

# CITRUS

VEELZIJDIGE &  
VERFRISSENDE GERECHTEN



CATHERINE PHIPPS

GOOD COOK

# Inhoud

Inleiding 7

Soorten citrus 10

Voor je begint 14

Conserveren en inmaken 16

Soepen 28

Snacks en voorgerechten 36

Salades 60

Hoofdgerechten 78

Bijgerechten 130

Desserts 148

Bakken 190

Zoet ingemaakt fruit en snoep 214

Drankjes 236

Register 252

Dankwoord 256



## Inleiding

Wat was het een voorrecht om dit boek over citrus te mogen schrijven. Tijdens de sombere winterdagen werd ik door de ingrediënten die ik gebruikte in gedachten meegenomen naar warme oorden. Wanneer ik een Italiaanse citroen pakte, zag ik een heuvel met terrassen voor me met in de verte de blauwe zee rond Capri, en dan voelde ik een zuchtje wind dat de zware geur van de bloesem meevoerde.

Ik heb het geluk gehad een periode op een plek te hebben gewoond waar ik dagelijks limoenen, zure sinaasappels en grapefruits uit de bomen kon plukken. En tegenwoordig bezoek ik geregeld mijn ouders in Griekenland, waar de door-dringende geur van citrus altijd vermengd is met die van stoffige, harsachtige bergkruiden. Als ik mijn gedachten laat gaan en nadenk over citrus en alles wat ik daarmee associeer, realiseer ik me dat mijn herinneringen vooral zijn verbonden aan thuis. Ik weet nog dat ik een keer de keuken kwam binnenlopen toen mijn vijfjarige zoon de schil van een amalficitroen aan het raspen was. 'Voor de geur, mama!' luidde zijn verklaring. Ik denk aan hoe de keuken ruikt als ik aan het bakken of inmaken ben, aan mandarijnensiroop die over cake wordt gesprendeld en keukenplanken vol potjes lemoncurd en marmelade. Aan de overweldigende smaak van kip uit de oven, extra op smaak gebracht met wat citroensap. De rumpunch tijdens het weggerende zomerfeestje, waarvoor ik zuur sinaasappelsap met zoetzure limoen had vermengd, en aan mijn duimnagel waarmee ik de schil van een bergamot of mandarijn inkerf, waarna de geur vrijkomt.

# Tortillasoep met limoen en kip

## Voor 4 personen

### Voor de kip en marinade

- 2 kipfilets, opengesneden als een vlinder
- fijngeraspte zeste en sap van 1 onbespoten limoen
- 1 tl gemalen chipotle, 1 tl knoflookpoeder en 1 tl gedroogde oregano
- ½ tl gerookt zout
- 1 el olijfolie

### Voor de soep

- 2 el olijfolie
- 1 rode ui, gesnipperd
- 2 rode paprika's, fijngesneden
- 2 stengels bleekselderij, fijngesneden
- 500 g heel rijpe tomaten
- 1 bol knoflook, in teentjes verdeeld, ongepeld
- 1 chipotle chilipeper (gedroogde gerookte jalapeño, toko of online) of verse jalapeño chilipeper, pitjes verwijderd, heel gelaten
- 3 el fijngehakte koriandersteeltjes (bewaar het blad ter garnering)
- 1 flink takje tijm
- 1 l kippenbouillon
- 200 g gekookte zwarte bonen (optioneel)

### Garnering

- 1 avocado
- sap van 1 limoen
- 2-3 el olijfolie
- 2-3 maïstortilla's, in driehoekjes gesneden
- 100 ml zure room
- paar blaadjes koriander
- geraspte harde kaas, zoals manchego, gruyère of cheddar

Deze soep bestaat uit verschillende elementen die bij het opdienen worden samengevoegd. Het is geen echte tortillasoep (ik houd niet van zompige tortilla's, knapperig zijn ze veel lekkerder) maar meer een kruising tussen een tortillasoep en *sopa de lima*. Je kunt variëren met de garneringen. In plaats van harde kaas kun je ook verkruimelde feta gebruiken, en de avocado kun je vervangen door een traditionele guacamole.

