



FISH
TALES

HET ZEEUWSE
MOSSEL
KOOKBOEK

40 ECHTE MOSSELRECEPTEN

BART VAN OLPHEN
FOTOGRAFIE **DAVID LOFTUS**





HET ZEEUWSE
MOSSEL
KOOKBOEK

40 ECHTE MOSSELRECEPTEN

BART VAN OLPHEN
FOTOGRAFIE DAVID LOFTUS



MENU

FINGERFOOD

PANKOMOSSELEN MET REMOULADE.....	41
MOSSELEN IN DILLES AUS.....	42
SPRINGROLL MOSSELEN.....	46
MOSSELEN UIT PERU.....	48
MOSSELEN IN 'T ZUUR.....	52

SALADES EN SOEPEN

BROODJE MOSSELEN MET TARTAARS AUS.....	51
SALADE MET MOSSELEN IN 'T ZUUR.....	55
MOSSELCHOWDER.....	60
MOSSEL SOEP MET SAFFRAAN EN WITTE WIJN.....	63
COURGETTE-VENKELSOEP MET MOSSELEN.....	65

HOOFDGERECHTEN

MOSSELEN MET HOLLANDAISE SAUS.....	95
SATEH KERANG.....	79
IN BIER GEKOOKTE MOSSELEN.....	102
MOSSELEN OP Z'N NORMANDISCH MET DRAGON.....	105
MOSSELEN IN WITTE WIJN MET ZEEKRAAL.....	106
MOSSELEN IN GELE CURRY.....	109

SANDWICHES & SNACKS

GEBAKKEN MOSSELEN OP TOAST.....	66
OMELET MET MOSSELEN EN TOMAAT.....	68
QUESADILLA MET MOSSELEN.....	93
COUSCOUSSALADE MET MOSSELEN.....	100
PIZZA MET MOSSELEN EN GARNALEN.....	127
GUMBO MET MOSSELEN EN KREEFT.....	138

VOORGERECHTEN

MOSSEL COCKTAIL.....	34
MOSSEL TARTAAR.....	37
MOSSELEN CEVICHE 'STYLE'.....	38
MOSSEL KOEKJES MET DRAGONMAYONAISE.....	71
MOSSELEN IN SAKE.....	75
QUICHE MET MOSSELEN.....	76
GEGRATINEERDE MOSSELEN.....	80
MOSSELSOUFFLÉ.....	83
AARDAPPELKOEKJES MET MOSSELEN, PREI EN BLEEKSELDERIJ.....	88
MOSSELEN 'EN PAPILOTE'.....	90
MASALAMOSSELEN.....	96

MOSSELPAELLA.....	114
RISOTTO MET MOSSELEN, VENKEL EN ZEEKRAAL.....	119
PASTA MET MOSSELEN, CHORIZO EN LAMSOOR.....	121
MOSSEL TACO'S MET PIRIPIRISAUS.....	123
GRIEKSE MOSSELEN.....	129
MOSSEL CATAPLANA MET SCHOL EN GARNALEN.....	130
MOSSELPIE.....	137



INLEIDING

ZELF BEN IK EEN GROOT MOSSELLIEFHEDER. IK KAN ME HERINNEREN – IK MOET EEN JAAR OF 8 ZIJN GEWEEST – DAT IK SAMEN MET MIJN MOEDER EN HAAR MAN RENÉ MOSSELEN AT ALS VOORGERECHT IN ZO’N TYPISCHE FRANSE VISBISTRO OP PLACE GÉNÉRAL DE GAULLE IN HET ZUID-FRANSE ANTIBES. IK VOND DIE SCHELLEN ZÓ LEKKER, DAT IK HET DAARNA DIRECT ALS HOOFD- EN NAGERECHT BIJBESTELDE. HET ZAL WEL ERGENS IN DE GENEN ZITTEN, WANT ZE ZIJN INMIDDELS OOK DE FAVORIET VAN MIJN KINDEREN BO (16), JUUL (3) EN TIES (1). ER BLIJFT NOOIT EEN MOSSEL IN HET PANNETJE OVER.

Toen ik in 1998 in de Nederlandse horeca begon en vervolgens de ‘viswereld’ ben ingestapt, vind ik het fascinerend om te zien hoe het oerhollandse product ‘mosselen’ in Nederland inmiddels ingeburgerd is geraakt. En niet geheel ten onrechte, want het is zo óntzettend lekker en bovendien is een goeie mossel geen rib uit je lijf. Een paar eenvoudige stappen en een pan, als je wilt wat extra smaakmakers hier en daar, en binnen no-time proef je de pure zilte smaak van de mossel en de prachtige Oosterschelde.

