

Inhoud

Woord vooraf	7	Knapperige pompoenparten met zure room	72
		Tamara's ratatouille	74
Wortelgroenten	10	Paprika's en chilipepers	78
Gepocheerde minigroenten met kappertjesmayonaise	12	Groentepaella	80
Pittige Marokkaanse wortelsalade	14	Gemarineerde paprikasalade met pecorino	82
Salade van rode biet, sinaasappel en zwarte olijven	15	Overvolle groentetaart	84
Geroosterde pastinaak en zoete aardappel met kappertjesvinaigrette	16	Zuurdesembrood met rokerig roerei van eendeneieren	86
Vindaloo van twee soorten aardappel	18	Shakshuka	87
Rode biet, yoghurt en relish van ingemaakte citroen	19	Koolfamilie	90
Salade van nieuwe aardappeltjes	20	Broccolipie met gorgonzola	92
Verrassende tatin	22	Broccollettisalade met zoete sesam	94
Aardperen met manouri en basilicumolie	24	Gevulde kool	95
Zoete-aardappelparten en crème fraîche met citroengras	26	Rokerige frittata	96
Pastinaakdumplings in bouillon	28	Paarse broccolotti met rijstnoedels	98
Tempura van het seizoen	29	Salade van kool en koolrabi	99
Zoete-aardappelkoekjes	32	Zoete wintersalade	102
Bijzondere uien	34	Savoieikoolsoep met parmezaankorstjes	104
Preikoekjes	36	Spruitjes met tahu	105
Gekarameliseerde-knoflooktaart	38	Bloemkool met saffraan	106
Gevulde uien	39	De fantastische aubergine	108
Gebakken prei	42	Aubergine met karnemelksaus	110
Pittige tahu met geplette zwarte peper	44	Sobanoedels met aubergine en mango	112
Knoflooksoep met harissa	46	Driekleurige aubergine (en meer)	114
Paddestoelen	48	Soep van gegrilde groenten	115
Paddestoelenragout met gepocheerd eendenei	50	Linzen met gegrilde aubergine	116
Bánh xèo	54	Auberginekroketten	120
Gevulde portobello met smeltend zachte taleggio	56	Geroosterde aubergine met tahin	122
Gemarineerde paddestoelen en yoghurt met walnoten en tahin	58	Tomaten	124
Paddestoelenlasagne	59	Gemarineerde buffelmozzarella met tomaten	126
Pakketjes met wilde paddestoelen	60	Salade van quinoa en gegrild zuurdesembrood	128
Courgettes en andere pompoenen	62	Tomatensoep met griesmeel en koriander	130
Halloweensoufflés	64	Tomatenfeest	131
Geroosterde flespompoen met zoete specerijen, limoen en groene chilipeper	65	Quesadillas	134
'Mixed grill' met peterselieolie	68	Tomaten gevuld met kruiden	136
Gevulde courgettes	69	Bladgroenten, gaar en rauw	138
Courgettesalade met hazelnoten	70	Gebakken eieren met yoghurt en chilipeper	140
		Omeletten met snijbiet en saffraan	142

