

© 2020 Good Cook
's-Gravelandseweg 8
1211 BR Hilversum
www.goodcook.nl

Oorspronkelijke uitgever: Mitchell Beazley
Oorspronkelijke titel: *Simply*

© Octopus Publishing Group 2020
© Tekst: Sabrina Ghayour 2020
© Fotografie: Kris Kirkham 2020

Vertaling: Aniek Njikiktjien & Félice Portier, voor Scribent.nl
Culinaire redactie: Suzanne Stougie
Zetwerk: Scribent.nl

ISBN 978 94 6143 242 1
NUR 442

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

OPMERKINGEN BIJ DE RECEPTUUR

- In de receptuur worden de volgende inhoudsmaten gebruikt:
1 theelepel (tl) = 5 ml
1 eetlepel (el) = 15 ml
- Gebruik zeezoutvlokken wanneer aangegeven; Sabrina gebruikt
Maldon-zeezoutvlokken. Neem altijd puur rozenwater zonder
alcohol.
- Gebruik middelgrote eieren en ongezoeten boter, tenzij anders
is aangegeven.
- De oventemperaturen die in de recepten worden vermeld zijn
bedoeld voor een elektrische oven. Gebruik je een hetelucht-
oven of een gasoven, raadpleeg dan de tabel hieronder voor de
juiste temperatuur of stand. Uiteraard is elke oven anders en
zijn de gegeven temperaturen slechts een richtlijn.

elektrische oven (°C)	gasoven (stand)	hetelucht- oven (°C)
110	½	90
135	1	120
155	2	140
175	3	160
200	4	180
225	5	200
245	6	220
260	7	235
280	8	250

Inhoud

INLEIDING	6
ONGEDWONGEN ETEN	8
TRADITIES MET EEN TWIST	70
DE MELTINGPOT	110
IETS SPECIAALS	158
CAKE, BROOD & ZOETIGHEDEN	208
REGISTER	236
DANKWOORD	240

Geroosterde nectarines met labneh, kruiden & honing

Is het een salade? Is het een dessert? Ik weet het eerlijk gezegd gewoon niet. Wat ik wel weet, is dat het vreselijk lekker is. Het is een gerecht waar mensen ongerust omheen draaien, omdat ze niet weten hoe ze moeten beginnen, maar zodra ze dat doen, is het vrij snel op. Het is fruitig, hartig, krokant, pikant en zoet – het soort combinatie dat iedereen lekker vindt.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

4 grote, rijpe nectarines, gehalveerd en ontpit
olijfolie, om te besprenkelen
500 g labneh of uitgelekte Griekse yoghurt (zie pag. 11)
een flinke handvol amandelschaafsel, geroosterd
1 volle tl gedroogde oregano

1 volle tl pul biber (Turkse chilivlokken, o.a. Turkse supermarkt)
2 el vloeibare honing
een handvol muntblaadjes, op elkaar gestapeld, opgerold en in de breedte in smalle reepjes
zeezoutvlokken en versgemalen zwarte peper

Verwarm de oven voor tot 220 °C. Bekleed een grote bakplaat met bakpapier.

Leg de halve nectarines met het snijvlak omhoog op de beklede bakplaat, besprenkel ze met een beetje olijfolie en bestrooi ze royaal met peper. Zet ze 25 tot 30 minuten in de oven tot de randjes bruin zijn en het vruchtvlees gaar en zacht is. Haal ze uit de oven en laat afkoelen.

Neem een groot bord en spreid de labneh of uitgelekte Griekse yoghurt over het gehele oppervlak uit. Leg de geroosterde nectarines erop. Besprenkel ze met een beetje olijfolie en bestrooi ze met wat zeezoutvlokken, het geroosterde amandelschaafsel, de oregano en pul biber. Besprenkel met honing en bestrooi alles tot slot met de muntreepjes. Zet het gerecht op tafel.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Lamsköfte met munt (zie pag. 78) of Kruidige salade van witlof & geroosterde paprika met sinaasappel & ansjovis (zie pag. 180).



