

L'ART DE LA TABLE

de smaken van de Méditerranée

..

GINTARE MARCEL

ISBN 978-94-026-0038-4
NUR 440

© 2015 Auteur: Gintare Marcel
© 2015 Nederlandstalige uitgave: Aerial Media Company bv, Tiel
1ste druk

Fotografie en concept: Gintare Marcel
Boekdesign: Gintare Marcel
Technische realisatie: Teo van Gerwen
Vertaling en bewerking: Anda Schippers
Correctie: Noor Versélewel de Witt Hamer
Projectbegeleiding: Yvonne van Gestel

www.gintaremarcel.com
www.aerialmediacom.nl
www.facebook.com/Aerialmediacompany

Dit boek is ook leverbaar in het Engels: ISBN 978-94-026-0054-4

Blijf op de hoogte van het laatste nieuws over onze producten en auteurs!
Schrijf je in op onze nieuwsbrief op www.aerialmediacom.nl

Aerial Media Company bv
Postbus 6088
4000 HB Tiel

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16 Auteurswet 1912, juncto het Besluit van 20 juni 1974, Stb. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stb. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB, Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken dient men zich tot de uitgever te wenden.

AERIAL MEDIA COMPANY



Voor mijn dierbaren
en voor iedereen
die een heerlijk leven wil leiden



Inhoud



Voor je begint met koken 7

Ochtend 17

Apéro 35

Lichte maaltijden 69

Stukjes Italië 113

Alledaags en feestelijk 139

Fantastische desserts 225

Onmisbare recepten 275

Ideeën voor menu's 280

Index 284



∞ Voor je begint met koken ∞

'Je kunt niet goed denken, liefhebben of slapen, als je niet goed gegeten hebt.'

Virginia Woolf

Diep begraven in de Castiliaanse taal en in beroemde verhalen ligt een woord met een speciale betekenis. *Duende* verwijst naar de mysterieuze kracht van de kunsten om de mens diep te raken, de ziel tot in haar kern te roeren, tranen op te wekken, betekenis aan het leven te geven en vergeten inspiratie boven te halen.

Oude wijzen beweren dat dans en poëzie de belangrijkste bronnen voor *duende* zijn, maar voor mij is *duende* ook elke tafel, elk bord waar lepelvol smaken en texturen liggen te wachten, waar verhalen en geuren zich vermengen in de lucht, klaar om zelf een paar verhalen te vertellen; een muze als geen andere.

Ik heb een levenslange liefdesrelatie met eten, met zijn vermogen de zintuigen wakker te maken, je met één hap over de aardbol te dragen en mensen samen te brengen. Een affaire die begon met het genieten van elk gerecht dat op mijn pad kwam en in de loop van de tijd uitgroeide tot een queeste naar de versmelting van smaken, texturen en bedwelmende geuren.

Ik ben geboren en opgegroeid in het prachtige Litouwen, in een huis waar de kern van onze maaltijden in de tuin groeide. Waar elk maal vers bereid werd en goede seizoensingrediënten boven alles gesteld werden. De zomers werden gebruikt voor het inmaken van vruchten en bessen en als er sneeuw op de velden lag, verschenen er ingelegde groenten en zelfgemaakte jams op tafel. Vrienden en familie kwamen veel en luidruchtig bijeen en het eten leek ons altijd nader tot elkaar te brengen.

Deze ietwat ouderwetse manier van leven en koken vormt het hart van wat ik doe, naast regelmatig vergeten principes van gematigdheid.

Door mijn reizen werd ik verliefd op de diversiteit van de Méditerranée. Ik raakte betoverd door het ritueel van tot rust komen en de dagelijkse zorgen weg laten zinken, een aperitief drinkend, toekijkend hoe de wereld zijn weg vervolgt. En natuurlijk door die nieuwe wereld van smaken. Hoewel eten altijd mijn grootste talent is geweest, waren het de reizen naar de Provence, het thuisland van mijn man, die een passie aanwakkerden om gerechten te creëren en anderen te inspireren.

