

foodies

foodies

augustus 2025 • € 7,99

Het lekkere van Spanje

57
recepten

Spaanse zomer

Alles met amandel

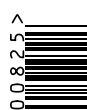
Van churros tot
crema catalana

Stokjes met gehakt, halloumi & garnalen

5x de leukste strandtenten

Langs de Nederlandse kust

F&L



€7,99

BP8

De smaak van de Zomer

ONZE 6 FAVORIETEN



Favoriete kaas

Bij Hoogendoorn Kaas, kaasmeesters sinds 1934, bestel je de lekkerste kazen en kaascadeaus gewoon online. Vers van het mes, zorgvuldig verpakt en thuisbezorgd. Van romige brie en pittige blauwader tot de allerlekkerste boerenkazen en de beste Parmezaan. Ontdek het zelf en krijg 10% korting met code 'Foodies010' op hoogendoornkaas.nl.

Snijd als een pro

Gebruik de duurzame snij- en serverplanken van EcoSlice. Deze set van 3 houtvezel composiet snijplanken met zes veilige snijoppervlakken heeft een tweezijdig antislip design en een mesvriendelijke, niet-poreuze structuur. Ze zijn antibacterieel, onderhoudsvrij én bestand tegen hitte. Bovendien zijn ze BPA- en PFAS-vrij. Shop nu met code 'FOODIES' en ontvang 8% korting. ecoslice.nl



Exotisch genieten

Laat je verrassen door de tropische smaken van Soplica. Geniet van de frisse, exotische smaken van Cactus-Watermeloen, Mango-Kokos en Dragonfruit-Meloen. Perfect voor zonnige picknicks, tuinfeestjes of een tropische twist bij de barbecue. Proef de zomer, gewoon in je eigen achtertuin. topdrinks.nl



GEEF SMAAK AAN DE ZOMER

Jij achter de grill, bamix® binnen handbereik. Met de BBQ Box of Cordless als jouw culinaire sidekick maak je in een handomdraai sauzen, dips en meer. En wie weet schittert er deze zomer ook een Boretti BBQ in je buitenkeuken. Voor een seizoen vol smaak, vuur en verrassingen. Bestel voor 31 juli en maak kans op een prachtige kamado barbecue van Boretti. bamix.nl/actie



SMAAK MET INHOUD

Zespri™ SunGold™ kiwi's zijn een culinaire zomer-topper: fris, heerlijk zoet en perfect voor salades, bowls of gewoon los. Maar het gaat verder dan smaak - deze kiwi's bevatten meer dan 20 vitamines en mineralen. Pure, voedzame ingrediënten voor wie van koken én gezondheid houdt. Lees meer op: zespri.nl



ZOMER IN JE GLAS

AIX Rosé uit de Provence van Drink Heroes blijft een favoriete keuze voor zonnige dagen: licht, fris en heerlijk voor bij lekkere hapjes. Bestel AIX, andere zomerse wijnen, sprankelende bubbels of kant-en-klare cocktails. Shop met code 'FOODIESHERO' en profiteer van gratis verzending. drinkheroes.nl



Snelle gerechten

Onze snelle recepten (binnen 30 minuten) vind je vanaf nu aan de hand van dit icoontje



Bas: “Met alle recepten én tips waan je je deze zomer in Spanje.”

Vijf maaltijden

SPANJE IS BIJ uitstek mijn favoriete bestemming in Europa. Sterker nog, ik ben een beetje verliefd op het Spaanse Valencia, de stad met de meeste dagen zon per jaar, een heerlijk strand, een prachtig oud centrum waar je eindeloos kunt verdwalen én de beste restaurants – van lokale gerechten (liefde voor paella) tot aan fine dining. Daarnaast weten Spanjaarden als de beste hoe je kunt genieten van eten; er zijn niet voor niets vijf maaltijden per dag. De dag begint met een ontbijtje (*desayuno*), daarop volgt een tweede ontbijt of brunch (*almuerzo*), dan komt de lunch (*comida*), nog een middagsnack tussen-door (*merienda*) en als afsluiting het diner (*cena*). Alles draait om eten, en Spanjaarden nemen deze maaltijden dan ook zeer serieus.

Aan de hand van deze maaltijden nemen we je deze maand mee op culinaire reis door Spanje, gewoon vanuit je eigen keuken, met de lekkerste recepten. Wat dacht je bijvoorbeeld van spinazie-chorizowafels met gepocheerd ei als ontbijt of brunch (p. 35)? Of Spaanse spiesjes op de barbecue (p. 101) als snack? En pak eens uit voor het avond-

eten met het beste uit de keuken van Andalusië (p. 24). En dan mijn absolute favoriet van deze maand: de Baskische cheesecake van Annes toetjeshoek (p. 110). Wat mij betreft kan deze cheesecake bij elke maaltijd, maar ik ben misschien bevooroordeeld. Want geloof mij, deze taart wil je maken. En eten. Vooral dat laatste eigenlijk, want elke hap smelt weg op je tong en smaakt naar meer.

Niet alleen met alle recepten brengen we Spanje een beetje naar Nederland toe, ik ging samen met Anne van Your Little Black Book op pad langs de Nederlandse kust, op zoek naar de beste strandtenten voor deze zomer (p. 76). En die hebben we gevonden! Daarnaast deel ik bij de hotspots (p. 8) de leukste Spaanse restaurants door heel Nederland.

Kortom, met alle recepten én tips waan je je deze zomer in Spanje. Gegarandeerd. Het enige dat je er misschien soms een beetje bij moet denken is de Spaanse zon, maar met wat verbeelding komt dat vast goed...

Bas

Uitgelicht

Bocadillos

Bocadillos zijn dikbelegde Spaanse broodjes. In Spanje kom je ze overal tegen, maar als je goed zoekt vind je ze ook in Nederland. Julie vertelt op p. 66 waar je de lekkerste haalt!



Koel soepje

Als er iets Spaansers dan Spaans is, dan is het wel gazpacho. Een koude soep, boordevol smaak én groenten. Ideaal voor op een warme zomerdag. Je vindt mijn favoriete recept op p. 30.

foodies tip

12 x Foodies voor 55,-

Altijd een geslaagd ententje? Lekker recepten met ingrediënten uit het seizoen? Kook iedere maand met ons mee! Neem een abonnement en ontvang 12 x Foodies voor maar 55,-. Kijk op p. 44.



INHOUD

AUGUSTUS
2025

All day beach vibes met deze zonnige Foodies!

Koken en eten

10 Spaanse toetjes

De Spaanse keuken heeft meer in zijn mars dan tapas alleen. Probeer deze Spaanse toetjes

16 Alles op een spies

Spiesjes saai? Think again! Wij laten je verrassende barbecue-recepten zien

20 Het aardappelarchief

Deze maand maakt onze aardappelkenner gezouten krieltjes met twee salsa's

24 De geheimen van Andalusië

Reis mee naar dit zuidelijke plekje in Spanje waar ze lekker eten hebben in overvloed

30 Koel soepje

Een bloedhete dag? Deze koude soep is je antwoord! De perfecte zomermaaltijd

32 Muy picante

Chorizo is lekker voor bij de borrel, maar ook in je maaltijd. Kijk gauw wat je ermee kan

36 In het seizoen

Augustus draait om diepe, zoete smaken. Aan de slag met mais, tomaten, venkel en bramen

42 De airfryerexpert

Weer een heerlijk recept uit de airfryer van Sabine Koning, met chorizo deze keer

48 Simpel & zomers

Lekker eten hoeft niet moeilijk te zijn. Met een beetje liefde zet je deze gerechten op tafel

58 Happy Hour

Warme dagen? Met deze drankjes houd jij de zonnesteeke op veilige afstand!

60 Picknickparty

Kleedje klaar? Mandje aan de arm en vul-len maar! Dit is lekker voor de picknick

68 Tafel vol tapas

Het gevoel van een Spaans terras, maar dan vanuit je eigen achtertuin

84 Knapperig & kleurrijk

Wij vinden salades de ideale zomermaaltijd. Varieer er maar lekker op los!

88 Neusje van de zalm

Zachtgegaarde zalm... is er iets beter dan dat? Dit is zo'n heerlijke maaltijd!

90 De allerlekkerste zomertaart ooit

Citroen is dé smaakmaker van de zomer. Deze taart moet je eens maken

92 Barbecueën op z'n Spaans

Waar de zon schijnt, wordt gebarbecueed. Dus in Spanje ook. Dit maken ze er

104 Seizoensster

Makkelijk, voedzaam en vol met smaak. Wat wil je nog meer? Deze traybake dus!

110 Anne's toetjeshoek

Een Baskische cheesecake; misschien wel de lekkerste taart die Anne ooit maakte



Op de cover

Frisse gazpacho, zie p. 30.

Lekker lezen

66 Foodies ontdekt

Julie ontdekt een leuk Spaans zaakje in Utrecht, voor een fijne lunch

74 Wijnles van Jan-Jaap

Weer een nieuwe les in wijn. Leer het van Jan-Jaap, oftewel Sommelij

76 De leukste strandtenten langs de Nederlandse kust

Waar moet je zitten deze zomer? Over welk strand moet je paraderen? Bas zoekt het voor je uit

108 Lekker bezig

In gesprek met Altevido over de duurzame oogst van olijfolie



Abonnementsactie

Neem een abonnement

Bekijk onze zomeractie: 12x Foodies voor 55 euro (p. 44).



Iedere maand

7 Foodnotes

De redactie tipt: de lekkerste recepten, leukste hotspots en verhalen uit dit nummer op een rij

8 Foodies hotspots

Ga eropuit in augustus en ontdek deze leuke plekken

112 De volgende Foodies

We ontdekken een nieuwe veelzijdige keuken: de Turks-Mediterraanse keuren

113 Colofon

Wie werkten er mee aan deze uitgave en waar stel jij je vragen? Kijk in het colofon

114 Receptenindex

Alle recepten uit deze uitgave op een rij. Gesorteerd in voor-, hoofd- en nagerechten en in één oogopslag de vegetarische, vegan en snelle recepten bij elkaar



foodies backstage

Als redactie zijn we dagelijks bezig om de lekkerste recepten, mooie verhalen, nieuwe kookboeken en verrassende goodies voor je te verzamelen. Kijk met ons mee!



Julie: “De zomer is in volle gang en zelf ben ik hier ook maar even van gaan genieten in Portugal. Naast de heerlijke gerechten uit deze keuken, genoot ik ook optimaal van de lekkere drankjes. Wist je dat je die ook heel makkelijk zelf kunt maken? Kijk maar op p. 58!”

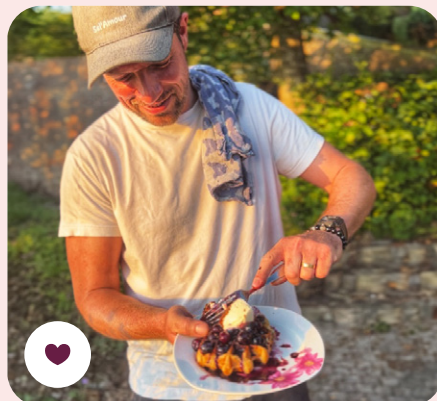


Bas: “De afgelopen tijd reisde ik voor Foodies Travel regelmatig naar Spanje, mijn favoriete vakantieland in Europa. Zo zie je mij hier optimaal genieten van wijn en kaas, in de bergen van Tenerife. Maar Spanje heeft veel meer prachtige regio's; in juli is het zelfs de maand van Asturië op foodiestravel.nl.”

Anne: “Of er iemand voor Foodies Travel een weekendje naar Luik wilde om foodfestival Les Épicuriales te bezoeken. Nou, dat liet ik me geen twee keer zeggen. Nog geen week later liep ik rond in Parc de la Boverie, waar gerenommeerde chefs, sommeliers en patissiers uit de omgeving me de lekkerste dingen lieten proeven.”



Willem: “In een weekend met Spaanse temperaturen was ik een weekend in Zuid-Limburg, waar de kersenbomen volhingen met rijp fruit. Ik flambeerde ze op de barbecue met een scheut rum en at er een lekkere wafel en wat zure room bij. Niet Spaans, wel genieten.”



Marieke: “In onze Foodies Studio schieten we niet alleen foto's voor het magazine, maar ook exclusieve content voor online. Benieuwd wat we deze maand met Chef Geneal maakten? Bekijk het snel op onze Instagram!”



Lotus: “Ik ben nog nooit in Spanje geweest, maar ben, zodra de zon schijnt, wél vaak te vinden op het fijne terras van Lume in Nijmegen. De Spaanse chef maakt hier de allerlekkerste paella en Galicische tapas – een heerlijk stukje Spanje in Nederland!”

foodies foodnotes



Elke maand neemt een van de Foodiesredacteuren je aan de hand mee door de nieuwste editie van het magazine. Deze maand de tips van Julie. Welk recept mag je echt niet missen? En welk verhaal is lekker om te lezen?

summer drinks

Verkoelende drankjes

Spaanse drankjes zijn wat mij betreft altijd een goed idee. Sangria, tinto de verano en agua de Valencia zijn van die klassiekers waar ik geen seconde over hoeft na te denken als ik ze op de menukaart zie staan. Maar bij het zien van de verfrissende perzikijsthee (p. 61) of de bourbon-gemberpitcher (p. 58) begin ik toch te twijfelen, zó lekker!



reportage

Leuke strandtenten

Bas ging samen met Anne van Your Little Black Book op zoek naar de leukste strandtenten in Nederland voor deze zomer. De perfecte plek om te borrelen of te eten na een fijne stranddag. Voor een mooie zomer hoeft je Nederland niet te verlaten dit jaar! Lees op p. 76 verder.



Favo recepten

Als er iets is dat ik heerlijk vind in een zomers gerecht, dan is het wel fruit. Benieuwd hoe je dat op een lekkere manier kunt gebruiken? Bekijk dan zeker deze recepten:



Zomersalade met avocado en mango

Een frisse salade met een romige avocado en een rijpe, verse mango. Als je het mij vraagt, kun je deze kun je deze elke zomerse dag wel eten. Of je hem nu maakt als lunch, meeneemt naar een picknick of als lichte avondmaaltijd, deze salade kan altijd. Bekijk hem op p. 61.



Panzanella met perzik

Het perfecte gerecht voor een warme zomeravond: niet te zwaar, maar toch vullend genoeg voor een heerlijk diner. De zoete perzik zorgt voor een verrassende twist. Ideaal voor een doordeweekse dag, maar ook als je vrienden over de vloer krijgt. Je vindt het recept op p. 86.



