



16 lente & zomer

Inleiding 6
Adviezen & historie 10

Goudsbloem 28
Basilicum 36
Citroenverbena 46
Munt 54
Kaapse knoflook 64
Bergamot 70
Dille 76
Dropplant 82

88 herfst & winter

Peterselie 98
Koriander 110
Dragon 116
Bieslook 122
Tijm 130
Barbarakruid 140
Salie 148
Rozemarijn 160

Kwekers & zaadhuizen 170
Register & recepten 174
Dankwoord 176



Ocimum basilicum



polpettine van aubergine & basilicum

Deze kostelijke balletjes at ik voor het eerst in Rome en ik wist niet wat ik proefde! Traditioneel maken Italianen dit gerecht met platte peterselie, maar ik vind het met basilicum nog lekkerder. Het mooiste is dat de balletjes in een handomdraai klaar zijn.

wat heb je nodig?

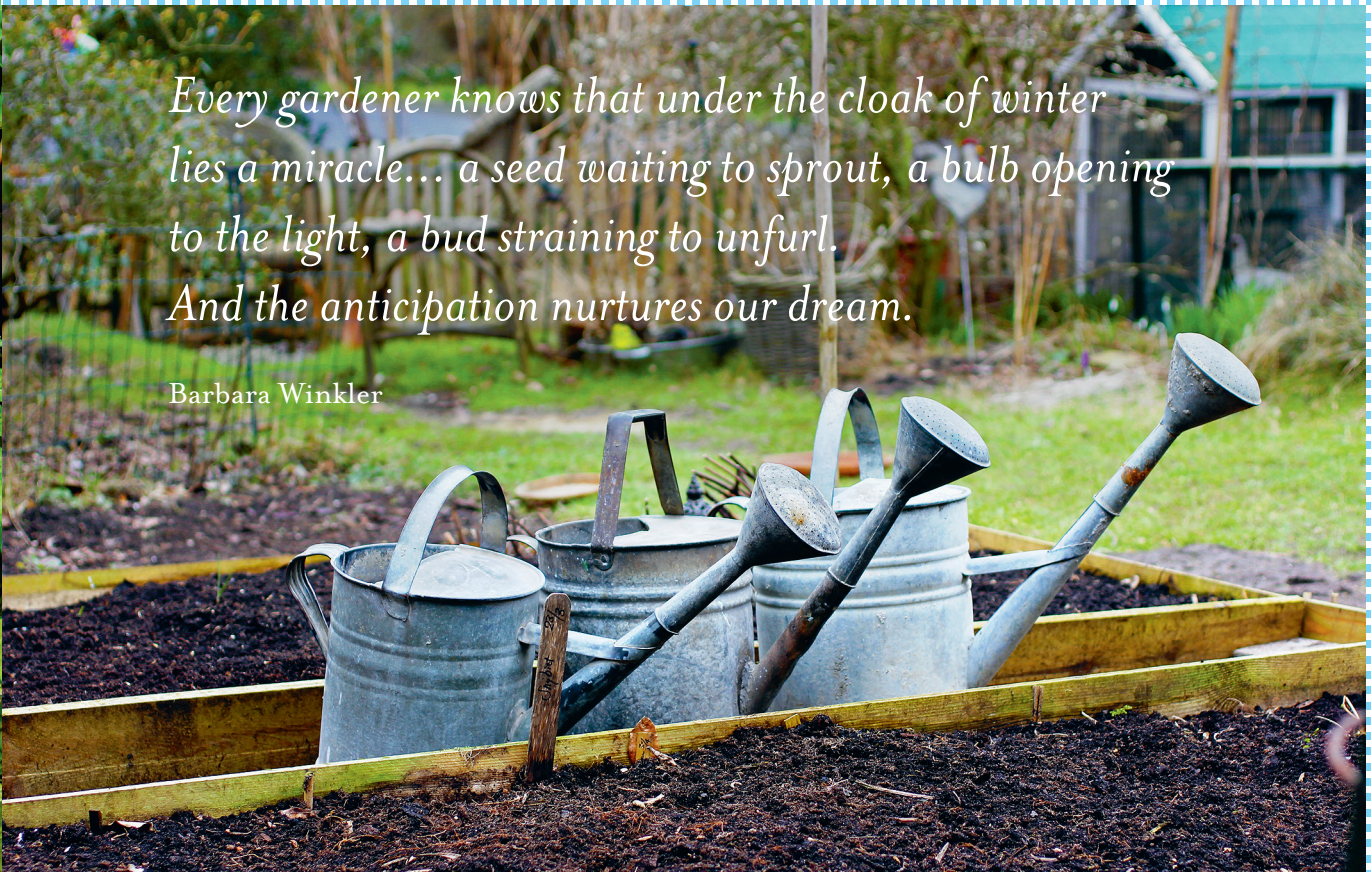
- 1 flinke aubergine
- 1 flinke teen knoflook
- 2 eieren van een blij kip
- flinke hand basilicumblad
- 50 g Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 theelepel zout
- flink wat versgemalen peper
- ca. 100 g broodkruim (bijvoorbeeld Panko, verkrijgbaar bij toko)
- extra takje basilicum
- partjes citroen
- Verwarm de oven voor tot 200 °C. Prik de aubergine met een mes op verschillende plaatsen en leg ca. 20 minuten in de oven, tot het vruchtvlees gaar is. Laat afkoelen.
- Trek het vel van de aubergine en snijd het vruchtvlees in stukken. Doe in de keukenmachine en mix met één ei en alle overige ingrediënten behalve het broodkruim tot een gladde massa.
- Voeg beetje bij beetje ongeveer 60 g broodkruim toe en meng dit er goed doorheen tot je een dikke substantie hebt waar je balletjes van kunt draaien. Misschien heb je meer broodkruim nodig dan hier aangegeven, afhankelijk van het formaat van je aubergine.
- Vorm met natte handen balletjes ter grootte van een walnoot. Zet ze minimaal 15 minuten in de koelkast om op te stijven.
- Klop het resterende ei in een kom en zet er de rest van het broodkruim naast. Haal de balletjes door het ei en dan door het broodkruim. Verhit intussen een pan met een flinke laag zonnebloemolie tot ca. 150 °C, of tot een stukje brood dat je erin gooit de olie doet bruisen.
- Bak in porties de balletjes rondom goudbruin en laat ze even uitlekken op keukenpapier. Serveer met partjes citroen en wat basilicum.