L'Art de la Table is gemaakt in de geest van het samenkomen, de kunst van het rustig leven en een band aangaan met je eten. In een wereld die voortdurend haast heeft, kun je iets leren van mensen die tafelen als een religie beschouwen en die altijd tijd vinden om te gaan zitten voor een heerlijke maaltijd.





~ Ontdekkingsreis ~

Als ik aan de Mediterranée denk, denk ik aan samensmeltende culturen, afbrokkelende gebouwen, dichtgegroeide havens en achtergelaten vissersnetten. Ik denk aan holle straten en stoepen, waar de stenen diep in de aarde geëet zijn en heel wat verhalen kunnen vertellen.

Ik denk aan eindeloze kustlijnen die doordrongen zijn van spectaculaire aroma's, van de naar citroenverbena geurende Provence tot de van rozen doordrenkte oostkust. De Mediterranée, waar de puurheid en eenvoud van de Italiaanse keuken op Sicilië zich mengt met Moorse smaken en waar de verfijning van de Franse keuken bloeit in Occitanië, de oeroude provincie in Frankrijk die tot Spanje en Italië reikt. En waar in de zee talloze eilanden onontdekte culinaire juwelen verbergen.

Zo'n smeltkroes van culturen bevat veel meer dan één boek kan vangen. De recepten zijn geïnspireerd op mijn reizen, op plaatsen; sommige komen voort uit oude tradities en andere uit versmolten culturen. Maar bovenal is dit het eten dat ik heel graag eet en deel met anderen.

Hoewel mediterrane smaken het hart van dit boek vormen, kan ik niet ontkennen dat er een sterke, traditioneel Franse onderstroom doorheen loopt. Ik kan me nauwelijks een winter voorstellen zonder die klassieke en typisch Franse sudderende pannen vol liefde, ook wel bekend als stoofpotten.

In dit boek ontvouwt zich een ontdekkingsreis naar de gaven van het seizoen, naar heerlijke verrassingen en manieren om lekker eten met je dagelijkse leven te laten versmelten.

De Keukengeheimen

Ik heb koken altijd als een soort kunst beschouwd, met een dunne scheidslijn tussen goed en groots. Een recept kan je naar je bestemming leiden, zoals een kaart je door de straten gidst, maar het laat altijd ruimte om af te dwalen en je eigen stappen te zetten. Daarom is het goed om bij de recepten in dit boek een paar dingen in het achterhoofd te houden.

Proeven tijdens het koken is ontzettend belangrijk, of beter gezegd: het is van wezenlijk belang. Niet alleen om te ontdekken of er iets goeds op je wacht aan het eind van het proces, maar ook omdat een courgette anders smaakt in Italië dan in Nederland of Frankrijk. Veel ingrediënten variëren per streek en die verschillen, hoe klein ze soms ook zijn, vragen om aanpassingen, zelfs al is het maar iets miniems zoals een extra snufje tijm of suiker. Dus alsjeblieft, proef, proef en proef nog eens, elke keer dat je in de keuken bent. Dat heeft nog nooit iemand kwaad gedaan, tenzij je niet de kok bent en dingen probeert te snaaien vóór het eten: dat is een in potentie gevaarlijke bezigheid.

Misschien is het overbodig om te zeggen, maar lees een recept altijd één of twee keer helemaal door voor je begint. Dat kan het verschil betekenen tussen succes en mislukking.

Ik ben niet iemand van de dure keukengadgets en ik vind dat je met een paar goede messen en kwaliteitsspannen een heel eind komt, maar als ik wat dingen moest aanraden die de investering waard zijn, dan zou dat in de eerste plaats een **keukenmachine** zijn (liefst met een blender). Je kunt die gebruiken voor van alles: van deeg tot sauzen, puree en een heleboel andere dingen. Ik zou de mijne niet graag meer willen missen.

Ik gebruik enorme hoeveelheden geraspte citrusvruchterschil in mijn gerechten. Dus behalve een voorraad citroenen en sinaasappels zou ik ook een **microplaner** kopen, die niet alleen efficiënt is, maar ook makkelijk schoon te maken en die al snel onmisbaar wordt.

Een **handmixer** is ook handig, zelfs al je niet zo vaak bakt, net als een **grillplaat** of **grillpan**. En daarmee heb je de belangrijkste keukenhulpen gehad.