Bramentaart met laurier

Bramen zijn heerlijk in deze tijd van het jaar én ontzettend veelzijdig. Of je ze nu verwerkt in een jam, salade of heerlijke taart: het kan allemaal. Wat dacht je bijvoorbeeld van deze bramentaart op p. 40? Geloof me, dit wil je de hele zomer lang maken!



klassiek

Valencia Deventer

Zin in een stedentrip naar Valencia, maar zonder de grens over te gaan? Dat kan bij restaurant Valencia Deventer! Of het nu is voor een gezellige borrel of een heerlijk diner, hier is het net alsof je even in Spanje bent. Van klassieke oesters tot aan diverse Spaanse gerechten, de mooiste wijnen én goede cocktails – reserveer een tafeltje voor een smaakvolle avond. Je vindt Valencia aan de Scheepvaartstraat 13 in Deventer.



tapas

La Oliva

Middenin de Jordaan in Amsterdam zit al jaren La Oliva, een restaurant waar je de lekkerste tapas en pintxos eet. De keuken is geïnspireerd op de Cantabrische-Baskische keuken, uit het noorden van Spanje. Daarnaast schenken ze ook nog eens heerlijke Spaanse wijnen. Vanaf 12.00 uur staan de pintxos als klaar – ideaal voor een Spaanse lunch. En laten we eerlijk zijn, in Spanje weten ze heel goed wat een lekkere lunch is... Je vindt La Oliva aan de Egelantiersstraat 122-124 in Amsterdam.

Restaurants foodies travel

Deze maand halen we Spanje gewoon naar Nederland toe, want bij deze restaurants en tips is het net alsof je even op vakantie bent...



Bas: "Spanje is een van mijn favoriete bestemmingen in Europa, vooral omdat je er ongelooflijk goed kunt eten. Gelukkig zijn er veel restaurants in Nederland waar het voelt alsof je even in Spanje bent..."



fine dining

Zuid

Bij het restaurant Zuid in Eindhoven staat chef-kok Adrian Zarzo aan het roer, net als bij zijn sterrenrestaurant Zarzo. Verwacht verfijnde gerechten, vol van smaak en vaak nét even anders dan je gewend bent. Pro tip: vraag naar de uitgebreide wijnkaart of laat je verrassen door de verschillende parels – waaronder sherry – die ze hier schenken. Succes gegarandeerd! Je vindt Zuid aan de Geldropseweg 5 in Eindhoven.

hotspot in Oostende

Histoires d'O

Cocktails, gerechten om te delen, burgers, pasta's en salades; je vindt het bij dit restaurant in Oostende allemaal op de kaart. De gemene deler? Alle gerechten zijn stuk voor stuk erg smaakvol en betaalbaar. Tel daar de prachtige locatie bij op, waarbij je aan het strand van Oostende uitkijkt over zee. Staan er garnaalkroketjes op de kaart? Bestel ze direct, want ze zijn om je vingers bij af te likken.

Histoires d'O vind je aan de Albert 1 Promenade – Zeedijk 53 in Oostende.



Meer hotspots in de Oostende? Ga naar foodiestravel.nl en zoek op 'Oostende'.

hotspot in Breda

Gaudím

Zin in een avond vol Catalaanse gerechten, alsof je in Spanje bent? Reserveer dan een tafeltje bij Gaudím in Breda. Authentieke ingrediënten zoals ansjovis, worsten, bonen, wijn en bier halen de eigenaren persoonlijk vanuit Catalonië naar Breda. En dat proef je – de gerechten zijn ontzettend smaakvol. Keuze-stress? Ga dan voor het menu van de chef, met de beste keuzes van de kaart. Gaudím vind je aan het Kloosterplein 5 in Breda.



Meer hotspots in de Breda? Ga naar foodiestravel.nl en zoek op 'Breda'.



Foodnotes hotspots

portugees/spaans

Rossio

Zin in een avond vol met heerlijke gerechten, geïnspireerd op de Portugese en Spaanse keukens? Dan is Rossio in Delft de perfecte plek om naartoe te gaan. Je kunt hier uitgebreid dineren, maar ook lunchen of gewoon een kop koffie drinken. Met een ruime keuze op de menukaart kun je echt even genieten van de Zuid-Europese keuken, en voelt het alsof je op vakantie bent.

Je vindt Rossio aan de Oude Delft 78 in Delft.

authentiek

Retiro

Dit restaurant in bevindt zich net buiten het centrum van Arnhem, aan de Apeldoornseweg. Laat dat je niet afschrikken, ze hebben namelijk een prachtige en romantische binnentuin. Het hele team gaat jaarlijks naar Spanje om inspiratie op te doen, en dat is te merken. De menukaart staat vol met authentieke Spaanse gerechten, de een nog lekkerder dan de ander.

Retiro vind je aan de Apeldoornseweg 88 in Arnhem.



Wil je nóg meer restaurants, inspiratie en tips? Kijk snel op foodiestravel.nl!



Spaanse toetjes

De Spaanse keuken kent heel wat zoete toetjes. Deze vier klassiekers met sinaasappel en amandel moet je zeker eens proberen.

Torrijas (Spaanse wentelteefjes)

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 45 min.

Ingrediënten voor 4 personen

250 ml melk
1 bio-sinaasappel *½ geraspt, vruchtvlees in halve plakjes, voor erbij*
1 kaneelstokje
50 g fijne kristalsuiker
4 dikke sneeën stevig, oud (desem)brood
2 el olijfolie *om in te bakken*
2 eieren *geklutst*
4 el honing
2 el amandelschaafsel *geroosterd*

Voor de kaneel-sinaasappelsuiker

1 tl kaneel
100 g suiker
1 bio-sinaasappel *alleen de schil, geraspt*

1 Verwarm de melk met de sinaasappelschil, het kaneelstokje en de suiker. Neem van het vuur en laat iets afkoelen. Leg het brood in een diepe schaal. Schenk de warme melk eroverheen en laat ca. 20 minuten weken.

2 Doe de geklutste eieren in een platte schaal. Verhit de olijfolie in een ruime koekenpan. Wentel de sneeën brood in het ei en bak ze in 6-7 minuten per zijde goudbruin in de hete pan. Neem uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Laat ca. 15 minuten afkoelen.

3 Meng intussen de ingrediënten **voor de kaneel-sinaasappelsuiker** met elkaar. Wentel de nog warme torrijas in de kaneel-sinaasappelsuiker. Besprenkel de torrijas voor het serveren met de honing en maak af met de verse sinaasappel en het amandelschaafsel.

Per portie: ca. 420 kcal

11 g eiwit · 14 g vet · 71 g koolhydraten

Churrossandwich met chocolade-ijs

 Makkelijk  ca. 1 uur

Ingrediënten voor 6 personen

250 ml water

100 g boter

1 el suiker

½ tl zout

125 g bloem

3 eieren + evt. 1 extra

1 tl geraspte sinaasappelschil + extra,
om te serveren

1 tl amandelextract

olie om te frituren

kaneelsuiker om te bestrooien

chocoladeijs om te serveren

spruitzak met stervormig spruitmondje

bakpapier

1 Doe het water met de boter, de suiker en het zout in een ruime pan en breng aan de kook. Neem de pan van het vuur zodra het mengsel kookt en voeg de bloem in één keer toe. Roer met een houten lepel of stevige spatel tot alles goed gemengd is.

2 Zet de pan opnieuw op middelhoog vuur en verwarm het deeg al roerend tot het als een bal loslaat van de pan. Dit duurt 2-3 minuten. Stort het deeg in een kom, bijvoorbeeld van een staande mixer of een gewone beslagkom. Laat enkele minuten afkoelen. Klop goed door met een vlinder- of deeghaak, gebruik geen garde.

3 Voeg al kloppend één voor één de eieren toe en klop tussendoor steeds tot een glad beslag voor je het volgende ei toevoegt. Het beslag moet uiteindelijk langzaam maar soepel van de deeghaak afdruipen en glanzen. Voeg eventueel nog extra ei toe als het beslag te dik is. Roer de sinaasappelrasp en het amandelextract erdoorheen. Schep het beslag in een spruitzak met stervormig spruitmondje.

4 Verhit de olie in een ruime pan of frituurpan tot ca. 160°C. Spruit het beslag op een stukje bakpapier in een spiraalvormige cirkel van ca. 8 cm, maar laat in het midden een kleine opening. Leg het geheel met het bakpapier naar boven in de hete olie en frituur ca. 2 minuten. De churro zal nu los komen van het bakpapier. Verwijder het papier en draai de churro om. Frituur nog ca. 2 minuten zodat beide zijden goudbruin zijn. Schep uit de olie en laat kort uitlekken op keukenpapier.

5 Wentel de nog warme churros door kaneelsuiker. Laat verder afkoelen op een rooster. Serveer de churros met een bol lekker chocolade-ijs en rasp er nog wat sinaasappelschil overheen.

Per portie: ca. 381 kcal

7 g eiwit · 26 g vet · 32 g koolhydraten





Crema catalana met amandel en sinaasappel

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 30 min. + minimaal 2 uur wachttijd

Ingrediënten voor 4 personen

½ vanillestokje
300 ml volle melk
1 kaneelstokje
½ tl amandelextract
1 bio-sinaasappel *alleen de schil, geraspt*
2 eidooiers
60 g + 4 el kristalsuiker
1½ tl maizena
4 lage ovenschaaltjes 10 cm Ø
evt. keukengasbrander

1 Splijt het vanillestokje met een scherp mesje en schraap met de punt van het mes het merg eruit. Schenk de melk in een steelpan en voeg het vanillestokje en -merg, het kaneelstokje, het amandelextract en de sinaasappelschil toe. Breng rustig tegen de kook aan. Zet het vuur laag en laat de melk ca. 15 minuten trekken.

2 Klop de eidooiers met 60 g suiker en de maizena goed door elkaar tot een lichtgeel mengsel. Schenk de melk door een zeef in een dun straaltje al roerend bij het eimengsel. Blijf goed kloppen.

3 Doe het eimengsel terug in de pan, verwarm op heel laag vuur of au bain-marie al roerend ca. 25 minuten tot een gebonden vla die de achterkant van een lepel kan bedekken. Verdeel de vla over de schaaltes en laat afkoelen. Zet de schaaltes afgedekt minimaal 2 uur in de koelkast om op te stijven.

4 Bestrooi elk schaalte pudding met 1 el suiker. Karamelliseer de suiker met een brandertje. Heb je geen brander? Verwarm dan de ovengrill voor op de hoogste stand en zet de schaaltes onder de grill tot de suiker lichtbruin kleurt.

Per portie: ca. 193 kcal

4 g eiwit · 5 g vet · 32 g koolhydraten

Rijstpudding met zomerfruit en amandelcrunch

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur.

Ingrediënten voor 4 personen

1 l (amandel)melk
100 g risotto- of sushirijst*
½ vanillestokje
50 g suiker
1 snufje zout
½ el boter
geraspte sinaasappelschil
2 perziken *in partjes*
100 g frambozen
½ citroen *alleen het sap*
honing *om te besprenkelen*
2 takjes verse tijm *blaadjes gerist*

Voor de amandelcrunch

75 g blanke amandelen
2 el suiker
½ eiwit
1 snuf zout

* Gebruik liever geen dessertrijst, deze bestaat meestal uit gebroken korrels voor een kortere kooktijd, maar geeft ook een papperig resultaat.

1 Verwarm **voor de amandelcrunch** de oven voor (elektrisch: 160°C / hetelucht: 140°C). Meng op een bakblik de amandelen met de suiker, het eiwit en het zout goed met elkaar. Bak het geheel in ca. 25 minuten goudbruin en krokant; schep tussendoor enkele malen om. Laat afkoelen.

2 Breng intussen in een pan met dikke bodem de melk aan de kook. Voeg de rijst toe en roer goed door. Splijt het vanillestokje in de lengte en schraap het merg eruit. Voeg het vanillemerg toe aan de rijst. Breng opnieuw aan de kook en zet het vuur laag, zodat de pudding net kookt.

3 Kook de rijst op middelhoog vuur in ca. 20 minuten beetgaar. Roer af en toe goed door om de korrels los van elkaar te maken. Hoe verder in het kookproces, hoe vaker je moet roeren, omdat de pudding dikker wordt. Proef of de rijst gaar is en neem de pan van het vuur. Roer de suiker, het zout en de boter door de warme pudding. De suiker voeg je pas aan het eind toe, omdat de suiker verhindert dat de rijst goed gaar wordt. Verdeel direct over individuele schaaltes. Verdeel de perzik en de frambozen erover, besprenkel met het citroensap en honing en maak af met de verse tijmblaadjes en de krokante amandelen.

Per portie: ca. 292 kcal

6 g eiwit · 13 g vet · 44 g koolhydraten



Alles op een spies



Fotografie en receptuur: Willem van santen

Met spiesen kun je eindeloos variëren! Wat dacht je van gespiesde gehaktballetjes, garnalen of sla? Op de Big Green Egg maak je ze eenvoudig klaar.

Slaspiesjes met manchego en sherryazijndressing

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 15 minuten

Ingrediënten voor 4-6 personen

4 kropjes babyromainesla
olijfolie
croutons om te serveren
houten of metalen spiesen

Voor de dressing

1 sjalotje *fijngesnipperd*
2 el sherryazijn
1 tl mosterd
1 el honing
4 el olijfolie
zout en peper
50 g manchego *in kleine blokjes of grof geraspt*
1 bosje bieslook *fijngesneden*

1 Roer voor de dressing de sjalot, de sherryazijn, de mosterd en de honing in een kom door elkaar. Voeg al kloppend geleidelijk de olijfolie toe. Breng op smaak met zout en peper en roer als laatste de kaas en de bieslook erdoorheen.

2 Halveer de kropjes sla en rijg telkens 3 helften aan een (of twee) spies(en). Bedruip het snijvlak van de sla met olijfolie. Bereid de Big Green Egg met het rvs-rooster en verhit tot 200°C. Grill de sla met het snijvlak naar beneden op het rooster. Neem van het rooster en leg op een bord. Schep direct de dressing eroverheen. Lekker met knapperige croutons.

Per portie (6): ca. 157 kcal
4 g eiwit · 12 g vet · 8 g koolhydraten



Chili-sinaasappelgarnalen

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 10 minuten

Ingrediënten voor 4-6 personen

500 g grote garnalen *gepeld en schoongemaakt*
1 tl chilivlokken
½ bio-sinaasappel *rasp en sap*
zout
1 el olie
1 kleine rode ui *in partjes*
aioli om te serveren
houten of metalen spiesjes

1 Marineer de garnalen met de chilivlokken, de sinaasappelschil, het -sap, wat zout en de olie. Rijg de garnalen en de rode-uipartjes om en om aan spiesjes.

2 Bereid de Big Green Egg met de EGG-spander voor met op het onderste niveau het rvs-rooster en op het middelste niveau het halve rvs-rooster en verhit tot 200°C. Grill de garnalenspiesen ca. 1 minuut per zijde op het onderste rvs-rooster. Verplaats daarna naar het middelste rvs-rooster en gaar nog ca. 2 minuten. Serveer met aioli.

