

PROEF HET SEIZOEN

Van Boer tot Bord
in 100 recepten

INHOUD

Het begin van verandering	5	DE LENTE	82
Het verhaal achter onze groenten	5	Lenterolletjes met de allerbeste pindasaus	85
De recepten	7	Gele rijst met zoetzure rabarber	89
De seizoenen	8	Tarte au citron met aardbei en kamille	91
De mensen	10	Frangipane met rabarber en dragon	94
De kok	17	Sobanoedels met broccoli, zeewier en crispy tofu-flakes	96
Koken uit de voorraadkast	18	Harissabloemkool met vegan labneh en korianderchermoula	101
Mijn favoriete basisingrediënten	18	Vlierbloesemsiroop	102
Extra info bij de recepten	19	Vlierbloesem-aspergeschilmocktail	103
DE WINTER	20	Rabarber-vlierbloesem gin-tonic	104
Winterse spelt-eenkoorngalette	23	Romanesco met kokoskorst op een bedje van kaffirliemoblad	105
Gevulde koolrolletjes met kruidig linzengehakt	26	Cheesecake met asperge, vlierbloesem en maanzaad	108
Maaltijdsoep met patatas bravas	29	Gegrilde witte en groene asperges met daslookcurry	110
Tajine met witlof, dadels en sinaasappel	32	Lenterisotto met kamille en asperge	112
Risotto met (aard)peer	34	Gegrilde sla Sri Lanka-style	114
Pasta knolselderij e pepe	36	DE ZOMER	116
Massaman curry met knolgroenten	40	Boterham met pesto alla trapanese, vegan mozzarella en gegrilde courgette	121
Pasta carbonara met shiitakespekjes en boterzachte prei	42	Vegamuze's lasagne & fagioli	122
All-in-one carrotcake-bananabread-marmercake-tulband (met Libanese vibes!)	45	Zomerse barbecuepizza met courgette, perzik en pesto	125
PRILLE LENTE	48	Sticky coconut rice met een weelde aan zomerbessen en zwartebessenblad	127
Carrotcake-havermoutpap met gekaramelliseerde misobanaan	52	Sashimi van watermeloen	131
Smashed potatoes met zwarte limoen, vegan labneh en spinaziechutney	53	Margarita met selderij, mezcal en gerookt zout	132
Radijs in een tempurajasje met salsa van radijsloof	55	Zomerse paella met vissige venkel en vlezige maitake	134
Shortbread koekjes	58	Gekleurde bietjes op de barbecue met zwarte bessen, zwartebessenbladolie en vegan labneh	137
Taco blanco met witte chocolade en de eerste lenteraapjes	62	Orzosalade met tzatziki en barbecuekomkommer	138
Verse pasta – klassiek of boekweit	65	Parelcouscoussalade met tomaten en een dressing van zwarte limoen	141
Farfalle met wortel-harissasaus en kerveldukkah	67	Nieuweaardappelsalade met venkel en kruisbes	142
Spaghetti met misoboter, za'atar en paksoi	69	Focaccia met kruisbessen en lavendel	144
Dahl van rode biet met doperwtenswirl	70		
Pittige salade met mizuna en mosterdblad, gegrilde peer en szechuan-misodressing	73		
Panisse-frietjes met barbecuesaus van rode biet en rabarber, en kervelaioli	74		
Meergranenpizza	77		
Pizza met venkel, rabarber en dragon	80		