Voor de rest komt het vooral neer op het kopen van verse ingrediënten van het seizoen, liefst de volle variant (zeker als het om zuivel gaat). En maak eventueel een plekje vrij in de vensterbank om zelf wat kruiden te kweken. Die bepalen echt het verschil tussen goed en groots en het kost veel minder moeite dan je waarschijnlijk denkt.







Ochtend



Ik denk altijd met liefde terug aan de ochtenden op Sicilië en niet alleen omdat het zo zalig is er aan tafel te zitten met de zee aan de ene kant en sinaasappel- en citroengarden aan de andere kant, terwijl de warmte je botten ook in de vroege al bereikt. De ochtend daar is bijzonder. Naast een stomende cappuccino stond een versgebakken brioscia siciliana – niet te verwarren met een Franse brioche – en er was altijd wel een geweldige amandelgranita te vinden, en soms ook een van citroen. Het contrast tussen het frisse ijs en de rijke brioche is net zo ongewoon als fantastisch. Als je dag begint met een royale bol ijs, is er weinig meer te wensen over.

Als ik niet op Sicilië ben, eet ik krokante granola bij mijn ochtendcappuccino, ontbijtcake of zelfs een kom stomende havermout; een stevig ontbijt is een must om de dag gezond te beginnen. Ik nodig je uit voor een paar van mijn favoriete verwennerijen, die op toetjes lijken en toch gezond zijn.





III Ontbijt op z'n Siciliaans



Amandelgranita is een van de populairste ontbijtgranita's in Sicilië, maar ik merk dat de subtiële smaak van de amandelen vaak vervaagt en dat je hem nauwelijks nog proeft als je er melk van maakt. Zelfs al is amandelgranita ongelooflijk heerlijk, ze haalt het niet bij granita van hazelnoot. Hazelnoten zijn naar mijn mening een te weinig gebruikte, maar geweldige traktatie, die het niet verdient om in populariteit achter te blijven bij amandelen. Ze hebben een diepe smaak en houden die ook als je er melk van maakt. De melk wordt bovendien dik en romig, en lijkt meer op een dessert dan zomaar een notenmelk. Alles wat je ermee maakt, is ronduit hemels. Als het herfst is en het verlangen naar zonnige dagen groeit, maak ik hazelnootmelk van verse hazelnoten en de volgende dag granita met Siciliaanse brioche voor het ontbijt. De zogeheten brioscia siciliana is rijk en tamelijk compact; er stroomt marsala door zijn aderen. Ik maak die van mij op de wijze van Catania, met een snuffje saffraan voor een extra lekkere smaak, maar het kan ook met vanille of een drupje oranjebloesemwater.

..

II Hazelnootgranita

Tijd | 15 minuten / 3-4 uur invriezen | Porties | 2

130 g hazelnoten, 1 nacht geweekt
5 dadels, ontpit en 5 minuten in heet
water geweekt
merg van 1/3 vanillestokje
500-750 ml water

Maal de hazelnoten, dadels en het vanillemerg in een blender, samen met water (begin met 500 ml en voeg naar smaak meer toe). Laat 10-15 minuten staan om in te trekken en giet dan door een dubbelgevouwen stuk kaasdoek. Deze melk blijft ongeveer 3 dagen goed in de koelkast. Opmerking: je kunt chocolade-hazelnootmelk maken door 2 eetlepels cacao nibs toe te voegen tijdens het blenden. Doe voor de granita de hazelnootmelk in een ondiepe schaal en zet die minstens 3-4 uur in de vriezer, of de hele nacht. Schraap er dan overheen met een vork.

