. Ik kreeg mijn mandje en een mes en we gingen op pad. Met een oude Landrover reden we het bos in en op een goed moment stapte oma uit en verdween met haar mandje tussen de bomen. Wij reden nog een stuk door en ook daar verdwenen wij in het bos. Als ik eerlijk ben, was ik er snel klaar mee: kruipen, speuren naar een paddenstoel onder de dennennaalden, dit was niet bepaald een ontspannen wandeling. We reden weer verder steeds dieper het bos in over wegen, die geen wegen waren en tot mijn opperste verbazing op een geheel ander punt dan dat we haar hadden achtergelaten kwam ineens oma uit het bos met een mand vol paddenstoelen! Sindsdien heb ik maar een woord: respect voor de boletaires. Ik heb de paddenstoelen leren bereiden, maar dat roodkapje in het bos, dat laat ik over aan mensen die er kennis van hebben.

Gister nog kwam mijn man thuis met een mand vol zogeheten trompetas de la muerte, trompetten van de dood: een mooie en dreigende naam voor een gitzwarte paddenstoel die erg lekker is in stoofschotels. Maar de echte favoriet is hier toch wel de rovellón, de oranjegroene melkzwam (*lactarius deliciosus*). Deze stevige oranje paddenstoel, die groeit in dennenbos of gemengde bossen met naaldbomen en loofbomen, is een absolute delicatessen die op geen enkele dis misstaat. Hieronder vindt u een van de in mijn ogen lekkerste manieren om deze paddenstoelen te bereiden, zodat ze volledig tot hun recht komen. U kunt de rovellón eten als voorgerecht (zoals we dat hier doen), maar als bijgerecht misstaat het ook niet.

Recept voor Rovellónes con ajo y perejil – een heel simpel gerecht

Ingrediënten voor 4 personen:

- rovellón, 6 per persoon
- knoflook
- verse peterselie
- grof zout
- olijfolie
- en een grillplaat of goede koekenpan

Bereiding:

1. Maak de rovellón met zorg schoon: als ze uit het bos komen is het in principe voldoende om ze voorzichtig schoon te borstelen met een kwastje en desgewenst een vochtig doekje om zaken te verwijderen als vastgeplakte blaadjes. Afspoelen doet u alleen als ze uit de winkel komen en door vele handen zijn gegaan.

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

2. Snijd de peterselie fijn.
3. Verhit de grillplaat of de koekenpan met een scheutje olijfolie.
4. Gaar in de olie de knoflook en voeg daarna de rovellón toe onder af en toe omdraaien. Laat ze niet te lang garen, het is fijn als ze een beetje een 'bite' houden.
5. Neem ze uit de pan en serveer ze ondersteboven, zo kan de kenner aan de sporen zien dat het een verse en gezonde rovelló is.
6. Serveer ze met de peterselie en wat grof zout.

Bon profit (Catalaans voor eetsmakelijk)!



Mediterrane borrelplank

Door reisleidster Marlies

Niets zo gezellig als met elkaar aan tafel zitten kletsen en borrelen met een hapje erbij. Gewoon een drankje met vrienden aan het eind van de dag of als beginnetje van een diner. Natuurlijk wilt u leuk voor de dag komen, maar niet te ingewikkeld doen en zelf alleen maar in de keuken staan om de hapjes te maken!

Met deze mediterrane borrelplank combineert u kant-en-klaar gekochte dips met kaas, vleeswaren, zelf gemarineerde artisjokjes, gegrilde groentes, puntjes tortilla, kipspiesjes en bruschetta met drie verrukkelijke toppings die u 's middags al gemaakt heeft. Met een mooi opgemaakte plank maakt u indruk op uw gasten, succes verzekerd!

In een aantal stappen neem ik u mee om een mediterrane borrelplank te maken, zo eenvoudig of uitgebreid als u zelf wilt!

Een tip vooraf

Begin met (de aanschaf van) een mooie grote (olijfhout, essen of acacia) houten plank. U kunt ze tegenwoordig in veel huishoudzaken en kookwinkels kopen. Koop 'm niet te klein, een plank van 60 centimeter ligt maar zo vol! Vet voor het eerste gebruik de plank lichtjes in met een neutrale olie zoals een druivenpitolie.