Ik wist namelijk niet beter dan dat deze smakelijke schelpjes uit onze Zeeuwse wateren kwamen. Enige tijd geleden ving ik tot mijn verbazing geluiden op dat veel mosselen helemaal niet uit de Zeeuwse wateren komen, maar wel als Zeeuws worden bestempeld. Veel van de “Zeeuwse” mosselen die in Nederland verkrijgbaar zijn, worden alleen maar even ondergedompeld in de Oosterschelde nadat ze zijn geïmporteerd vanuit

landen als Ierland, Denemarken en Duitsland. Niks mis mee, want die mosselen zijn ook heerlijk, maar écht Zeeuws, dat zijn ze niet. Niet gegarandeerd. Ik ben op zoek gegaan naar 100 procent Zeeuwse mosselen en die hebben we gevonden bij de familie Schot bij Neeltje Jans. Mosselen die gegarandeerd van zaad tot mossel zijn opgegroeid in de Oosterschelde. Lekkere dikke Zeeuwen dus, en dat willen we!

Met deze mosselen ben ik voor dit boek aan de slag gegaan en hebben we veertig overheerlijke mosselrecepten samengebracht. Wereldse recepten, koud en warm, voor doordeweeks of een leuk feestje, als snack of hoofdgerecht, maar waarin je altijd Zeeland écht terug proeft! Enjoy!

OVER MOSSELEN

WE ETEN ZE AL EEUWENLANG, ZE ZIJN DE GROTE TROTS VAN HET ZILTE, ZEEUWSE LAND, WORDEN BEZONGEN IN DE LIEDEREN VAN BLØF EN ZIJN NIET WEG TE DENKEN VAN DE MENUKAART: MOSSELEN, HET BELANGRIJKSTE PRODUCT UIT DE NEDERLANDSE SCHELPDIERENKWEEK, 'ONS' DELICATE SCHELPE DAT DOOR DE JAREN HEEN ALLEEN MAAR WINT AAN POPULARITEIT.

CONSUMPTIEMOSSELEN

Consumptiemosselen 'zoals wij ze in Nederland kennen' – dikke zwarte schelp, lichtoranje vlees met als wetenschappelijke naam de *Mytilus edulis* – komen van percelen in kweekgebieden vanuit heel Noord-Europa. Deze percelen kunnen gepacht worden door de mosselvisser van de overheid of de schelpen worden zoals in Denemarken in het wild gevangen. Tot 10 jaar geleden werd al het mosselzaad, de babyschelpjes, van de zeebodem gevist met sleepnetten. Toen de overheid zaken als het behoud van natuurlijke mosselbanken, het in stand houden van de ecocultuur en diverse andere duurzaamheidsaspecten prioriteit gaf boven deze ouderwetse werkwijze, groeide de vraag naar kweekmethoden om het welzijn van onze zeebodem te waarborgen en milieuschade te beperken.

Sinds 2008 werd het vissen van het zaad van de bodem aan banden gelegd en hebben de kwekers tot 2020 de tijd om langzaam over te gaan tot 100% invang van mosselzaad. Een klein groepje vissers ging over tot invangen via mosselzaadinvanginstallaties (MZI's) vanaf 2008, en nu doet het merendeel van de Nederlandse mosselvisser dit.

Sinds 2011 is de mosselvisserij in Nederland MSC-gecertificeerd. Het keurmerk dat waarborgt dat de mosselen uit een gezond visbestand worden gevangen op een wijze die geen negatieve effecten voor het milieu heeft. Voor de herkomst van de mosselen is er een ander keurmerk. Niet alle mosselen komen namelijk daadwerkelijk altijd uit de Zeeuwse wateren. Lees op blz. 16 meer over het Zeker Zeeuws-keurmerk.

VOORTPLANTING

De voortplanting van mosselen vindt plaats in het voorjaar. De schelpdieren laten hun zaadcellen dan los in het water, mannelijke cellen verbinden zich met vrouwelijke cellen en er vormt zich uiteindelijk een heel klein mosseltje, amper zo groot als een speldenknop. Dit speelt zich allemaal boven in de waterkolom af. Als het mosseltje te zwaar wordt om daar te verblijven, zakt het naar beneden.