✧ Siciliaanse brioche ✧

Tijd | 35 minuten Porties | 4

60 ml warme melk
snufje saffraan
1 eetl honing
1 eetl marsala
300 g fijne bloem van harde tarwe
8 g instantgist
50 g suiker
snufje zout
2 eieren, losgeklopt
120 g boter, in blokjes

Geklopt ei

1 ei, om te bestrijken
1 eetl water

Meng de melk en de saffraan en zet 10 minuten weg om in te trekken.
Meng de honing met de marsala en zet weg.
Klop in een kom de bloem, gist, suiker en het zout door elkaar en meng de warme melk erdoor, gevolgd door de eieren. Je kunt dit met de hand doen of met een mixer (met de deeghaak).
Meng de boter beetje bij beetje erdoor en voeg als de boter helemaal is opgenomen langzaam de marsalahoning toe. Blijf het deeg kneden tot het niet meer aan de zijanten van de kom blijft plakken (ongeveer 3-5 minuten). Bedek het deeg met een theedoek en laat op een warme plaats ongeveer 1 uur rijzen, tot het in omvang verdubbeld is.
Kneed het nog even kort door, bedek met plasticfolie en laat 1 nacht in de koelkast staan.
Verwarm de oven voor op 200 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier.
Verdeel het deeg in 12-14 stukken (hou 2 stukken achter) en vorm er ballen van. Leg ze op de bakplaat met voldoende tussenruimte. Maak van het achtergehouden deeg kleinere balletjes. Duw met je duim een holte in elke deegbal op de bakplaat en leg daar een kleinere bal in. Dek af en laat ongeveer 1½ uur rijzen.
Klop het derde ei los met het water en bestrijk elke brioche daar voorzichtig mee. Bak ze ongeveer 15 minuten, afhankelijk van je oven. Serveer ze warm met de granita.

✧ Hazelnootensmoothie ✧

Tijd | 5 minuten Porties | 2

250 ml hazelnootenmelk
1 bevroren banaan (2 uur in de vriezer is genoeg)
sap van 1 sinaasappel
1 eetl chiazaad (optioneel)
1 theel rauwe cacao poeder of
1 eetl cacao nibs

Het is absoluut zonde om deze smoothie niet te maken; niet alleen omdat dit een van mijn favoriete ochtend- en middagtraktaties is, maar ook omdat deze heerlijkheid je hart totaal veroverd, met kalmerende smaken van hazelnoot, chocola en banaan.
Draai alle ingrediënten in de blender tot een smoothie. Serveer direct.



Chocolade-hazelnootgranola

Er staat altijd een pot zelfgemaakte granola vooraan op mijn keukenplanken. Voor een chocoladeliefhebber als ik is er geen groter genoegen dan de dag te beginnen met een kom vol chocola, bij voorkeur gezonde. Alleen gezocht met honing smaakt deze granola, gecombineerd met een beetje melk of yoghurt, naar krokante Nutella, terwijl hij voldoende vult tot het lunchtijd is. De granola kun je minstens een week bewaren in een luchtdichte verpakking – als hij niet al voor die tijd opgeknabbeld is.

Tijd | 30 minuten Porties | 6-8

2 eetl kokosolie
450 g havermoutvlokken
250 g hazelnoten, gehakt
150 g amandelen, gehakt
3 eetl cacao-poeder
60 ml koffie of water
4-6 eetl honing

Verwarm de oven voor op 160 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Verhit de kokosolie in een antiaanbakpan en bak de havermoutvlokken al roerend 2-3 minuten.

Doe de noten erbij en roer het cacao-poeder er grondig door, zodat alles ermee bedekt is, en giet er koffie of water overheen. Het toevoegen van vocht helpt de vlokken het cacao-poeder te absorberen.

Meng tot slot de honing door de granola. Spreid gelijkmatig uit over het bakpapier en bak 15-20 minuten.

De granola moet goed droog zijn. Is hij na het bakken nog te vochtig, zet de oven dan op 75 °C en laat de granola in de oven staan tot hij droog en knapperig is.

Serveer met melk of yoghurt.

Variatie | Als het najaar op de deur klopt, kan ik het nooit nalaten om smaken van de herfst en appeltaart toe te voegen aan mijn ochtendgranola. Gebakken appel geeft een geweldige smaak, maar als je weinig tijd hebt, werkt een verse appel ook prima. Vervang voor herfst-appeltaartgranola de cacao door 1 eetlepel kaneel en de koffie door het sap en de geraspte schil van 1 sinaasappel. Maak daarmee eerst de granola. Spreid voor de topping 2 appels (geschild, zonder klokhuis en in plakjes) uit in een ondiepe schaal. Giet het sap van nog 1 sinaasappel erover, leg een kaneelstokje in het midden en bestrooi met 1 theelepel bruine suiker. Bak 15 minuten. Serveer met krokante granola en lekker veel naturel yoghurt.