Kropsla	146	Pittige rode linzen met komkommeryoghurt	221
Stoofpot van snijbiet, kikkererwten en tamarinde	148	Castelluccio-linzen met tomaten en gorgonzola	222
Snijbietkoekjes met zuringsaus	149	Socca	224
Groene pannenkoekjes met limoenboter	150	Granen	226
Salade van waterkers met pistache en oranjebloesem	154	Salade van avocado, quinoa en tuinbonen	228
Pizza met ei, spinazie en pecorino	156	Kokosrijst met sambal en okra	230
Gekarameliseerd witlof met gruyère	157	Risotto met citroen en aubergine	231
Pie van wijnbladeren met kruiden en yoghurt	158	Salade van farro met geroosterde paprika	234
Witlof met noten en roquefort	160	Gestoomde rijst met kruiden (of eigenlijk kruiden met rijst)	235
Bitterzoete salade	162	Yoghurt-platbrood met gort en paddestoelen	236
Groene groenten	164	Salade van gort en granaatappel	238
Komkommersalade met gekneusde knoflook en gember	166	Kısır	239
Artisjokken met citroen	168	Kardemomrijst met gepocheerde eieren en yoghurt	240
Asperges, venkel en rode biet met verjus	170	Freekeh pilaf	241
Gekarameliseerde venkel met geitenkaas	172	Itamars bulgurpilaf	242
Artisjokbodems met geplette tuinbonen	176	Mango-rijstsalade met kokos	244
Artisjokengratin	178	Quinoasalade met gedroogde Iraanse limoen	245
Okra met tomaten, citroen en koriander	179	Pasta, polenta, couscous	248
Groene gazpacho	180	Citroenravioli met geitenkaas	250
Asperges met mimosa	182	Knapperige pappardelle	252
Geroosterde asperges	182	Pastasalade met gebakken courgette	254
Vichyssoise met asperges	184	Groene couscous	255
Mee goreng	185	Saffraantagliatelle met gekruide boter	260
Sobanoedels met wakame	188	De ultieme wintercouscous	262
Verse peulvruchten	190	Polenta met paddestoelen en kruiden	264
Gemengde bonen met veel specerijen en lavas	192	Maïspolenta	266
Tuinbonenburgers	194	Vruchten en kaas	270
Gadogado	195	Vijgen met basilicum, geitenkaas en granaatappelvinaigrette	272
Salade van verse peulvruchten met mosterdzaad en dragon	196	Geitenkaassoufflés met gepocheerde vanilleperziken	274
Warme glasnoedels met edamameboontjes	198	Salade met kweepeer en dolcelatte	275
Hete yoghurtsoep met tuinbonen	202	Perencrostini	278
Peulvruchten	206	Salade met dadels en Turkse schapenkaas	280
Puy-linzen op bladerdeeg	208	Watermeloen met feta	282
Hummus met ful	210		
Gebakken kikkererwten met Griekse yoghurt	211		
Gebakken boterbonen met feta, zuring en sumak	214		
Knolselderij en linzen met hazelnoten en munt	216		
Kikkererwtensoepp met tomaten en brood	218		
Groene linzen met asperges en waterkers	220		



Woord vooraf

Ik noem om te beginnen iets heel simpels en pretentieloos als rijst. Als ik denk aan alle dingen die we met dit graan kunnen doen, word ik direct duizelig van de talloze mogelijkheden: het combineren met andere ingrediënten, alle verkrijgbare soorten, de bereidingswijzen en methoden van opdienen, de consistentie, in hoeverre de korrels zijn bewerkt, thuis koken, commerciële mogelijkheden. Ik denk aan paella, salade van wilde rijst en ho fan noedels. Ik zie de arancini voor me, rijstballen met hun goudgele paneerkorst, Iranese saffraanrijst met aardappelen, Chinese gebakken rijst, rijstpudding. Ik herinner me de gestoomde rijst die mijn moeder voor me maakte als ik buikpijn had, waar ze aan het eind van de bereiding alleen een klontje boter door roerde.

Ik kan me vervolgens op een ander belangrijk graan als tarwe gaan richten en bedenken wat we allemaal met bloem doen: dumplings, pasta, brood, gebak, maar ook met minder bewerkte producten zoals bulgur of volkorenmeel. Daarna ga ik in gedachten naar de peulvruchten, linzen, erwten, gedroogde bonen, sperziebonen, doperwten. Dan zijn er ook nog kruiden, blaadjes, zaden, bloemen, wortelen en knollen, fruit en paddestoelen – allemaal onderdeel van een klein universum, met een miljoen soorten en varianten.

Wat ik ermee wil zeggen is dat we veel geluk hebben (hoewel dat jammer genoeg niet voor iedereen geldt) dat we leven en koken in een wereld die ons zo'n enorm spectrum aan ingrediënten biedt en dat we op zo vele culinaire erfenissen kunnen bouwen. En daar word ik zo enthousiast van – de veelheid aan ingrediënten die door zo veel mensen op zo veel manieren en met zo veel verschillende doeleinden worden bereid en bewerkt.

De nieuwe vegetariër

Toen mij in 2006 door de *Guardian* werd gevraagd een vegetarische column te schrijven in hun *Weekend* magazine, stribbelde ik nogal tegen. Ik was immers geen vegetariër. Het onderwerp lag me niet na aan het hart en ik had er nooit veel over nagedacht. Toch begreep ik wel waarom de *Guardian* me benaderde. Ottolenghi was beroemd geworden om wat we deden met groenten en granen, om onze frisse en originele salades, en het leek vanzelfsprekend dat mij werd gevraagd deze kennis met vegetarische lezers te delen.

Ik moest in het begin erg wennen aan mijn benaming: *De nieuwe vegetariër*, en sommige *Guardian*lezers waren heel ongelukkig toen ze ontdekten dat ik helemaal geen vegetariër ben. Ik herinner me nog een aantal onaangename brieven naar mijn redacteur en een incident waarbij ik adviseerde om bij een salade wat gegrilde lamskoteletjes te serveren. Jammer genoeg had mijn redacteur deze opmerking ook over het hoofd gezien.