Leg de kipfilets in een schaal. Roer de ingrediënten voor de marinade door elkaar en schenk over de kip. Laat 1 uur in de koelkast marineren.

Verhit een grillpan tot deze zo heet is dat je je hand er niet meer boven kunt houden. Gril de kipfilets 3 tot 4 minuten aan beide kanten tot de filets net gaar zijn. Zet weg.

Verhit voor de soep de olijfolie in een soeppan. Voeg de rode ui, paprika en bleekselderij toe en fruit op laag vuur aan tot ze beginnen te kleuren. Dit duurt minstens 10 tot 15 minuten. Rooster intussen in een droge koekenpan met dikke bodem de tomaten, ongepelde tenen knoflook en de chilipeper tot de tomaten rondom geroosterd zijn; dit duurt ongeveer net zo lang als het fruiten van de ui. Als de chilipeper en knoflook er gaar uitzien voor de tomaten geroosterd zijn, schep ze dan uit de pan en zet weg. Pel de tenen knoflook en pureer ze met de ongepelde tomaten en chilipeper in een keukenmachine.

Voeg de koriandersteeltjes en tijm toe aan de pan met uien en bak een paar minuten mee. Schenk het tomatenmengsel erbij en laat 5 minuten koken of tot de saus begint in te dikken. Schenk de kippenbouillon erbij en laat 15 tot 20 minuten zachtjes koken.

Halveer de avocado, verwijder de pit en de schil en snijd het vruchtvlees in blokjes. Besprenkel met het limoen-sap. Verhit de olijfolie in een grote koekenpan en bak de tortilladriehoekjes knapperig en goudbruin. Snijd de kip in dunne reepjes en voeg ze toe aan de soep, samen met de zwarte bonen (optioneel). Verwijder het takje tijm en serveer de soep met de tortilla's, avocadoblokjes, zure room, korianderblaadjes en de geraspte kaas.



## Ceviche van zeebaars

### Voor 4 personen

2 kleine, zoete sinaasappels  
1 kleine rode ui, in dunne ringen  
600 g zeer verse zeebaarsfilet met huid,  
30 minuten in de diepvries gelegd  
100 g cherrytomaten, liefst geel of  
oranje, in vieren  
paar kleine korianderblaadjes  
paar kleine basilicumblaadjes

### Voor de tijgermelk

2,5 cm verse gemberwortel, geschild, in  
plakjes  
1 flinke teen knoflook, geperst  
paar steeltjes koriander, gekneusd  
100 ml limoensap (of sap van zure  
sinaasappels)  
½ Scotch bonnet chilipeper,  
fijngesneden, plus extra voor erbij  
4 takjes tijm, gekneusd  
zeezout

### Opmerking over de vis

**Ik geef zelf de voorkeur aan zeebaars of brasem voor ceviche, maar gebruik vooral zeer verse vis. Onthoud dat stevigere vissoorten langer moeten garen dan zachtere soorten. Zeebaars is middelzacht.**

Ik heb voor mijn werk ooit onderzoek gedaan naar de Peruaanse keuken en daar vloeide een milde obsessie voor *tigre de leche*, tijgermelk, uit voort. Dit is een citrus-chilipepermarinade waar de vis voor ceviche in wordt 'gegaard'. De restjes worden meestal uit een shotglasje gedronken of in een cocktail verwerkt. Voor ceviche wordt vaak limoen gebruikt, maar je kunt ook sap van zure sinaasappels gebruiken.

Dit recept heeft een Caribisch tintje, omdat ik zo van de smaak en geur van Scotch bonnet chilipepers houd.

Snijd de partjes sinaasappel tussen het membraan uit (zie pag. 15). Doe dit boven een kom zodat je het sap opvangt. Snijd de partjes doormidden en zet ze terzijde. Knijp de schil en het membraan boven de kom met het sap uit.

Maak nu de tijgermelk: doe de gemberwortel en knoflook in een kommetje met de koriandersteeltjes, het limoensap, de chilipeper en tijm. Schenk het opgevangen sinaasappelsap erbij en laat de smaken 5 minuten intrekken. Schenk door een zeef in een kom en voeg een flinke snuf zeezout toe.

