

V IS SO

At the end of a
square with 13
trees counted twice

GRAANMARKT 13

ncertain,
t first.

Beautiful chaos.

GRAANMARKT 13

ur of
s.

You don't know
what you're
missing until you
find it here.

GRAANMARKT 13

ottled

Ordinary madness.

GRAANMARKT 13

more

than

Stay as long as
you want.

GRAANMARKT 13

Greens that taste like friendship.

GRAANMARKT 13

**52 WEKEN, 104 RECEPTEN, 1 CHEF:
SEPPE NOBELS**





Over Seppe Nobels

Seppe Nobels heeft zowel in Franse sterrenrestaurants, Braziliaanse favela's als Russische paleizen gekookt. Hij leerde het vak in Hotelschool Ter Duinen, is de voorloper van de nieuwe Vlaamse culinaire wave die *urban farming* combineert met biologische terroirproducten, en is ook lid van het selecte clubje NorthSeaChefs. Met de Flanders Kitchen Rebels, zowat 's lands nationale kookploeg, reist Seppe Nobels de hele wereld rond om de Vlaamse kookkunsten te promoten. Graanmarkt 13 wordt door Gault&Millau en Frank Fol dan ook als een van 's werelds beste 25 groentorestaurants beschouwd. *Greens that taste like friendship* is zijn tweede boek en serveert groentegerechten met pit, voorzien van wat rock-'n-roll en een vleugje rebellie.

Seppe Nobels over *Greens that taste like friendship*

'52 weken = 52 groenten. Want groenten op een inventieve, vernieuwende manier bereiden, is niet moeilijk. Soms heb je zelfs al aan een kwartiertje genoeg. Dat kan door technieken te gebruiken die je niet per se met groenten associeert, maar die hun smaken wel ten volle tot hun recht laten komen. Pekelen, roosteren, grillen, poffen, fermenteren of ze in een zoutkorst garen, met groenten kun je moeiteloos toveren. Met dit boek wil ik inspireren en een bezielde ode brengen aan onze Vlaamse groenteweelde. 100 % vegetarisch, maar voor de liefhebbers makkelijk aan te vullen met verse Noordzeevis of een eerlijk stuk vlees. Verleg dus je culinaire grenzen, sla aan het experimenteren en deel je groentecreaties met je geliefden, vrienden en burens. Want alleen dan is je gerecht écht geslaagd.'



Seppe Nobels over zijn kookstijl

‘Ik ben geen vegetarische chef, maar groenten spelen wel de hoofdrol in mijn verhaal. Ik kook op het ritme van de seizoenen en ik houd het lokaal. Wat we zelf niet kweken, halen we vlakbij. Geen ingrediënten met 10.000 kilometer op de teller. Wel vis uit de Noordzee, vlees van bioboeren, groenten van onze eigen dakmoestuin en honing uit onze bijenkorven. We kiezen resoluut voor één menu. ’s Avonds bel ik met mijn leveranciers en geef ik mijn bestelling voor de volgende dag door. Een dag later is alles op en herbeginnen we. De groenteschalen zetten we in het midden van de tafel. Zo dwingen we onze gasten niet alleen om over groenten te praten, maar ook om te delen. Of hoe een eenvoudige groenteschaal de wereld een klein beetje beter kan maken.’

Seppe Nobels over Graanmarkt 13

‘Dit huis telt vele etages en vele kamers. Die lopen moeiteloos in elkaar over en vormen een sterk, harmonieus geheel. Van het uitgepuurde appartement op de bovenste verdieping over de grensverleggende mode tot de kelderetage waar ik mijn ding kan doen. Graanmarkt 13 grossiert in eenvoud en soberheid, en gaat terug naar de kern. Overbodige tierlantijnen hebben hier geen plaats, wat primeert is de essentie. Heldere lijnen, goed gemaakte eerlijke mode en doordachte seizoensgerechten. Graanmarkt 13 zet zijn deuren breed open, deelt zijn schoonheid en wil zo zijn vele gasten inspireren. Kortom, een zeer bijzondere plek. En ik ben dan ook trots dat ik er deel van mag uitmaken.’







52 weken, 104 recepten

WINTER

Pastinaak	17
Rode biet	21
Ui	24
Parijse champignon	29
Knolselder	33
Rode ui	37
Raap	41
Spruit	44
Gele biet	50
Waterkers	55
Hopscheut	58
Prei	237
Witloof	240

LENTE

IJspiegel	65
Wortel	69
Raapsteel	72
Bloemkool	76
Lente-ui	81
Asperge	84
Meisavooi	88
Spitskool	92
Groene asperge	97
Lamsoor	103
Erwt	106
Girolle	110
Radijs	115

ZOMER

Snijboon	121
Knoflook	124
Prinsessenboon	130
Sla	135
Tuinboon	138
Paprika	143
Courgette	146
Tomaat	151
Broccoli	154
Komkommer	161
Aubergine	165
Andijvie	168
Mais	172

HERFST

Artisjok	180
Venkel	184
Koolrabi	188
Spinazie	193
Eekhoorntjesbrood	196
Selderij	201
Roodloof	205
Aardpeer	211
Pompoen	215
Sjalot	218
Schorseneer	223
Savooi	227
Rodekool	230