Madras curry met aubergine, sperzieboon en gerookte tofu	146	Paddenstoelenkroketjes met boerenkoolmayo	219
Chocoladetaart met aubergine, frambozen, pistache en citroentijm	150	Fried rice met gebakken spruitjes en kimchi	221
DE NAZOMER	152	Rodekoolragout met pulled eryngii	222
Hot chilisauc	156	Pompoen-peperkoektiramisu	224
Croissantpudding met late zomerbessen	158	DE FEESTDAGEN	226
Bruschetta met spicy tomatenchutney en vegan geitenkaas	163	Risotto met bergamot, prosecco en geroosterde spruitjes	229
Tulbandcakejes met paprika en rozenwater	164	Dennensiroop en kerstcocktails/-mocktails	231
Corn chowder-dahl	166	Dennencustard	233
Gevulde puntpaprika met pompoen-koffiecrème	169	Palmkool-sjalottenpaté met veenbessenchutney	234
Gegrilde spitskool met muhammara, vegan feta en granaatappel	172	Schorseneren met een korstje van hazelnoot	236
Fig Leaf Fizz	175	Bruschetta met aardpeer en zwarteknoflookboter	238
De ultieme pre-herfstsalade met pompoen, radicchio en geroosterde druif	176	Knolselderijbeignets met gerookte wortel en linzenkaviaar	240
Gefermenteerde Chinese kool freestyle	178	Hartige baklava van knolgroenten	242
Creatief met kimchi (kimchi-ish)	181	Gevulde knolselderij met kastanje, harissa en knolselderijhummus	245
Bosbes en mais x 3	183	Glühwein-kweepeer crumble	247
Gepofte zoete aardappel met vegan labneh, verse vijgen en lavendeldukkah	190	Wellington met rode biet en paddenstoelen-tempehgehakt	249
DE HERFST	192	Rodekool: 2x feestelijk	252
Rogge-kastanjebrood	195	Kerststol met verstoppte pastinaak	255
Pompoensoep, maar dan écht anders	196	SPEK EN KAAS	256
Pompoenhummus en paddenstoelenshoarma	202	Vegan labneh	260
Pad Thai met herfstige seizoensgroenten en nameko	205	Vegan feta van witte bonen	261
Mac 'n cheese met pompoen en kimchi	206	Vegan parmezaan van kikkererwten	262
Gepocheerde peertjes met saffraan en kataifi	208	Vegan geitenkaas van cashewnoten, tofu en natto	263
Tajine met kruidig seitangehakt, kweepeer en pompoen met saffraan-sinaasappelcouscous	210	Vegan mozzarella	264
Paddenstoelenbouillon met umami-power	213	Belugalinzenkaviaar	265
Pumpkin pie scones met clotted cream van pompoen	214	Anything can taste like bacon marinade	266
Havermoutpap met pompoen, speculoos en gebakken appeltjes	216	Vegan vissaus	266
		Vegan chorizo	267
		Gerookte wortel	267
		De ultieme scrambled tofu	269
		DANKWOORD	271



VAN BOER TOT BORD

De zon piept stilletjes van achter de wolken, wanneer ik op mijn knieën in de aarde een radijsje uit de grond trek. Ik schud het even heen en weer en wrijf de aarde er zo goed mogelijk vanaf. De rest van de verzamelde radijsjes neem ik mee naar huis, maar deze – met zijn wat gekke vorm en overdreven rozige blos – is voor nu. Ik bijt erin, en de sappige crunch lijkt door heel de weide te galmen. Dít is een radijs.

Door de jaren heen ben ik deze momenten steeds meer gaan koesteren. Die connectie met het veld, met wat er groeit, en de smaak van een groente die net uit de grond komt, is iets wat ik niet langer vanzelfsprekend vind. Vroeger kocht ik radijzen in de supermarkt zonder stil te staan bij de vraag of het überhaupt het seizoen voor radijzen was. Ik legde tomaten in mijn winkelkarretje zonder me de kleuren van de bladeren of de geur van de kas voor te stellen. Ik kocht bloemkolen zonder te weten welke boer die riante exemplaren had geteeld.

Het begin van verandering

Langzaam maar zeker is daar iets in verschoven. Niet omdat ik mezelf nieuwe regels oplegde, wel omdat mijn blik verschoof. Ik ben anders gaan kijken naar wat er op mijn bord ligt. Bewuster, met meer nieuwsgierigheid, meer waardering.