Per portie (6): ca. 146 kcal
18 g eiwit · 6 g vet · 2 g koolhydraten



Albondigas met gerooktetomatensalsa

🍴 Gemiddeld 🕒 ca. 1 uur en 15 min.

Ingrediënten voor 4-6 personen

250 g romatomen
1 el tomatenpuree
2 el olijfolie
zout
suiker
1 rode ui *fijngesnipperd*
1 scheutje rodewijnazijn
peterselie *fijngehakt, om te bestrooien*
bbq-schaal
rookhoutsnippers
houten of metalen spiesen

Voor de albondigas

500 g half-om-halfgehakt
1 sjalot *fijngesnipperd*
50 g broodkruim
½ ei
zout en peper
½ tl gerookte paprikapoeder
½ tl venkelzaad *gemalen*
1 el gehakte peterselie

1 Ontvel de tomaten. Snijd ze in vieren en verwijder de pitjes. Leg het vrucht vlees op een bbq-schaal. Meng de tomatenpuree met de olijfolie. Bestrooi de tomaat met een snuf zout en wat suiker en bestrijk met het olijfoliemengsel.

2 Bereid de Big Green Egg voor om te roken (100°C). Steek de kolen aan, strooi er een handje rookhoutsnippers over en plaats de convEGGtor en het rvs-rooster. Zet de schaal met tomaat op het rooster en sluit de Big Green Egg. Rook de tomaten ca. 40 minuten en laat de temperatuur langzaam oplopen tot ca. 150°C. Neem de schaal uit de Big Green Egg en laat afkoelen.

3 Meng **voor de albondigas** alle ingrediënten en kneed goed door elkaar tot een smeug mengsel. Maak kleine balletjes en rijg ze per 3 of 4 aan spiesjes. Bereid de Big Green Egg voor met de EGGspander en het multi-level rack en verhit tot 200°C. Grill de spiesjes op het middelste niveau kort rondom tot de balletjes een mooie grillstreep hebben. Verplaats naar het hogere niveau om verder te garen in ca. 20 minuten.

4 Hak voor de salsa de gerookte tomaten grof en meng er de gesnipperde rode ui en wat rodewijnazijn doorheen. Serveer de spiesjes met de salsa en maak af met wat fijngehakte peterselie.

Per portie (6): ca. 280 kcal

14 g eiwit · 21 g vet · 10 g koolhydraten



Yvonne: "Met de EGGspander gril je gemakkelijk meerdere gerechten in één keer."

Big Green Egg ♥ Foodies



Het aardappel archief

Dit jaar delen we elke maand een lekker aardappelrecept en tips van Werner Drent. Chef de cuisine bij Grand Hotel Huis ter Duin én aardappelexpert van het eerste uur. Deze maand: gezouten krieltjes met salsa verde en salsa rojo.

Gezouten krieltjes met salsa verde en salsa rojo

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 30 min.

Ingrediënten voor 4 personen

1 kg krieltjes met schil
500 g zeezout

Voor de salsa verde

3 teentjes knoflook
grof zout
3 takjes bladpeterselie + evt. extra
½ bosje koriander
1 el gemalen komijn
100 ml olijfolie
2 el wittewijnazijn
versgemalen witte peper

Voor de salsa rojo

3 teentjes knoflook
1 rode piccantino- of chilipeper
1 scheutje water
100 ml olijfolie
2 el wittewijnazijn
½ el paprikapoeder
½ el gemalen komijn
versgemalen witte peper
zout

1 Was en boen de krieltjes schoon, maar schil ze niet. Doe de aardappels in een pan, zet net onder water en voeg het zout toe. Kook de aardappels in ca. 20 minuten gaar. Giet af en doe terug in de pan. Leg het deksel erop, zet terug op laag vuur en laag nog even 'drogen'. Hierdoor krijgen ze hun typische verrimpelde look. Schud regelmatig voorzichtig met de pan, zodat de aardappels niet aanbakken.

2 Pel en hak voor de **salsa verde** de knoflook fijn. Doe in een vijzel met wat grof zout en plet tot een papje. Hak de peterselie en de koriander fijn. Voeg samen met de komijn toe aan de vijzel en maak fijn. Voeg al roerend met de stamper in een dun straaltje de olijfolie toe, zodat de saus bindt. Voeg de azijn toe, proef en breng op smaak met versgemalen witte peper en zout.

3 Pel en hak voor de **salsa rojo** de knoflook fijn. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd het vruchtvlees in stukjes. Doe samen met de knoflook en het water in een vijzel en maak fijn. Voeg al roerend met de stamper in een dun straaltje de olijfolie toe, zodat de saus bindt. Voeg de komijn en het paprikapoeder toe en meng goed. Breng op smaak met versgemalen witte peper en zout.

4 Serveer de papas arrugadas warm of koud met de sausjes. Bestrooi eventueel met extra peterselie en grof zeezout.

Per portie: ca. 433 kcal

5 g eiwit · 26 g vet · 47 g koolhydraten



tips van Werner

- Maak je geen zorgen over de hoeveelheid zout – het grootste deel spoel je met het kookwater weg.
- Een goede Nederlandse aardappel om voor dit recept te gebruiken is de nicola. Gebruik kleine aardappels van ongeveer gelijke grootte en kies het liefst aardappels die kort geleden geoogst zijn.
- Serveer de krieltjes met een stukje gebakken vis en een frisse salade.



Terugblik op de
*Beste Kookclub van
Nederland 2025!*



Samen koken en eten met gelijkgestemden is er is weinig leuker dan dat. Speciaal voor alle kookclubs in Nederland organiseren wij samen met de Farm Kitchen's De Kookfabriek, ATAG en WNF voor het vierde jaar op rij de De Beste Kookclub van Nederland-verkiezing. Dit jaar zijn we zelfs uitgebreid en begaven we ons in de Kookfabriek in Amsterdam, waar maar liefst 10 kookclubs mee deden.

In de eerste ronde moegen de kookclubs een voorgerecht naar keuze maken. Deze hebben ze vooraf ingestuurd en zijn geheel vegetarisch én met seizoensgroenten in de hoofdrol. Tijdens de tweede ronde, de mysterybox, staan op alle eilanden een krat met groenten uit het seizoen. Daarnaast kunnen de kookclubs op twee grote tafels de droge ingrediënten verzamelen om een heerlijk hoofdgerecht mee te maken. Tussendoor krijgen ze tips van de deskundige jury, bestaande uit Sandra Ybrandt, Jonathan Karpethios, Tim Delfassen en onze eigen Foodies-chef Willem.

Maar de laatste ronde staan de kookclubs er toch echt alleen voor. Als afsluiter staat er namelijk een technische opdracht op de planning en omdat deze gerechten blind geproefd gaan worden, mag de jury zich er niet te veel mee bemoeien. Alle kookclubs krijgen een uur de tijd om hetzelfde dessert te maken, met een recept. Dat klinkt makkelijk, maar dat is het allerminst. De belangrijke delen van het recept zijn expres onleesbaar gemaakt. De uitdaging zit 'm in het achterhalen van de juiste temperatuur, verhoudingen en tijdsindicaties.

Ná drie zinderende rondes is het tijd voor het ultieme jurybesaad. Welke kookclub mag zichzelf De Beste Kookclub van Nederland 2025 noemen? Dit blijft voor de jury geen makkelijke keuze te zijn. Maar er kan er maar één de beste zijn en dat is de kookclub 'The Rocks'! Hiermee winnen zij een heerlijk diner bij groene ster én michelin sterrenrestaurant Triphyque



A top-down photograph of three bowls of paella. The central bowl is in sharp focus, showing a whole chicken leg on top of saffron-colored rice, with diced tomatoes, green peas, and fresh parsley. The two bowls in the background are slightly out of focus. The bowls are blue and white speckled. They are placed on a light-colored wooden cutting board, which sits on a rustic, light-brown wooden table. In the bottom right corner, a silver fork and spoon with wooden handles are partially visible.

De geheimen van ANDALUSIË

Rijst met wilde eend à la 'CORTIGERO'

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 1 uur en 30 min

María: “Dit is een smaakvolle arroz caldoso (soepachtige rijst) die zijn naam ontleent aan de cortijos (landhuizen) die verspreid staan in de moeraslanden van de provincie Sevilla. De bouillon die ontstaat door het koken van de eend en groenten geeft de rijst een heerlijke smaak. In Jerez de la Frontera bereidde wijlen José Antonio Valdespino deze rijst tot in de perfectie. Van oudsher wordt de arroz cortijero bereid in een cazuela (aardewerk-schaal), maar je kunt elke geschikte pan gebruiken.”

Ingrediënten voor 6 personen

1 wilde eend in 10 stukken gesneden

(zee)zout

4-5 el Spaanse extra vierge olijfolie

4-5 teentjes knoflook gepeld

½ witte ui fijngesneden

½ rode paprika zonder zaadjes en in kleine blokjes

1 groene paprika zonder zaadjes en in kleine blokjes

2 grote tomaten geblancheerd, ontveld en in stukjes gesneden

250 g bombarijst of Spaanse ronde rijst
versgehakte peterselie ter garnering

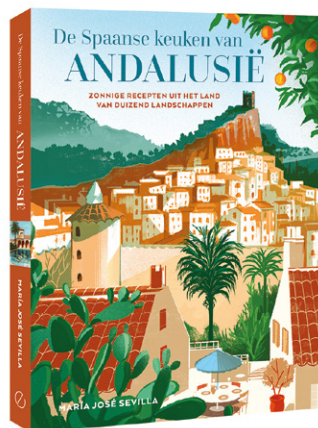
- 1 Breng de eend op smaak met zout. Verhit in een grote ronde gietijzeren of soortgelijke pan de olijfolie en bak daarin de eend. Draai de stukken eend na een paar minuten om zodat ze kleur krijgen, maar zorg ervoor dat ze niet uitdrogen.
- 2 Voeg de knoflook, ui en paprika's toe en bak tot ze zacht zijn. Voeg de tomaten toe en kook nog eens 10 minuten. Doe dan 2,5 liter koud water in de pan. Breng aan de kook, draai het vuur wat lager en laat ongeveer 45 minuten sudderen. Zorg ervoor dat er wel voldoende vloeistof overblijft want je moet de rijst er nog in koken.
- 3 Het water moet nu in een stevige bouillon zijn veranderd en zowel de eend als de groenten zullen behoorlijk zacht zijn. Dit is het moment om de rijst eroverheen te strooien. Roer slechts één keer door. De rijst heeft ongeveer 18 minuten nodig om te garen. Omdat dit een 'arroz caldoso' (soepachtige rijst) is, moet je misschien wat extra heet water toevoegen, maar probeer niet te roeren. Laat het gerecht na het koken nog een paar minuten rusten en serveer bestrooid met gehakte peterselie.

Wist je dat Spanje heel veel verschillende regionale keukens kent? De Baskische of Catalaanse keuken bijvoorbeeld, in het noorden van het land, maar ook die van Andalusië. Met spectaculaire, afwisselende landschappen biedt dit zuidelijke deel van Spanje geweldige mogelijkheden in de keuken. María José Sevilla bundelde de lekkerste gerechten in een prachtig boek.

TEKST: ANNE MEBELDER

O M EERLIJK TE zijn ben ik niet zo bekend met het Spaanse land en evenmin met de Spaanse keuken. Heel veel verder dan tapas, paella en churros kom ik niet. Een van de grootste – en daarmee ook rijke culinaire – regio's is Andalusië, zo las ik in *De Spaanse keuken van Andalusië*. De Spaanse chef en schrijfster María José Sevilla kocht er achttien jaar geleden een huis. Midden in de zomer, precies op tijd om de rijpe tomaten, aubergines en paprika's in allerlei kleuren en talloze soorten fruit te oogsten. Hoewel ze ook werkt en woont in Londen, komt ze regelmatig in Spanje, om heerlijke Andalusische gerechten te koken en boeken te schrijven over de keuken.

Die keuken is best complex, zo legt ze uit, en is beïnvloed door allerlei culturen, zoals de Romeinse, de Joodse en de Moorse. Ook het klimaat is van invloed, evenals het afwisselende landschap, van de grilligheid van de bergen tot de verfijnde kuststreken. Dit heerlijke kookboek doet goed recht aan die indrukwekkende keuken en bevat meer dan 80 recepten, gemaakt van de beste ingrediënten die Andalusië te bieden heeft. Uiteraard mogen een rijkgepulde paella (p. 27), traditionele tapas vergezeld met Spaanse wijn of sherry of een sinaasappelflan (p. 26) niet ontbreken. Maar denk ook aan een ijskoude gazpacho, wilde tonijn met sinaasappelsaus of een salade van rijpe tomaten met oregano, extra vierge olijfolie en sherryazijn. Ik ben in ieder geval overtuigd: over de Spaanse keuken, en zeker de Andalusische, valt nog veel meer te ontdekken.



Titel: De Spaanse keuken van Andalusië
Auteur: María José Sevilla
Fotografie: Nassima Rothacker
Prijs: 27,95 euro
Uitgever: Edicola Culinaire

Flan met bloedsinaasappel en karamel

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur en 30 min. +
minimaal 3 uur wachttijd

María: "Ik houd van een goede Spaanse flan. Naast een heerlijke rijstpudding was de onweersaanbare Flan de Caramelo (crème caramel) het enige recept dat mijn vader maakte (in de keuken kon hij niet opboksen tegen mijn moeder). Hij was een echte zoetekauw en dol op Flan de Naranja. Soms voegde hij een beetje melk toe, maar als het sinaasappelsap erg lekker was, dan liet hij het weg. Wanneer ze in het seizoen zijn, zijn bloedsinaasappels ongelooflijk lekker, maar eigenlijk kun je met elke soort vers sinaasappelsap met een beetje zuurgraad een goede sinaasappelflan maken."

Ingrediënten voor 6 personen

600 ml versgeperst bloedsinaasappelsap
200 g fijne kristalsuiker
geraspte schil van ½ sinaasappel
8 grote eidooiers
2 middelgrote eieren
6 crème-karamelvormpjes of andere geschikte ramequins
ovenvaste bakvorm groot genoeg voor de 6 vormpjes
aluminiumfolie

Voor de karamel

150 g fijne kristalsuiker

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C).

2 Maak eerst de karamel. Doe de suiker en 150 ml water in een steelpan. Verwarm op middelhoog vuur om de suiker volledig op te lossen. Verhoog het vuur en breng aan de kook zonder te roeren. Kook snel tot de siroop een baksteenachtige kleur heeft. Haal van het vuur en giet voorzichtig over de bodem en langs de zijkanten van elk vormpje. Zet de vormpjes in een bakvorm en houd apart.

3 Doe het sinaasappelsap, de suiker en de sinaasappelschil in een andere pan. Roer om de suiker op te lossen. Breng langzaam aan de kook en verlaag dan het vuur en laat heel zachtjes sudderen. Kook nog een paar minuten, haal dan van het vuur en zet apart.