Op de plank - de basis

- Zoek 3 leuke identieke kleine glaasjes en vul deze met **bijvoorbeeld aioli, (tomaten)tapenade, hummus of pesto** die u tegenwoordig kant-en-klaar bij de supermarkt kunt kopen.
- Gemarineerde **olijfjes** doet u in een klein aardewerken bakje met prikkertjes erbij.
- Dun gesneden **spianata romana**: deze heerlijk Italiaanse vleeswaar rolt u in plakjes op met 2 blaadjes rucola erin
- **Manchego** is een Spaanse schapenkaas. Herkenbaar aan de bruine (plastic) geribbelde korst. U koopt het vaak in een punt stukje. De smaak van de 'semi-curado' is wat milder dan de 'curado'. Manchego snijdt u níet in blokjes, maar in driehoekige puntjes.
- **Jamon serrano**. Deze heerlijk rauwe Spaanse ham mag niet ontbreken op een borrelplank. Vouw de plakjes tot kleine roosjes en leg er stukjes **Galia-meloen** tussen.
- Garneer de plank met kleine trosjes **witte druiven** die u verspreid over de plank neerlegt.
- Zorg voor lekker **stokbrood** of een zogenaamd **breekbrood**.

De plank kunt u naar keuze aanvullen met de onderstaande hapjes die u zelf klaarmaakt.

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Mediterrane borrelplank
Foto: reisleidster Marlies



De basis
Foto: reisleidster Marlies



Vleeswaren en druiven
Foto: reisleidster Marlies

Bruschetta met dip 1, 2 of 3

Een Italiaanse bruschetta is eigenlijk niks anders dan een belegd stukje stokbrood, maar dan nét iets specialer. Neem als basis een stevig **zuurdesem stokbrood** en snijd deze schuin in dunne plakjes. Grill de stukjes brood de oven, in de broodrooster of in een droog pannetje op het vuur. Voor iets meer smaak wrijft u een open gesneden teentje **knoflook** over de nog warme toast en druppelt u een pietsie **olijfolie** erover. Het resultaat moet een stevig toast-achtig stukje stokbrood zijn. Beleg ze pas vlak voor het serveren met één van onderstaande dips.

Dip 1: Doperwtendip met buffelmozzarella, dille en oude kaas

Ingrediënten:

- 125 gr diepvriesdoperwten
- Half teentje knoflook
- Buffelmozzarella
- Dilletakjes
- Oude kaas
- Olijfolie
- Zout en peper

Bereidingswijze:

1. Kook de diepvriesdoperwtjes 3 minuten in water met wat zout
2. Giet ze af en prak ze in een vijzel met de knoflook uit de knijper, klein scheutje olijfolie en snufje zout tot een smeug smeersel. Proef en voeg eventueel nog peper en zout erbij.
3. Knip wat dilletakjes (zonder de harde steeltjes) fijn en roer dit door de doperwtenmassa.
4. Trek de buffelmozzarella in reepjes.
5. Beleg de toast met het doperwt-mengsel, leg er reepjes mozzarella op, en rasp met een grove kaasrasp oude kaas erover, garneer met takje dille.

Dip 2: Geroosterde snoeptomaatjes met ricotta

Ingrediënten:

- 400 gr gehalveerde snoep- of cherrytomaatjes
- 3 el olijfolie
- Grof zeezout
- Zwarte peper
- 2 kleingesneden knoflooktenen
- 2 tl suiker

Bereidingswijze:

1. Voeg de ingrediënten samen in een kom en hussel goed om.
2. Verdeel het mengsel over de bodem van een platte lage ovenschaal die bekleed is met bakpapier.
3. Zet de schaal ongeveer 30 minuten (houd ze in de gaten) in een voor verwarmde oven van 150° tot de tomatjes zacht en gekaramelliseerd zijn.
4. Giet het vocht af maar bewaar een paar eetlepels vocht voor straks; laat de tomatjes afkoelen en zet ze weg.

- 4 takjes vers geritste tijmblaadjes
 - Scheutje balsamicoazijn
5. Beleg de bruschetta-toast op moment van serveren met een laagje ricotta, leg de tomaatjes erop en besprenkel met theelepeltje vocht en garneer met blaadje rucola of basilicum.