Borani met flespompoen

Weinig Perzische maaltijden worden zonder yoghurt in welke vorm dan ook genuttigd. De populairste gerechten zijn yoghurt met komkommer, spinazie en Perzisch daslook (dat anders is dan de wilde daslook die je in het bos vindt). Toen een leerling in een van mijn kookcursussen me eens vertelde dat er in de regio waar haar familie vandaan komt pompoen wordt gebruikt voor een yoghurtgerecht, moest ik dat zelf proberen – het is krankzinnig lekker en het gaat altijd als eerste op als ik het serveer. Mensen zijn vaak verbaasd dat het met flespompoen is gemaakt.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

1,2 kg flespompoen
 olijfolie, om te besprenkelen
 2 tenen knoflook, geperst
 300 g Griekse yoghurt
 15 g dille, heel fijngehakt

1 tl pul biber (Turkse chilivlokken,
 o.a. Turkse supermarkt)
 een handvol walnootstukjes
 zeezoutvlokken en versgemalen
 zwarte peper
 platbrood, voor erbij

Verwarm de oven voor tot 220 °C. Bekleed een bakplaat met bakpapier.

Snijd de flespompoen met schil en al in de lengte doormidden, schep de pitten er met een lepel uit en gooi ze weg. Leg de 2 pompoenhelften met het snijvlak omhoog op de beklede bakplaat en wrijf het vruchtvlees in met een beetje olijfolie. Rooster de pompoen 45 tot 50 minuten en steek een mes in het dikste deel van het vruchtvlees om te controleren of het zacht en gaar is. Haal de pompoen uit de oven en laat hem afkoelen tot je hem kunt vastpakken.

Schep het vruchtvlees met een lepel uit de schil in een kom en prak het zo fijn mogelijk. Voeg de knoflook, een scheutje olijfolie, een flinke hoeveelheid zeezoutvlokken en peper plus de yoghurt toe en roer alles goed door. Proef of je nog zeezoutvlokken en peper wilt toevoegen, schep de borani op een bord, spreid hem uit tot de randen en dan glad met de achterkant van een lepel. Besprenkel met wat olijfolie en bestrooi de *borani* met de dille, pul biber en walnoten. Geef er platbrood bij.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Slacups met kip, vermicelli & harissa (zie pag. 115) of Kleverige kip met harissa, sesam & pistache (zie pag. 147).



Lamsköfte met munt

Deze simpele maar heerlijke kleine köfte zijn gebaseerd op iets wat ik in een restaurant in Antakya (de oud-Romeinse stad Antiochië in Zuid-Turkije) heb gegeten. Ze worden gemaakt met gedroogde munt – een heerlijk veelzijdig ingrediënt. Deze köfte zijn lekker rechttoe, rechtaan. Ik heb dit recept sinds ik terugkwam van die reis dan ook al vaak gemaakt.

VOOR CIRCA 20 STUKS

500 g lamsgehakt

1 ui, fijnggehakt in een keukenmachine
en uitgelekt, of met de hand heel
fijngesnipperd

2 el gedroogde munt

2 eieren

plantaardige olie, om in te bakken

een flinke hoeveelheid zeezoutvlokken
en versgemalen zwarte peper

VOOR ERBIJ

Griekse of volle yoghurt

gehakte verse muntblaadjes

Doe alle hoofdingrediënten, behalve de plantaardige olie, in een grote kom en meng, bewerk en stamp het mengsel een paar minuten met je handen tot een glad, gelijkmatig geheel.

Maak in totaal circa 20 balletjes ter grootte van golfballetjes van het mengsel en druk ze plat.

Verhit een grote koekenpan op vrij hoog vuur. Sprengel er als de pan heet is een beetje plantaardige olie in en bak de köfte in porties 3 tot 4 minuten per kant, tot ze gaar en aan beide kanten bruin zijn. Rijg de köfte op houten spiesjes en serveer ze met een kom Griekse yoghurt bestrooid met wat verse munt om ze in te dippen.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Yoghurt met geroosterde paprika, pistache & dille (zie pag. 42) of Maast-o-esfenaj (zie pag. 72).