4 Gebruik een metalen garde om de eidooiers en hele eieren in een grote kom te mengen. Zeef het gesuikerde sinaasappelsap en voeg toe aan de eieren. Roer en zeef het mengsel in een kan

en giet in de vormpjes. Giet kokend water in de bakvorm, tot halverwege de zijkanten van elk vormpje. Dek de bakvorm af met aluminiumfolie en bak ongeveer 1 uur in de voorverwarmde oven tot de flans zijn gestold.

5 Haal de vormpjes uit het water en laat afkoelen. Zet de vormpjes voor het serveren een paar uur in de koelkast, of nog beter, een hele nacht.

María: Met elk soort vers sinaasappelsap met een beetje zuurgraad kun je deze flan maken."



Paella à la Sevilla

🍴🍴 Gemiddeld 🕒 ca. 45 min.

Ingrediënten voor 6 personen

75 g kookchorizo *in plakjes*
 Spaanse olijfolie *om in te bakken*
 500 g kokkels *gewassen onder koud stromend water*
 1 kleine ui *fijngehakt*
 2 tenen knoflook *gepeld*
 250 g inktvis *schoongemaakt en in stukjes gesneden*
 250 g zeeduivel *ontbeend en in stukken gesneden*
 150 g serranoham *in stukjes gesneden*
 250 g verse erwten
 500 g Andalusische 'ronde rijst'
 paar draadjes Spaanse saffraan
 1 el vers gehakte peterselie
 zeezout

Voor erbij

citroenpartjes *om uit te knippen*
 2 hardgekookte eieren *afgekoeld, gepeld en in vieren gesneden*
 2 geroosterde paprika's *uit pot, in repen gesneden*

1 Begin met het kort sauteren van de chorizo in een kleine koekenpan met een beetje olijfolie, net genoeg om de olie vrij te laten komen en de chorizo licht krokant te maken. Zet apart.

2 Doe de kokkels in een pan met een beetje water. Verwarm ze tot de kokkels opengaan. Gooi kokkels die gesloten blijven of waarvan de schelpen gebroken zijn weg. Giet af, bewaar het kokkelvocht en houd het warm. Zet de kokkels apart.

3 Verhit 3 eetlepels olijfolie in een grote, ondiepe pan of paellapan. Fruit de ui tot deze goudbruin is. Voeg 1 van de knoflookteentjes toe en roer door. Voeg de inktvis en zeeduivel toe en roer goed door en voeg dan de ham en de erwten toe. Roer opnieuw en giet er 1,5 liter water bij. Breng aan de kook en kook tot de inktvis en de rest van de vis bijna gaar zijn. Strooi de rijst rondom in de pan en roer nogmaals voorzichtig door. Voeg het warme kokkelvocht toe. Proef en breng, indien nodig, op smaak.

4 Stamp met een vijzel en stamper de tweede teen knoflook, een paar saffraandraadjes en de gehakte peterselie tot een pasta, voeg dit toe aan

de rijst en laat onafgedekt en zonder te roeren ongeveer 18 minuten koken. Kook de rijst niet te lang.

5 Verspreid de chorizo en de kokkels door de pan en kook nog 5 minuten om ze goed door te warmen. Laat het gerecht een paar minuten rusten voordat je het serveert met een paar druppels citroensap. Garneer met de eieren en reepjes geroosterde rode paprika.



Coquilles met bloemkoolcrème en pittige mojo

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 40 min.

María: "In de zomer komen vrienden en familie naar ons huis EL Zauzal, iets waar we allemaal naar uitkijken. Dit is de tijd waarin de keuken echt tot leven komt, vooral tijdens het ontbijt, wanneer iedereen iets voor zichzelf maakt. De kleintjes, die dan nog slapen, zullen later volgen. Daarna gaan sommigen winkelen in het nabijgelegen stadje terwijl mijn schoondochter een brood of overheerlijke pastei bakt. Normaal gesproken zorg ik voor de lunch en als we 's avonds thuisblijven, dan neemt mijn zoon Daniel, die op professioneel niveau kookt, de honneurs waar. Voor dit recept brengt Luis, onze plaatselijke vishandelaar, altijd vis en zeevruchten mee die hij niet dagelijks op voorraad heeft. We zijn allemaal dol op coquilles en dit recept, gemaakt door Dan, met zijn eigen Mojo Picón, is een van onze favorieten."

Ingrediënten voor 6 personen

6 grote coquilles koraal verwijderd
1 el zonnebloemolie
40 g boter
fijngesneden bieslook voor erbij
zeezout naar smaak

Voor de bloemkoolroom

250 g bloemkool gewassen en in grote roosjes
100 ml slagroom
een scheutje wittewijnazijn
zeezout naar smaak

Voor Dans Mojo Picón

½ tl komijnzaadjes
¼ tl chilivlokken
½ tl pimentón dulce zoet Spaans paprikapoeder
½ tl zeezout
½ tl rietsuiker
½ rode paprika in fijne blokjes
1 teentje knoflook gepeld
scheutje sherryazijn
200 ml lichte Spaanse olijfolie of zonnebloemolie
vijzel

1 Voor de bloemkoolcrème kook je de bloemkoolroosjes in een pan met gezouten water tot ze heel zacht zijn. Giet ze goed af en laat ze een beetje afkoelen. Gebruik een staafmixer of keukenmachine om de bloemkool volledig glad te puren, voeg dan de room toe. Blijf mixen en voeg zout en wittewijnazijn naar smaak toe.

2 Neem voor de Mojo Picón een vijzel en stamper. Stamp de komijnzaadjes, chilivlokken, paprikapoeder, zout en rietsuiker tot een fijn poeder. Voeg de knoflook toe en blijf stampen tot een gladde pasta is gevormd. Voeg de paprika toe en stamp opnieuw. Voeg de sherryazijn toe en vervolgens beetje bij beetje de olie tot je een emulsie hebt en alle olie is opgenomen.

3 Breng de coquilles op smaak en droog ze goed af. Voeg een eetlepel zonnebloemolie toe aan een loeihete koekenpan en plaats de coquilles met de platte kant naar beneden (coquilles hebben een platte en een meer ronde kant). Draai ze na een paar minuten om, zet het vuur iets lager, en voeg de boter toe. Er zou zich een schuim moeten vormen. Lepel het schuim over de coquilles terwijl je ze nog een minuut of wat bakt. Haal ze uit de pan en leg ze op keukenpapier om uit te lekken.

4 Schep een lepel bloemkoolcrème in een serveerschaal of op een bord en leg een coquille in het midden van de crème. Doe een theelepel Mojo Picón op elke coquille en bestrooi met fijngehakte bieslook en een snufje zeezout.

Mojo Picón over?

Overgebleven Mojo Picón kun je prima een paar dagen bewaren in de koelkast in een afgesloten bakje.



Koel soepje

Gazpacho is een typisch Spaanse koude soep op basis van rauwe groente. Elke regio kent haar eigen variant, maar traditioneel bevat de soep paprika, tomaat en komkommer. Lekker verkoelend op een warme zomerdag!

Gazpacho

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 30 min. + 1 nacht wachttijd

Ingrediënten voor 4-6 personen

200 g witbrood zonder korst
olijfolie
465 g geroosterde rode paprika *pot*
500 g rijpe tomaten
500 g komkommer
1 grote witte ui *gepeld en in parten*
2 tenen knoflook *gepeld*
zout
2 el piment d'espelette *pasta online of bij een delicatessenzaak*
ca. 100 ml sherryazijn

Voor de garnering

1 handjevol cherrytomaten *gehalveerd*
¼ komkommer *zaadlijsten verwijderd, in halvemaanjes*
50 g feta
een paar takjes platte peterselie *blaadjes geplukt*
olijfolie *van goede kwaliteit*

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C). Snijd het brood in blokjes en verdeel over een bakplaat. Bedruip met wat olijfolie en hussel goed door elkaar. Bak de croutons in ca. 15 minuten goudbruin en krokant in de oven. Laat afkoelen.

2 Laat de gegrilde paprika's uitlekken. Snijd de tomaten in kwarten en verwijder de zaadlijsten. Schil de komkommer, halveer hem en schraap de zaadlijsten eruit met een theelepel. Doe de paprika, de tomaat, de komkommer, de ui, de knoflook, de helft van de croutons, wat zout, de piment d'espelette en de sherryazijn in een blender en maal tot een zeer fijne puree. Voeg eventueel wat koud water toe als het geheel te dik is. Zet afgedekt een nacht in de koelkast.

3 Zeef de soep en verdeel over borden. Maak af met de rest van de croutons, de cherrytomaten en de. Verkruimel de feta eroverheen, bestrooi met de peterselie en besprenkel met lekkere olijfolie.

Per portie (6): ca. 228 kcal

7 g eiwit · 9 g vet · 32 g koolhydraten



Willem: "Lekker met
geroosterd brood en
serranoham."





Muy **picante**

Chorizo is lekker voor zo bij de borrel, maar je kunt er ook heerlijk mee koken. Met deze pittige Spaanse worst geef je ieder gerecht smaak.

Romige peterseliesoep met tuinboontjes en chorizo

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 30 min.

Ingrediënten voor 4 personen

1 ui
2 tenen knoflook
1 el olijfolie
100 g kruimige aardappel
100 g platte peterselie
500 ml kippenbouillon
250 ml slagroom
zout en peper

Voor de topping

2 el olijfolie
50 g broodkruim
½ bio-citroen *alleen de schil, geraspt*
1 el gehakte peterselie
zout
200 g tuinbonen *evt. dubbelgedopt*
150 g chorizo *in halve schijfjes*

1 Pel en snipper de ui en de knoflook. Verhit de olijfolie in een ruime pan en fruit er de ui en de knoflook in. Schil de aardappels en snijd in kleine blokjes. Voeg de aardappelblokjes toe aan de pan en fruit nog enkele minuten mee. Was intussen de peterselie en laat goed uitlekken.

2 Blus de ui en knoflook af met de kippenbouillon en de room. Breng aan de kook en voeg de peterselie toe. Kook ca. 3 minuten tot de peterselie goed gaar is. Pureer de soep zo fijn mogelijk met een staafmixer. Breng op smaak met zout en peper.

3 Verhit **voor de topping** de olijfolie in een pan en bak er het broodkruim op matig vuur goudbruin in. Neem van het vuur en meng er de geraspte citroenschil, de gehakte peterselie en zout doorheen. Dop de tuinbonen en blancheer ze kort in kokend water.

4 Schep de tuinboontjes in de warme soep en verdeel over borden of kommen. Verdeel de schijfjes chorizo over de soep en bestrooi met wat van het broodkruim. Serveer direct.

Per portie: ca. 577 kcal

15 g eiwit · 45 g vet · 27 g koolhydraten



Chorizo De León

SPAANSE CHORIZO IN NEDERLAND

Ter versterking van zijn positie op de Nederlandse markt voert het Consortium een actieve promotiecampagne, in nauwe samenwerking met ICEX Spain Trade and Investment. ICEX is een overheidsorganisatie die onder het Spaanse ministerie van Economische Zaken, Handel en Ondernemerschap valt, en zich toelegt op het ondersteunen van het bedrijfsleven. De belangrijkste missie van ICEX is het bevorderen van de internationale groei van Spaanse ondernemingen, het vergroten van hun concurrentiekracht en het aantrekken van buitenlandse investeringen. Gezamenlijk zetten het Consortium en ICEX uiteenlopende initiatieven op, waaronder marketingacties, gastronomische evenementen en publieksgerichte activiteiten, met als doel de naamsbekendheid en waardering voor Spaanse chorizo in Nederland te vergroten.

Wedge salad met chorizo-vinaigrette en blauwe kaas

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 20 min.

Ingrediënten voor 4 personen

100 g chorizo
1 sjalot *gesnipperd*
1 el honing
3 el rodewijnazijn
2 el olijfolie
1 bosje dille
4 kropjes little gem sla *in wedges*
50 g cabrales of een andere blauwschimmel-
kaas
50 g geroosterde amandelen

1 Snijd de chorizo in zeer kleine blokjes en doe ze in een bakpan. Verwarm de pan rustig zodat het vet een beetje uit de chorizo smelt. Voeg de sjalot toe en fruit de chorizoblokjes en de sjalot ca. 4 minuten samen. Neem van het vuur en laat afkoelen. Meng in een kom de honing met de rodewijnazijn en voeg al kloppend geleidelijk het chorizomengsel met de olie toe. Roer de gehakte dille erdoorheen.

2 Verdeel de sla-wedges over een schaal, zet ze mooi rechtop zodat de dressing er goed in kan trekken. Schep de dressing er royaal overheen. Maak af met wat verbrokkelde cabrales en amandelen.

Per portie: ca. 322 kcal

12 g eiwit · 26 g vet · 10 g koolhydraten

Yvonne: “Deze salade is ook heel lekker als bijgerecht bij de BBQ.”



Spinazie-chorizowafels met gepocheerd ei

🍳 Makkelijk 🕒 ca. 30 min.

Ingrediënten voor 6 personen

250 g gepofte aardappel *geschild en grof gestampt*

7 eieren *waarvan 6 zeer vers en koud*

60 g zelfrijzend bakmeel

zout en peper

125 ml melk

100 g spinazie *grof gehakt + extra*

150 g chorizo *zeer dun gesneden*

azijn

bakspray

wafelijzer

1 Meng de aardappel met 1 ei, het bakmeel en zout en peper. Voeg de melk en de spinazie toe en roer tot een grof beslag.

2 Verwarm het wafelijzer voor. Vet het wafelijzer in met wat bakspray en leg op 1 kant wat schijfjes chorizo. Schep er direct een pollepel van het wafelbeslag op. Sluit het wafelijzer en bak de wafels in ca. 5 minuten goudbruin en krokant.

3 Breng een ruime pan water aan de kook. Voeg een scheut azijn toe en zet het vuur laag zodat het bijna kookt. Breek de 6 verse, koude eieren in afzonderlijke kopjes en laat ze voorzichtig langs de rand van de pan in het hete water glijden. Pocheer de eieren 5 minuten en schep ze dan voorzichtig in ijswater om verder garen te voorkomen, of serveer ze direct op de chorizo-wafels. Garneer met wat spinazieblaadjes.

Per portie: ca. 361 kcal

22 g eiwit · 22 g vet · 18 g koolhydraten



IN



SEIZOEN

Augustus draait om diepe, zoete smaken.
Ga deze maand voor mais, tomaten,
venkel en bramen.

Gesmoorde venkel met pancetta, citroen en vermout

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 1 uur en 40 min

Ingrediënten voor 4 personen

2 venkels

100 g pancetta *in blokjes*

150 ml witte vermout *bij de slijter*

500 ml groentebouillon

1 kleine citroen *in partjes + evt. extra*

1 takje rozemarijn

2 tl honing + *evt. extra*

zout en peper

2 el boter

groene salade of wilde rijst *bij de biologische supermarkt, om te serveren*

aluminiumfolie

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C). Was de venkels en snijd de onderkant eraf. Snijd of trek het loof eraf en houd apart. Snijd de venkels door de kern heen in dunne partjes.

