

*Para Oscar, gracias por
enseñarme tanto. Te quiero.*

Voor mijn zoon Oscar, bedankt dat
je me zoveel hebt geleerd. Ik hou van je.

4	Inleiding
6	Mijn voorraadkast
10	KLEINE GERECHTJES & TAPAS
34	VLEES & WILD
56	VIS & ZEEVRUCHTEN
80	EIEREN & GEVOGELTE
96	GROENTEN
114	SALADES
132	SOEPEN, PEULVRUCHTEN & STOOFPOTJES
150	PAELLA & RIJST
166	DESSERTS & ZOETE LEKKERNIJEN
184	Register
190	Dankwoord



BANDERILLAS

TAFELZUURSPIESJES

Ingemaakte *banderillas* – spiesjes met jouw favoriete augurken – zijn een andere veelvoorkomende tapa in tapasbars door heel Spanje. We zijn dol op alle soorten tafelzuur, in de Spaanse supermarkten vind je een breed assortiment ingemaakte groenten, van knoflook tot artisjokken, en ook schaaldieren en vis, van mosselen tot ansjovis. De azijnsmaak geeft een verrassende kick in je mond en is de perfecte combinatie met een paar biertjes als aperitief. In Spanje koop je kant-en-klare *banderillas*, maar wij maken ze liever zelf met de ingrediënten die we lekker vinden.

Voor zoveel als je lust!

groene Spaanse gordal-olijven
 witte of gezouten ansjovis
 groene chilipepers in pekkel (het liefst pittige groene uit Spanje)
 ingemaakte zilveruitjes
 augurken
 extra vierge olijfolie

houten spiesen van 18 cm of
 sterke cocktailprikkers

Omwikkel een *gordal*-olijf met een ansjovis en prik er een spies of cocktailprikker doorheen, zodat beide zijden van de vis vastzitten en netjes gestapeld zijn. Voeg vervolgens een groene chilipeper toe. Omdat die meestal vrij lang is, is het handig om hem door te snijden of dubbel te vouwen. Voeg daarna een zilveruitje toe en als laatste een augurk. Dit ingrediënt mag nooit ontbreken in welke combinatie dan ook, het is het belangrijkste tafelzuur van de *banderilla*. Prik de augurk horizontaal op de spies. Je mag de volgorde van de ingrediënten natuurlijk aanpassen, kies wat jij lekker vindt.

Herhaal dit totdat je genoeg spiesen hebt. Besprenkel met een scheutje extra vierge olijfolie en serveer ze.

CORDERO AL CHILINDRÓN

STOFPOTJE MET LANGZAAM GEGAARD LAMSVLEES EN PAPRIKA

Voor 4 personen

1 kg lamsvlees in blokjes
 zout en versgemalen
 zwarte peper
 snufje gemalen komijn
 100 g patentbloem
 75 ml olijfolie
 2 grote wortels, in dunne reepjes
 1 grote ui, in dunne ringen
 3 teentjes knoflook, in dunne
 plakjes
 1 rode paprika, in dunne reepjes
 ½ groene paprika, in dunne
 reepjes
 een paar laurierblaadjes
 1 takje verse tijm, plus extra
 ter garnering
 4 tomaten, geschild en gehakt
 snufje suiker
 1 tl zoete pimentón (zoet
 gerooktpaprikapoeder)
 200 ml witte wijn
 knapperig brood of gebakken
 aardappelschijfjes, om erbij te
 serveren

Dit gerecht komt vaak voor in Noord-Spanje en werd traditioneel bereid in het voorjaar, tijdens het nieuwe lammerenseizoen. Het is zo'n lelijk, bruin, maar zeer smakelijk stoofpotje waar Spanje juist bekend om staat. We gebruiken ook ander vlees voor dit gerecht, zoals geit of kip.

Breng het lamsvlees op smaak met zout, peper en een snufje gemalen komijn. Wentel het vlees door de bloem. Verhit de olijfolie in een diepe, zware pan (met deksel) op hoog vuur en bak het lamsvlees 5 minuten aan zodat het rondom bruin is. Haal het lamsvlees uit de pan, maar laat de olie erin, en laat rusten.