Dat wil natuurlijk niet zeggen dat ik sindsdien nooit meer een tomaat in de winter koop, of altijd precies weet waar alles vandaan komt. Ook ik leef in een wereld waarin tijd en energie vaak schaars zijn, en de realiteit van het leven soms gewoon vraagt om gemak. Maar zelfs dan blijft die verwondering me bij. Zelfs dan kies ik vaker met aandacht. Niet perfect, maar wel bewuster. En precies daarin zit voor mij het begin van verandering.

De afstand tussen de boer en mij, degene die met zijn producten aan de slag ging, was ooit gigantisch. Tussen de boer en mijn bord gaapte een leegte vol culinaire vraagtekens. Waar komt mijn eten vandaan? Wie oogst mijn groenten?

Ik ging op zoek naar kennis en inspiratie. Dat avontuur bracht me bij CSA-boerderijen (Community Supported Agriculture-boerderijen waarbij je als consument rechtstreeks deelneemt aan de oogst; daarover straks meer) en leidde uiteindelijk tot het schrijven van dit boek.

Het verhaal achter onze groenten

Dit kookboek is een ode aan groenten en seizoenen, maar evenzeer aan de mensen achter die groenten. Aan hen die elke dag door weer en wind, in economisch, klimatologisch en agrarisch goede én slechte tijden, op het veld staan, met liefde, kennis en passie.

Boeren, tuinders en stadslandbouwers zijn de échte helden van onze samenleving. Niet de sterren, celebrities, politici of luidruchtige Instagramactivisten aan wiens lippen we vaak hangen. Als je dingen wilt laten groeien – de essentie van elke tuinderij of boerderij – heb je niets aan gevatte slogans of virale TikToks. Wat je nodig hebt is liefde. Geduld. Toewijding. Dag na dag, in elk klimaat, bij elk humeur.

Elke boer en elke groente, elk zaadje in de grond en elke oogst – van de boer tot op je bord – vertelt een verhaal over voeden, in alle betekenissen van het woord. Het voeden van de bodem, van ons lichaam, van de natuur. Maar ook van onze mentaliteit.

Dit boek wil je uitnodigen om opnieuw verbinding te maken. Niet vanuit schuld of perfectie, maar vanuit verwondering. Je hoeft heus geen eigen moestuin te hebben of altijd rechtstreeks bij de boer te kopen. Maar misschien vind je hier inspiratie om stil te staan bij het ritme van de seizoenen, en bij de weg die een groente aflegt voordat deze op je bord belandt.

Als consument sta je er niet altijd bij stil dat zelfs een eenvoudig radijsje een culinaire revolutie kan ontketenen. Want eten is zoveel meer dan voedingswaarden en calorieën. Elke hap is een onbewuste bron van inspiratie. Een duwtje in de rug. Een boost van energie. Elke boer is een stille activist die jou, zonder dat je het merkt, een nieuwe levenswijze influistert.



DE RECEPTEN

Alle recepten in dit boek zijn volledig plantaardig: zonder vlees, vis of zuivel. Maar dat is niet per se de reden waarom ik hoop dat je dit boek oppakt.

Hoewel elk gerecht vegan is, ligt de focus altijd op de groente en haar seizoensgebonden karakter. Ik wil groenten in de spotlights zetten, fruit intens bewieroken en lokale kruiden extra aandacht geven. Dat lukt me het best zonder vlees of vis, zodat alles wat groeit en bloeit in het seizoen de aandacht krijgt die het verdient.



Ik zou willen dat dit boek in plaats van alleen een plantaardig kookboek een handboek wordt dat je écht gebruikt. Dagelijks, of je nu volledig plantaardig eet of niet. Laat de recepten en de verhalen van de boeren je inspireren om de seizoenen te ontdekken, de creativiteit van groenten te proeven en de speelsheid van plantaardig koken in je keuken binnen te laten.

Koken moet voeden, maar ook plezier brengen. Elk recept in dit boek maakt mij op een of andere manier ontzettend blij. Soms omdat het razendsnel op tafel staat (zoals de spaghetti met misoboter, za'atar en paksoi op p. 69), soms omdat ik alleen maar hoeft te wachten (zoals bij de massaman curry op p. 40).