2 Doe de venkel in een vuurbestendige ovenschaal en voeg de pancetta, de vermout, de bouillon, de citroenpartjes, de rozemarijn en de honing toe. Bestrooi met flink wat zout en peper. Dek af met aluminiumfolie en bak 60-90 minuten in de oven, of tot de venkel zacht aanvoelt als je er met een mes in prikt. Schep de venkel en de pancetta met een schuimspaan op een schaal.

3 Zet de ovenschaal op het fornuis en laat zachtjes koken tot het vocht tot de helft is ingekookt. Proef en breng zo nodig op smaak met extra zout, citroensap of honing. Roer de boter erdoorheen en lepel over de venkel. Garneer met het apart gehouden venkelloof en serveer met salade of wilde rijst.

Per portie: ca. 243 kcal

6 g eiwit · 14 g vet · 13 g koolhydraten



venkel

Rauwe venkel heeft een frisse, knapperige anijssmaak en is heerlijk in salades of op burgers. Als je hem langzaam gaart wordt hij boterzacht en verandert de anijssmaak in een romige artisjokachtige smaak. Sterke smaken als citrus, zout, spek, chilipeper en specerijen passen er goed bij. Ook als warme salade met wilde rijst of andere granen is venkel heel erg lekker.



Chilisalsa met geblakerde mais en limoentortillachips

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 45 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 6-8 personen

4 maiskolven
3 rode chilipepers
1 rode paprika
1 tl komijnzaad
1 sjalotje *fijngesnipperd*
100 g feta *verkruid*
1 handvol koriander *fijnggehakt*
3 el olijfolie
2 bio-limoenen *rasp en sap*
zout en peper
plantaardige olie *om in te frituren*
4 mais- of tarwetortilla's *elk in 8 driehoekjes*
1 tl fijn zeezout
1 tl gerookte paprikapoeder
½-1 tl chilipoeder
aluminiumfolie *optioneel*
keukenpapier

1 Verhit een zware (gietijzeren) koekenpan op hoog vuur of op de witte kooltjes van een barbecue, als je een koekenpan hebt die daar geschikt voor is. Bak de maiskolven, de chilipepers en de paprika (zo nodig in porties) 15-20 minuten erin, tot ze zacht en op meerdere plekken zwartgeblakerd zijn – pas op, want de mais kan poppen. Draai tijdens het bakken regelmatig om. Neem de geblakerde ingrediënten uit de pan als ze klaar zijn – de mais zal langer nodig hebben dan de chilipepers. Doe ze in een kom of bak, dek af en laat ca. 10 minuten stomen en zachter worden. Rooster het komijnzaad ca. 20 seconden in de koekenpan of in een aluminiumpakketje op de barbecue en doe in een kom.

2 Trek de velletjes van de chilipepers en de paprika, verwijder de zaadlijsten en hak het vruchtvlees fijn. Doe in de kom met de komijn. Houd de maiskolven rechtop op een snijplank vast en snijd met een scherp mes de korrels eraf. Doe ze in de kom en roer de sjalot, de feta, de koriander, de olijfolie en het limoensap erdoorheen. Breng goed op smaak met zout en peper.

3 Verhit 1 cm plantaardige olie in een brede pan op middelhoog vuur en frituur een portie van de tortilladriehoekjes 1-2 minuten erin, tot ze goudkleurig en krokant zijn. Laat uitlekken op keukenpapier en herhaal met de rest van de tortilladriehoekjes – ze worden nog krokanter terwijl ze afkoelen. Roer in een kommetje het

zeezout, het paprikapoeder, het chilipoeder en de limoenschil door elkaar. Doe alle tortillachips in een grote kom, bestrooi met het zoutmengsel en schep goed om, zodat alle chips bedekt zijn. Serveer met de chili-maissalsa.

Per portie (8): ca. 195 kcal

6 g eiwit · 10 g vet · 17 g koolhydraten

Mais

Maiskolven met een flinke klont boter zijn een populair barbecuegerecht – lekker om zo uit het vuistje te eten. De maiskorrels zijn het zoetst als ze lang hebben kunnen rijpen in de zomerzon van augustus en september, daarbuiten kun je het beste kiezen voor diepvries- of blikmais. In de zomer is het natuurlijk het lekkerst om hele maiskolven lekker te roosteren op de barbecue. Probeer deze pittige salsa of probeer eens Mexicaanse elote – mais met mayonaise, chilipeper, limoen en cotija, een feta-achtige kaas.



Bramentaart met laurier

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur en 15 min. + ca. 1 uur wachttijd

Ingrediënten voor 8 stukken

600 g bramen
100 g lichte basterdsuiker
1 tl vanille-extract
4 el maizena
4 laurierblaadjes
1 tl rietsuiker
roomijs of slagroom *om te serveren*

Voor het deeg

300 g bloem of speltbloem + *bestuiven*
150 g koude boter
2 el poedersuiker
2 eieren *waarvan 1 geklutst*
2-3 koud water *optioneel*
vershoudfolie

1 Doe **voor het deeg** de bloem, de boter en de suiker in een keukenmachine en maal tot het mengsel lijkt op broodkruim. Voeg het ongeklutste ei toe en pulseer tot het een deeg vormt; voeg zo nodig het water toe. Verpak in vershoudfolie en leg ca. 30 minuten in de koelkast.

2 Verwarm de oven voor (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C). Snijd $\frac{3}{4}$ van het deeg af en rol op een met bloem bestoven werkblad 5 mm dik uit. Bekleed een rond taartvorm met golvend randje (20 cm Ø) met het deeg. Snijd de overhangende randjes af en doe ze bij het apart gehouden deeg. Roer in een kom de bramen, de suiker, de vanille, de maizena en de laurierblaadjes goed door elkaar en verdeel over de deegbodem.

3 Rol de rest van het deeg op je werkblad uit tot een cirkel van 20 cm Ø, ca. 5 mm dik. Snijd in repen van 2 cm breed. Bestrijk de rand van de deegbodem met het geklutste ei en leg de deegreepjes in een raster op de vulling; plak de randjes vast. Snijd het overtollige deeg eraf, bestrijk het raster met meer geklutst ei en bestrooi met de rietsuiker. Bak 45-50 minuten in de oven, of tot het deeg goudkleurig en krokant is en de bramen zacht en jamachtig lijken. Laat ca. 20 minuten afkoelen voor je de taart aansnijdt (de vulling zal nog wat stollen tijdens het afkoelen). Serveer met roomijs of slagroom.

Per stuk: ca. 412 kcal

6 g eiwit · 17 g vet · 56 g koolhydraten

bramen

Bramen zie je vaak aan doornstruiken langs de kant van wandelpaden en zijn dikke, donkerpaarse vruchtjes die het lekkerst zijn als je direct van de struik opeet. Pluk je er meer dan je in een keer kunt opeten, dan kun je ze natuurlijk verwerken in jam, een salade met geitenkaas en verse kruiden of natuurlijk in deze taart met hartig laurierblad, waardoor de taart een aromatisch tintje krijgt en de smaak wat complexer wordt. Verwijder van tevoren blaadjes en bloemetjes, maar wees voorzichtig als je de bramen wilt wassen – ze kneuzen snel, dus je kunt ze het beste zachtjes spoelen in een vergiet en goed laten uitlekken.



Pasta met geroosterde tomaat, knoflook en mascarpone

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 40 min.

Ingrediënten voor 4 personen

600 g gemengde cherrytomaten
2 el extra vierge olijfolie
zout en peper
1 bosje basilicum
2 tl venkelzaad of een snufje chilivlokken
optioneel
6 hele, ongepelde teentjes knoflook
100 g mascarpone
400 g rigatoni
25 g pecorino of parmezaan *geraspt + extra rucola om te serveren*

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C). Doe de tomaten in een ovenschaal waar ze redelijk dicht tegen elkaar in passen. Voeg de olie, zout, peper, de helft van de takjes basilicum, het venkelzaad of de chilivlokken en de hele knoflookteentjes toe en rooster 25-30 minuten in de oven, of tot de tomaten heel zacht zijn en het geheel als een saus aan doet. Neem uit de oven en gooi de takjes van het basilicum weg. Knijp de knoflookteentjes uit hun schilletjes en prak de teentjes met een vork door de tomaten.

2 Kook de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar en giet af; vang daarbij een kopje van het kookvocht op. Roer de mascarpone

ne door de tomaten tot een romige saus. Breng op smaak met zout en peper en voeg de pasta, wat kookvocht en de parmezaan toe. Scheur de rest van het basilicum erboven en roer alles goed door, zodat de pasta bedekt is met saus. Serveer met rucola.

Per portie: ca. 593 kcal

18 g eiwit · 21 g vet · 80 g koolhydraten

tomaten

Als je zelf wel eens tomaten hebt gekweekt weet je wel dat ze vaak allemaal tegelijk rijp zijn, waardoor je met een overschot aan tomaten zit. Bewaar ze langer door er een chutney of passata van te maken en in te vriezen, maar dat kost wel wat meer tijd. Je kunt ze daarom ook roosteren tot ze sausachtig zijn en dan invriezen, zodat je een handige basis voor andere gerechten hebt. Roer er mascarpone doorheen als hij ontdooid is en pureer tot een soep, gebruik als laagjes in een vega lasagne of verwerk in een lekkere pasta, zoals hier.



De airfryerexpert



Dit jaar staat er elke maand een heerlijk airfryerrecept van Sabine Koning (OhMyFoodness) in Foodies. Zij laat je zien hoe veelzijdig dit apparaat is en wat je er, behalve natuurlijk snacks, nog meer in kunt maken. Deze maand: Spaanse tortilla met chorizo.

Sabine: “Net terug van een heerlijke vakantie in Spanje en wil je dat vakantiegevoel nog even vasthouden? Dan kom je een heel eind met deze Spaanse tortilla! Naast de basisingrediënten aardappel en ei stopte ik er chorizo in. En dat zorgt voor een heerlijke, licht pittige smaak.

Uiteraard bereid je ook deze tortilla weer in de airfryer. Ik plaatste een bak-

vorm in mijn airfryer om daar de tortilla in te bakken. Mocht dat in jouw airfryer niet passen, doe alle ingrediënten voor de Spaanse tortilla dan direct in de bak van jouw airfryer. Vet de bak van tevoren wel even in met een beetje olie. Bereid je deze tortilla direct in de airfryer in plaats van in een bakvorm, breng de baktijd dan terug naar ca. 20 minuten.”



over Sabine

Sabine Koning kookt vaak en graag, voor haar blog Oh My Foodness en voor de kookboeken die ze schrijft. Recent schreef ze *Het vega slowcookerboek* en *Het airfryerboek*. Die laatste is een musthave voor iedereen met een airfryer in huis.

Spaanse tortilla met chorizo

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 35 min.

Ingrediënten voor 4 personen

6 eieren

500 g vastkokende aardappels *in plakjes*

1 rode paprika *in blokjes*

1 ui *in halve ringen*

200 g chorizo *in blokjes*

zout en peper

olie om in te vetten

verse peterselie

1 Kluts de eieren in een grote kom en voeg de aardappel, de paprika, de ui, de chorizo, zout en peper aan toe. Schep alles even goed om.

2 Vet een bakvorm die in je airfryer past (heb je deze niet, zie dan het tekstje links voor tips) in met een beetje olie en doe het aardappelmengsel in de bakvorm.

3 Verwarm de airfryer naar 200°C en bak de tortilla ca. 20 minuten. Dek dan de bakvorm af met aluminiumfolie en zorg dat je deze goed vastzet onder de vorm, zodat de folie niet gaat zweven.

4 Bak de tortilla in nog ca. 10 minuten gaar. Bestrooi voor het serveren met fijngehakte peterselie.

Per portie: ca. 456 kcal

21 g eiwit · 28 g vet · 31 g koolhydraten



Uit: *Het airfryerboek*

Auteur: Sabine Koning

Fotografie: Sabine Koning

Prijs: 22,99

Uitgever: Becht

Pak jouw MAGAZINE moment



foodies

foodies

juni 2025 • € 7,99

Alles
draait om
KLEUR

Op bezoek
bij Thomas
Straker
Van kruidenboter
tot toprestaurant

Zwoel &
zinderend
Kleurrijk eten
uit Mexico

Zin in de
zomer

Van aardbei-
sundae tot
limoeneake

3x hemelse
halloumi

In curry en pasta



**tot 48%
korting!**

Abonneer je nu voordelig via
**foodiesmagazine.nl/
actie**

De actieperiode loopt t/m 3 augustus.



Scan mij!

foodies favorieten

Bij mooi weer lonkt het strand altijd. Deze goodies komen van pas op een stranddag.



boek

Zelfgemaakt ijs

Willem: "Zijn de ijsjes niet aan te slepen bij jou thuis deze zomer? Maak dan zelf eens ijs! Het is makkelijker dan je denkt en voor veel ijs heb je niet eens een ijsmachine nodig. In dit boek geeft Marleen Visser heel veel recepten voor ijs uit eigen keuken. Een musthave voor de zomer."

Marleen Visser. *IJs & meer*. Becht. Prijs: 22,99 euro.



lunchbox



Meenemen

Julie: "Eten mee naar het park of het strand? Deze leuke lunchbox met bloedsinaasappeltjes en zomerse kleuren geeft je een instant zomer gevoel! Dankzij de verschillende lagen kan je veel verschillende dingen meenemen. Bijvoorbeeld een salade, maar ook wat knapperigs zoals nootjes of andere snacks."

Verkrijgbaar via boho-tiffin.com. Prijs: 54,95 euro.



aardewerk

Sjiek servies

Yvonne: "Ik ben gék op het struinen naar mooi servies in kringlopen. Vaak vind ik echte parels, die je in een gewone winkel niet vindt – of waar je daar de hoofdprijs voor betaalt. Ik zag dat ze nu bij Zara Home ook een nieuwe servieslijn hebben uitgebracht. Net alsof het uit je oma's kastje komt!"

Verkrijgbaar via zarahome.com.

Prijs: 25,99 euro per schaal.





campingservies

In plastic

Julie: "Ik sleep liever geen glas mee naar het strand, dus plastic wijnglazen zijn dan perfect! Ik heb zelf deze exemplaren van HEMA in huis. Ze zijn superlicht om mee te nemen en kunnen wel tegen een stootje. Thuis even afwassen en dan kunnen ze weer de tas in voor je volgende strandbezoek!"

Verkrijgbaar bij HEMA. Prijs: 2,99 euro per 4 stuks.