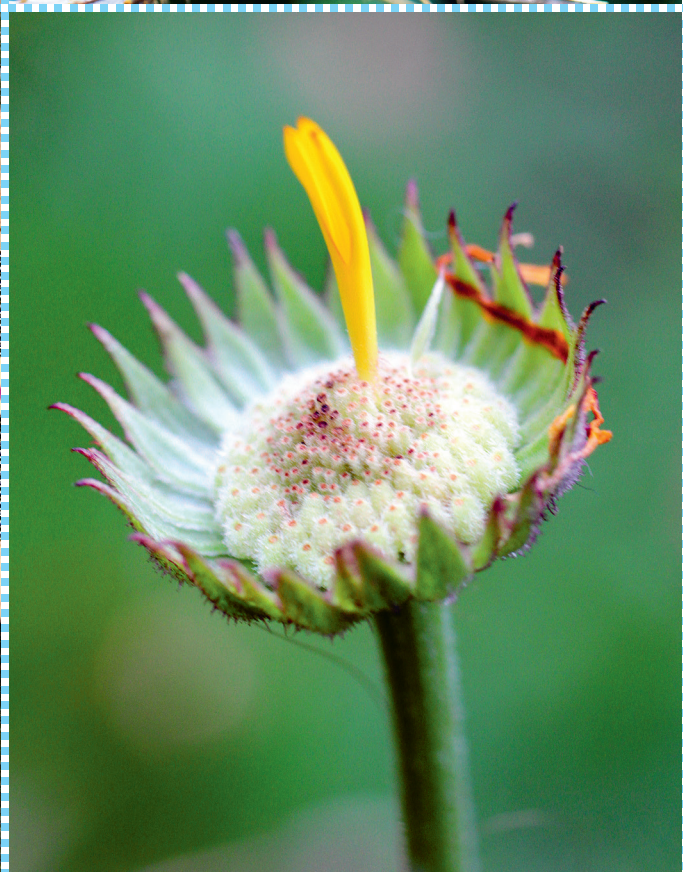




*Every gardener knows that under the cloak of winter
lies a miracle... a seed waiting to sprout, a bulb opening
to the light, a bud straining to unfurl.
And the anticipation nurtures our dream.*

Barbara Winkler





spicy greendeliciousburger

Zelfs de grootste carnivoren willen niets anders meer als ze deze burger eenmaal hebben geproefd. Je gebruikt zowel het blad als de zaden van koriander. Succes verzekerd!

wat heb je nodig?