Een gedeelte van het zaad hecht zich dan aan de touwen en netten van de MZI's. Die liggen vooral in de Waddenzee, die bekendstaat als de spreekwoordelijke kraamkamer van de mossel. Als het zaad enkele maanden later voldoende gegroeid is, worden deze vanuit speciale boten afgeborsteld op zee. Vervolgens verdelen de vissers het zaad over hun percelen in de Oosterschelde. Dit zaad kan met de traditionele bodemcultuur of de hangcultuur verder worden gekweekt.

BODEMCULTUUR

Bodemcultuur is een kweekmethode waarbij de jonge mosselen worden uitgezaaid op de bodem van kweekpercelen, die door vissers worden afgebakend met kale takken (zie foto op blz. 45). Daar groeien ze uit tot halfwassmosselen. Dan worden ze vaak opnieuw opgevist en verscheept naar andere kweekpercelen, waar het voedselaanbod optimaal is en waar de mosselen verder groeien tot consumptiewaardig product. De totale levensloop van zaad tot volle schelp neemt ongeveer twee jaar in beslag.

SPRINGROLL MOSSELEN

VOORGERECHT — VOOR 4 PERSONEN / 12 SPRINGROLLS
BEREIDINGSTIJD 30 MINUTEN

NUOC CHAM-DIPSAUS

sap van 3 limoenen
4 el vissaus
40 g suiker
1 el warm water
1 teen knoflook, fijngehakt
1 rode chilipeper, zaadlijsten
verwijderd, fijngesneden

SPRINGROLLS

150 g glasnoedels
12 gedroogde rijstvellen
12 little gem-bladeren, gewassen
¼ komkommer, zaadlijsten
verwijderd, in dunne reepjes
gesneden
¼ wortel, in dunne reepjes gesneden
¼ rettich, in dunne reepjes gesneden
2 bosuien, in dunne reepjes (alleen de
steel en onderkant eraf gesneden)
50 g taugé
250 g gekookt mossel vlees
(zie blz. 24)
handvol gehakte koriander
handvol gehakt Thais basilicum
1 limoen, in partjes

Meng voor de dipsaus alle ingrediënten in een kom en roer tot de suiker is opgelost. Zet apart.

Kook de noedels in ruim water met wat zout volgens de instructies op de verpakking. Stort de noedels in een zeef en spoel ze af onder de koude kraan, zodat ze niet aan elkaar gaan kleven. Meng nu de noedels met een eetlepel van de dipsaus, zodat ze al iets op smaak zijn gebracht.

Maak nu de springrolls. Doop de rijstvellen één voor één een paar seconden in warm water, zodat ze zacht worden. Leg op elk vel een paar reepjes komkommer, wortel, rettich, bosui, noedels en wat taugé. Beleg dit met de mosselen en de verse kruiden. Vouw de randen strak over de vulling en rol ze vervolgens tot een pakketje. Snijd ze eventueel doormidden voordat je ze serveert.

Serveer de springrolls met de dipsaus en de partjes limoen.



QUICHE MET MOSSELEN, ARTISJOK EN GEITENKAAS

HOOFDGERECHT — VOOR 4 PERSONEN
BEREIDINGSTIJD 40 MINUTEN

klontje boter, om in te vetten

8 velletjes bladerdeeg

*4 kleine artisjokken, in de lengte in
parten gesneden*

sap van ½ citroen

150 g spekjes

6 eieren

200 ml room

*600 g gekookt mosselvlees
(zie blz. 24)*

2 bosuitjes, in ringetjes gesneden

*100 g geitenkaas, in kleine stukken
gebroken*

zout en peper

*Ook nodig: springvorm met een
diameter van 22 cm*

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Vet de springvorm in met boter en bekleed bodem en wand volledig met de velletjes bladerdeeg.

Blancheer de artisjokken ongeveer 10 minuten in water met citroensap, dit helpt tegen verkleuren. Je kunt testen of de artisjok gaar is door de punt van je mes erin te steken. Die moet er makkelijk in glijden. Haal de artisjokken uit de pan, laat ze even afkoelen en pel de buitenste blaadjes eraf. Snijd nu 1 centimeter van de bovenkant af.

Bak intussen de spekjes tot ze mooi bruin zijn.

Splits 2 van de eieren. Doe 4 hele eieren en de 2 eidooiers in een kom samen met de room en roer alles goed door elkaar. De 2 overgebleven eiwitten gebruik je niet. Breng op smaak met een klein beetje zout en wat peper. Meng de spekjes, artisjok en mosselen erdoor en schenk dit in de bakvorm. Strooi de bosui en de geitenkaas erover.

Bak de quiche in 20-25 minuten in de voorverwarmde oven goudbruin.