En soms zit het plezier in het kookproces zelf: het roeren in een romige risotto met bergamot, prosecco en spruitjes (p. 229), of het bouwen van een hartige baklava-taart van knolgroenten (p. 242).

En dan is er nog het moment van aanschouwen. De schoonheid van een gerecht kan me diep ontroeren, zoals de romanesco met kokoskorst op een bedje van kaffirlimoenblad (p. 105). Maar soms doet die schoonheid er helemaal niet toe. Dan is het juist het 'lelijke' eten – bleke pasta's, overvolle taco's die uit elkaar vallen – dat het meeste plezier brengt.

Beauty is in the eye of the beholder – en kookplezier is wat je er zelf van maakt. Dus geniet van deze recepten, speel ermee, pas ze aan, maak ze van jou. Wie weet worden ze dan niet langer 'een recept uit een kookboek', maar een deel van jouw eigen kookfilosofie.



DE KOK

Nu je weet wat je van dit boek mag verwachten, deel ik ook graag mijn eigen verhaal. Wie is de kok achter deze recepten? Wat drijft me, wat inspireert me – en waarom moet ik steeds in flamboyante outfit tussen de groenten wroeten?

Met mijn zaak Vegamuze ben ik intussen al tien jaar kok en cateraar, en al die tijd ben ik mijn eigen leermeester geweest. Geen klassieke kokopleiding, geen stages in sterrenzaken. Mijn school was mijn keuken, mijn klaslokalen de markten en moestuinen, en mijn lesmateriaal? Eindeloos veel groenten, kruiden en specerijen van over de hele wereld. Wat begon als nieuwsgierigheid groeide uit tot een diepe passie voor koken, proeven en ontdekken. Door te experimenteren, te falen, opnieuw te proberen en vooral veel te proeven, leerde ik de magie van groenten kennen.

Ik ontdekte dat bloemkool zoveel meer is dan een klassieker met kaassaus: je kunt bloemkool roken, roosteren, marinieren. Deze kan zich hullen in wereldse jasjes – met garam masala, harissa of za'atar – en telkens opnieuw verrassen. Het zijn die ontdekkingen, die kleine

wauw-momentjes, die mijn liefde voor koken aanwakkeren. Geen regels, geen dogma's. Gewoon: nieuwsgierigheid, speelsheid en durf.

En die speelsheid zie je niet alleen op je bord, maar ook in de foto's in dit boek. Ik ben nu eenmaal niet de typische eco-kok met een ruige baard en linnen hemd, maar iemand die duurzaamheid en lokaal koken graag combineert met een flinke dosis eigenzinnigheid en kleur. Omdat ik geloof dat duurzaamheid ook best een beetje *sparkle* mag hebben, dat zorg dragen voor de planeet niet gelijk hoeft te staan aan soberheid, en dat vrolijkheid net zo goed voedt als comfortfood op een koude dag.

Koken is voor mij nooit alleen een taak geweest, maar altijd een vorm van expressie. Een manier om verhalen te vertellen, emoties te delen en mensen te verbinden. Of dat nu aan een feesttafel is, tijdens een workshop, of via de pagina's van dit boek.

Dus welkom in mijn keuken. Of beter nog: trek je favoriete outfit aan en kom mee het veld op. Laat je verrassen, laat je verleiden, en vooral: laat je inspireren.

KOKEN UIT DE VOORRAADKAST

Koken met de seizoenen betekent ook: leren koken uit je voorraadkast. Een goedgevulde voorraadkast is goud waard – zeker in de overgangsmaanden maart en april, zoals beschreven in het hoofdstuk over de prille lente op p. 48.

Een beperkt aanbod aan verse, lokale groenten hoeft namelijk niet te betekenen dat je wekenlang op rode kool met appeltjes moet teren. Niemand wordt gelukkig van herhaling op het bord (tenzij het om chocolade gaat misschien). Alles staat of valt met de inhoud van jouw voorraadkast. Met de juiste smaakmakers geef je zelfs de meest eenvoudige gerechten een verrassende twist. Van een tube harissa tot een potje zwarte olijven: een krachtige smaakmaker is als een spuitje botox bij een Hollywoodster; opeens ziet alles er veel beter uit.