- 1/2 eetlepel korianderzaad
- 1 theelepel venkelzaad
- 1 theelepel karwijzaad
- 1 ei van een blijde kip
- sap en geraspte schil van 1 limoen
- 2 lente-uitjes
- 1 groene peper
- 2 tenen knoflook
- stukje verse gember (ca. 2 cm)
- bosje koriander (ca. 15 g)
- 30 g broodkruim (Panko*)
- 250 g witte rijst, gekookt
- 230 g zwarte bonen (pot)
- harde broodjes of Turks brood
- voor topping: limoensap, wat rodekool, sterrenkers en extra korianderblad

** verkrijgbaar in de toko*

- Laat de zwarte bonen in een vergiet uitlekken. Bak het koriander-, karwij- en venkelzaad 2 à 3 minuten in een droge koekenpan. Laat even afkoelen en stamp dan fijn in een vijzel. Zet apart.
- Snijd het korianderblad, de lente-uitjes, de groene peper en de schil van de limoen fijn. Pers de knoflooktenen uit. Schil en rasp de gember.
- Maal in de keukenmachine de zwarte bonen met de helft van de korianderblaadjes en alle overige ingrediënten, behalve de rijst en het broodkruim, tot een grove massa. Maal de rijst apart grof. Meng alles en voeg dan zo veel broodkruim toe tot je een stevige massa hebt.
- Vorm met natte, koele handen de burgers en zet ze afgedekt voor minimaal 30 minuten in de koelkast om op te stijven.
- Bak de burgers in wat zonnebloemolie goudbruin en gaar (10 à 15 minuten).
- Serveer op broodjes met een topping van korianderblad, rodekool, sterrenkers, limoensap en olijfolie.



herfstsalade van zoete en bittere kool

Als je kinderen niet van spruitjes houden, kun je dit eens proberen: het zoete van de rodekool brengt het bittere van de spruitjes in balans.

wat heb je nodig?

- 350 g kleine spruitjes
- 1/2 rodekool
- 1 appel (bijvoorbeeld Elstar)
- 200 ml troebel appelsap
- 30 g roomboter
- 50 ml olijfolie
- 2 tenen knoflook
- paar takjes tijm
- 125 ml yoghurt
- 1,5 eetlepel tahinpasta*

** verkrijgbaar in natuurwinkels en bij Marokkaanse en Turkse supermarkten*

- Maak de spruitjes schoon en kook ze ca. 3 minuten lang, tot ze zacht maar nog wel knapperig zijn. Giet af en zet apart.
- Verwarm de oven voor tot 200 graden. Pers de tenen knoflook uit in de olijfolie en rits de blaadjes van de takjes tijm. Meng met de olijfolie en breng op smaak met wat zout en veel versgemalen zwarte peper. Giet over de spruitjes en laat even staan.
- Verwijder de stronk van de rodekool, snijd het blad julienne. Kook de rodekool kort, ca. 3 minuten, en giet af. Spreid de spruitjes uit op een met bakpapier beklede bakplaat en zet 6 minuten onder de grill of roosterstand in de oven.
- Laat de roomboter in een koekenpan smelten, rasp intussen de appel. Fruit de appelrasp in de boter, voeg de rodekool toe en laat ca. 3 minuten op middelhoog vuur bakken. Giet vervolgens de appelsap erbij en laat 12 minuten op laag vuur koken. Daarna al roerende op hoog vuur nog ca. 4 minuten laten koken, tot het sap is verdampt.
- Maak de saus: meng de yoghurt met de tahin en breng op smaak met veel versgemalen zwarte peper en een snuf zout.
- Leg een toef rodekool op een bord en verdeel daar de spruitjes en de tahinsaus over. Maak af met wat takjes tijm.