Dip 3: Gegrilde courgette, pesto en groene tip-asperge

Ingrediënten:

- Courgette
- Groene aspergetips
- Groentebouillon
- Groene pesto
- Aioli
- Olijfolie
- Zout

Bereidingswijze:

1. Snijd van een courgette 4 (of 8) ovale plakjes van ½ centimeter dikte die goed passen op de vorm van de toast die u gemaakt heeft.
2. Vet de plakjes met een kwastje heel licht in met olijfolie en bestrooi met een klein beetje zout.
3. Gril de courgetteplakjes kort (ze moeten nog een beetje stevig zijn) aan beide kant tot ze een mooi grilstreepje hebben en leg ze op keukenpapier. Het mooiste is als u een klein grillplaatje heeft die u op het gas zet, natuurlijk kunt u ook in een koekenpan de plakjes bakken.
4. Kook groene aspergetips heel kort, beetgaar in kokend water met groentebouillon, spoel ze daarna koud af en leg ze op keukenpapier. Snijd het kontje eraf.
5. Besmeer de bruschetta-toast vlak voor het serveren dun met groene pesto, leg er een plakje courgette op en strooi peper uit de molen over.
6. Leg theelepeltje aioli op de courgette en rangschik twee groene asperges kruislings op de aioli. Garneer eventueel met een plukje groen.



De dipjes en de bruschetta
Foto: reisleidster Marlies



Bruschetta met doperwtendip
Foto: reisleidster Marlies



Bruschetta met tomaatjes
Foto: reisleidster Marlies

Gemarineerde artisjok

Ingrediënten:

- +/- 400 gr hele artisjokharten (1 blik)
- 125 cl witte wijn
- 125 cl koelverse jus

Bereidingswijze:

1. Laat de artisjokharten goed uitlekken, knijp eventueel voorzichtig het vocht eruit.
2. Halveer de artisjokjes.

Koken met de SRC-reisleiders

een wereldreis in gerechten

- Groentebouillonpoeder
 - Sinaasappelschil
 - 1/3 bos dragon>
 - Olijfolie
 - Zout
3. Neem een pan die ruim genoeg is om de artisjokken straks naast elkaar op de bodem te leggen in de marinade.
 4. Verwarm de marinade zachtjes: de witte wijn en de koelverse jus en voeg een klein beetje groentebouillonpoeder toe met een eetlepel olijfolie.
 5. Rasp met een fijne rasp een beetje sinaasappelschil erbij.
 6. Neem de dragon en knip dit zonder de harde stengels fijn boven de marinade.
 7. Leg de artisjokjes naast elkaar in de pan en laat ze op heel laag vuur zo'n 15 minuten zacht worden en de smaken opnemen.
 8. Serveer ze op kamertemperatuur in een klein beetje van de marinade.

Mini kippendijspiesjes

Ingrediënten:

- 350 gr kippendij
- 3 el olijfolie
- 2 tenen knoflook uit de knijper
- 2 tl korianderpoeder
- 2 tl komijnpoeder
- 2 tl paprikapoeder
- 2 tl oregano
- 1 el citroensap
- gemberpoeder
- verse koriander
- Zout

Bereidingswijze:

1. Snijd de kippendij in gelijkmatige blokjes van 2 bij 3 centimeter.
2. Halveer de artisjokjes.
3. Maak een marinade van de olijfolie, de knoflook, het korianderpoeder, het komijnpoeder, het paprikapoeder, de oregano, wat gemberpoeder en wat fijngesneden verse koriander en het citroensap.
4. Laat de kippendijblokjes minstens 3 uur afgedekt marineren in de koelkast, hussel ze tussendoor 1 keer om.
5. Verwarm de oven op 180° en laat de kip in een ovenschaal in +/- 10 á 14 minuten helemaal gaar worden, schud tussendoor een keertje om. (snijd een blokje door om gaarheid te controleren)
6. Rijg 2 á 3 kipblokjes aan kleine bamboeprikkertjes. Deze spiesjes kunnen van te voren gemaakt worden; ze kunnen prima koud op de plank. Lekker met wat aioli en verse koriander erover.

Koken met de SRC-reisleiders een wereldreis in gerechten



Gemarineerde artisjok
Foto: reisleidster Marlies



Tortilla



Het eindresultaat
Foto: reisleidster Marlies

Tortilla

In een vorig recept heb ik laten zien hoe je een Spaanse aardappel-ui tortilla maakt. Laat deze afkoelen en snijd in puntjes en leg ze op je borrelplank.

In de zomer serveert u bij de borrelplank een fruitige rosé, bijvoorbeeld uit de Navarra. Kiest u voor rode wijn dan kunt u een Spaanse tempranillo nemen of een jonge Rioja.