Schenk wat ijswater in een kommetje en voeg een theelepeltje zout toe. Laat de rode uienringen hier 5 minuten in weken. Giet af en dep ze droog.

Leg de zeebaarsfilet op de huid. Snijd dwars op de draad diagonaal in dunne plakjes zodat je vrij platte plakjes zonder huid krijgt, zoals je ook gerookte zalm zou snijden. Snijd de plakjes doormidden. Leg ze op een schaal, bestrooi met een flinke snuf zeezout en roer door elkaar. Voeg na 2 minuten de tijgermelk toe en laat 2 minuten marineren (de vis 'gaart' daarna nog verder).

Haal de vis uit de marinade en verdeel de plakjes over de borden. Leg de rode uienringen, sinaasappelpartjes en tomaten erbij en bestrooi met de koriander- en het basilicumblaadjes. Serveer direct, eventueel met shotglasjes gevuld met de marinade erbij.



# Tonkatsu met yuzu-koolsla en ponzu

## Voor 4 personen

### Voor het varkensvlees

8 varkensmedaillons of filetlapjes, vet verwijderd  
100 g tarwebloem  
2 eieren, losgeklopt  
100 g panko (Japans paneermeel)  
30 g boter, gesmolten, of olijfolie  
zeezout en versgemalen zwarte peper

### Voor de koolsla

½ kleine groene of spitskool  
1 wortel, geschild, in julienne  
4 lente-uitjes, in dunne ringen  
½ tl zout  
½ tl fijne kristalsuiker  
2 tl wittewijnazijn  
1 knapperige appel zoals jonagold of elstar, geschild, geraspt  
1 el mayonaise  
1 el crème fraîche  
1 el yuzusap, of meer naar smaak (toko)  
½ el donkere sojasaus  
½ tl yuzupoeder (optioneel, toko)  
1 el sesamzaad

### Voor de ponzu

3 el donkere sojasaus  
1 el mirin  
1 el rijstazijn  
½ tl suiker  
½ cm gemberwortel, geschild, fijngehakt  
sap van 1 mandarijn  
2 el yuzusap (toko)  
1 tl yuzupoeder (toko)

**Tonkatsu is de Japanse versie van de schnitzel met een jasje van panko. Je kunt 'm zo serveren, met flink wat citroensap erover en dan heb je een prima maaltijd. Maar dit is nog beter. Meestal wordt alleen sap gebruikt in ponzu, maar ik draai het yuzuvolume wat hoger door er ook poeder van gemalen schil aan toe te voegen. De schil bevat juist de meeste smaak.**

Maak eerst de koolsla. Snijd de kool in zo dun mogelijke reepjes en doe met de wortel en lente-uitjes in een vergiet. Bestrooi met het zout, de suiker en schenk de azijn erover. Zet in de gootsteen of in een grote schaal en laat een uur rusten. Hierdoor raken de groenten overtollig vocht kwijt en verdunnen ze de dressing straks niet. Doe de groenten dan in een schaal en voeg de appel toe. Roer de mayonaise, crème fraîche, het yuzusap, de sojasaus en de yuzupoeder (optioneel), door elkaar. Schenk over de groenten en schep alles goed om. Bestrooi met het sesamzaad.

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Leg het varkensvlees tussen twee vellen plasticfolie en sla er met een vleeshamer of kleine koekenpan op tot de medaillons heel dun zijn, zonder ze kapot te slaan. Strooi de bloem op een bord en voeg zeezout en zwarte peper toe. Klop de eieren los in een diep bord en strooi de panko op een ander bord. Wentel de medaillons door de bloem en klop overtollige bloem eraf. Haal met beide kanten door de losgeklopte eieren en daarna door de panko. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel met de gesmolten boter of olijfolie en bak 10 tot 12 minuten in de oven. Het vlees is dan gaar en de broodkruimels zijn goudbruin.

Doe intussen voor de ponzu de sojasaus, mirin, rijstazijn, suiker, gemberwortel en mandarijnsap in een pannetje. Verwarm al roerend tot de suiker is opgelost en haal dan meteen van het vuur. Klop het yuzusap en -poeder erdoor en zeef boven een klein kommetje.