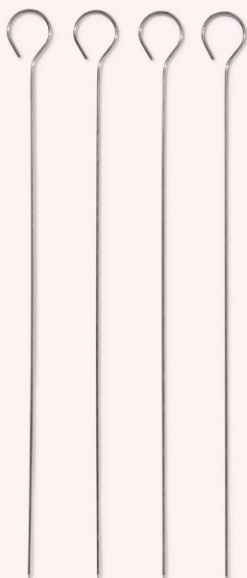
BBQ

Kies je spies

Lotus: "Vanaf p. 92 vind je heel veel lekkere spiesjes voor op de barbecue. Daarbij komen deze rvs-spiesen goed van pas. Houten spiesen kunnen snel verbranden, daarom geef ik altijd de voorkeur aan rvs."

Verkrijgbaar bij HEMA.

Prijs: 3,49 euro per 4 stuks.



koeltas

Lekker koel

Anne: "Tijdens een dagje strand neem ik zelf altijd drinken en snacks mee. Deze koeltas is perfect om een paar biertjes in koud te houden en wat vers fruit zoals meloen of druiven. In tegenstelling tot de meeste koeltassen, ziet deze KLOTPIL-strandtas van IKEA er ook nog eens leuk uit!"

Verkrijgbaar bij IKEA. Prijs: 17,99 euro.



tafelkleedhangers

**Leuke hangers**

Anne: "Niets mis met een lekker zomerbriesje, maar je wil niet dat het eten van je tuintafel waait. Met deze handige clips die je aan je tafelkleed bevestigt, waait je kleed nooit meer weg. Ik ken ze van vroeger bij mijn opa en oma, maar niet in deze leuke vormpjes!"

Verkrijgbaar bij zarahome.com. Prijs: 17,99 per set van 4.



Simpel & zomers

Lekker eten hoeft niet moeilijk te zijn. Met de juiste ingrediënten en een beetje liefde zet je deze zomerse gerechten zo op tafel.



Sticky five-spice buikspek



Amandelkruimelcake met perzik en frambozen

🍳 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur en 5 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 12 stukken

200 g boter + invetten
200 g + 1 el rietsuiker
3 eieren
225 g zelfrijzend bakmeel
1 tl bakpoeder
50 g amandelmeel
2 el roeryoghurt of melk
1 tl vanille- of amandelextract
zout
3 rijpe perziken *in kwarten, pit verwijderd*
150 g frambozen
clotted cream of crème fraîche *om te serveren*
bakpapier

Voor de kruimeltopping

25 g boter
3 volle el zelfrijzend bakmeel
3 el lichte basterdsuiker
50 g amandelschaafsel

1 Vet een ovenschaal of bakvorm (ca. 21 x 30 cm) in en bekleed met bakpapier. Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C). Klop de boter en 200 g rietsuiker met een handmixer in een kom licht en luchtig. Klop de eieren één voor één erdoorheen tot je een egaal, glad en romig mengsel hebt. Roer het bakmeel, het bakpoeder, het amandelmeel, de yoghurt, de vanille en een snufje zout erdoorheen. Doe het beslag in de bakvorm en strijk glad met een spatel. Verdeel de perzik en de frambozen erover en druk een beetje in het beslag.

2 Doe **voor de kruimeltopping** de boter, het bakmeel en de suiker in een kom en wrijf met je vingers tot grof kruim. Roer het amandelschaafsel erdoorheen en strooi over het fruit.

3 Bak in ca. 45 minuten gaar in de oven, tot een satéprikker er schoon uit komt. Bak nog 5-10 minuten als er nog wat beslag aan de prikker kleeft en controleer nogmaals. Laat helemaal afkoelen, snijd in vierkantjes en serveer met clotted cream of crème fraîche. In een luchtdichte bak blijft de cake tot twee dagen goed.

Per stuk: ca. 419 kcal

7 g eiwit · 22 g vet · 47 g koolhydraten

Sticky five-spice buikspek

🍳 Makkelijk 🕒 ca. 2 uur en 10 min.

Ingrediënten voor 4 personen

900 g – 1 kg buikspekplakjes *bij de slager, of gebruik speklapjes*
3-5 cm gember *fijngeraspt*
2 teentjes knoflook *geraspt of geperst*
1½ tl Chinees five-spicepoeder
50 ml sojasaus
2 el honing
2 el lichte basterdsuiker
2 el shaoxing-rijstwijijn, rijstazijn of droge sherry
2 steranijs
6 lente-uitjes *in stukken van 3 cm*
6 pruimen *gehalveerd, pit verwijderd*
korianderblaadjes *om te serveren*
gekookte rijst en roerbakgroenten *om te serveren*
aluminiumfolie

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 190°C / hete-lucht: 170°C). Leg de buikspekplakjes in een enkele laag in een grote braadslee. Roer de gember, de knoflook, het five-spicepoeder, de sojasaus, de honing, de suiker en de rijstwijijn door elkaar en schenk het mengsel over het vlees. Wentel het buikspek in de saus tot het goed bedekt is. Leg de steranijs ertussen, dek de braadslee af met aluminiumfolie en bak ca. 1 uur in de oven.

2 Verwijder de folie, strooi de lente-ui eroverheen en leg de pruimen met de snijzijde naar boven tussen het buikspek. Lepel wat van de saus uit de braadslee over het vlees, de lente-ui en de pruimen en zet nog ca. 30 minuten in de oven.

3 Neem de braadslee uit de oven. Draai met een keukentang de buikspekplakjes om. Duw de lente-ui onder het buikspek als het al een beetje geblakerd is. Verhoog de temperatuur van de oven (elektrisch: 220°C / hetelucht: 200°C) en bak nog ca. 15 minuten, of tot het vlees mals en gekaramelliseerd is – het is niet erg als het een beetje geblakerd is, dit zorgt voor extra smaak. Bestrooi met korianderblaadjes en serveer met rijst en roerbakgroenten en de saus uit de braadslee.

Per portie: ca. 586 kcal

41 g eiwit · 34 g vet · 27 g koolhydraten



 Makkelijk **ca. 1 uur en 15 min.**

4 maiskolven *blad verwijderd*

3 el olijfolie

25 g boter

150 g pancetta *in kleine blokjes*

1 ui *fijngesnipperd*

3 teentjes knoflook *fijngesnipperd*

400 g orzo

75 g parmezaan *fijngeraspt* + evt. korst

200 ml witte wijn

1 el witte miso *Japanse sojapasta, bij de toko*
of grotere supermarkt

750 ml kokend water

10 g bieslook *fijngehakt*

zout en peper

$\frac{1}{2}$ bio-citroen *rasp en sap*

Lotus: “De miso geeft een
fijne kick aan dit romige
gerecht.”

1 Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur. Bestrijk de maiskolven met $\frac{2}{3}$ van de olie en blaker ze in 12-15 minuten rondom in de pan; draai af en toe om. Leg de maiskolven op een bord en laat afkoelen. Doe de rest van de olie en de boter in de pan, laat smelten en bak de pancetta in 5-7 minuten krokant en goudkleurig erin. Schep met een schuimspaan in een kom. Bak de ui 10-12 minuten in het hete bakvet, tot hij zacht en een beetje gekaramelliseerd is.

2 Roer de knoflook erdoorheen en bak nog ca. 1 minuut. Voeg de orzo toe en roer goed door, zodat hij bedekt is in het boter-uimengsel. Bak een paar minuten, tot de orzo lichtbruin is. Doe de parmezaankorst, de witte wijn, de miso en het kokende water erbij. Zet het vuur hoog en kook de orzo in 12-15 minuten gaar, tot het water voor het grootste deel verdampt is (voeg zo nodig wat extra water toe zodat de orzo niet droogkookt).

3 Zet intussen met een keukentang de maiskolven rechtop op een snijplank en snijd met een scherp mes voorzichtig de korrels eraf. Neem de pan van het vuur en roer de mais, de gebakken pancetta en het grootste deel van de geraspte parmezaan en de bieslook erdoorheen. Breng op smaak met zout, peper, de citroenschil en het -sap. Bestrooi met de rest van de parmezaan en de bieslook en serveer.

Per portie: ca. 811 kcal

30 g eiwit · 32 g vet · 87 g koolhydraten

Tomaten-limoensalade met krokante gember, chilipeper en knoflook

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 30 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 4 personen

700 g rijpe, gemengde tomaten *in dunne plakjes, kleine in tweeën of in vieren*
2 sjalotjes *in dunne ringetjes, liefst met een mandoline*
4 el vissaus
1 tl lichte basterdsuiker
2 bio-limoenen *rasp en sap*
zout
4 el plantaardige olie
1 rode chilipeper *in dunne ringetjes*
3 teentjes knoflook *in dunne plakjes*
20 g gember *geschild, in dunne reepjes*
15 g munt *blaadjes geplukt*
1½ tl honing

1 Doe de tomaten in een grote kom en roer de helft van de sjalot, de vissaus, de suiker, het limoensap en een flinke snuf zout erdoorheen. Laat ca. 15 minuten staan.

2 Verhit de olie in een kleine koekenpan op laag vuur en bak de rest van de sjalot, de chilipeper, de knoflook en de gember al roerend 3-4 minuten erin, tot ze krokant en goudkleurig zijn. Neem met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Bestrooi met een beetje zout.

3 Doe het tomatenmengsel op een serveerschaal. Bestrooi met de munt, het krokante sjalotmengsel en de limoenschil. Besprenkel met de honing en serveer direct.

Per portie: ca. 164 kcal

3 g eiwit · 11 g vet · 11 g koolhydraten

Gebakken bramen met meringue

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 1 uur en 20 min. + ca. 30 min. wachttijd

Ingrediënten voor 6-8 personen

575 ml melk
25 g boter + invetten
½ tl vanille-extract
100 g vers, wit broodkruim
1 bio-limoen *rasp en sap*
140 g fijne kristalsuiker
4 eieren *gesplitst*
300 g bramen
6 el bramenjam

1 Verwarm de melk in een pannetje op laag vuur tot hij stoomt, maar niet kookt. Neem van het vuur en roer de boter, de vanille, het broodkruim, de limoenschil en 40 g suiker erdoorheen. Laat ca. 30 minuten trekken tot het broodkruim het vocht heeft opgenomen en het mengsel is afgekoeld. Roer de eidooiers erdoorheen.

2 Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C) en vet een middelgrote ovenschaal in met boter. Doe het broodkruimmengsel erin en bak ca. 30 minuten in de oven, tot het gestold is.

3 Doe intussen de bramen met de jam en de helft van het limoensap (gebruik de andere helft voor een ander recept) in een pan en laat zachtjes koken op laag vuur, tot de bramen een beetje kapot gekookt zijn. Neem van het vuur en houd apart.

4 Lepel de bramen over het broodkruimmengsel en strijk zo goed mogelijk uit naar de randen van de ovenschaal. Verlaag de temperatuur van de oven (elektrisch: 160°C / hetelucht: 140°C).

5 Klop de eiwitten stijf met een handmixer en klop de rest van de suiker lepel voor lepel erdoorheen, tot de suiker is opgelost en de meringue glanzend is. Lepel of spuit de meringue op de bramen en bak 20-30 minuten in de oven tot de meringue goudkleurig is. Serveer warm.

Per portie (8): ca. 249 kcal

7 g eiwit · 8 g vet · 36 g koolhydraten



Tomaten-limoensalade met krokante
gember, chilipeper en knoflook

Gebakken bramen met meringue





Schrijf je in
voor onze
nieuwsbrief

Iedere week de lekkerste recepten ontvangen?

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief en ontvang
elke vrijdag gratis de lekkerste recepten, handige
kooktips en speciale aanbiedingen.



Schrijf je in op
foodiesmagazine.nl/nieuwsbrief

foodies

HAPPY HOUR

Wodka-komkommerlimonade

🍴 Makkelijk ⌚ S ca. 15 min.

Ingrediënten voor 6 personen

170 g rietsuiker
180 ml heet water
6 grote citroenen *alleen het sap*
2 komkommers *in blokjes*
1 scheutje koud water
ijsblokjes
300 ml wodka
bruiswater *om aan te vullen*
bio-citroenschijfjes *om te serveren*

Als het zó heet is dat je bijna wegdrijft, helpt maar één ding: ijskoude drankjes. Met deze pitchers houd jij die zonnesteek op afstand.

1 Meng de suiker met het hete water in een hittebestendige kom en roer tot de suiker is opgelost. Laat helemaal afkoelen. Roer het citroensap erdoorheen.

2 Doe de komkommers en het koude water in een blender en pureer glad. Doe ijsblokjes, de wodka, de limonade van stap 1 en de komkommerpuree (eventueel door een zeef) in een grote kan en roer goed door elkaar.

3 Vul de kan aan met bruiswater en roer goed door. Doe wat citroenschijfjes in de kan en serveer.

Per portie: ca. 243 kcal
1 g eiwit · 0 g vet · 30 g koolhydraten

Bourbon-gemberpitcher

🍴 Makkelijk ⌚ S ca. 5 min.

Ingrediënten voor 6 personen

3 bio-limoenen *in partjes*
ijsblokjes
200 ml bourbon Amerikaanse whisky, *bij de slijter*
90 ml vlierbloesemlikeur *bij de slijter*
ginger ale *om aan te vullen*
gekonfijte gember *om te serveren*
munttakjes *om te serveren*
cocktailprikkers

1 Doe de limoenpartjes in een grote pitcher of kan en plet ze met een cocktailstamper of lange lepel.

2 Doe ijsblokjes, de bourbon en de vlierbloesemlikeur in de pitcher en vul aan met ginger ale. Roer goed door. Rijg gekonfijte gember aan cocktailprikkers. Garneer de glazen met de gemberpiesjes en takjes munt.

Per portie: ca. 170 kcal
0 g eiwit · 0 g vet · 12 g koolhydraten



Rozen-grapefruitpitcher met vlierbloesem

🌀 Makkelijk 🕒 S ca. 10 min.

Ingrediënten voor 6 personen

ijsblokjes
 300 ml dry gin *bij de slijter*
 120 ml vlierbloesemlikeur *bij de slijter*
 90 ml rozensiroop *bij de slijter of toko*
 150 ml versgeperst rodegrapefruitsap
 tonic om aan te vullen
 1 bio-grapefruit *in plakjes*
 1 takje rozemarijn om te garneren

1 Doe was ijsblokjes in een grote pitcher of kan en roer de gin, de vlierbloesemlikeur, de rozensiroop en het grapefruitsap erdoorheen.

2 Vul aan met tonic en roer door. Garneer met de grapefruitplakje en de rozemarijn.

Per portie: ca. 269 kcal

0 g eiwit · 0 g vet · 23 g koolhydraten

Watermeloen-lycheepitcher

🌀 Makkelijk 🕒 S ca. 10 min.