Mijn favoriete basisingrediënten

Hieronder vind je een beknopt overzicht van ingrediënten die ik áltijd in huis heb, mét uitleg waarom.

- » **Erwtjes uit de diepvries:** altijd handig! Voor snelle soepen, salades of als kleurrijke, zoete toevoeging aan elk gerecht.
- » **Gedroogde peulvruchten:** linzen, kikkererwten, zwarte bonen... Je kunt ze eeuwig bewaren; vormen een eiwitrijke basis voor talloze gerechten.
- » **Harissa:** een pittige Noord-Afrikaanse pasta van pepers, knoflook en specerijen. Onmisbaar om een gerecht pit en karakter te geven. Je hebt verschillende soorten en merken met verschillende kwaliteit en pittigheid. Zoek bij voorkeur naar rozenharissa voor de lekkerste smaakervaring.
- » **Lekkere olijfolie:** zowel om in te bakken als om over je gerechten te druppelen.
- » **Mirin en rijstazijn:** voor balans! Mirin (zoet) en rijstazijn (zuur) vormen een klassiek Japans duo waarmee je snel smaakdiepte en evenwicht in je gerecht krijgt.
- » **Noten (cashew, walnoot, amandel, etc.):** onmisbaar voor crunch, voor pesto's, voor sauzen, voor gebak, voor alles.
- » **Pindakaas:** niet alleen voor op de boterham. In Aziatische gerechten (zoals satésaus of curry) is pindakaas een echte smaakmaker.
- » **Chocolade (liefst puur):** voor als je dessertdrang toeslaat, maar ook perfect om in stoofpotten een diepe, ronde smaak te creëren.
- » **Curry- en kaffir limoenblaadjes uit de diepvries:** deze blaadjes tillen je curry's, soepen en sauzen naar een hoger niveau. Instant vakantiegevoel.
- » **Edelgistvlokken:** vegan umamibommetjes. Ze geven een kazige, nootachtige smaak aan sauzen, dressings, pastagerechten en zelfgemaakte kaasvervangers.

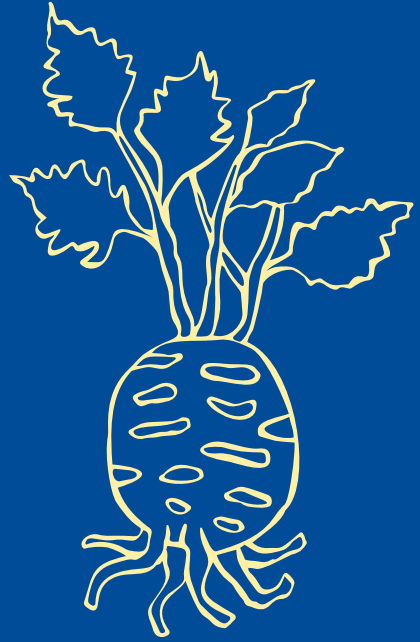
- » **Specerijen:** een goedgevulde specerijenlade is dé sleutel om met weinig ingrediënten toch heel gevarieerd en smaakvol te koken. Ze geven je gerechten telkens een ander karakter: warm, fris, pittig of kruidig. Met een handvol specerijen maak je van dezelfde bloemkool een Bollywoodster, een Midden-Oosterse diva of een Aziatische knuffel. Bewaar ze zichtbaar zodat je ze ook effectief gebruikt, vervang ze wanneer ze hun geur verliezen, en rooster ze eventueel kort voor extra aroma.
- » **Shiro miso (lichte misopasta):** een umamibommetje met een romige textuur en kazige smaak. Perfect voor soepen, vinaigrettes en zelfs als basis voor een romige bechamel of als smaakversterker in een zoete cheesecake.
- » **Sojasaus:** umami in een flesje. Onmisbaar om diepte en zoutigheid toe te voegen aan wokgerechten, stoofpotten, soepen, dressings en marinades.
- » **Tahin:** geroosterde sesampasta die je hummus romig maakt, maar net zo goed in dressings of als basis voor een rijke saus gebruikt wordt.
- » **Tamarinde:** friszuur met een diepe, donkere toets. Ideaal in curry's, stoofpotten en sauzen met een Aziatische of Indiase vibe.
- » **Uien en knoflook:** de start van bijna elk gerecht. Zijn goed te bewaren en geven direct een stevige smaakbodem.