Als u één keer de smaak te pakken heeft om een borrelplank te maken, is het misschien leuk om nog meer variaties te bedenken. Wat dacht u van een wrap met ‘geplukte kip’, mango-mayonaise en rucola die u in stukjes op de plank legt? Een plakje fricandeau opgerold met tonijnsaus/salade? Een mini-soepje in een glaasje op de plank? Met luxe ingrediënten kunt u de plank ook met kerst op tafel zetten als voorafje van het diner.

Veel succes en plezier met uw eigen creatieve inbreng en eet smakelijk!



Panellets voor La Castanyada

Door reisleidster Qurina

Het staat weer voor de deur: Halloween, Todos los Santos, La Castanyada, Magosto en vele andere namen voor min of meer hetzelfde feest. Op 1 november is het Allerheiligen, Allerzielen. In Nederland geen feestdag, maar op vele plekken in de wereld wel. Met feestelijkheden eren en herinneren we onze dierbaren die heen zijn gegaan. Een mooi feest dat eigenlijk alleen kan plaatsvinden in de herfst, wanneer de dagen korter worden, vrijwel de hele oogst binnen is en we met z'n allen rond het vuur zitten. In Spanje, vooral in het noorden, wordt het gevierd en beleefd onder verschillende namen, maar aangezien ik in Catalonië woon vertel ik u over de gebruiken en de namen van hier.

La Castanyada

De Castanyada is het feest dat wordt gevierd op de vooravond van 1 november (Tot Sants: Allerzielen, Allerheiligen). 1 november is hier een nationale feestdag waarop de mensen meestal in de ochtend naar de begraafplaatsen gaan om het graf van hun dierbaren schoon te maken en verse bloemen te plaatsen om op deze manier stil te staan bij hun verscheiden.

De avond voorafgaand aan Tot Sants kom je samen met je familie en vrienden om de dag in te luiden met allerlei traditionele gerechten en drankjes, die worden genuttigd na het diner. Logisch dat veel van de gerechten die men serveert op deze dagen te maken hebben met wat er net is geoogst. Het is kastanje-tijd, de druiven zijn geoogst en de eerste jonge zoete dessertwijn is bereid. De amandelen zijn geplukt, er is een overvloed aan de zoete aardappel 'boniato' en ook de pijnboompitten zijn weer volop te krijgen. Uit deze producten worden de traditionele gerechten gemaakt die op tafel worden gezet.

Gepofte kastanjes en zoete amandelkoekjes

Een mooie traditie is om gepofte kastanjes te kopen bij de castanyera (een spannend, beetje heksachtig type), een oudere dame in arme kleding met een groot schort voor en een doek op haar hoofd die de kastanjes verkoopt, per 6 gewikkeld in een kranten puntzak. Vroeger was dit ook een jaargetijde-gebonden beroep van de minderbedeelden.

Gepofte kastanjes zijn ook goed zelf thuis te bereiden! Wat heeft u nodig? Een goed vuur in een vuurkorf, een openhaard en anders volstaat ook de oven. Verder een koekenpan met stalen steel en gaten in de bodem van de pan. De kastanje even inkruisen, net als een spruitje en dan poffen maar. Tip voor bij de kastanjes: moscatel, een zoete dessertwijn, doet het uitstekend bij de gepofte kastanje en de gepofte boniato, zoete aardappel.

Maar het fijnste vind ik toch wel de panellets. Dit is een hele keur aan zoete koekjes, gemaakt van amandelmeel en veel suiker, desgewenst met gekonfijte vruchten, pijnboompitten, chocolade of kokos.

Al deze zeer energierijke gerechten hadden in hun tijd een duidelijke reden. La Castanyada wordt hier gevierd sinds de 18e eeuw, al is de oorsprong veel ouder en de rites rondom het eren van de overledenen gaan ook al eeuwen terug. Een van de rituelen hield in dat op de avond voor 1 november vanaf 12 uur 's nachts t/m de volgende zonsopgang alle klokken in de dorpen en de steden onverminderd werden geluid. Een enorm zwaar werk, om uren in de klokkentouwen te hangen om ze te luiden! Dit werd door de inwoners afgewisseld en dan kwam het eten van energierijke gerechten boordevol suiker, wat snel wordt opgenomen, goed van pas.