Voeg de wortel, ui, knoflook en rode en groene paprika toe aan de pan, samen met de laurierblaadjes en tijm. Zet het vuur middel-hoog. Bak dit 10 minuten en voeg daarna de gehakte tomaten met de suiker toe en bak nog eens 5 minuten, tot de ingrediënten een tomatenpasta vormen, of *sofrito*.

Doe het lamsvlees weer in de pan, samen met de zoete *pimentón*, witte wijn en 1 liter water. Laat dit afgedekt een paar uur op laag vuur zachtjes koken, of tot het vlees mals is. Voeg indien nodig meer water toe. Het resultaat moet een rijke, volle en zijdezachte saus zijn. Garneer met verse tijm en serveer met knapperig brood of gebakken aardappelschijfjes, als je dat lekker vindt.



SEPIA A LA PLANCHA CON AJILIMÓJILI

GEGRILDE ZEEKAT

Als je in Spanje aan iemand vraagt om *sepia a la plancha*, of gegrilde zeekat, roept dat herinneringen op aan momenten bij *chiringuitos*, of strandhutten, met familie of vrienden. In plaats van dit gerecht in een chic restaurant te eten, kun je dit het beste in een traditionele strandtent eten. Het geheim zit hem in de olijfolie met knoflook en peterselie – ik weet zeker dat het je gaat lukken. Dit thuis zelf bereiden is supermakkelijk.

Voor 2 personen

1 el bladpeterselie, fijngenhakt
2 teentjes knoflook, fijngenhakt
4 el olijfolie, plus extra om te besprenkelen
1 zeekat (ongeveer 500 g), schoongemaakt (vraag je visboer dat voor je te doen)
1 volle el zout
citroenpartjes, om erbij te serveren

Meng in een kom de bladpeterselie, knoflook en olijfolie.

Het is belangrijk dat de zeekat voor het koken al klaargemaakt is, anders wordt hij taai en niet gelijkmatig gaar. Verwijder alle velle-tjes totdat er alleen wit vlees overblijft. Kerf met een scherp mes een ruitpatroon in de binnenkant van het lichaam.

Voor *a la plancha* koken heb je een loeihete pan nodig, zo heet mogelijk. Verhit een grote droge koekenpan op hoog vuur. Strooi tijdens het verhitten zout over de bodem. Als je de hitte voelt uitstralen uit de pan, leg dan de zeekat op het zout en besprenkel hem met wat olijfolie.

Besprenkel na 2 minuten de zeekat met 2 eetlepels van de peterselie-olie en draai hem om. Let op: hij zal veel rook afgeven en dat geeft de zeekat dat typische *plancha*-aroma. Bak nog zeker 2 minuten, afhankelijk van de dikte van de zeekat.

Hak de zeekat in hapklare stukken en schenk de overgebleven peterselie-olie eroverheen. Serveer met de citroenpartjes.



HUEVOS CON CHORIZO BENEDICTINOS

EGGS BENEDICT MET SPINAZIE EN CHORIZO-HOLLANDAISE

Eggs benedict zijn voor mij het allerbeste brunchgerecht. Totaal niet Spaans, maar toen ik de chorizo-hollandaise maakte, wist ik zeker dat de wereld voor altijd veranderd was en dat ik eggs benedict naar een totaal ander niveau had getild. Ik was zó trots. Ik wil niet arrogant overkomen, maar mijn ochtenden in het weekend zijn nooit meer hetzelfde geweest.

Voor 4 personen

2 verse chorizoworsten (het liefst lichtjes gerookt), in kleine blokjes

200 g boter

4-8 biologische eieren, plus 5 eidooiers

sap van ½ citroen

2 el extra vierge olijfolie

1 teentje knoflook, fijngenhakt

250 g babyspinazie

zout en versgemalen zwarte peper

4 sneetjes geroosterd brioche, om erbij te serveren

zoete pimentón (zoet gerooktpaprikapoeder), om erbij te serveren

Verhit een koekenpan op middelhoog vuur en bak de chorizo 3 tot 4 minuten zonder olie. Voeg de boter toe en laat smelten.