Dit lijstje is allesbehalve compleet, maar met deze basis kan ik met een gerust hart een apocalyps overleven. (Oké, misschien niet letterlijk – tenzij de apocalyps gepaard gaat met een kookwedstrijd.)

Extra info bij de recepten

- » Gebruik bij voorkeur lokale, biologische groenten en fruit – zeker als je ook de schil gebruikt.
- » Bij ovenrecepten gebruik ik standaard hetelucht, tenzij anders vermeld. Andere ovenstanden kunnen zorgen voor andere baktijden of resultaten.
- » Alle recepten zijn uitvoerig getest door een professioneel testpubliek (lees: vrienden, familie, collega's uit de horeca en... af en toe mijn katten – per ongeluk dan).
- » Meet ingrediënten correct af (maatbekers of keukenweegschaal = jouw vrienden). Avontuur is goed, maar een verkeerd afgewogen recept kan eindigen in teleurstelling.
- » De seizoensindeling is bedoeld als inspiratie, geen wet. Zin in zomerse croissantpudding in de winter? Niemand houdt je tegen.
- » **Have fun!** Laat los dat het 'mooi' moet zijn. Je hoeft de citroentaart op p. 91 niet even frivol af te werken als op de foto. Jouw plezier en smaak zijn belangrijker dan Instagramperfectie.

DE WINTER



LOKALE
GROENTEN
MET EEN
WERELDSE
TWIST

De winter is het seizoen van contrasten. Buiten trekken de kleuren zich terug en hangt er een stille kilte in de lucht, maar binnen zoeken we naar warmte en troost – in dikke truien, in gezelligheid, en vooral op ons bord. Voor mij betekent dat: comfortfood in alle vormen. Warme soepen, kruidige stoofpotten, geurende curry's. De winter kan culinair soms een uitdaging zijn, omdat je het moet doen met een beperkter palet aan groenten. Mijn beste tip om dat op te lossen? De wereldkeuken omarmen! Met kruiden, specerijen en kooktechnieken uit alle windstreken kan zelfs de meest alledaagse wintergroente telkens in een nieuw jasje op tafel verschijnen.

Die fascinatie voor wereldse smaken bracht me bij de Stadsgroenteboeren in Amsterdam-West: een bont gezelschap met wortels in Nederland, Zwitserland, Colombia en Italië, dat samen op een klein stukje groen midden in de stad seizoensgroenten teelt. Hier komen cultuur, vakmanschap en liefde voor eten samen tussen de bedden vol kolen, prei en bladgroenten. En precies daar begint het verhaal van de winterkeuken.

De oprichters leerden elkaar kennen tijdens hun studie gastronomische wetenschappen in Italië. Voeding, koken en proeven zit hun in het bloed – en dat proef je. Elke dag kookt iemand op de boerderij de lunch voor alle boeren, met plezier én nieuwsgierigheid. 'Sinds we de tuin zijn gestart, hebben we nóg meer groenten ontdekt,' vertelt Lisa. 'We hadden al een goede kennis, maar het is pas als tuinder dat we echt proeven wat mogelijk is. Je ziet wat groeit, plukt eens een blad van de meiraap en denkt: wauw, dit is eigenlijk waanzinnig lekker. In de supermarkt wordt dat loof meteen afgesneden, maar hier belandt het gewoon in de pan.'