TIP

Houd de eerste portie köfte warm onder aluminiumfolie terwijl je de tweede portie bakt en warm ze daarna zo nodig nog even op in de pan.



Luie pide met rundergehakt & gekaramelliseerde ui

Ik ben gek op Turkse *pide* en Georgische *khachapuri*, maar je hebt echt tijd en geduld nodig om het deeg te maken. Dit is een snellere, lichtere versie met bladerdeeg om mijn innerlijke luie ik te bevredigen. Perfect om te delen – als je daar zin in hebt, natuurlijk.

VOOR 4 STUKS

plantaardige olie, om in te bakken	2 el tomatenpuree
2 rode uien, in heel dunne halve ringen	1 rode paprika, zaadlijst verwijderd en in kleine blokjes
500 g rundergehakt	30 g dille, fijngehakt
1 tl komijnzaad	30 g bladpeterselie, fijngehakt
1 tl kaneel	50 g pijnboompitten
1 tl chilivlokken	2 rollen koelvers bladerdeeg à 270 g zeezoutvlokken en versgemalen zwarte peper
1 tl kurkumapoeder	

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Zet een koekenpan op middelhoog vuur, schenk er wat plantaardige olie in en bak de uien 25 tot 30 minuten tot ze heel zacht en gekaramelliseerd zijn; roer af en toe door om te voorkomen dat ze te bruin worden.

Doe het rundergehakt in de pan en rul het zo klein mogelijk. Voeg als het nog rauw is het komijnzaad, de kaneel, chilivlokken, het kurkumapoeder en de tomatenpuree toe, en meng goed. Bak het gehakt rul en bruin. Doe de paprikablokjes erbij en roerbak tot ze zacht zijn. Voeg royaal zeezoutvlokken en peper toe, neem de pan van het vuur en roer de kruiden en pijnboompitten erdoor. Zet opzij.

Snijd de bladerdeegvellen in de lengte doormidden om er 4 lange rechthoeken van te maken en leg die op bakplaten. Verdeel het gehaktmengsel over het deeg en laat rondom een grote rand vrij. Maak met je duim en wijsvinger kneepjes in de deegranden om plooitjes te maken. Vorm de uiteinden van het deeg tot punten. Bak de pides 25 tot 30 minuten, of tot het deeg diepgoudbruin is. Serveer direct.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Salade van wortel & pistache met dille & honing-limoendressing (zie pag. 51).



Börek met chorizo, geitenkaas & komijn

Hoewel dit geen traditionele *börek*-vulling is, is deze heerlijke combinatie van gerookte, pittige chorizo, geitenkaas en komijn wel echt een succes. Chorizo is een geweldig ingrediënt: het geeft ontzettend veel smaak aan alles waarmee het in aanraking komt. Iedereen vindt het lekker, dus ik heb het altijd in de koelkast liggen.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

400 g gedroogde chorizo, ontveld
en in stukken
2 tl komijnzaad, geroosterd
350 g korstloze zachte geitenkaas
plantaardige olie, om te bestrijken

6 vellen filodeeg (van ca. 48 x 25 cm)
1 el melk of water
losgeklopt ei, om te bestrijken
1 tl nigellazaad

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Maal de stukken chorizo in een keukenmachine zo fijn mogelijk. Doe ze in een kom, voeg het komijnzaad en de geitenkaas toe en meng alles gelijkmatig.

Bestrijk de bodem van een ronde ovenschaal of taartvorm met een diameter van 24 cm met een beetje plantaardige olie. Leg 1 filodeegvel in de lengte erin en laat de uiteinden over de rand hangen. Leg er nog een vel dwars op, in de breedte dus. Verdeel de chorizovulling in tweeën. Schep de ene helft op de deegbodem en strijk de bovenkant glad, zodat de bodem gelijkmatig is bedekt. Vouw een derde vel filodeeg dubbel om het twee keer zo dik te maken en leg het op de vulling. Herhaal dit met nog een filodeegvel om een dikke tussenlaag te maken. Bestrijk het deeg met de melk of het water en schep de rest van de vulling erop. Druk en duw die op zijn plek om de deeglaag gelijkmatig te bedekken. Vouw het overhangende deeg over de vulling. Verfrommel de 2 overgebleven deegvellen voorzichtig en leg ze erop.

