

JEROEN MEUS

ZOMER KOST

75 recepten
voor de lekkerste
zomer ooit




**DAGELIJKSE
KOST**

één 

ZOMERKOST



JEROEN MEUS

ZOMER KOST

**75 recepten
voor de lekkerste
zomer ooit**

Beste vrienden,

Een kleine vreugdesprong maak ik – geheel in het geniep – weleens graag. Bij elke wissel van het seizoen is het prijs. Dan frons ik mijn voorhoofd, knijp mijn ogen een beetje dicht, stel mijn lenzen scherp, pirouetteer mijn nek als een volleerde oehoe en scan ik de ruimte 360 graden om me ervan te vergewissen dat ik alleen ben. En dan gebeurt het, dan spring ik van blijdschap even omhoog. Mijn schoenen klikken in de lucht even tegen elkaar.

De wissel van elk seizoen is volgens mij het mooiste seizoen, maar echt prachtig wordt het als je in het voorjaar de eerste bloemen uit de grond ziet komen. Dan weet je dat de winter even mag rusten en dat de zon snel komt solliciteren. Nooit twifelen, onmiddellijk aannemen. Heeft een onberispelijke staat van dienst en enkele prachtige adelbrieven. De erwten, asperges, radijsjes en rode bieten zijn de verkenners. In hun kielzog volgt de rest. De elite van de zomer begint stilaan te groeien. Een echte rijpe tomaat, vers geplukt, kort afgespoeld waar je je tanden in zet is voor mij wederom een reden voor een vreugdesprong. Door de kracht van je tanden barst het vel open, het sap is zoet en nog lauw van de zon, de pitjes sijpelen over je hand je mouw binnen. Even afspoelen met de tuinslang. Aubergines, paprika's, boontjes, courgettes. Ze zijn talrijk en in topconditie.

Mijn vele zomerse herinneringen zijn kostbaar. We hadden een camper, een Volkswagen LT31-bus waar we mee op vakantie gingen. We aten zelden of nooit op restaurant, maar altijd in het wild of op een camping.

We kochten *deux baguettes* uit de koffer van een Peugeot 304 die elke ochtend de camping *à la ferme* wakker claxonnerde. We droegen sponsen broekjes en doorzichtige watersandalen. Die sneden in je vel. Het geluid van de eerste tent die openritste, het natte gras aan de voeten en de eerste zonnestralen die de dauw doorzeefden. Samen rond de plastic tafel op klapstoelen verslonden we dat heerlijke brood.

We smeerden lunchpakketten om mee te nemen naar het strand, hielden tranen met tuiten omdat een bol ijs van ons hoorntje schoof. We dopten boontjes uit de tuin van bompa en maakten passata alsof ons leven ervan afhing. We verbrandden onze billen aan de houten glijbaan van de Zoete Waters.

We gingen op kamp met de Chiro. We zongen ‘Stoof nu die peer, tante Julia’ in plaats van ‘Loof nu de Heer, halleluja’, we aten pudding met vel, dronken warme chocomelk rond een vuur, regen pensen op een stok en maakten ons vuil.

Eten is verbinden. Verbinden met mensen die mee staan aan te schuiven voor *deux baguettes*.

Eten leeft, troost, charmeert, blust, viert.

Hopla, weeral een vreugdesprong.

Smakelijk,

Jeroen

DAGELIJKSE KOST

— MET JEROEN MEUS —





INHOUD

Apero

- 14 Carpaccio van tomaat met burrata en chutney
- 16 Tapas
- 20 Escalivada met geitenkaas
- 22 Gevulde meloen met Bellota en feta
- 24 Zwaardvis met avocadosalade en gremolata
- 26 Sinaasappellimonade en bikinicroque
- 28 Bocadillo con albóndigas
- 30 Visreepjes met tartaarsaus
- 32 Vegetarische carpaccio met pesto en buffelmozzarella
- 34 Sushi van rode biet met Granny Smith
- 36 Grissini met olijventapenade, geitenkaas en tonnatosaus

Picknick

- 44 Toast met gemarineerde zalm en citrusdrank
- 46 Marokkaans brood met vleesbrood
- 48 Picknick met makreelsalade en omelet
- 50 Gevulde ciabatta met kalkoen, pesto van tuinkers en waldorfsalade
- 52 Verse icetea met perzik en jasmijn en gekaramelliseerde nootjes
- 54 Pastasalade niçoise
- 56 Havermoutkoekjes en verse kaas met banaan en noten
- 58 Griekse salade met chorizo en tortillachips
- 60 Sushibowl
- 62 Broodjes met gerookte zalm en kipsalade
- 64 Gegrilde wrap met rosbief en knolselderremoulade
- 66 Pita met halloumi en curry-aioli
- 68 Pissaladière