Ingrediënten voor 6 personen

1 kg watermeloen *schoongemaakt gewicht, in blokjes*
 ijsblokjes
 90 ml vers limoensap
 1-2 bio-limoenen *in plakjes*
 120 ml lycheesiroop *bij de slijter of toko*
 alcoholvrije mousserende wijn om aan te vullen

1 Pureer de watermeloenblokjes glad in een blender.

2 Doe ijsblokjes, het limoensap, de limoenplakjes, de lycheesiroop en de watermeloenpuree in een grote pitcher of kan en roer goed door. Vul aan met alcoholvrije mousserende wijn en roer door.

Per portie: ca. 126 kcal

1 g eiwit · 1 g vet · 29 g koolhydraten



PICKNICK PARTY

Picknickkleedje onder je arm, een mand vol lekker eten en drinken en een stralende zon; deze recepten zijn perfect om op het strand of in het park van te genieten.



Zomersalade met avocado en mango

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 10 min.

Ingrediënten voor 6 personen

400 g zwarte bonen *blik, uitgelekt*
 2 flinke handvol babyspinazie *grof gehakt*
 500 g gemengde tomaten *in grove stukken*
 ½ komkommer *in de lengte gehalveerd, zaadlijsten verwijderd, in schuine boogjes*
 1 mango *geschild, in blokjes*
 1 grote rode ui *in dunne halve ringen*
 6-8 radijsjes *in plakjes*
 2 avocado's *geschild en in plakjes*
 100 g feta *verkruideld*

Voor de dressing

1 flinke bos munt
 1 bosje koriander
 1 bosje basilicum
 1 grote groene chilipeper *zaadlijsten verwijderd, gehakt*
 1 klein teentje knoflook
 100 ml extra vierge olijfolie of koolzaadolie
 2 bio-limoenen *rasp en sap*
 2 el wittewijnazijn
 2 tl honing

1 Houd een paar blaadjes van de verse kruiden apart en doe de rest van de ingrediënten **voor de dressing** in een keukenmachine en pureer. Je kunt de ingrediënten ook heel fijn hakken met een mes. In de koelkast in een luchtdichte pot blijft de dressing een dag goed.

2 Verdeel de bonen en de spinazie over een grote schaal. Verdeel de tomaat, de komkommer, de mango, de ui en de radijs erover en hussel losjes met je handen. Bestrooi met de avocado, de feta en de apart gehouden kruiden en serveer met de dressing.

Per portie: ca. 392 kcal

8 g eiwit · 30 g vet · 18 g koolhydraten



Perzikijsthee

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 15 min. + ca. 1 uur wachttijd

Ingrediënten voor 12 personen

200 g kristalsuiker
 250 ml water
 5 rijpe perziken *4 in blokjes, 1 in partjes*
 4 zakjes zwarte thee
 2 l kokend water
 water of bruiswater *om aan te vullen*
 ijsblokjes *om te serveren*

1 Doe de suiker en het water in een pan. Breng langzaam aan de kook, zodat de suiker goed kan oplossen. Voeg de perzikblokjes toe en laat koken tot de perzik heel zacht is. Neem van het vuur, prak de perzik met een vork en laat ca. 1 uur trekken.

2 Druk het perzikmengsel door een fijne zeef in een kan. Plet de perzik zodat er zoveel mogelijk sap in de kan komt. Deze siroop blijft in de koelkast een week goed.

3 Doe de theezakjes in een grote, hittebestendige kan en schenk het kokende water erbij. Laat ca. 4 minuten trekken en neem de theezakjes voorzichtig uit de kan. Laat afkoelen en zet in de koelkast om goed koud te laten worden.

4 Roer de perziksiroop door de koude thee en vul aan met water of bruiswater en ijsblokjes. Je kunt de siroop, de thee en het water ook los mee nemen om tijdens je picknick te mengen. Doe de perzikpartjes in hoge glazen, schenk de ijsthee erop en serveer.

Per portie: ca. 78 kcal

0 g eiwit · 0 g vet · 19 g koolhydraten



Regenboogpicknicktaart
met groenten

Mini-kipburgertjes



Regenboogpicknicktaart met groenten

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 2 uur en 25 min.

Ingrediënten voor 14 stukken

450 g flespompoen *geschild, in kleine blokjes*
2 el olijf- of koolzaadolie
zout en peper
1 grote ui *in ringen*
550 g kleine, vastkokende aardappels *geschild, in plakjes*
1,07 kg bladerdeeg *rollen, koeling of diepvries, ontdooid*
bloem *om te bestuiven*
2 el paneermeel
300 g gekookte rode bieten *vacuüm-verpakking, in plakjes*
450 g geroosterde rode paprika *pot, uitgelekt*
200 g feta *verkruid*
150 g doperwtten *diepvries*
1 bosje peterselie *gehakt*
1 bosje munt *gehakt*
10 eieren
2 el sesamzaad
bakpapier

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C). Schep de pompoen op met de helft van de olie, zout en peper. Verdeel over een bakplaat en rooster ca. 20 minuten in de oven, tot hij zacht is. Verhit intussen de rest van de olie in een pan op laag vuur en bak de ui 10-15 minuten erin. Kook de aardappels ca. 8 minuten in een pan kokend water, tot ze beetgaar zijn. Giet af en laat de aardappel en de pompoen afkoelen.

2 Verlaag de temperatuur van de oven (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C). Bekleed een bakvorm (20 x 30 cm) met een lang, dubbel vel bakpapier (hierdoor kun je de taart straks makkelijk uit de vorm tillen). Maak van 750 g bladerdeeg een bal en rol op een met bloem bestoven werkblad rechthoekig uit tot 3 mm dikte. Bekleed de bakvorm met het deeg en laat overtollig deeg over de rand hangen. Rol de rest van het deeg uit tot het de bovenkant van de bakvorm kan bedekken en houd apart.

3 Bestrooi de bodem van het deeg met het paneermeel. Beleg met laagjes biet, paprika, pompoen, ui, feta, aardappel, erwten en kruiden (in die volgorde, zodat je een regenboogeffect krijgt) en bestrooi tussen elke laag met zout en peper. Kluts de eieren en schenk langzaam over de vulling; houd een beetje ei apart om het deeg

mee te bestrijken. Bestrijk het overhangende deeg met ei en leg de apart gehouden deeglap erop. Knijp de randen van deegbodem en het -dakje samen en snijd of knip het overtollige deeg tot 2 cm weg. Rol de randjes naar binnen om de vulling goed af te sluiten en druk goed aan met een vork. Bestrijk met de rest van het ei, bestrooi met het sesamzaad en maak met een vork ondiepe stippelijntjes om de stukken te markeren die je na het bakken snijdt.

4 Bak ca. 1 uur en 20 minuten in de oven, tot het deeg goudkleurig en krokant is. Neem uit de vorm met behulp van het overhangende bakpapier en laat helemaal afkoelen. In de koelkast blijft de taart tot twee dagen goed. Snijd in stukken en serveer.

Per stuk: ca. 486 kcal

15 g eiwit · 29 g vet · 40 g koolhydraten

Mini-kipburgertjes

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 40 min.

Ingrediënten voor 12 stuks

Voor de broodjes

225 g zelfrijzend bakmeel + *bestuiven*
1 tl bakpoeder
¼ tl zout
140 g koude boter *in kleine blokjes*
150 ml melk
1 el nigellazaad *bij de toko of grotere supermarkt*
1 ei *geklutst*
bakpapier
houten prikkers *optioneel*

Voor de vulling

3 gekookte kipfilets *fijnggehakt of -geplukt*
100 g mangochutney
2 tl kerrie
150 g roeryoghurt
75 g mayonaise
1 bosje koriander *fijnggehakt*
1 bosje munt *fijnggehakt*
½ citroen *alleen het sap*
zout en peper
½ komkommer *in linten geschaafd*
1 kleine rode ui *in dunne ringen*

1 Verwarm voor de broodjes de oven voor (elektrisch: 220°C / hetelucht: 200°C) en bekleed een bakplaat met bakpapier. Doe het bakmeel, het bakpoeder en het zout in een grote kom en meng goed met elkaar. Voeg de boter toe en wrijf hem met je vingers door het bakmeel, tot het mengsel lijkt op fijn broodkruim. Voeg de melk en het nigellazaad toe en roer de ingrediënten kort en snel door elkaar met een tafelmes, tot je een zacht deeg hebt.

2 Stort het deeg op je werkblad en kneed kort door, zodat alle kruimeltjes erin zitten. Bestuif je werkblad goed met bakmeel en rol het deeg ca. 1½ cm dik uit. Steek 12 cirkels (7 cm Ø) uit het deeg – maak zo nodig opnieuw een bal van het deeg en rol het opnieuw uit, zodat je genoeg cirkels eruit kunt steken. Leg ze op de bakplaat, bestrijk de bovenkant met het geklutste ei en bak in 10-12 minuten goudbruin en gaar in de oven. Laat afkoelen terwijl je de vulling maakt.

3 Meng voor de vulling de kip, de mangochutney, de kerrie, de yoghurt, de mayonaise, de kruiden, het citroensap, zout en peper in een kom met elkaar. Wil je de burgers meenemen op een picknick? Doe de kip en de andere ingrediënten voor de vulling dan in een koelbox of -tas en neem de broodjes apart mee.

4 Breek om te serveren de broodjes horizontaal open en beleg met de kip, de komkommer en de rode ui. Steek eventueel vast met een prikker.

Per portie: ca. 285 kcal

13 g eiwit · 16 g vet · 21 g koolhydraten

Yvonne: “Liever vega? Je kunt ook plantaardige kipfilet gebruiken.”

Speciale uitgave:

De lekkerste chocolade & karamel recepten



Meer dan 60
recepten voor

9,99

Bestel via

www.foodiesmagazine.nl/chockaramel



Scan de
QR-code

foodies



Foodies Ontdekt

Regelmatig spotten wij échte pareltjes. Kleine eettentjes, een geheime wijnbar of simpelweg de lekkerste bitterbal van het land, bij een – op het eerste oog – doorsnee cafetaria. We delen ze graag met jullie in deze nieuwe rubriek. Dit keer: de Spaanse zaak Bocata in Utrecht.

TEKST EN FOTO'S: JULIE VAN DEN BERG

JE KENT HET vast wel: die weken in de zomer waarin veel mensen om je heen op vakantie gaan, terwijl jij óf al bent geweest, óf nog even moet wachten tot jouw mooie reis begint. Jaloers ben je zeker, want je ziet de hele dag door foto's voorbijkomen van azuurblauwe zeeën, witte zandstranden, verkoelende drankjes en natuurlijk overheerlijk lokaal eten. Ja, dat willen we allemaal wel. Maar geen zorgen! Tegenwoordig hoef je echt niet meer de grens over om van al dat moois te kunnen genieten. Oké, de azuurblauwe zee en de witte stranden moet je nog even van Bas tegoed houden, maar ik vertel je graag hoe je je tóch even in Spanje kunt wanen — zónder vakantiedagen op te nemen. Namelijk bij de nieuwe Spaanse zaak Bocata in Utrecht.

Verliefd op Nederland

Bocata – afkomstig van het informele Spaanse woord voor bocadillo, wat een belegd stokbrood of broodje betekent – wordt gerund door Jesús, een Spaanse chef met een grote passie voor de Spaanse keuken. Tien jaar geleden kwam hij naar Nederland voor de liefde en al snel begon hij te werken in verschillende Spaanse horecazaken. Het duurde niet lang voordat hij tot de conclusie kwam dat hij meer wilde: zijn creativiteit kwijt kunnen in een eigen onderneming.

Zo werd – in samenwerking met afhaalzaak Kippig, pal aan de overkant – afgelopen december eindelijk zijn Spaanse droom werkelijkheid: Bocata, een echte hidden gem in een doorfietsstraatje vlak bij de Neude. Maar geloof me, dit is er eentje waarvoor je graag even afslaat.

Spaans genot

Helaas is het, wanneer ik een bezoek wil brengen aan Bocata, het niet zulk lekker weer als het waarschijnlijk op datzelfde moment in Spanje is, maar dat mag de pret niet drukken. Ik pak de trein en loop vanaf het station richting de binnenstad. Vanaf de Neude sla ik het kleine Loeff Berchmakerstraatje in. Na een paar welbekende Utrechtse cafés zie ik de Spaanse vlag al wapperen en stap ik Bocata binnen.

Ik word meteen verwelkomd door vrolijke rood-gele vlaggetjes, een vitrine vol Spaanse delicatessen en de geur van versgemaakte paella en knapperig stokbrood.

Achter de toonbank staat Jesús, druk bezig met zijn mise en place, en ik word begroet

door zijn collega. Ik vraag wat het lekkerste broodje op de kaart is, waarop Jesús meteen naar voren komt rennen om me in het Spaans zijn beste aanbevelingen te geven. Ik knik met een grote glimlach, waarna hij de snijmachine aanzet en verse ham begint te snijden.

Ondertussen luister ik vol plezier naar de verhalen over het ontstaan van Bocata en kom ik erachter dat je – naast alle overheerlijke Spaanse broodjes en delicatessen – ook andere lokale gerechten kunt bestellen, zoals paella, tortilla's, salades of een complete borrelplank. Het enige wat je hoeft te doen is te bellen, je bestelling door te geven en het op te halen. Geen hippe smaakcombinaties, maar gewoon authentiek Spaans. Dat maakt Jesús met liefde voor je klaar.

Zon op je bol

Nadat ik het rijk belegde Spaanse stokbrood met manchego, jamón en tomaat heb gekregen, besluit ik het buiten op te eten. Ik neem afscheid van de lieve eigenaren, die vol lof en met passie over deze Spaanse droom spreken, en stap de winkel uit. Nog even een foto maken van mijn lunch, en precies op dat moment breekt het zonnetje tussen de wolken door. Ja, dit is Spanje in hartje Utrecht.





Tafel vol tapas

Salade van tomaat en kikkererwten

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 30 min.

Ingrediënten voor 6 porties

150 g vastkokende aardappels

150 g broccoli

150 g snijbonen

150 g aioli

gerasppte schil van ½ bio-citroen

zout en peper

6 ingelegde groene pepers uit blik of pot

30 g groene olijven of Kalamata olijven

zonder pit en in plakjes

1 hardgekookt ei

2 el fijngesneden bieslook

1 el olijfolie

1 Kook de aardappels en laat ze afkoelen. Schil ze en snijd ze in stukken van ongeveer 1 x 1 cm.

2 Snijd de broccoli en snijbonen in even grote stukken. Kook de broccoli ongeveer 3 minuten, schep uit de pan en leg ze in koud water. Kook de bonen ongeveer 4 minuten, schep ze uit de pan en leg ze in koud water. Giet de broccoli en bonen af en laat ze goed uitlekken.

3 Meng de aardappel en groente met aioli en breng op smaak met citroen, zout en peper. Schep het op een bord en verdeel de groene pepers en olijven erover. Rasp het ei erover en garneer met bieslook en olijfolie. Zout het ei licht en maal een paar keer met de pepermolten.