Maar geleidelijk aan voelde deze taak natuurlijker aan. Ottolenghi's vegetarische imago was eigenlijk gebaseerd op het feit dat zowel Sami Tamimi – de andere drijvende kracht achter het bedrijf en co-auteur van *Ottolenghi: het kookboek* – als ik opgroeiden in Israël en Palestina waar we waren blootgesteld aan een veelheid van groenten, peulvruchten en granen die in de verschillende keukens in die regio's worden verwerkt.



Gepocheerde minigroenten met kappertjesmayonaise

Pocheren is weer populair, en terecht. Groenten die op deze manier worden bereid hoeven niet smakeloos en saai te zijn; als ze niet te gaar worden gemaakt, kunnen ze hun natuurlijke eigenschappen tonen en smaken ze fris en licht op een manier die u bij roosteren of bakken nooit bereikt.

Kies voor dit gerecht mooie seizoensgroenten die heel vers en vol smaak zijn. Miniknolletjes en -maïs zijn ook lekker, en u kunt ook verse tuinbonen, doperwten en sperziebonen gebruiken. Bereid de groenten minimaal voor – hak ze niet te klein en pocheer ze niet te lang. Dien ze warm of koud op.

Voor 4 personen
200 g miniworteltjes, geschrapt
100 g minivenkel
150 g dunne (Thaise) asperges
100 g minicourgettes
150 g minipreien
2 eetl. gehakte dille, om erbij te geven

Pocheervloeistof
6 dl witte wijn
2 dl olijfolie
1½ dl citroensap
2 laurierblaadjes
½ ui
2 stengels bleekselderij, in reepjes
1 theel. zout

Mayonaise
½ teen knoflook, fijngewreven
1 scharreleidooier
1½ theel. wittewijnazijn
½ theel. dijnmosterd
½ theel. zout
geraspte schil en het sap van ½ citroen
¾ dl plantaardige olie
2 eetl. kappertjes, uitgelekt en
fijngenhakt

Begin met de mayonaise. Doe de knoflook, eidooier, azijn, mosterd, zout en citroensap in de kom van een foodprocessor. Schakel hem in op een lage stand en voeg de olie (eerst druppelsgewijs, dan in een fijn straaltje) toe tot het een dikke mayonaise is. Roer de kappertjes en citroenrasp erdoor en zet hem opzij.

Was de groenten en maak ze schoon; laat een deel van de steel-tjes of bladeren zitten. Snijd de groenten afhankelijk van het formaat overlangs doormidden of in vieren, zodat de stukken ongeveer even groot zijn. Heel dunne groenten zoals de asperges, hoeft u niet te snijden.

Giet de wijn in een wijde pan en laat hem 2-3 minuten borrelend koken. Voeg de overige ingrediënten voor de pocheervloeistof toe en breng hem tegen de kook aan. Doe eerst de wortelen en venkel in de pan. Voeg na 3 minuten de asperges, courgettes en prei toe en pocheer alles nog 3-4 minuten. De groenten moeten nu beetgaar zijn.

Neem de groenten met een tang uit de pan en schik ze op diepe borden. Schep als u wilt wat pocheervocht erbij. Zet voor het opdienen een dot mayonaise op elke portie en bestrooi hem met dille. U kunt het overgebleven pocheervocht in de koelkast bewaren voor een ander gerecht.



'Mixed grill' met peterselieolie

De manier waarop we bij Ottolenghi seizoensgroenten vaak boven houtskool roosteren, maakt dat ze bijna vlezig smaken door het sterke aroma van de rook en de geblakerde stukjes groente. Ik ben er dol op. U hoeft zich niet aan mijn keuze van groenten te houden. Er zijn talloze alternatieven, zoals asperges, koolraap, wortel, bloemkool, daikon of rettich, rode biet enzovoort.

Kies een zachte kaas die niet uiteenvalt of smelt onder de grill, bijvoorbeeld Griekse manouri of Cypriotische anari (behandel hem met zorg). Ze zijn te koop in winkels voor Turkse producten (zie Salade met dadels en Turkse schapenkaas, op blz. 280). Of gebruik halloumi, maar eet hem nog warm omdat hij anders taai wordt.