Basisrecepten

Groentebouillon 246 Knoflookolie 246 Mousselinesaus 247 Citrusvinaigrette 247
 Notencrumble 248 Gepofte quinoa 248 Krokant roggebrood 249 Mosterdzaad 249
 Gekonfijte tomaat 250 Opgelegde tomaten 250 Gastrique 251

Recepten



Pastinaak, gegrild & crème

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

Gegrild:

2 pastinaken
 een scheut biologische zonnebloemolie
 enkele takken dille
 4 tenen knoflook
 4 cm gember
 1 citroen

Crème:

2 pastinaken
 2,5 dl melk
 2,5 dl room
 1 teen knoflook
 peper uit de molen
 zout

BEREIDING

Verwarm de oven voor op 160 °C.

Gegrild:

Schil de pastinaken en snijd ze in de lengte in vieren.

Besprenkel een metalen ovenschaal met olie en leg er de pastinaken in.

Haal de pluksels dille van de takken en houd apart. Leg de takken op de pastinaken. Kneus de knoflook en snijd de gember in stukken. Leg ze op de pastinaken. Pers de citroen uit over de groenten en leg de uitgeperste helften mee in de ovenschaal.

Dek de ovenschaal af met aluminiumfolie en zet 35 minuten in de voorverwarmde oven.

Crème:

Schil de pastinaken en snijd ze in plakken.

Breng de melk met de room aan de kook. Pel de knoflook. Kook de pastinaken en de knoflook gaar in het roommengsel.

Haal de pastinaken en de knoflook uit het kookvocht en mix in de blender. Voeg kookvocht toe tot het een mooie crème wordt. Breng op smaak met versgemalen peper en zout. Schep de pastinaakcrème eventueel in een spuitzak.

Afwerking:

Laat een grillpan goed heet worden en grill de pastinaakkwartten kort.

Werk de gegrilde pastinaken af met toefjes pastinaakcrème, dillepluksels en fijngesnipperde dille. Druppel er wat vocht uit de ovenschaal over.

Pastinaak is samen met kervel- en peterseliewortel de allerlekkerste winterwortel.

Die twee laatste zijn moeilijker te krijgen, maar pastinaak vind je tegenwoordig echt overal. De wortels contrasteren vooral mooi met bittere groenten zoals witloof en andijvie.

Pastinaak, gepoft & hummus

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

Hummus:

250 g gedroogde kikkererwten
 2 pastinaken
 1 liter groentebouillon (zie basisrecepten)
 een mespunt komijnpoeder
 peper uit de molen
 zout
 fleur de sel
 za'atar
 10 cl dederoilie

Geroosterd:

2 pastinaken
 10 cl dederoilie
 peper
 zout
 enkele takken rozemarijn
 enkele blaadjes laurier
 enkele takken tijm
 2 steranijs
 2 tenen knoflook

BEREIDING

Week de kikkererwten een nacht in water. Giet af.

Schil de pastinaken en snijd ze in stukken. Kook ze samen met de kikkererwten gaar in de groentebouillon. Doe de kikkererwten, de pastinaken, het komijnpoeder, versgemalen peper en zout in de blender. Mix fijn. Doe er wat van het kookvocht bij tot het een smeutige hummus wordt en werk af met dederoilie.

Verwarm de oven voor op 170 °C.

Schil de pastinaken om te roosteren en snijd ze in stukken. Leg ze in een metalen ovenschaal en giet er de olie over. Kruid met peper en zout. Leg er rozemarijn, laurier, tijm, steranijs en gekneusde knoflook op.

Laat de pastinaken 30 tot 40 minuten goudbruin en gaar worden in de voorverwarmde oven.

Veeg wat hummus op een bord. Leg er de gepofte pastinaken op en werk af met de olie uit de ovenschaal, fleur de sel en za'atar.

Hummus doet denken aan de zomer, maar deze versie met pastinaak bewijst dat het ook perfect in de winter kan. Het is het lievelingsgerecht van mijn vriendin Sharon, van wie ik zogoed als alles gedaan krijg wanneer ik het haar op een koude winteravond voorschotel.





Rode biet, in zoutkorst

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

4 grote rode bieten

500 g grof zeezout

BEREIDING

Verwarm de oven voor op **160 °C**.

Was de bieten en dep ze droog.

Strooi **1 centimeter grof zeezout** op de bodem van een ovenschaal. Leg de bieten op het zout en bedek ze helemaal met de rest van het zout.

Zet **1 uur en 10 minuten** in de voorverwarmde oven.

Haal de schaal uit de oven en laat het zout afkoelen tot het lauw is. Breek de korst door erop te tikken met een lepel en haal de bieten eruit.

Pel de bieten en snijd ze in stukken of serveer ze in hun geheel.

De bieten zien er heel bijzonder uit wanneer ze uit de zoutkorst komen.

Als je ze bij een barbecue geeft, hoef je ze niet te pellen, maar serveer je de bieten in hun geheel op een bord met wat grof zeezout, zoals aardappelen in de schil.