Verschillende soorten panellets



Beeld van een castanyera



Kastanjes roosteren op vuur

Recept voor panellets in verschillende varianten

Basisrecept panellets

Ingrediënten:

- 550 gram amandelmeel
- 300 gram zoete aardappel
- 400 gram suiker
- schilletje van een citroen

Bereidingswijze:

1. Kook de zoete aardappel met schil en al eenmaal goed gaar.
2. Schil de aardappel en maak er een puree van en laat de puree goed afkoelen.
3. Voeg de suiker, het amandelmeel en de geraspte citroenschil toe. Vermeng dit alles goed met een vork. Niet al te veel mixen, zodat de massa niet te zacht wordt.

Deze massa is de basis voor alle soorten panellets. U kunt nu verdergaan met een van de onderstaande variaties.

Variatie 1: Panellets met pijnboompitten

Ingrediënten:

- 250 gram pijnboompitten
- 1 ei

Bereidingswijze:

1. Maak kleine balletjes van de basismassa.
2. Neem een ei en scheid de dooier van het eiwit. Gebruik het eiwit om de balletjes doorheen te halen.
3. Rol daarna de balletjes door de pijnboompitten.
4. Plaats ze op een bakplaat met bakpapier en breng met een kwastje wat eigeel aan.

5. Hierna bakt u de panellets 10 minuten in een voorverwarmde oven (225/250 graden).

Variatie 2: Panellets met amandelen

Ingrediënten:

- 250 gram amandelen in kleine stukjes (type rijstkorrel)
- Eiwit van 1 ei

Bereidingswijze:

1. Maak van de basismassa kleine langwerpige balkjes.
2. Breng alleen de bovenkant eiwit aan. De onderkant haalt u even door wat meel.
3. Op de bovenkant brengt u de kleine stukjes amandel aan.
4. Plaats ze op een met bakpapier beklede bakplaat.
5. Bak de panelletes 8 á 10 minuten in een voorverwarmde oven (225-250 graden).

Variatie 3: Panellets met kokos

Ingrediënten:

- 100 gram geraspte kokos
- Eigeel van 1 ei

Bereidingswijze:

1. Neem 1 deel basismassa en 1 deel kokos (niet in gewicht maar in hoeveelheid) en vermeng het goed.
2. Neem bolletjes van de massa en maak er kleine piramides van.
3. Bestrooi ze met kokosrasp en breng het eigeel aan.
4. Plaats de piramides op een met bakpapier beklede bakplaat.
5. Bak de panellets 8 á 10 min in een voorverwarmde oven (225-250 graden).

Bon profit (Catalaans voor eetsmakelijk)!



Mazapán en turrón voor een dulce Navidad

Door reisleidster Qurina

Bij ons in Nederland worden er rond Sinterklaas en Kerstmis vele lekkernijen gegeten met als hoofdingrediënten amandelen en suiker. Denk aan de banketletter gevuld met amandelspijs, figuurtjes van marsepein voor in de schoen, kerstkransjes van marsepein voor in de kerstboom... Al ver voordat marsepein in Nederland werd geïntroduceerd was deze zoetheid al bekend in Spanje. Ook Italië en Duitsland dingen mee naar de status van oudste marsepeinmakers.

Mazapán y turrón

In Spanje ontbreekt deze lekkernij samen met turrón op geen enkele tafel met kerst. Niet zoals in Nederland bij de koffie, maar na de kerstmaaltijd wanneer de tafel vol wordt gezet met allerlei zoetheiden: noten, chocolade, turrónes in vele soorten en smaken en marsepein (mazapán in het Spaans). Zowel mazapán als turrón hebben dezelfde ingrediënten: amandelen en suiker of honing. Turrón is tegenwoordig het hele jaar te verkrijgen, maar het is traditioneel iets wat bij Kerstmis hoort. Het is ook een geliefd kerstcadeautje dat onmisbaar is in het kerstpakket. Mazapán wordt het hele jaar door genuttigd.

In grote delen van Spanje is de belangrijkste kerstmaaltijd op Noche Buena (kerstavond). Ook heeft men niet overal een tweede kerstdag. Maar ik woon in Catalunya en daar viert men eerste kerstdag grootser dan kerstavond. Op deze eerste kerstdag vindt overdag het grote 'familia' eetfestijn plaats, dat uren en uren kan duren. Vooral de 'sobre mesa', het natafelen, is een feest met al het eerder genoemde zoete lekkers en een goede fles cava, gevolgd door koffie met een digestief. Hier in Catalunya is tweede kerstdag wel een feestdag, San Esteve, waarop men weer bij elkaar komt en dan weer vreselijk teveel mag eten.