Lunch

- 74 Vegetarische koude schotel
- 76 Runderburger met chorizo en tomatenaioli
- 78 Fishcake met wortelsalade
- 80 Thaise salade met kip, spitskool en omelet
- 82 Broodje met entrecote en pico de gallo
- 84 Geroosterde aubergine met tarwesalade
- 86 Gevulde inktvis in tomatensaus
- 88 Komkommersoep met gerookte kip en munt
- 90 Tomaat-groentesoep met basilicumolie
- 94 Brandadekroketjes van pladijs met een algen-knoflooksausje
- 96 Arancini met tomatencompote
- 100 Gegrilde gamba's en bloemkool
- 102 Rucola-courgettesoep met venusschelpen
- 104 Gebakken inktvis met patatas bravas en crème van paprika
- 106 Tomaat-garnaal

Diner

- 112 Koninginnenhapje met zalm, schelvis, mosselen en grijze garnalen
- 114 Geplette gepofte aardappel met tomaat en grijze garnalen
- 116 Tagliata met gnocchi, parmezaan en rucola
- 118 Toast met gegrilde steak en groentesalsa
- 122 Zeebaars met geplette aardappel en tomaten
- 124 Stoofpot met kip, gamba's en picada
- 126 Kippengehaktbroodjes met puree en tomatensalade
- 130 Gnocchi met groentesaus
- 132 Gebakken zeetong met waterkers en choronsaus
- 136 Thaise curry met kokos
- 138 Boomstammetjes met tomaten-bonensalade en gebakken aardappelen
- 142 Kalfskroon met gepofte tomaten en puree
- 144 Stoofpot van lamsvlees met artisjokhart en bulgur met feta
- 146 Lamskroon met panisse, olijvenboter en tomatensalade
- 150 Rosbief met rode biet in zoutkorst en waterkerspuree
- 154 Schelvis 'piccata' met geroosterde krieltjes en artisjok
- 158 Pladijs met wittewijnsaus en fijne groenten
- 160 Entrecote provençale met frietjes
- 162 Ovenschotel met koolrabi en aubergine
- 164 Stoofpot van kip met asperges
- 166 Paella voor iedereen
- 170 Mijn bouillabaisse met rouille
- 174 Gegrilde asperges met pesto 'à la flamande'

Zoet

- 180 Brusselse wafel met vanille-ijs en chocoladesaus
- 182 Café glacé met kokosmelk en limoen
- 184 Vanillemousse met vers fruit
- 186 Rijsttaart met aardbeien en witte chocolade
- 188 Galetjes met frambozen
- 192 Geflambeerde ananas met roomijs van citroenverbena
- 194 IJshoorn met mascarpone, ananassalade en sorbet van ananas
- 196 Trifle met kiwi
- 198 Aardbeiensoepje met violetsiroop en granité van munt
- 200 Tiramisu met frambozen en witte chocolade
- 202 Torta della nonna
- 206 Frangipanetaart met pistache en rabarbercompote
- 208 Citroenkaastaart met sinaasappelmarmelade en meringue

- 211 Register
- 215 Colofon



I APERRO







Carpaccio van tomaat met burrata en chutney

Niets zaliger dan koken vanuit je eigen moestuin. Kraakverse groenten zorgen voor een hemelse chutney. Geserveerd met romige burrata en een carpaccio van tomaat is dit een perfect zomergerecht.

4 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD

40 minuten

INGREDIËNTEN

Voor de chutney

- olijfolie
- 3 uien
- 3 tenen knoflook
- 3 chilipepers
- 400 g tomaten (verschillende soorten)
- 5 cm verse gember
- enkele takjes tijm
- enkele blaadjes laurier
- 1 eetlepel tomatenpuree
- snufje zout
- snufje kristalsuiker
- een scheut wittewijnazijn

Voor de carpaccio van tomaat met burrata

- olijfolie
- 400 g tomaten (verschillende soorten)
- ½ stokbrood
- 1 groene chilipeper (jalapeño)
- snuf grof zout
- 1 bol burrata
- 2 eetlepels balsamicoazijn
- enkele blaadjes basilicum

BEREIDING

Chutney

Verwarm een scheut olijfolie in een hoge pan. Pel de uien en snijd ze fijn. Stoof ze in de olijfolie. Kneus en pel de knoflook, snipper de tenen en doe ze bij de ui. Snijd de chilipepers met de zaadjes in millimeterfijne plakjes en doe ze er ook bij. Spoel de tomaten, verwijder de kroontjes en snijd ze grof. Stoof de stukken tomaat met de ui, knoflook en chilipeper. Schil de gember, snijd in fijne plakjes en doe die ook in de pan. Voeg dan de takjes tijm en de laurierblaadjes toe. Doe er de tomatenpuree bij en breng op smaak met zout, suiker en wittewijnazijn. Laat de chutney 20 minuten rustig pruttelen. Giet de chutney als hij klaar is in een glazen weckpot met behulp van een trechter. Zet de pot 5 minuten ondersteboven en draai weer om.