Voor een royale portie voor 4 personen
1 middelgrote courgette
1 koolrabi
1 kleine aubergine (of ½ grote)
125 g manouri- of anari-kaas
3-4 eetl. olijfolie

Peterselieolie
50 g bladpeterselie (blaadjes en fijne takjes)
¾ dl olijfolie
2 tenen knoflook, fijngesneden
1½ eetl. citroensap
zout en zwarte peper

Pureer voor de peterselieolie in een blender of foodprocessor de peterselie met de olie, knoflook, het citroensap en zout en peper glad. Het wordt een heldergroene glanzende saus. Zet hem opzij.

Zet een geribbelde gietijzeren grillpan op het fornuis op hoog vuur en laat hem goed heet worden. Verhit de oven tot 190 °C.

Snijd de courgette in iets schuine 1 cm dikke plakken. Schil de koolrabi met een scherp mes; snijd hem overlangs doormidden en snijd beide helften in 1 cm dikke plakken. Snijd de aubergine in ½ cm dikke plakken en doe dat ook met de kaas. Houd alle ingrediënten apart, schep ze door een beetje olijfolie (de aubergine zuigt de olie op, dus daarvoor is meer olie nodig) en bestrooi ze met zout.

Rooster de groenten en kaas in porties tot ze net gaar zijn en aan beide kanten mooie grillstrepen hebben – dat duurt van 1 minuut (courgette) tot 6 minuten (de aubergine). Keer ze met behulp van een tang of spatel om. Doe ze als ze klaar zijn in een mengkom en houd de kaas apart. Laat de aubergine in nog 5-10 minuten in de hete oven gaar worden.

Giet de peterselieolie over de hete groenten en schep alles om; laat ze tot warm afkoelen of helemaal koud worden.

Proef het gerecht voor het serveren en voeg naar smaak nog wat zout en peper toe. Verdeel de groenten en kaas op een schaal en dien ze op.

Gevulde courgettes

Dit is een verbasterde variant van het Turkse origineel. Dien het koud op, net boven koelkasttemperatuur, met geitenyoghurt.

Voorgerecht voor 6 personen
1 middelgrote ui, fijngesneden
1 eetl. olijfolie
110 g rondkorrelrijst
2 eetl. krenten
1 eetl. pijnboompitten
2 eetl. fijngesneden bladpeterselie, plus extra om te garneren
½ theel. gedroogde munt
½ theel. gemalen piment
¼ theel. kaneel
¼ theel. kruidnagelpoeder
3 eetl. citroensap
3 middelgrote courgettes
1¾ dl kokend water
1½ eetl. kristalsuiker
zout en zwarte peper

Smoor de ui in de olie glazig. Voeg de rijst, krenten, pijnboompitten, peterselie, munt, specerijen en de helft van het citroensap toe. Smoor alles nog af en toe roerend 5 minuten op laag vuur.

Snijd de courgettes overlangs doormidden en schep met een lepel het vruchtvlees er voor een deel uit zodat er 'bootjes' ontstaan. Zet ze in een ondiepe pan waarin ze precies naast elkaar passen. Schep de rijstvulling erin. Giet het kokende water met het overgebleven citroensap in de pan en strooi de suiker en wat zout rond de courgettes. De vloeistof moet tot net onder de vulling blijven.

Laat de courgettes 30-40 minuten zachtjes koken, schep af en toe het kookvocht over de courgettes. De courgettes zijn klaar als de rijst beetbaar is en al het vocht is opgenomen. Laat ze helemaal koud worden en zet ze in de koelkast. Garneer ze voor het opdienen met fijngesneden peterselie.



Gemarineerde paprikasalade met pecorino

Knapperig brood is hierbij absoluut noodzakelijk om als de salade op is er de heerlijke zoete dressing mee op te deppen. Geef hem als voorgerecht en maak de Polenta met paddestoelen en kruiden (blz. 264) als hoofdgerecht.

Voorgerecht voor 2 personen

1 rode en 1 gele paprika, in vieren

4 eetl. olijfolie

1 eetl. balsamicoazijn

1 eetl. water

½ theel. ruwe rietsuiker

2 takjes tijm

1 teen knoflook, in dunne plakjes

10 g platte peterselie, alleen de blaadjes

15 g basilicumblaadjes

30 g waterkers

50 g rijpe pecorino, geschaafd

1 eetl. kappertjes, uitgelekt

zout en zwarte peper

Verhit de oven tot 190 °C. Schep de paprikastukken om met 1 eetlepel olie en een beetje zout. Schik ze in een braadslee en rooster ze 35 minuten in de oven tot ze gaar en lichtgekleurd zijn. Leg de stukken in een kom en dek hem af met plasticfolie. Pel de paprika's als ze tot kamertemperatuur zijn afgekoeld en snijd ze in brede repen.