Mazapán



Turrón



Mazapán

Geschiedenis mazapán

Marsepein wordt gemaakt van amandelen en suiker. In Spanje mag Toledo met de eer strijken dat ze de lekkerste mazapán maken. De nonnen van de stad zijn al sinds jaar en

dag meesteressen in het bereiden van marsepein. Het is dan ook in Toledo waar het voor het eerst in 1512 in geschriften wordt genoemd. Volgens de overlevering werd marsepein voor het eerst gemaakt in het klooster van San Clemente in Toledo in 1212 na de slag van Navas de Tolosa, waarbij de Moren van Al-Andalus werden teruggeslagen achter de Sierra Morena. In Toledo werd honger geleden en er lag geen graan meer in de schuren, maar er waren wel opslagplaatsen vol met amandelen en suiker. Door hier een pasta van te maken kon het volk toch gevoed worden.

Er bestaat ook een theorie dat de naam mazapán herleid zou kunnen worden naar het woord pan (brood) en Maza (massa) ofwel Marzo (de maand maart). Dus broodmassa of Maartbrood. Er zijn vele legendes over de afkomst van marsepein en door wie het in Europa werd geïntroduceerd. Kwam het mee met de Moren toen zij in de 8e eeuw Spanje binnenvielen en het rijk Al-Andalus stichtten? Of kwam het uit Perzië, of kwam het mee met de kruisvaarders? Wat zeker is dat de oude Grieken het al kenden als een populair nagerecht gemaakt op basis van amandelen en honing.

Geschiedenis turrón

Ook turrón, een zoete massa gemaakt van honing, waar men amandelen aan toevoegt, is een Spaanse specialiteit. De amandelen zijn gepeld en geroosterd, eventueel kan er eiwit aan worden toegevoegd. Deze massa laat men afkoelen in rechthoekig vorm (cakevorm). Turrón wordt nog steeds op traditionele wijze bereid in bepaalde delen van Alicante (Jijona), Valencia (Casinos) en Cataluña (Agramunt). Er zijn twee soorten turrón: turrón duro (hard), waarbij de hele amandel wordt vermengd met de honing en de turrón blando (zacht) voornamelijk uit Jijona, waarbij de amandelen gemalen zijn en dat vermengd met honing geeft een zachte massa. Tegenwoordig zijn er erg veel soorten turrón met onder andere chocola, likeur, kokos of met stukjes fruit. Teveel om op te noemen.

Net als bij marsepein is de bakermat van turrón het oude Griekenland en werd het hoogst waarschijnlijk door de Arabieren van Al-Andalus geïntroduceerd in Spanje. Een van de oudste geschriften waarin turrón onder de naam 'Turun' wordt genoemd is een schrijven van een Arabische arts in de 8e eeuw. De Spaanse versie van deze zoetigheid ontstond in het koninkrijk Valencia in de 15e eeuw, de tijd van Karel V. Turrón werd voornamelijk aan het hof en door rijke families gegeten en mocht tijdens kerst op geen enkele vooraanstaande tafel ontbreken. In Alicante is een document geschreven in 1572, waarin staat dat het de gewoonte was om in de kersttijd het salaris deels in geld en een deels in turrón te betalen.

Recepten voor mazapán en turrón

Recept voor mazapán

Ingrediënten:

- 200 gram gemalen amandelen
- 200 gram suiker (suiker glacé)
- 1 ei

Bereidingswijze:

1. Scheid het eiwit van het eiwit en bewaar het eiwit.
2. Vermeng het eiwit met de gemalen amandelen en suiker net zolang tot u een homogene massa heeft.

3. Verdeel de massa in kleine porties van ongeveer 20 gram en maak er bolletjes van, Vervolgens kunt u er figuurtjes van maken: kerstboompjes, gezichtjes, engeltjes... leef u uit! Natuurlijk kunt u de massa ook uitrollen en dan met deegvormpjes figuurtjes maken.
4. Verwarm de oven voor op 200 graden.
5. Plaats de figuurtjes op bakpapier op de bakplaat en bestrijk ze met eigeel.
6. Leg ze in de oven net zolang tot ze goudgeel kleuren, let goed op dat ze niet verbranden, het 'bakken' in de oven hoeft maar even: 3 à 4 minuten.