Ricotta-amandeltaart voor het ontbijt

De wortels van deze specifieke kwarktaart liggen vele kilometers van de mediterrane kust. Het was een van die steeds terugkerende gerechten vroeger thuis, dat geserveerd werd bij het ontbijt, de lunch en zelfs het diner; een multifunctioneel soort traktatie met een heel bescheiden hoeveelheid suiker en een heleboel gebruiksmogelijkheden. Tegenwoordig eet ik dit het liefst bij het ontbijt. Met een beetje oranjebloesemwater, sinaasappelzeste en venkelzaad erdoor is het simpelweg onweerstaanbaar, maar deze taart vraagt wel om een frisse toevoeging. Zo'n beetje elke vruchtensaus werkt goed, maar oranjebloesemwater en aardbeien is een combinatie die ergens in de hemel ontstaan moet zijn.

Tijd | 50 minuten Porties | 4

500 g ricotta of cottage cheese (fijne korrel)
4 eieren, gesplitst
2 eetl suiker
30 g boter op kamertemperatuur, in blokjes, plus extra om in te vetten
gerasppte schil van 1 sinaasappel
1 theel venkelzaad, geroosterd en fijn gemalen
1 eetl oranjebloesemwater
6 eetl amandelmeel
snufje zout
amandelschaafsel, om te garneren (optioneel)

Verse aardbeiensaus
200 g aardbeien
1-2 theel poedersuiker
scheutje citroensap

Verwarm de oven voor op 200 °C.
Klop de eidooiers met de suiker tot ze licht van kleur zijn. Klop dan de boter erdoor en vervolgens de ricotta, sinaasappelschil, het venkelzaad, oranjebloesemwater en amandelmeel.
Klop de eiwitten met een snufje zout tot stijve pieken. Schep voorzichtig 1/3 deel van het eiwit door het kaasmengsel en daarna de rest. Let op dat je niet te veel roert.
Giet het beslag in een ingevette bakvorm naar keuze en bak 25-30 minuten. Als een satéprikker er schoon uit komt, is de taart klaar. Garneer eventueel met amandelschaafsel.
Blend voor de aardbeiensaus de aardbeien met de suiker en een scheutje citroensap. Proef of de smaak goed is.
Serveer de ricottataart warm met de verse aardbeiensaus.





Ontbijtcake met bessen en cacao nibs

Ik vind het idee van cake als ontbijt immens aantrekkelijk en op het vlak van gezonde ontbijtcakes kent deze cake geen gelijke. De havervlokken worden gebakken met heerlijke hoeveelheden bessen en als je wilt een vorm van chocola, wat een eenvoudig haverbaksel transformeert in iets feestelijks dat het weekend waardig is.

Tijd | 40 minuten Porties | 2-4

3 eieren
250 ml melk, of noten- of kokosmelk
3 eetl honing
snufje zout
2 theel vanille-extract
120 g havervlokken
70 g amandelmeel of gewoon meel
1 theel bakpoeder
boter, om in te vetten
250 g gemengde bessen
2 eetl cacao nibs of chocodrups
(optioneel)
2 eetl amandelschaafsel (optioneel)
yoghurt, voor het serveren

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Klop de eieren met de melk, honing, het zout en vanille-extract. Roer de havervlokken, het meel en bakpoeder erdoor. Zet het beslag weg.

Vet een bakvorm naar keuze in en strooi de bessen en cacao nibs (of chocodrups) erin. Giet het beslag er gelijkmatig overheen en bestrooi eventueel met amandelschaafsel.

Bak 25 minuten, afhankelijk van je oven. Als de cake gaar is, moet een satéprikker er schoon uit komen.

Serveer warm, zoals hij is, of met wat yoghurt erbij.

♦♦
Variatie | Maak een gezonde chocoladecake voor je ontbijt door 2 eetlepels ongezoet cacaopoeder toe te voegen en de bessen en cacao nibs te vervangen door 2 appels, geschild en in partjes gesneden.