Serveer het vlees met de koolsla en geef de ponzu er los bij, om het vlees in te dopen.



## Bloemkool uit de oven met citroen, nigellazaad en gremolata

Het handige van gremolata is dat je het kunt maken met citruszeste, knoflook en kruiden – ingrediënten die veel mensen altijd wel in huis hebben. Ik gebruik hier koriander omdat dit gerecht Aziatisch is, maar traditioneel wordt peterselie gebruikt. Je kunt ook ingemaakte citrus in plaats van verse zeste gebruiken. Je kunt de gremolata over stoofpotjes met vlees strooien, of er een dressing voor gegrilde kip of vis van maken, zoals onderaan het recept staat aangegeven.

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Verdeel een grote bloemkool in roosjes en snijd grote roosjes doormidden. Verdeel een bol knoflook in teentjes, maar pel ze niet. Doe ze met de bloemkoolroosjes in een braadslee. Roer 1 eetlepel olijfolie en het sap van 1 onbespoten citroen of limoen door elkaar (rasp eerst de zeste fijn, die heb je straks nodig). Voeg hier zeezout naar smaak, 1 theelepel nigellazaad, ½ theelepel komijnzaad en ½ theelepel chilivlokken (of een fijnge-sneden verse chilipeper) aan toe en schenk dit over de bloemkool en knoflook. Schep alles om en verspreid in een gelijkmatige laag. Bak 35 tot 40 minuten in de oven tot de bloemkool goudbruin en al dente is.

Maak de gremolata: snijd 2 tenen knoflook en de blaadjes van 1 klein bosje koriander fijn. Roer hier de fijngeraspte citroen- of limoenzeste door en voeg zeezout naar smaak toe. Je kunt er ook een dressing van maken door olijfolie en citrussap toe te voegen aan de gremolata. Serveer de gremolata(dressing) er apart bij.



# Tarte tatin met bloedsinaasappel en kardemom

## Voor 6 personen

2-3 onbespoten bloedsinaasappels,  
afhankelijk van hoe groot ze zijn  
30 ml water  
100 g suiker  
75 g koude boter, in blokjes  
zaadjes uit 2 tl kardemompeulen,  
lichtgekneusd  
300 g bladerdeeg, plakjes  
tarwebloem, om te bestuiven

## Voor de crème anglaise

250 ml volle melk  
250 ml *double cream* of slagroom  
3 cm van een vanillestokje  
1 tl kardemompeulen, lichtgekneusd  
1 koffieboon  
50 g fijne kristalsuiker  
6 eidooiers

Dit is een tarte tatin met citrus en specerijen – typisch winters troosteten. Je kunt hem het beste in februari maken, als bloedsinaasappels in het seizoen zijn en we wel wat kleur en specerijen kunnen gebruiken. Dit recept bevat elementen die ook bij andere desserts van pas komen. Je kunt bijvoorbeeld het deeg vervangen door een cakebeslag en regulier bereiden.

Als je geen crème anglaise wilt maken, kun je hier ook chantillyroom bij geven – klop hiervoor slagroom op tot het vrij stijf is en roer er dan een eetlepel poedersuiker en een flinke snuf fijngemalen kardemom door.

Verwarm de oven voor tot 180 °C.

Snijd boven- en onderkant van de sinaasappels af en snijd ze in heel dunne plakjes. Zet terzijde.

Schenk het water in een gietijzeren of andere ovenvaste koekenpan. Voeg de suiker toe en verwarm op laag vuur, roer niet, maar schud de pan af en toe tot de suiker is gekarameliseerd en licht goudbruin is. Laat de karamel niet te donker worden. Het water voorkomt dat de suiker te snel bruin wordt langs de randen. Haal de pan van het vuur en roer er voorzichtig de boter en kardemompitjes door.

Leg de mooiste sinaasappelplakjes in de karamel. Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar op een licht met bloem bestoven aanrecht en rol uit tot ongeveer 3 mm dik en prik met een vork gaatjes in het deeg. Snijd een cirkel uit het deeg die iets groter is dan de koekenpan en leg deze over de sinaasappelplakjes en karamel. Duw de randen van het deeg in de pan.

*(lees verder op pag. 164)*