Bestrijk het deeg en de randen met het losgeklopte ei en bestrooi met het nigellazaad. Bak de börek 25 tot 30 minuten tot hij mooi goudbruin is en serveer direct.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Salade van peer, kikkererwten & groene bladsla met ahorn-harissadressing (zie pag. 172).



Salade van peer, kikkererwten & groene bladsla met ahorn-harissadressing

Ik verwerk graag vers fruit in salades, van appels en sinaasappels tot zalig rijpe bessen. Door de intens zoete smaak van peer is de salade opgewassen tegen scherpe smaken, zoals die van blauwe kaas en, het meest waardevol voor mij, chilipeper en specerijen. In deze prachtige combinatie zorgen de kikkererwten ervoor dat dit veel meer is dan gewoon een salade. Het samenspel van ahornsiroop en harissa vormt een betoverende dressing voor de ingrediënten. Geloof me, deze salade is een prachtige toevoeging aan elke maaltijd.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

50 g rucola

50 g waterkers

2 peren, gehalveerd, het klokhuis
verwijderd, in dunne plakjes

1 blik kikkererwten à 400 g, uitgelekt
en afgespoeld

een handvol zonnebloempitten, ter
garnering

VOOR DE DRESSING

1 flinke el ahornsiroop

1 el olijfolie

sap van ½ citroen

1 tl rozenharissa (online of bij een goed
gesorteerde supermarkt)

flinke snuf zeezoutvlokken en versgemalen
zwarte peper

Schik de rucola, waterkers, de plakjes peer en de kikkererwten in een grote, ondiepe kom of op een schaal.

Roer de ingrediënten voor de dressing in een maatbeker of kommetje door elkaar en schenk de dressing over de salade. Garneer met de zonnebloempitten en serveer direct.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Börek met chorizo, geitenkaas & komijn (zie pag. 148) of Hartige groentetaart met geitenkaas & za'atar (zie pag. 207).



Geroosterde pastinaak

met tahinyoghurt, kruidenolie & granaatappelpitjes

Ik heb pastinaak altijd al heerlijk gevonden en ik snap niet waarom hij in Engeland alleen met kerst wordt gegeten. Mijn vriend Mathew haat pastinaak, maar met mijn Geroosterde pastinaak met harissa-sinaasappelglazuur uit *Bazaar* wist ik hem toch over te halen. Ik hoop dat dit recept hem definitief bekeert en pastinaak voorgoed bij hem op de kaart zet.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

1 kg pastinaak, geschild en in de lengte gehalveerd	2 kneepjes citroensap
knoflook- of olijfolie, om te besprenkelen	1 el tahin
2 takjes dragon, alleen de blaadjes	1-2 el warm water
4 takjes bladpeterselie	4 el Griekse yoghurt
3-4 el olijfolie	75 g granaatappelpitten zeezoutvlokken en versgemalen zwarte peper

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Leg de pastinaak op een grote bakplaat, besprenkel met de knoflookolie en bestrooi royaal met zeezoutvlokken en peper. Hussel met je handen tot de pastinaak goed bedekt is met de olie en smaakmakers. Verdeel de pastinaak over de bakplaat en zet 30 tot 35 minuten in de oven (afhankelijk van de grootte en dikte van de pastinaak), tot hij mooi bruin en zacht is.

Meng intussen in een blender de dragon, peterselie en olijfolie met 1 kneepje citroensap en wat zeezoutvlokken en peper tot een gladde kruidenolie. Zet opzij.

Neem voor de saus een klein kommetje en roer de tahin, 1 kneepje citroensap en 1 eetlepel warm water (geen koud water anders blijft de tahin dik) door elkaar; klop de yoghurt erdoor en breng op smaak met zout. Als je de saus te dik vindt, kun je er nog 1 eetlepel warm water door roeren.