Recept voor turrón

Ingrediënten:

- 300 gram gemalen amandelen
- 200 gram heldere honing
- 50 gram suiker
- 2 gram kaneel
- 1 gram zout
- eiwit van 1 ei
- beetje geraspte citroenschil

Bereidingswijze:

1. Rooster in een grote koekenpan de gemalen amandelen op niet te hoog vuur net zolang tot ze goudkleurig zijn (blijven roeren).
2. Laat de geroosterde amandelen afkoelen.
3. Doe de honing en de suiker in een pan en verwarm het op een laag vuur net zolang tot de suiker is gesmolten en er een homogene substantie ontstaan is, neem de pan van het vuur.
4. Stijf het eiwit met behulp van een mixer op tot er een luchtige massa is ontstaan.
5. Vervolgens vermengt u dit met het mengsel van honing en suiker.
6. Plaats de pan weer op een laag vuur en blijf de massa roeren totdat er een stevige crème is ontstaan.
7. Neem de pan weer van het vuur.
8. Voeg de gemalen en geroosterde amandelen, zout, citroenrasp en kaneel toe.
9. Schep alles goed om totdat er een stevige massa is ontstaan.
10. Vul de bakvorm met de massa, druk het stevig aan, dek het af met plastic keukenfolie en leg er een gewicht op (bijvoorbeeld een pak melk).
11. Daarna laat u het gedurende 6 uur afkoelen met het gewicht erop.
12. Bewaar de turrón in de koelkast.

Veel succes met het bereiden van deze Spaanse lekkernijen en geniet ervan als nagerecht of bij de koffie of thee. Het wordt sowieso een dulce navidad (zoete kerst).

Feliz Navidad!



Manti – Turkse deegbolletjes overgoten met yoghurt

Door reisleidster Claudia

Manti (uitspraak: mantuh) is een typisch Turks gerecht waar ik zelf dol op ben. Het gerecht bestaat uit met runder- of lamsgehakt gevulde deegbolletjes, waar yoghurt met een gekruide botersaus overheen wordt gegoten. Het is makkelijk en snel te maken, tenminste als u de kant en klare manti in de Turkse winkel koopt. Als er geen Turkse winkel in de buurt is, kunt u er ook ravioli voor gebruiken.



Turkse manti met salade
Foto: reisleidster Claudia



De benodigde kruiden
Foto: reisleidster Claudia



De Turkse deegbolletjes
Foto: reisleidster Claudia

Recept voor Turkse manti

Ingrediënten voor 2 personen:

- 300 gram manti of ravioli
- 2 bekers Turkse yoghurt
- 3 teentjes knoflook
- 1 eetlepel roomboter
- 1 theelepel pul biber (gedroogde rode peper)
- 1 theelepel gedroogde munt

Bereiding:

1. Kook water met wat zout en zonnebloemolie erin.
2. Als het water kookt doe dan de manti erbij en laat het koken voor ongeveer 15 minuten.
3. Als de manti zacht is neem je de pan van het vuur en laat je de manti uitlekken in een vergiet.
4. Doe de uitgelekte manti in een diep bord en schep de yoghurt eroverheen.
5. Doe de roomboter, knoflook en pul biber in een koekenpan en laat het geheel zachtjes smelten en bakken totdat er schuim op de boter verschijnt en het geheel een rode kleur krijgt.
6. Haal de saus van het vuur en schenk het uit over het gerecht.

7. Vervolgens sprenkel je de gedroogde munt eroverheen en klaar is het manti gerecht.

Serveer de manti met een salade van bijvoorbeeld rucola, tomaten en verse munt. Als dressing sprenkelt u er olijfolie en citroensap overheen met een beetje gemalen zwarte peper en zout.

Afiyet olsun! Eet smakelijk!



Afrikaanse bobotie

Door reisleidster Astrid

Bobotie is een typisch Zuid-Afrikaans gerecht, en erg lekker! De naam is afgeleid van 'bobotok', een Indonesisch vleesgerecht dat gestoomd wordt. Vermoedelijk is het recept al in de 17e eeuw via Javaanse en Maleisische slaven in Zuid-Afrika beland. Een aantal van die slaven werkten in de keukens van plantagehouders, en zij zetten dit gerecht op het menu. Bobotie was zo gewoon in die tijd, dat er speciale pannen bestonden: bobotiketels.

Hoe u de bobotie precies maakt, is erg afhankelijk van uw smaak en ook van de tijd die u heeft. Hieronder vindt u het recept: erg lekker en zeer geschikt voor de wat meer moderne kok, die soms wat minder tijd heeft om een goede maaltijd op tafel te zetten. Eet smakelijk!