Klop de ingrediënten voor de marinade door elkaar: 2 eetlepels olie, balsamico, water, suiker, tijm, knoflook en een beetje zout en peper. Giet dit over de paprika's en zet ze minstens een uur, of liever nog afgedekt met plasticfolie tot de volgende dag in de koelkast.

Vermeng de kruiden met waterkers, uitgelekte repen paprika, pecorino en kappertjes. Schep de overgebleven eetlepel olijfolie en 1 eetlepel marinade (of naar smaak nog meer) door de salade. Proef en voeg zo nodig nog een snufje zout en peper toe.



Aubergine met karnemelksaus

Ik ken geen enkel voorgerecht dat zo rustiek en tegelijkertijd elegant is als dit. Geef er wat stevig wittebrood of pitabrood bij en u bent letterlijk in de voedselhemel. In dit recept ziet u de techniek van Sami Tamimi om de pitten uit granaatappels te halen, wat naar ik vrees nu een publiek geheim is.

Voorgerecht voor 4 personen
2 grote lange aubergines
5 eetl. olijfolie
1½ theel. citroentijmblaadjes, plus een paar takjes om te garneren
1 granaatappel
1 theel. za'atar (Midden-Oosters kruidenmengsel)
maldon zeezout en zwarte peper

Karnemelksaus
1,4 dl karnemelk
100 g Griekse yoghurt
1½ eetl. olijfolie, plus extra om te besprenkelen
1 kleine teen knoflook, fijngewreven
een snufje zout

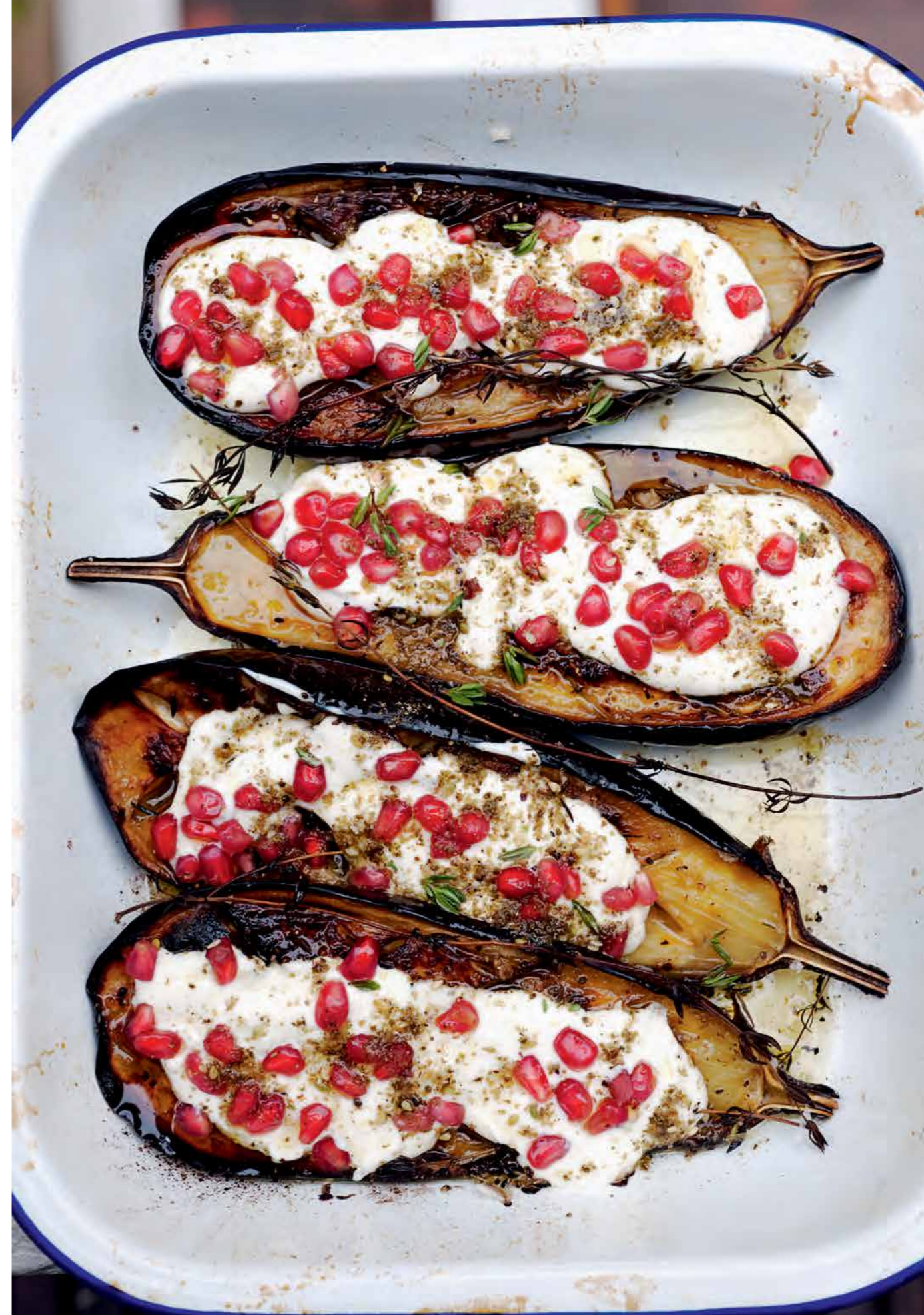
Verhit de oven tot 200 °C. Snijd de aubergines overlangs doormidden en snijd ook midden door het groene steeltje (het steeltje is alleen om naar te kijken; eet het niet). Maak met een klein scherp mes drie of vier parallel lopende inkepingen in het vruchtvlees, maar laat de schil heel. Draai de aubergines 45 graden en snijd ze weer in, zodat er een ruitpatroon ontstaat.