Schenk een paar cm water in een kleine steelpan op middelhoog vuur. Meng de 5 eidooiers, het citroensap, 2 eetlepels water en een snufje zout in een hittebestendige kom die iets groter is dan de steelpan. Zet de kom op de steelpan en klop het eidooiermengsel ongeveer 2 minuten, of tot het luchtig is. Zorg ervoor dat je het niet te ver doorklopt. Voeg tijdens het kloppen langzaam de chorizoboter in een dun straaltje toe, tot de saus volledig is geëmulgeerd en die romige mayonaisetextuur heeft. Voeg een snufje zout en peper toe en zet opzij.

Verhit de extra vierge olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de knoflook een paar seconden voordat de babyspinazie erbij gaat. Bak 1 minuut zodat de spinazie slinkt. Breng op smaak met zout en peper en zet opzij.

Leg de geroosterde sneetjes brioche op borden en beleg met een eetlepel spinazie.

Breek elk ei boven een souffléschaaltje en laat het ei voorzichtig in een pan met zacht kokend water vallen. Pocheer 2 tot 3 minuten, schep ze eruit met een schuimspaan en leg op elk sneetje brioche een of twee eieren. Lepel tot slot de warme chorizo-hollandaise over de eieren en bestrooi elk ei met zoete *pimentón*.



COLIFLOR CON AJOS, VINAGRE Y ALCAPARRAS

BLOEMKOOL MET KNOFLOOK, AZIJN EN KAPPERTJES

Dit simpele gerecht is in 15 minuten klaar en ik maak het thuis heel vaak, omdat het licht en gezond is en ook nog bomvol smaak zit. Dit is de Spaanse versie van een Chinees wokgerecht.

Voor 4 personen als tapa

1 grote bloemkool, in roosjes,
bladeren bewaard
extra vierge olijfolie, om in te
bakken
5 teentjes knoflook, in plakjes
50 g uitgelekte kappertjes
1 tl komijnzaad
½ tl zoete pimentón (zoet
gerooktpaprikapoeder)
3½ el sherryazijn of natuurazijn
zout

Zet een grote pan met water op hoog vuur. Breng aan de kook en voeg de bloemkoolroosjes toe. Kook ze ongeveer 4 minuten. Giet af en spoel af onder koud stromend water. Zet opzij.

Schenk een flinke scheut extra vierge olijfolie in een koude koekenpan, voeg de bewaarde bloemkoolbladeren, knoflook, kappertjes en het komijnzaad toe en zet het vuur hoog. Voeg de zoete *pimentón* toe als de knoflook goudbruin wordt en vervolgens de sherryazijn of natuurazijn. Laat het vocht 30 seconden inkoken en hussel dan de bloemkoolroosjes erdoor. Zorg ervoor dat de ingrediënten goed gemengd zijn. Breng op smaak met zout en serveer.



ESGARRAET VALENCIANO

SALADE VAN GEROOSTERDE RODE PAPRIKA EN KLIPVIS

Valencia is meer dan alleen paella. Er is een heel uitgebreide eetcultuur, waaronder dit zomerse gerecht met klipvis. Gezouten, in stukken gescheurde klipvis is in elke toko verkrijgbaar, maar Spaanse of IJslandse klipvis is nóg lekkerder als je die kunt vinden. *Esgarraet* betekent 'scheuren', en dat is precies wat we met deze salade gaan doen.

Voor 6 personen als tapa

450-500 g klipvis
8 grote rode paprika's
5 el extra vierge olijfolie, plus
extra om te besprenkelen
2 grote teentjes knoflook, in
dunne plakjes
1 tl basterdsuiker
zout
bladpeterselie, fijngehakt,
ter garnering

Week de klipvis 24 uur in koud water, en ververs het water drie keer tijdens dit proces. Scheur de klipvis met twee vorken in kleine stukken.