JAAP (JACOB) SCHOT

GEBOORTEJAAR	1958
MOSSELVISSER SINDS	1976
WOONPLAATS	Zierikzee
QUOTE	MOZO: De mossel zal overwinnen!

‘VOOR MIJ IS MOSSSELVISSER HET MOOISTE BEROEP DAT ER IS, DAAR IS GEEN TWIJFEL OVER MOGELIJK.’

JACOB SCHOT, ROEPNAAM JAAP, KOMT UIT EEN GROTE MOSSSELFAMILIE. ZIJN OVERGROOTVADER KWAM IN 1912 NAAR ZIERIKZEE OM DAAR SAMEN MET ZIJN DRIE BROERS MOSSSELPERCELEN TE PACHTEN VAN DE GEMEENTE. ZIJN OPA, VADER, NEVEN EN ACHTERNEVEN ZIJN DAARNA OOK ALLEMAAL MOSSSELVISSER GEWORDEN.

'Voor mij geldt het bekende verhaal. Als jongetje van acht, negen jaar ging ik voor het eerst mee aan boord. Later ging ik tijdens de schoolvakanties standaard mee aan boord. Na de mavo kon ik meteen aan boord aan de slag, daar was ik maar wat blij mee.

Het werkende leven was zeker even wennen, maar toen m'n neef Jan Schot aan boord kwam werd het ontzettend gezellig. Jan, ik en de schipper waren een goed team en dat is belangrijk. De sfeer aan boord moet goed zijn, want je werkt de hele week samen op een paar vierkante meter.

Het vissen en mosselkweken heb ik in de praktijk geleerd, ik geloof niet dat je dat op school kunt leren. De kennis gaat over van vader op zoon. Mijn zoon Joachim zit nu ook in het bedrijf. Hij werkt op de ZZ7 EN ging op z'n vierde al mee aan boord. Ik vind het hartstikke leuk dat het bedrijf zo kan worden voortgezet.



CHRISTINA
ZIERIKZEE

200
180
160
140

OPMERKINGEN BIJ DE RECEPTEN

- De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 15 ml, de theelepels van 5 ml. De inhoud van Nederlandse lepels varieert; gebruik daarom bij voorkeur genormaliseerde maatlepels met een inhoud van 15, 10, 5, 2½ en 1¼ ml, die als set bij kookwinkels verkrijgbaar zijn. De in de receptuur gebruikte lepels zijn altijd afgestreeken, tenzij anders is aangegeven.
- Ovens verschillen onderling in temperatuur, zelfs die van eenzelfde merk. Lees de aangegeven temperaturen en baktijden als een betrouwbare aanwijzing, maar pas ze zo nodig altijd aan je eigen oven aan.



KOSMOS

www.kosmosuitgevers.nl

©2017 Bart van Olphen/Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, onderdeel van VBK | media

Tekst en receptuur: Bart van Olphen

© Fotografie: David Loftus (m.u.v. blz. 110: Tim van Niftrik)

Styling en productie: Inge Tichelaar

Omslagontwerp en vormgeving: Tijs Koelemeijer

Uitvoerende vormgeving: 2'D-sign, Amersfoort

Culinaire eindredactie: Lars Hamer

Eindredactie: Akkie de Jong, Monique Giezeman

ISBN 978 90 215 6751 8

NUR 440

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

MOSSELEN: DEZE ZILTE LEKKERNIJ KENT VELE CULINAIRE MOGELIJKHEDEN. VAN MOSSELTARTAAR TOT PAELLA, VAN SALADE TOT SNACKS EN FINGERFOOD. PROEF BART VAN OLPHENS GERECHTEN MET DUURZAAM GEVANGEN MOSSELEN: ONWEERSTAANBAAR.

BART VAN OLPHEN zet zich al jaren in voor duurzaam gevangen vis. Voor dit boek werkt hij intensief samen met de Zeeuwse kwekers die aangesloten zijn bij het 'Zeker Zeeuws'-keurmerk: mosselen die gegarandeerd van zaad tot consumptiemossel zijn opgegroeid in de Oosterschelde. En dat proef je!

Bart heeft al meerdere succesvolle viskookboeken op zijn naam staan. Zijn YouTube-kanaal *Bart's Fish Tales* maakt deel uit van Jamie Oliver's *FoodTube* en op Instagram (@bartsfishtales) is hij bekend met zijn *Kortste Kookshow van de Wereld*.



NUR 440
KOSMOS UITGEVERS,
UTRECHT/ANTWERPEN