Leg de halve aubergines met de snijkant naar boven op een bakplaat bekleed met bakpapier. Bestrijk ze met olijfolie – en blijf ze bestrijken tot het vruchtvlees alle olie heeft opgezogen. Bestrooi ze met tijmblaadjes en een beetje zout en peper. Rooster de aubergines 35-40 minuten in de oven waarna het vlees gaar, geurig en lichtbruin moet zijn. Neem ze uit de oven en laat ze koud worden.

Maak in de tussentijd de granaatappel en de saus klaar. Snijd de granaatappel horizontaal doormidden. Houd de ene helft boven een kom met de snijkant naar de handpalm gericht en sla met de steel van een houten lepel zachtjes tegen de schil. Blijf met toenemende kracht slaan tot de pitten loslaten en tussen uw vingers door in de kom vallen. Zeef de pitten als beide granaatappelhelften leeg zijn om stukjes wit vel of vlies eruit te halen.

Klop voor de saus simpelweg alle ingrediënten door elkaar. Proef of hij goed op smaak is en zet hem tot gebruik in de koelkast.

Schep voor het opdienen een royale hoeveelheid saus op elke halve aubergine, maar laat de steeltjes onbedekt. Bestrooi ze met za'atar en flink wat granaatappelpitten en garneer met de citroentijm. Maak het gerecht af met wat olijfolie.



Auberginekroketten

Mijn fascinatie voor kroketten begon toen ik in Amsterdam woonde, meer dan tien jaar geleden. Ik was vaak, om allerlei redenen, niet nuchter en raakte toen verliefd op de nationale perversie: warme en vette kaasballen die uit een automatiek kwamen. Ik verzeker u dat u met een heldere geest in staat zult zijn van mijn kroketten te genieten. Geef ze als snack of als voorgerecht. U kunt de aioli als u wilt door een veel simpeler partje citroen vervangen.

Voor 6 personen

4 middelgrote aubergines
280 g bloemige aardappelen, gekookt,
gepeld en met een vork grofgeprakt
1 groot scharrelei, losgeklopt
140 g feta, verkruimeld
20 g parmezaan, geraspt
½ theel. zout
ca. 200 g gedroogd wittebroodkruim
zonnebloemolie, om te bakken
zwarte peper

Dragon-aioli (naar keuze)

1 scharreleidooier
1 teentje knoflook, fijngehakt
1½ eetl. citroensap
¼ theel. zout
4 eetl. raapzaad- of koolzaadolie
4 eetl. olijfolie
2 eetl. fijngehakte dragon

Rooster eerst de aubergines – zie bladzijde 116 voor de beschrijving. Kerf de aubergines als ze weer koud zijn overlans in en schep het vruchtvlies eruit; neem niets van de zwarte schil mee. Doe het vruchtvlies in een vergiet en gooi de schil weg. Laat het vruchtvlies 30 minuten uitlekken; u hebt uiteindelijk 600 gram nodig.

Doe de aubergine in een grote schaal en voeg aardappel, ei, feta, parmezaan, zout en een beetje peper toe. Vermeng alles rustig met een vork; het mengsel moet vrij grof blijven. Meng er ongeveer de helft van het broodkruim door, zodat het mengsel in model blijft maar nog wat vochtig is.