Verwarm de oven voor tot 220 °C.

Leg de rode paprika's op een bakplaat en smeer ze rondom in met de extra vierge olijfolie en het zout. Rooster de paprika's 25 minuten. Draai ze halverwege om. Haal ze uit de oven en leg ze in een kom koud water. Dek af met plasticfolie en laat minstens 30 minuten rusten.

Gooi het water uit de kom weg en pel de paprika's met je vingers. Gooi de velletjes weg. Trek het vruchtvlees in dikke repen en schik op een serveerschaal of bord samen met de sappen.

Voeg de knoflook, een flinke scheut extra vierge olijfolie, de basterdsuiker en klipvis toe. Bestrooi met de fijngehakte bladpeterselie en serveer.

Handige tip

Hoe langer dit gerecht kan rusten, hoe beter de smaken zich ontwikkelen.

POTAJE CANARIO

VLEES-GROENTESTOOFPOTJE VAN DE CANARISCHE EILANDEN

Voor 6 personen

2 teentjes knoflook, gepeld
 ½ bosje bladpeterselie
 extra vierge olijfolie
 4 kruimige aardappels
 1 wortel
 1 ui
 150 g courgette
 200 g pompoen, elke soort is goed
 300 g varkensspareribs (vraag je slager om ze in middelgrote stukken te snijden)
 2 maïskolven, elk in drie stukken
 1 tl gerookte pimentón (zoet gerooktpaprikapoeder)
 450 ml vlees- of groentebouillon
 100 g snijbonen
 1 blik kikkererwten à 400 g, uitgelekt en afgespoeld
 100 g duizendkoppige kool of palmkool, grofgehakt
 zout

Zoals de naam al doet vermoeden is dit stoofpotje een typisch gerecht van de Canarische Eilanden. Maïs wordt daar veel gebruikt, samen met andere, meer tropische vruchten (zoals mango's, bananen, custardappels en ananas), vanwege het klimaat en het Zuid-Amerikaanse erfgoed. Historisch gezien moesten de meeste reizen naar het Amerikaanse continent een tussenstop maken op de eilanden, omdat dit de eerste pitstop was na het oversteken van de Atlantische Oceaan en vice versa.

Maal met een stamper en vijzel de knoflook, bladpeterselie, een scheutje extra vierge olijfolie en een snufje zout tot een pasta en zet opzij.

Schil de aardappels en snijd 1 aardappel, de wortel, ui, courgette en pompoen in blokjes. Leg alle groenten in een grote soeppan samen met de varkensspareribs, maïs, knoflookpasta en gerookte *pimentón*. Voeg de bouillon, een scheutje olijfolie en voldoende water toe zodat alle ingrediënten onder water staan en roer alles goed door. Verhit op hoog vuur en breng aan de kook. Zet vervolgens het vuur op middelhoog en laat 30 minuten pruttelen. Roer af en toe door. De aardappel zal langzaam uiteenvallen en het stoofpotje dikker maken.

Snijd intussen de overgebleven aardappels in blokjes van 1,5 x 1,5 cm. Maak de snijbonen schoon en snijd ze in vier stukken. Voeg ze toe aan de pan samen met de kikkererwten en de kool en kook nog eens 15 minuten op middelhoog vuur. Zet het vuur uit, dek de pan af en laat 15 minuten rusten voor het serveren.



PAELLA DE MARISCO

ZEEVRUCHTENPAELLA

Voor 5 personen

500 g verse pijlinktvis, ingewanden verwijderd, maar wel bewaard (vraag je visboer dat voor je te doen)

3½ el extra vierge olijfolie

1 el zout, plus extra om te kruiden

1 rode paprika, in dikke reepjes

200 g sperziebonen of snijbonen, gehakt (optioneel, maar ik vind dat lekker)

6 teentjes knoflook, fijngehakt

1 tl zoete pimentón (zoet gerooktpaprikapoeder)

2 tomaten (ongeveer 300 g in totaal), geraspt

400 g paellarijst, zoals Bomba, Senia of Bahia

500 g garnalen of langoustines, of een mix, houd een paar hele apart, en anders de koppen en schalen verwijderd