Ingrediënten voor bobotie



Bereiding bobotie



Eet smakelijk!

Recept voor Zuid-Afrikaanse bobotie

Ingrediënten (6 – 8 personen):

- 1 kilo rundergehakt (liever vegetarisch? Vervang het gehakt door linzen!)
- 250 milliliter melk
- 1 dikke snee bruin brood (of 2 gewone, indien voorgesneden)
- 2 fijngesnipperde uien
- 2 theelepels fijngesneden knoflook
- 2 theelepels olijfolie
- 2 theelepels kurkuma
- 3 theelepels milde kerriepoeder
- 3 theelepels abrikozenjam (of gelei)
- 1 losgeklopt ei
- 2 eetlepels witte wijnazijn
- een paar laurierblaadjes
- ½ kopje gele rozijnen (ongeveer 60 gram)
- een handvol amandelschaafsel
- naar smaak zout en versgemalen zwarte peper

Voor de bovenlaag:

- 4 eieren
- 500 milliliter melk
- naar smaak zout en versgemalen zwarte peper

Bereiding:

1. Verwarm de oven voor op 180 graden (160 graden hete luchtoven). Week het brood in de melk, en maak dit fijn met een vork.
2. Verhit de olie in een grote braadpan en fruit de fijngesnipperde uien tot ze glazig zijn. Voeg de fijngesneden knoflook, de kurkuma en de kerriepoeder toe en bak nog 2 minuten op zacht vuur mee.
3. Meng intussen het rundergehakt met het mengsel van melk en brood. Voeg het gehakt toe in de pan en bak op hoog vuur tot het gehakt mooi bruin is.
4. Voeg hierna de rozijnen, het amandelschaafsel, de abrikozenjam, de witte wijnazijn en naar smaak zout en peper toe. Laat dit op een laag vuur 15 minuten meebakken.
5. Haal hierna de pan van het vuur en laat de bobotie wat afkoelen tot het lauwwarm is. Meng hierna het losgeklopte ei door het gehakt en doe dit vervolgens in een grote ovenschaal.

Bovenlaag

Meng de ingrediënten voor de bovenlaag en giet dit over het gehakt. Leg de laurierblaadjes hier ter versiering bovenop. Vervolgens 25 minuten in de oven, en smullen maar!

Recept voor gele rijst met rozijnen

Bobotie is erg lekker als daarbij geschaafde kokosnoot, stukjes banaan, verse chutney en een eenvoudige salade van losgesneden tomaat en ui wordt geserveerd. En... met gele rijst met rozijnen! Dit wordt in de volksmond ook wel 'begrafenisrijst' genoemd. De naam duidt op gelegenheden waarbij veel monden gevoed moesten worden, zoals bij een begrafenis. Het past in ieder geval perfect bij bobotie!

Ingrediënten (per persoon):

- 1 kopje rijst
- ½ kopje rozijnen
- een kaneelstokje
- ½ theelepel kurkuma
- naar smaak zout toevoegen

Bereiding:

Doe de rijst, de kurkuma en naar smaak zout in kokend water en kook de rijst gaar volgens de verpakking. Giet de rijst af, doe terug in de pan en meng de rozijnen en de kaneelstokjes door de rijst. Laat vervolgens op laag vuur stomen totdat u de bobotie op tafel zet.

Koken met de SRC-reisleiders
een wereldreis in gerechten

Over SRC Reizen

SRC Reizen is een Groningse reisorganisatie die al meer dan 36 jaar vakanties met inhoud naar de mooiste reisbestemmingen over de hele wereld organiseert. Cultuur in de breedste zin van het woord, van kunst tot lekker eten, is een belangrijk ingrediënt van de unieke reizen van SRC. Onze reizen laten u de mooiste plekken van de wereld zien, bekend én onbekend. En die prachtige vakantiebestemmingen komen écht tot leven door de verhalen van onze reisleiders. Met SRC Reizen geniet u dus altijd van een unieke, onvergetelijke vakantie vol cultuur en ander moois!

Colofon

Met dank aan de reisleiders van SRC Reizen
Redactie: Mireille Kenter en Tessa Dekker
Fotografie: eigen foto's, Shutterstock en Pixabay

SRC Reizen

Oude Boteringestraat 37
9712 GD Groningen
050 – 3 123 123
SRC-reizen.nl
© 2020 SRC Reizen
Alle rechten voorbehouden