Stort het mengsel uit de kom en verdeel het in vier porties. Rol van elk ervan een worst van 2½ cm doorsnee. Strooi het achtergehouden broodkruim op het werkvlak en wentel de worsten erdoor, zodat ze volledig zijn bedekt. Leg ze op een dienblad en laat ze minstens 20 minuten in de koelkast opstijven.

Roer intussen als u de aioli wilt maken de eidooier, knoflook, citroensap en zout in een foodprocessor door elkaar; voeg geleidelijk in een dun straaltje beide soorten olie toe tot het een romige, dikke saus is. Spatel de dragon erdoor. Bewaar de aioli in de koelkast.

Snijd elke worst in 5 cm lange cilindervormige stukken; het zullen er ongeveer 20 worden. Giet een laag van 1½ cm olie in een pan. Verhit de olie en bak de kroketten in kleine porties steeds 3 minuten tot ze rondom bruin zijn. De olie moet heet zijn, maar niet zo heet dat de kroketten verbranden. Laat ze op keukenpapier uitlekken en serveer ze heet.



Salade van verse peulvruchten met mosterdzaad en dragon

Deze salade – met een goede balans tussen de frisse smaken van de bonen en de pittige complexiteit van kruiden en specerijen – past bij vrijwel alles. Probeer hem eens met de Vindaloo van twee soorten aardappel (blz. 18), samen met de Gebakken boterbonen met feta, zuring en sumak (blz. 214) of als bijgerecht bij gegrilde lamskoteletten.

Voor 4 personen

250 g dunne sperziebonen of haricots
verts, afgehaald

250 g peultjes, afgehaald

250 g (diepvries)doperwtten

2 theel. korianderzaad, grof geplet in
een vijzel met een stamper

1 theel. mosterdzaad

3 eetl. olijfolie

1 theel. nigellazaad

½ kleine rode ui, fijngesneden

1 milde verse chilipeper, zonder de
zaadjes fijngesneden

1 teen knoflook, fijngehakt

geraspte schil van 1 citroen

2 eetl. fijngesneden dragon

30 g minisnijbietblaadjes (naar keuze)
zeezoutvlokken

Vul een middelgrote pan met koud water en breng het aan de kook. Blancheer de sperziebonen 4 minuten, giet ze direct af en dompel ze in ijskoud water om het kookproces te stoppen. Giet ze af en laat ze uitlekken.

Breng opnieuw een pan water aan de kook en blancheer de peultjes 1 minuut. Giet ze af, dompel ze in koud water en laat ze uitlekken. Blancheer de doperwtten 20 seconden in het kokende water van de peultjes. Giet ze af, dompel ze in koud water en laat ze uitlekken. Vermeng de groenten in een grote schaal.

Doe het korianderzaad, het mosterdzaad en de olie in een koekenpan en verhit ze. Giet de inhoud van de pan zodra de zaadjes opspringen over de groenten. Vermeng alles luchtig en voeg nigellazaad, rode ui, chilipeper, knoflook, citroenschil en dragon toe. Meng alles luchtig en breng de salade op smaak met zout.

Meng vlak voor het opdienen het snijbietblad door de salade en verdeel hem op de borden of op een grote schaal.



Citroenravioli met geitenkaas

Het compromis voor de zelfgemaakte ravioli is dat u hierbij geen saus hoeft te maken. De combinatie van smeltendzachte kaas, raapzaadolie en roze peperkorrels is verfijnd, maar ook heel duidelijk aanwezig en zeer bevredigend. Kies een relatief zachte en heel milde geitenkaas.

Voorgerecht voor 4 personen

Pastadeeg

3 eetl. olijfolie

3 middelgrote scharreleieren

330 g 00-bloem, plus extra om uit te rollen

¼ theel. geelwortelpoeder

geraspte schil van 3 citroenen
semolina

Vulling

300 g zachte verse geitenkaas

⅓ theel. maldon zeezout

een snuf chilivlokken

zwarte peper

1 scharreleiwit, losgeklopt

Opdienen met

2 theel. roze peperkorrels, gekneusd

1 theel. fijngehakte dragon

geraspte schil van 1 citroen

raapzaad- of koolzaadolie

citroensap (naar keuze)

Maak eerst het deeg. Klop de olie en de eieren door elkaar. Doe de bloem met geelwortelpoeder en citroenschil in een foodprocessor, voeg het olie-eimengsel toe en meng alles tot een kruimelig deeg. U moet misschien iets extra bloem of olie toevoegen. Verdeel het deeg zodra het goed samenhangt en glad is (u moet het misschien kort met de hand kneden) in vier dikke, rechthoekige blokken. Leg ze verpakt in plasticfolie minstens 30 minuten tot maximaal 2 dagen in de koelkast.