SLIM KOKEN IN DE WINTER

In de winter draait het volgens Lisa vooral om slim koken en het jezelf makkelijk maken. Dat betekent ook: zonder schuldgevoel groenten uit de diepvries gebruiken. Dat kan door in de zomer de overvloed aan boontjes, courgettes en paprika's in te vriezen, maar ook diepvriesgroenten uit de winkel zijn een prima keuze. Ze zijn vaak zelfs net zo voedzaam als verse groenten, omdat ze direct na de oogst worden ingevroren en zo vitamines en mineralen goed behouden.

Maar slim en snel koken hoeft niet per se te betekenen dat je elke dag knolselderij-stamppot eet. Wereldse smaken zijn het geheime wapen voor een zorgeloze, lekkere winter. Door specerijen, kruiden en technieken uit diverse keukens te gebruiken ontdek je de knolselderij op een heel nieuwe manier. Plotseling is een knolselderij niet saai, maar verandert hij nu eens in een super snelle pasta cacio e pepe (p. 37), dan weer in een stevige, winterse boterham met boerenkoolmosterd (p. 39) 'In het begin is het voor veel



IN HET SEIZOEN

GROENTEN

- » Aardappel
- » Aardpeer
- » Boerenkool
- » Knolselderij
- » Kool (rodekool, witte kool, savooiekool)
- » Koolraap
- » Mosterdblاد
- » Paddenstoelen
- » Palmkool
- » Pastinaak
- » Prei
- » Raap
- » Rammenas
- » Rode biet
- » Schorseneer
- » Spruitjes
- » Tatsoi
- » Uien
- » Veldsla
- » Waterkers
- » Winterpeen
- » Winterpostelein
- » Witlof
- » Wortelpeterselie

FRUIT

- » Appel
- » Bloedsinaasappel
- » Clementine
- » Kweeper
- » Mandarijn
- » Peer

van onze CSA-leden wat wennen dat er in de winter geen tomaten zijn,' zegt Lisa. 'Maar zodra je je daarbij neerlegt, ontdek je pas echt hoe veelzijdig wintergroenten zijn. En als het dan zomer is, waardeer je die tomaten extra – omdat hun seizoen zo kort is.'

De Stadsgroenteboeren houden niet alleen van bekende klassiekers in een exotisch jasje, maar introduceren bij hun leden ook graag onbekende groenten. 'Iedereen denkt bij de winter meteen aan rode kool en knolselderij, maar we hebben in de winter ook de bij velen nog onbekende tatsoi in onze kassen; een Aziatische bladgroente die heerlijk combineert in winterse schotels.'

Op de website van de Stadsgroenteboeren vind je een groente-archief met informatie en recepten, en in hun nieuwsbrief delen ze tips en inspiratie. Dankzij hun achtergrond in gastronomische wetenschappen is het delen van kookkennis voor hen net zo natuurlijk als ademen. Zo wordt zelfs een eenvoudige winterdag een kans om culinair de wereld rond te reizen – zonder het veld te verlaten.

Dit hoofdstuk is een ode aan die creatieve winterkeuken: stevige, geurige en verwarmende gerechten die laten zien hoe rijk het seizoen is. Trek een dikke trui aan, zet een pan op het vuur en laat je inspireren door de smaken van over de hele wereld, met groenten van eigen bodem. De winter is misschien kaal buiten, maar in de keuken kan hij weelderig zijn.

WINTERSE SPELT-EENKOORNGALETTE MET PEER, WITLOF EN VEGAN CAMEMBERT

Met lokale en seizoensgebonden groenten geef je aan een rustieke galette een verrassende draai. In dit recept gebruik ik witlof dat met zijn bittere smaak perfect samensmelt met de zoete smaak van sappige peren en de aroma's van kaneel en vijfkruidenpoeder. Om de smaken helemaal in balans te brengen en de hartige toetsen te beklemtonen voeg ik ook vegan camembert en balsamico-azijn toe aan de taart. Op deze manier zitten alle vier basissmaken in de taart: zout, zoet, zuur en bitter. Een smaaksensatie is gegarandeerd! Het galettedeeg maak ik met een mengsel van spelt en eenkoorn voor een hartige, nootachtige smaak, maar je kunt de galette ook met gewone tarwebloem maken.