Saffraanhavermout met gekaramelliseerde peer

Het heeft me heel lang gekost voor ik havermoutpap leerde waarderen. De naam klinkt nog steeds niet erg aantrekkelijk, vind ik, en doet geen recht aan havermout, een heel goed voertuig voor andere smaken om op mee te liften. Een klein beetje kaneel of vanille haalt de smaak al op, maar in dit geval is de havermout geweekt in amandelmelk met saffraan, kardemom en kaneel en wordt hij versierd met gegrilde peer en honing, om de dag te beginnen met een symfonie van aroma's en smaken. Saffraan is wel wat duur, maar dat is het waard als de situatie om een gezond, maar feestelijk ontbijt vraagt. Dit is zeker een traktatie zonder schuldgevoel en eentje die elke havermouthater kan bekeren tot liefhebber.

Tijd | 15 minuten Porties | 2

1 conference peer
1 eetl honing, plus extra om te druppelen
1 theel citroensap
130 g havervlokken
250 ml amandelmelk of ander type melk (zuivel, kokos)
snufje zout
snufje saffraan
snufje kardemom
snufje kaneel
¼ theel vanille-extract

Zet de grill van de oven aan.
Schil en halveer de peer en verwijder het klokhuis. Leg de helften op een beklede bakplaat. Druppel er wat sliertjes honing en het citroensap over en zet 10-15 minuten onder de grill.
Breng de havervlokken met de melk, het zout en de specerijen aan de kook en laat ongeveer 10 minuten sudderen. Haal dan van het vuur en roer de eetlepel honing erdoor.
Serveer direct met de gekaramelliseerde peer.

Variatie | Maak de havermoutpap met wat blauwe bessen en gekaramelliserende banaan erop (bestrijk gehalveerde bananen met honing, bestrooi met kaneel en bak 5-10 minuten onder een hete grill).



Scones met lavendel en rozemarijn

Ik heb een zwak voor deze Britse klassieker, vooral omdat het zo weinig tijd kost hem op tafel te zetten. Alle ingrediënten bij elkaar gooien, een beetje liefde van de oven en er staat heerlijk gebak voor het ontbijt klaar. Met slagroom en jam erbij zijn scones ook perfect voor bij de thee, maar er gaat niets boven de geur van vers gebak in de vroege ochtend, die herinneringen aan de Provence oproept en zo lekker blijft hangen. Mijn favoriete scones zijn gespikkeld met lavendel en rozemarijn; ze brengen aardse en bloemige tonen samen in een klein gebakje, wat je ochtenden net even dat bijzondere meegeeft. Maar scones kun je ook gewoon zo bakken, of met citroen, vanille, sinaasappel of vrijwel elke andere vrucht of bes.

Tijd | 35 minuten Porties | 4

250 g bloem
3 eetl lichtbruine suiker
snufje zout
1 theel bakpoeder
½ theel dubbelkoolzure soda
1½ theel lavendelbloemetjes, gemalen
1 eetl verse rozemarijn, gehakt
60 g boter, gekoeld, in blokjes
160 ml karnemelk, plus extra om te bestrijken
yoghurt, voor het serveren

Jam van aardbei en crème de cassis
150 g aardbeien, in plakjes
1 eetl honing
2 eetl crème de cassis

Verwarm de oven voor op 200 °C.
Meng in een keukenmachine of kom bloem, suiker, zout, bakpoeder, soda, lavendel en rozemarijn door elkaar. Voeg de boter toe en blend een paar seconden tot het mengsel op broodkruim lijkt (10 seconden in de keukenmachine of een paar minuten wrijvend tussen je vingers).
Voeg met de keukenmachine op lage snelheid de karnemelk toe en laat draaien tot het deeg samenhang krijgt. Het moet behoorlijk nat zijn, maar wel handelbaar.
Leg het deeg op een licht met bloem bestoven werkblad en rol het door de bloem zodat er een laagje op komt (dan is het makkelijker te bewerken). Druk uit tot een schijf van 15 cm en verdeel die in 6-8 parten, of druk er rondjes uit met een vormpje.
Leg de scones op een met bakpapier beklede bakplaat, ongeveer 1-2 cm uit elkaar, en bestrijk ze met karnemelk. Bak ongeveer 10-15 minuten tot ze stevig zijn. Scones moeten bovenop lichtgoud zijn en onderop wat donkerder.
Maak terwijl de scones in de oven staan de jam. Meng de aardbeien, honing en crème de cassis in een klein steelpannetje. Breng aan de kook en laat inkoken tot jamdikte (tot ⅓ of de helft).
Serveer de warme scones met verse jam en yoghurt.