Schik de geroosterde pastinaak op een schaal, schenk er de yoghurtsaus over en besprenkel met de kruidenolie. Bestrooi ten slotte met de granaatappelpitten en serveer.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Gekruid & gevlienderd piepkuiken (zie pag. 55) of Runderrollade met harissa & specerijen (zie pag. 59).



Gemarineerde biefstuk

met labneh, pulbiberboter & gebakken uitjes

Voor dit gerecht heb ik me laten inspireren door Turkse Iskender kebap. De gemarineerde biefstuk met labneh (of uitgelekte yoghurt als je dat liever hebt) en pulbiberboter zorgen voor een simpele maar doeltreffende explosie van smaken. Veeg de yoghurt op met heerlijk zacht platbrood en geniet maximaal.

VOOR 4 TOT 6 PERSONEN

450-500 g lende biefstuk van 2 cm dik, zonder vet en in blokjes

van 2,5 cm

1 volle tl gedroogde munt

1 tl knoflookgranulaat

1 tl komijnpoeder

½ tl selderijzout

2 el olijfolie

75 g boter

2 volle tl pul biber (Turkse chilivlokken, o.a. Turkse supermarkt)

400 g labneh of uitgelekte Griekse yoghurt (zie voor methode pag. 11)

een flinke handvol kant-en-klare gebakken uitjes

2-3 takjes dille, heel fijngehakt

zeezoutvlokken en versgemalen

zwarte peper

Laat de biefstuk voor het bakken op kamertemperatuur komen.

Doe de blokjes vlees in een mengkom, voeg de gedroogde munt, het knoflookgranulaat, komijnpoeder, selderijzout en een flinke hoeveelheid peper toe en schep goed om. Schep de olijfolie erdoor. Laat het vlees ongeveer 10 minuten marineren. Verhit intussen een grote koekenpan op middelhoog vuur.

Bak de blokjes biefstuk 1 minuut aan elke kant, schep ze op een klein bord en bestrooi ze met zeezoutvlokken. Zet het vuur uit en veeg de koekenpan schoon met keukenpapier. Zet de pan op laag vuur en smelt de boter. Strooi de pul biber in de pan, roer tot de boter rood kleurt en neem de pan van het vuur.

Verdeel de labneh over een grote schaal. Schep de biefstuk met een schuimspaan van het bord, laat het vocht eraf lopen en schik de blokjes op de labneh of yoghurt. Schenk de pulbiberboter over het vlees. Bestrooi met de gebakken uitjes en en slotte de dille en serveer direct.

SIMPLY DELICIOUS MET...

Ultieme falafel (zie pag. 81) of Polow-e-bademjan-o-felfel (zie pag. 125).



Roomdessert met berberissen

Dit is precies wat je nodig hebt als je op zoek bent naar een snel dessert waar niets aan mis kan gaan. Perzen maken nooit toetjes met berberissen, maar ik vind ik het leuk om te experimenteren en haal graag het beste uit de ingrediënten die ik koop. Berberissen hebben een prachtig zuur karakter waardoor ze bijzonder veelzijdig zijn. Je kunt ze koken of verwerken in marinades, kruidenboter en zelfs drankjes... Dus waarom niet in een dessert? Dit absurd makkelijke recept is de snelle oplossing voor als je wel iets zoets wilt maken, maar liever al je energie in je hartige gerechten stopt.

VOOR 6 PERSONEN

50 g gedroogde berberissen (o.a. Midden-Oosterse supermarkt), plus extra ter garnering
 4 el kokend water
 600 ml volle slagroom
 6 el poedersuiker
 4 el Griekse yoghurt
 handvol pistachesnippers (indien verkrijgbaar) of grofgehakte pistachenoten, ter garnering

Doe de berberissen in een hittebestendige mengkom, giet het kokende water erbij en laat een paar minuten wellen.

Meng de berberissen met het weekvocht in een blender tot een gladde pasta.

Klop de slagroom met de poedersuiker in een grote mengkom met een elektrische mixer tot stijve pieken; spatel er voorzichtig de berberissenpasta en Griekse yoghurt door.

Serveer in glazen en garneer met de pistachesnippers en wat extra berberissen.