10 mosselen en/of venusschelpen, schoongemaakt, gooi geopende of beschadigde schelpen weg

Hoe goed dit boek is, hangt af van hoe lekker dit gerecht smaakt. Volgens mijn vrienden en familie is het een van de allerbeste paella's die ze ooit hebben geproefd als je dit recept goed volgt. De intensiteit van de smaak in de bouillon die je maakt is het allerbelangrijkste, evenals hoe breed je paellapan is. Geloof het of niet, maar dat maakt echt het verschil. Op een gewoon fornuis thuis kun je, om perfectie te bereiken, een echt goede paella voor niet meer dan drie personen bereiden. De karamellisatie van de ingrediënten en hoe de rijst schroeit op het brede oppervlak, dragen bij aan de smaak en het eindresultaat. Ik vermeld dit alleen om de puristen tevreden te stellen, maar voor de thuishokks onder ons (ik reken mezelf daartoe) smaakt het ook fantastisch als je deze zeevruchtenpaella voor meer dan drie personen maakt.

Verwijder om de pijlinktvis thuis schoon te maken de ingewanden met je vingers en snijd de binnenste kern net boven de tentakels af. Gooi niets weg, want alles zorgt voor een rijke bouillon.

Maak eerst de schaaldierenbouillon (zie volgende pagina voor de ingrediënten). Verhit een flinke scheut extra vierge olijfolie in een braadpan op hoog vuur. Voeg de koppen en schalen van de garnalen en langoustines toe en bak ze in 2 minuten bruin. Doe de bewaarde ingewanden van de inktvis, de wortel, ui, bleekselderij, prei, knoflookhelften, zwarte peperkorrels en het laurierblaadje erbij en karamelliseer alles tot de groenten een donkere, goudbruine kleur hebben. Voeg vervolgens de geraspte tomaat toe.

Bak nog 2 minuten en flambeer vervolgens met de brandy gevolgd door de witte wijn. Schenk de alcohol in de braadpan en steek aan met een lucifer. Let op je haren en hoofd. Laat de vlammen oplaaien en vervolgens uitdoven. Kook goed door zodat de alcohol compleet verdampt is. Voeg vervolgens 3 liter water en de karkassen of visbouillonblokjes toe.

Recept en ingrediënten op volgende pagina.



MELOCOTONES AL MOSCATEL

IN ZOETE MUSKAATWIJN GEPOCHEERDE PERZIKEN

In Spanje blijven we graag aan tafel zitten nadat we klaar zijn met eten. Dit noemen we *sobremesa*, gezellig kletsen tot het tijd is voor de *siësta*. Een zoete wijn zoals moscatel is de perfecte afsluiting van een goede maaltijd. Dit recept combineert fruit met deze fantastische zoete wijn. Probeer het maar eens.

Voor 4 personen

4 perziken, gehalveerd en ontpit
(nectarines of abrikozen kunnen ook)

350-500 ml zoete muskaatwijn,
zoals Spaanse moscatel

½ kaneelstokje

2 steranijs

5 jeneverbessen

roomijs, clotted cream of yoghurt,
om erbij te serveren, optioneel

Leg de gehalveerde perziken in een diepe pan. Het mooiste is als ze strak tegen elkaar aan liggen. Voeg de zoete muskaatwijn, het kaneelstokje, de steranijs en jeneverbessen toe en breng op hoog vuur aan de kook. Zet vervolgens direct het vuur laag en laat 10 minuten zachtjes koken, of tot de perziken zacht beginnen te worden. Kook ze niet te lang, ze moeten nog stevig zijn. Haal de pan van het vuur en laat de perziken afkoelen in het vocht. Het liefst een hele nacht. Zo kunnen de smaken zich beter ontwikkelen in het fruit.

Deze perziken kunnen worden geserveerd met allerlei bijgerechten, zoals roomijs, clotted cream of naturel yoghurt, voor een volwaardig dessert.