Tip | Je hoeft geen heel pak karnemelk te kopen. Roer gewoon 1 eetlepel vers citroensap of wittewijnazijn door 250 ml volle melk en laat dit 10 minuten staan, dan is je zelfgemaakte 'karnemelk' klaar.







Il Apéro

In de Provence en omliggende streken en landen bestaat er een heilig moment, dat de plaatselijke bevolking apéro noemt. Het is een ritueel dat je niet lichtzinnig moet benaderen en waarbij tijd nooit een rol speelt. In de vreemdste, maar niet zo zeldzame gevallen kan het langer duren dan de maaltijd zelf, of begint het al in de uren na het ontbijt in de vorm van een klein glas mauresque. Later op de dag verdwijnt de orgeatsiroop op magische wijze uit de cocktail, waarna er met water verdunde pastis overblijft: hét typische aperitief van zuidelijk Frankrijk. Je kunt het zelfs in de lucht voelen hangen tijdens eindeloze zomerfeesten. Het is natuurlijk alleen voor degenen die van anijs houden, maar als dat niet zo is, zweren de mensen hier dat je het na een poosje vanzelf net zo lekker gaat vinden als zij. Zelf heb ik dat punt van aanbidding nooit bereikt en blijf ik stevig bij mijn voorkeur voor kir royal of Muscat, maar ik hou wel heel erg van die langzame manier van leven, terwijl ik aan al die zuidelijke lekkernijen knabbel.





Kir royal

Mijn absoluut favoriete cocktail, voor de beste start van de avond.

Tijd | 1 minuut Porties | 1

1 deel crème de cassis
4,5 delen champagne of prosecco

Giet de likeur in een hoog glas of champagneflûte en vul aan met gekoelde bubbels. Serveer onmiddellijk en zonder aarzelen!

Bruschetta met gegrilde vijg, geitenkaas en gekaramelliseerde ui

Geweldig, hoe vijgen in zowel zoete als hartige gerechten werken en soms een brug slaan tussen beide. Deze bruschetta balanceert op de dunne scheidslijn tussen die twee werelden, met de zoetheid van de vijgen en uien tegenover de frisheid van de tijm en de romigheid van de geitenkaas. Dit is zeker mijn favoriete manier om verse vijgen te eten en het scoort meestal ook goed bij mensen die er niet zo dol op zijn. Deze heerlijke bruschette kun je makkelijk van tevoren klaarmaken, maar het zijn die paar minuten onder de grill vlak voor het serveren, die ze bijzonder maken: de vijgen veranderen bijna in jam en mengen zich met de smeltende geitenkaas.

Tijd | 30 minuten Porties | 6

30 g boter
8 grote uien, gehalveerd en in dunne plakjes
paar takjes verse tijm, plus extra om te bestrooien
2 tenen knoflook, licht gekneusd
1 eetl bruine suiker
zout en versgemalen peper
1 ciabattabrood, in plakken
200 g verse geitenkaas
10 goed rijpe vijgen, elk in 4-8 partjes

Smelt de boter in een steelpan en bak de uien met de tijm en knoflook 15-20 minuten op heel laag vuur. Roer de suiker erdoor, breng op smaak met zout en peper en laat nog 5 minuten zacht bakken, tot de uien volledig gekaramelliseerd zijn. Verwijder tijm en knoflook. Verhit een grillpan tot hij gloeiend heet is en gril de plakken ciabatta snel aan beide zijden. Zet de grill van de oven aan. Bedek de plakken ciabatta met de uien. Kruimel er geitenkaas overheen, leg de partjes vijg erop en bestrooi met wat verse tijm. Zet de bruschette 2-3 minuten onder de hete grill en serveer direct.