Bestuif het werkvlak met bloem. Leg er een stuk deeg op. Druk het platter met een deegroller. Zet de pastamachine op de breedste stand en haal het deeg erdoor. Herhaal dit en draai de rollers steeds iets strakker tot u de smalste stand bereikt. Dek de uitgerolde lappen af met een vochtige theedoek zodat ze niet uitdrogen.

Doe de ingrediënten voor de vulling, behalve het eiwit, in een kom en prak ze met een vork door elkaar.

Steek met een uitsteekvormpje of een glas van 7 cm doorsnee ronde lapjes uit het deeg. Bestrijk een velletje met eiwit, schep er een volle theelepel vulling op en leg er een tweede deegrandje op. Doop uw vingers in bloem, druk beide deeglapjes rondom de vulling op elkaar en druk daarbij eventuele luchtballen eruit. Het moet een bol kussentje zijn met daaromheen een deegrand die minder dan 1 cm breed is. Sluit de randen zo stevig op elkaar dat niet meer te zien is dat het twee lagen zijn. Leg de ravioli op een theedoek of bakplaat die met semolina is bestrooid. Laat ze 10-15 minuten drogen. U kunt de bakplaat nu met plasticfolie afdekken en de ravioli een dag in de koelkast bewaren.

Breng als u de ravioli gaat bereiden een grote pan water met zout aan de kook. Kook de pasta in 2-3 minuten beetgaar. Schep ze eruit en laat ze uitlekken. Verdeel de ravioli over vier borden. Bestrooi ze met roze peperkorrels, dragon en citroenrasp. Sprenkel raapzaadolie over en rond de ravioli, bestrooi ze met extra zout en eventueel een kneepje citroensap. Dien ze direct op.



De ultieme wintercouscous

Iemand beklagde zich bij de *Guardian* over de lange lijst ingrediënten voor dit gerecht. Maar ik wist dat het een succes was toen een vriend het (met het juiste credit) op het menu zag staan van the Sun and Doves, een hippe, artistiekerige pub in Camberwell.

Voor 4 of meer personen

2 middelgrote wortelen, geschrapt, in stukjes van 2 cm
2 middelgrote pastinaken, geschrapt, in stukjes van 2 cm
8 sjalotten, gepeld
2 kaneelstokjes
4 anijssterren
3 laurierblaadjes
5 eetl. olijfolie
½ theel. gemberpoeder
¼ theel. geelwortelpoeder
¼ theel. pittig paprikapoeder
¼ theel. chilivlokken
300 g winter- of flespompoen, geschild, in blokjes van 2 cm
75 g gedroogde abrikozen, grofgehakt
200 g kikkererwten (uit blik of vers gekookt)
3½ dl kookvocht van de kikkererwten en/of water
170 g couscous
een flinke snuf saffraandraadjes
2,6 dl kokende groentebouillon
20 g boter, in blokjes
25 g harissapasta (of minder als u niet van heel pittig houdt)
25 g ingemaakte citroenschil, fijngehakt
30 g korianderblad
zout

Verhit de oven tot 190 °C. Doe de wortel, pastinaak en sjalotten in een grote ovenschaal. Voeg kaneelstokjes, anijssterren, laurier, 4 eetlepels olie, ¾ theelepel zout en alle overige specerijen toe en schep alles door elkaar. Zet de schaal in de oven en rooster de groenten 15 minuten.

Schep de pompoenblokjes door de groenten in de schaal en zet hem terug in de oven. Rooster alles nog 35 minuten, waarna de groenten beetbaar moeten zijn. Meng de gedroogde abrikozen en kikkererwten met het kookvocht en/of water erdoor. Zet de schaal weer in de oven en rooster alles nog 10 minuten tot alles goed heet is.

Doe ongeveer 15 minuten voor de groenten klaar zijn de couscous in een grote vuurvaste schaal met de overgebleven eetlepel olie, de saffraan en ½ theelepel zout. Giet de kokende bouillon over de couscous. Dek de schaal af met plasticfolie en laat hem 10 minuten staan. Voeg de boter toe en roer met een vork door de couscous om de korrels los te halen en de boter te laten smelten. Dek de schaal weer af en zet hem op een warme plaats.

Schep voor het opdienen de couscous op een platte of diepe schaal. Roer de harissa en ingemaakte citroen door de groenten; proef en breng ze eventueel op smaak met zout. Schep de groenten op de couscous. Bestrooi ze met koriander.