VOOR 4 PERSONEN

Voor het deeg

- 175 g speltbloem
- 100 g eenkoornmeel
- ½ tl zout
- 100 g plantaardige boter
- 2-3 el ijskoud water

Voor de vulling

- 2 peren
- 4 stronkjes witlof
- 1 tl kaneelpoeder
- ½ tl Chinees vijfkruidenpoeder
- 25 g bruine suiker
- 2 el balsamicoazijn
- peper en zout
- 50 g plantaardige boter
- 1 portie vegan camembert
(bijv. Omege – ontdek het verhaal van Neri en Omege op p. 259)
- 2 el hazelnoten, fijnggehakt

Verder

- winterse slablaadjes zoals veldsla en mosterdblاد



1. Doe voor het deeg de bloem en het meel in een kom en roer hier het zout door. Verdeel er met je vingers de boter over en wrijf de boter en de beide meelsoorten tussen je vingers totdat je de textuur van crumbledeeg krijgt. Voeg hier het ijskoude water aan toe en kneed totdat het deeg een gladde bol is geworden. Wikkel het deeg in folie en laat 1 uur rusten in de koelkast. (Voor een minder arbeidsintensieve versie kun je het deeg ook maken in een keukenmachine: doe alle ingrediënten in de mixer en mix vervolgens enkele keren op de pulsestand.)

2. Verwarm de oven voor op 200 °C.

3. Schil de peren en snijd ze in de lengte doormidden. Snijd elke helft nogmaals in twee.

4. Snijd ook de stronkjes witlof in 4 partjes en snijd de harde kern uit de witlof.

5. Doe de witlof en de peer in een grote ovenschaal en

strooi hier de kaneel, het Chinees vijfkruidenpoeder, de bruine suiker en balsamicoazijn over en kruid met flink wat peper en zout. Verdeel de boter over de schotel en zet deze 25-30 minuten in de oven totdat de peren zacht zijn en het witlof gaar.

6. Leg het deeg op een vel bakpapier en rol het met een deegroller uit totdat je een cirkel met een doorsnede van ca. 30 cm hebt en het deeg enkele mm dik is. Het deeg zal barsten; dat hoort tot de rustieke charme van de galette. Je kunt het deeg eenvoudig weer bij elkaar plakken. Zie het uitrollen van de galette als een meesterwerkje in culinaire metselarij.

7. Verkruimel de helft van de camembert over het deeg.

8. Verdeel nu de gare witlofstronkjes en peer over het deeg, maar laat een boord van ongeveer 4 cm van de rand onbedekt. Opgelet: de witlof en de peren hebben heel wat

vocht afgegeven in de ovenschaal. Gooi dit zeker niet weg, maar lepel het ook weer niet boven op het deeg. Want dan krijg je een nat deeg dat tijdens het bakken onmogelijk krokant kan worden! Giet de jus uit de ovenschaal in een kannetje en bewaar deze om straks de galette mee af te werken wanneer die uit de oven komt.

9. Vouw de randen van het deeg over de vulling. Opnieuw zullen er scheurtjes ontstaan, *don't worry. It's part of the charm!*

10. Strooi als laatste de hazelnoten over de vulling.

11. Schuif de galette met het vel bakpapier op een bakplaat en zet deze 30 minuten in de oven totdat de galette goudbruin is.

12. Garneer de bovenkant van de galette met de andere helft van de camembert en sprenkel er wat van de jus over. Serveer met een frisse salade van winters groen.

SWITCH MET HET SEIZOEN

Varieer met diverse groenten- en fruitcombinaties om zo je eigen versie van de galette te creëren. Ga bijvoorbeeld aan de slag met jonge raapjes en rabarber in de lente, tomaat en perzik in de zomer of rode biet en pruimen in de nazomerzon.