Carpaccio van tomaat met burrata

Verwarm een scheut olijfolie in een pan op een matig vuur. Verwijder de kroontjes van de tomaten en snijd ze in dunne plakken. Schik de tomaten op een groot plat bord. Snijd het stokbrood in dobbelstenen en bak de croutons goudbruin in de olijfolie. Schud de pan regelmatig. Snijd de jalapeño fijn en strooi over de carpaccio van tomaat. Breng verder op smaak met grof zout en goede olijfolie. Snijd de burrata in stukken en verdeel die over de tomaten. Sprenkel wat balsamicoazijn over de croutons en verdeel ze over het bord carpaccio. Werk af met basilicum en serveer met de chutney.



Tapas

Haal deze zomer je inspiratie uit het Zuiden. Nodig je familie en vrienden uit en serveer enkele lekkere kleine gerechten om te delen.

4 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD

45 minuten

INGREDIËNTEN

- 10 sardines

Voor het Russisch ei

- 4 eieren
- 4 eetlepels mayonaise (eventueel zelfgemaakt)
- 200 g aardappelen
- 150 g doperwtten (in blik)
- 10 kleine augurken
- ½ bosje platte peterselie
- scheutje natuurazijn
- peper en zout

Voor de tomatensalade

- 4 tomaten
- 1 ui
- grof zout
- olijfolie
- 1 eetlepel pesto
- 200 g ansjovis (op olie)
- peper

BEREIDING

Maak de sardines schoon onder koud stromend water. Wrijf de schubben van het visvel. Wrijf zorgvuldig van de staart richting kop. Maak een insnijding in de buik van de vis en trek de ingewanden eruit. Spoel de buikholte schoon.

Russisch ei

Breng water aan de kook in een steelpan. Kook de eieren 8 minuten en koel ze af in koud water. Maak eventueel zelf mayonaise. Schil de aardappelen en kook ze gaar in gezouten water. Snijd ze in stukjes. Doe de erwtjes bij de aardappel in een grote mengkom. Snijd de augurken fijn. Pel de eieren en snijd ze in stukken. Doe de augurken en de eieren in de mengkom. Roer er de mayonaise door en breng op smaak met peper en zout. Snijd de peterselie fijn en meng erdoor. Besprenkel met azijn en zet even in de koelkast.

Tomatensalade

Verwijder de kroontjes van de tomaten. Snijd ze in dunne plakjes en leg die op een plat bord of een platte schaal. Pel de ui en snijd hem in halve ringen. Verdeel de ringen over de tomaat. Breng op smaak met grof zout, peper, een scheutje olijfolie en de pesto. Verdeel de ansjovis over de tomatensalade. ►



Voor het charcuteriebord

- vlees (naar keuze: worst, gedroogde ham, gedroogde salami...)
- kaas naar keuze
- ½ stokbrood
- olijfolie
- 200 g olijven

Voor de gremolata

- 2 tenen knoflook
- ½ bosje platte peterselie
- ½ citroen

Charcuteriebord

Schik de vleeswaren en kaas op een bord.

Snijd het brood in plakjes, besprenkel met olijfolie en grill tot toastjes op de barbecue.

Doe de olijven in een kommetje.

Gremolata

Kneus en pel de knoflook en snijd de teentjes fijn.

Hak de peterselie fijn en meng met de knoflook in een kommetje. Rasp er de zeste van de citroen bij en meng.

Afwerken en serveren

Gril de sardines op de barbecue.

Werk af met gremolata.

Serveer het Russisch ei, de tomatensalade, het charcuteriebord en de sardines met gremolata.

TIP

Geen scherp mes in huis om de tomaten fijn te snijden? Gebruik een broodmes.



Escalivada met geitenkaas

Escalivada is een typisch Catalaans gerecht van koude geroosterde groenten. Je serveert het als voorgerecht of lichte lunch, met een lekker stukje vis erbij of met geitenkaas, zoals in deze vegetarische versie.

4 PERSONEN

BEREIDINGSTIJD

50 minuten

INGREDIËNTEN

- 1 aubergine
- 1 courgette
- 1 ui
- 1 rode paprika
- 250 g kerstomaten
- 50 g appelkappers
- goede olijfolie
- peper
- grof zout
- enkele blaadjes basilicum
- 400 g geitenkaas

BEREIDING

Verwarm de barbecue.

Leg de aubergine, de courgette, de ui en de rode paprika in hun geheel en ongeschild op de barbecue. Laat zo'n 30 minuten roosteren; draai ze af en toe om. Doe de geroosterde groenten in een plastic zakje en laat ze zo afkoelen. De groenten beginnen te 'zweeten', zodat je ze later makkelijker kunt pellen.

Halveer de kerstomaten en de appelkappertjes.

Schik ze op een schaal.

Haal de groenten uit de zak en snijd ze doormidden.

Lepel of snijd het vruchtvlees uit de schil.

Leg het vruchtvlees op de schaal bij de kerstomaten en kappertjes. Besprenkel met een scheutje goede olijfolie en breng op smaak met peper en grof zout.

Werk af met enkele blaadjes basilicum.

Verkruimel er de geitenkaas over en serveer.