Haal het gevoel van een Spaans terras naar je eigen achtertuin met dit kookboek vol Spaanse groentetapas.

TEKST: YVONNE DOORTEN

Iedereen die weleens

tapas heeft besteld op een Spaans terras, weet: het is vooral veel gefrituurd deeg en vlees. Waar zijn de groenten? Dat vroeg Johan Björkman zich ook af. Hij maakte dit kookboek, gebaseerd op al zijn tripjes naar Barcelona en geïnspireerd door het prachtige klimaat waar groenten perfect in groeien. Veel gerechten zijn gebaseerd op ingrediënten die in ons land ook verkrijgbaar zijn, maar hij heeft ook gebruikgemaakt van Spaanse invloeden. Zo vind je klassiekers als de Spaanse tortilla en de pan con tomate, maar ook verrassende, nieuwere tapas zoals gefrituurde mais met roomkaas of spinazie-geitenkaaskroketten.

Groenten op tafel

Het favoriete jaargetijde van Johan om in Spanje te zijn is de herfst. "Zo in oktober ongeveer, als hier de zomer voorbij is maar het in Barcelona nog wel warm genoeg is om 's avonds buiten te zitten." Het allerleukste daaraan vindt hij dat de Spanjaarden elkaar 's avonds veel meer opzoeken. Ze gaan naar het strand om domino te spelen, naar het park voor een potje pingpong of naar een bar om een wedstrijd van Barça te kijken, natuurlijk gepaard met een cerveza en wat tapas op tafel.

Als het aan Johan ligt dan ondergaan de Spaanse tapas de komende jaren een revolutie en komen er meer groenten op tafel. Hij bewijst in zijn nieuwe boek dat je met groenten echt alle kanten op kunt. Zo kun je groenten heel goed dun snijden en frituren, zoals de artisjokkenchips van p. 73 of gefrituurde spruitjes met kikkererwtencrème en krokante erwten. Hij maakt ook gezondere opties, zoals de warme spinaziesalade met rozijnen of de salade van bloedsinaasappel en blauwe kaas. Dit boek is voor iedereen die dit jaar niet naar het Spaanse terras gaat, maar dat gevoel wel naar huis wil halen.



Titel: Tapas de Verduras

Auteur: Johan Björkman

Fotografie: Jean Paul Bastiaans

Prijs: 24,95

Uitgever: Good Cook



Geroosterd brood met chocolade, zout en olijfolie

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 10 min.

Ingrediënten voor 4 porties

4 sneden witbrood *bijv. ciabatta of licht zuurdesembrood*

80 g pure chocolade *met 70% cacao*

2 el olijfolie

zeezoutvlokken

1 Rooster het brood zodat het goed wat kleur krijgt zonder aan te branden. Rasp de chocolade over het nog warme brood, zodat het smelt.

2 Besprenkel met de olijfolie en bestrooi met wat verkruimelde zeezoutvlokken.

Courgettespiesjes met yoghurt & gedroogde olijven

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 15 min. + minimaal 2 uur wachttijd

Ingrediënten voor 4 porties

3 el olijfolie

1 knoflookteen *fijngenhakt of geraspt*

ca. 1 el geraspte citroenschil van onbespoten citroen

2 el bladpeterselie *gehakt*

zout en peper

2 kleine courgettes *van ca. 100 g, in de lengte gesneden*

100 ml dikke yoghurt

1 el citroensap

3 el gedroogde olijven

1 tl chilivlokken

(houten) spiesjes

1 Meng de olijfolie, knoflook, citroenrasp en bladpeterselie goed door elkaar in een kom, voeg wat zout en peper toe.

2 Haal de courgetteplakken erdoor en dek ze af met huishoudfolie of een deksel en laat minstens 2 uur staan op kamertemperatuur. Als je houten spiesjes gebruikt, leg je die ondertussen in water.

3 Rol de courgetteplakken op, prik ze aan dubbele spiesjes en gril ze op hoog vuur tot ze een mooie kleur hebben.

4 Meng de yoghurt en het citroensap en voeg een beetje zout toe. Bestrijk de gegrilde courgette met wat yoghurt en garneer ze met de gedroogde olijven en chilivlokken.





Artisjokkenchips



Artisjokkenchips

🔪 Gemiddeld 🕒 Ⓢ ca. 30 min.

Ingrediënten voor 4 porties

4 kleine artisjokken
1 tl neutrale olie
zout

- 1 Verwijder het grootste deel van de buitenste blaadjes van de artisjok totdat je bij de zachte blaadjes uitkomt en je nog een kleine bol overhoudt.
- 2 Snijd die kleine bol doormidden of in vieren en verwijder het hooi en snijd die stukken in dunne plakjes.
- 3 Verhit de olie in een grote pan met dikke bodem tot 175°C. Frituur de plakjes artisjok tot ze goudbruin zijn. Neem ze uit de pan en laat ze afkoelen en uitlekken op keukenpapier. Bestrooi met zout en serveer.

Aardappelchips met komijnazijn

🔪 Makkelijk 🕒 Ⓢ ca. 20 min.
+ 2 dagen wachttijd

Ingrediënten voor 4 personen

300 g vastkokende aardappels
1 tl koolzaadolie
zout

Voor de komijnazijn

200 ml sherryazijn
1 el zoet paprikapoeder
1 tl pikant paprikapoeder
1 el gemalen komijn
1 tl knoflookpoeder
zout en peper

1 Meng voor de komijnazijn alle ingrediënten in een kom. Breng op smaak met zout en peper en giet in een fles. Laat minstens 48 uur staan.

2 Boen voor de aardappelchips de aardappels schoon maar schil ze niet, zowel vanwege de smaak als het uiterlijk. Snijd de aardappel in plakjes van ca. 3 mm. Leg de plakjes in koud water en laat ze 1 uur staan zodat het zetmeel oplost. Ververs het water intussen een paar keer. Giet het water af, verspreid de chips over een theedoek en laat goed drogen.

3 Verhit de koolzaadolie in een grote pan met dikke bodem tot 140°C tot 150°C en frituur de chips tot ze goudbruin en krokant zijn. Neem de chips uit het vet en laat ze uitlekken op keukenpapier. Zout ze en serveer ze met de salsa erover en ernaast.

Wijnles van



Fotografie: Willem van Santen

Jan-Jaap

sommelijj

Jan-Jaap (@sommelijj) is pas 32 jaar, maar al een heuse naam in de wijnwereld. Al vanaf dat hij wijn mocht drinken is hij geïnteresseerd in alles wat met wijn te maken heeft. Hij volgde de internationaal bekende wijncursussen WSET 1 tot en met 4. Samen met drie compagnons is hij eigenaar van wijnbar Vindict in Amsterdam, hij is betrokken bij twee wijnwinkels én hij is host van 'Le Club & Sommelijj de Wijnpodcast'.

Jan-Jaap Altenburg, oftewel Sommelij, weet álles te vertellen over wijn. Dit jaar bespreken we met hem elke maand een thema uit de wijnwereld. Deze keer: twee Spaanse wijngebieden die je moet ontdekken.

TEKST: JAN-JAAP ALTENBURG

Waar je bij Spanje eerst vooral moest denken aan het land van beuk- en bulkwijnen is er sinds een aantal jaren een nieuwe koers ingezet. Oude druiven worden herontdekt, tradities worden herleefd en door innovatie wordt er heel precies wijn gemaakt. Naast traditie en innovatie zijn de wijnen vaak ook een expressie van de regio waar ze vandaan komen en combineren zo bovenal geweldig met de lokale keuken. Kortom, tijd om Spanje weer op de wijnkaart te zetten.

Flamenco in je glas

Een van de oudste wijnregio's van Spanje ligt in het zuiden, in Andalusië. Hier komt sherry vandaan. Je denkt misschien: sherry? Drinkt iemand dat nog? Jazeker. Steeds meer zelfs. Mede dankzij mensen zoals Nadien de Visser (leclubdesvins.com), die met haar #makesherrygreatagain-campagne de wijn opnieuw op de kaart heeft gezet. Letterlijk. Ook Job Seuren (sommelier bij restaurant Zoldering) bewijst dat sherry thuishoort op topniveau.

We moeten af van de stigma's en dus volgt hier een korte crashcourse over waarom je sherry écht eens moet proberen. Sherry mag pas 'sherry' heten als hij wordt gerijpt in de 'sherrydriehoek' tussen Jerez de la Frontera, Sanlúcar de Barrameda en El Puerto de Santa María. De bodem daar bestaat uit albariza: een witte, kalkrijke en poreuze aarde. Deze is ideaal voor de lokale druiven palomino, pedro ximénez en moscatel, waarvan palomino met maar liefst 95% van de aanplant het belangrijkste ras is. Sherry is een versterkte wijn en varieert van droog tot mierzout; deze stijlen herken je vaak al aan de kleur.

Twee hoofdtypen sherry

Er zijn twee hoofdtypen sherry. Enerzijds heb je de *biologisch gerijpte varianten*, oftewel gegrijpt onder flor. Flor is een natuurlijke gistlaag die zich vormt zodra een vat niet helemaal wordt

gevuuld, meestal tot zo'n vijf zesde. Deze flor dekt het wijnopervlak af, houdt zuurstof buiten de deur en eet glycerol op. Zo ontstaat een knetterdroge stijl, zoals fino of manzanilla. Maar flor is kieskeurig: hij houdt van frisse, vochtige lucht – precies wat de westenwind, de *poniente*, meebrengt. Daarom hebben de bodega's in Jerez en Sanlúcar de Barrameda grote houten luiken die opengezet worden zodra die wind opsteekt. Komt de warme, droge *levante* uit het oosten opzetten? Dan gaan de luiken van de bodega's dicht, want die wind is te warm en zorgt ervoor dat de flor permanent op vakantie gaat. Anderzijds heb je de *oxidatief gerijpte sherry's*, denk aan amontillado, oloroso en palo cortado. Deze krijgen hun aroma's door langdurige vatrijping en hebben vaak een licht tot diep amberkleurig glas.

Sanlúcar de Barrameda

Om sherry echt te leren waarderen, reizen we naar Bodegas Barbadillo in Sanlúcar de Barrameda, een van de oudste en meest invloedrijke producenten van de streek. We worden ontvangen door Armando Guerra, *director de Alta Enología*. Hij ontwikkelt niet alleen bijzondere sherry's, maar ook witte (onversterkte) wijnen van lokale druiven, want sherry is méér dan versterkte wijn.

Om het imago van de streek op te frissen, werkt Barbadillo aan een nieuwe generatie wijnen. Geen sherry in klassieke zin, maar wel met hetzelfde DNA. Neem de Singular Sábalo 2022: 100% palomino, licht, strak en ziltig. Ideaal bij een tafel vol zeevruchten en fijne gesprekken. Een prachtig voorbeeld van het nieuwe geluid van de regio. De grootste verrassing? De Patinegro 2021 is niet versterkt, maar heeft wél florrijping gehad. Het resultaat: een wijn die ruikt naar versgebakken brood, geroosterde noten en een kneep citroen. Complex, maar toegankelijk. Sherry light in de beste zin van het woord.

Ben je nieuwsgierig? Begin dan met zo'n 'sherry light', maar vergeet vooral niet meteen een manzanilla te bestellen. Deze wijnen zijn echte allemansvrienden aan de tafel vol tapas, die met vele verschillende hapjes combineren. Toch een stapje verder? Combineer jamón ibérico met de amontillado van Barbadillo voor een gegarandeerd succes. Deze wijnen van Barbadillo zijn verkrijgbaar bij DVine in Amsterdam.

Hondarrabi Zuri

Misschien heb je nog nooit van deze wijnregio gehoord, en dat kan kloppen. De wijnen zijn vrij

onbekend en blijven vaak in de regio, precies omdat ze zo goed zijn. De naam van de druif komt van de Baskische plaats Hondarribia en *zuri* betekent 'wit' in het Baskisch – logisch! Deze druif is de lokale ster in een regio waar het leven draait om pintxos, wijn en cider. Ik licht graag twee stijlen txakoli uit. Allereerst D.O. Getariako-Txakolina: licht sprankelend, vooral te vinden in San Sebastián. In pintxos-bars wordt hij hoog ingeschonken om het bruisen iets te verzachten. Wijnen waar je letterlijk geen genoeg van kan krijgen, net als het eten. Daarnaast D.O. Bizkaiko Txakolina: de 'stille' variant, dichtbij Bilbao. Zonder prik, maar minstens zo fris. Iets hartiger in de smaak.

Bij Doniene Gorronzona in Bakio – op een half uur van Bilbao – proef je hoe de Atlantische oceaan voor die zilte frisheid zorgt. Als je in de wijngaard staat kijk je namelijk letterlijk uit op de oceaan. Het strand is hier slechts een paar minuten lopen. Die zeewind blaast daarnaast de wijngaarden droog na natte periodes – perfecte condities dus. Kenmerkend voor Doniene en txakoli in het algemeen zijn het lage alcoholpercentage (11–12 %) en de geweldige frisheid. De zuren van hondarrabi zuri vergelijk je met riesling, maar de aroma's zijn totaal anders. Deze wijn heeft iets groens van sperzieboontjes in zeer positieve zin, maar weer het sappige fruit van appel en witte perzik. Je proeft de zee, maar als je je ogen sluit zie je hem ook als je een slok neemt. Het strand was nog nooit zo dichtbij. Deze wijnen zijn verkrijgbaar bij Vindict.

Wijn-spijstip

Probeer bij manzanillasherry zeker manchegokaas, oesters, olijven, sardientjes en geroekte amandelen. Maar een van mijn mooiste, tikje decadente combinaties was toch de manzanilla van Barbadillo met blini's en kaviaar, bij een tl-buisverlichte zaak in Sevilla. Die combinatie vergeet ik nooit – en hij werkt geweldig. Bovendien: sherry is ontzettend betaalbaar én gastronomisch.

De leukste strandtenten

aan de Nederlandse kust



foodies
travel

Voor een ultiem vakantiegevoel in eigen land ga ik het liefst naar het strand, zeker op een mooie zomerse dag. Je vindt ontelbaar veel strandtenten aan de Nederlandse kust, van de Waddeneilanden tot aan Zeeland. Maar waar kun je nu het beste neerstrijken? Samen met Anne van Your Little Black Book ging ik op zoek naar dé spots voor deze zomer.

TEKST: BAS ERKENS

FOTOGRAFIE: WILLEM VAN SANTEN

WARME ZONNESTRALEN OP je gezicht, een zacht briesje met zilte zeelucht door je haren, een koud drankje in je hand én een tafel vol lekkers voor je neus. Het is stiekem best wel goed toeven op de Nederlandse stranden, zeker in de zomer. Nu ben ik persoonlijk niet iemand die uren met mijn handdoekje in het zand ligt; ik schuif veel liever aan bij een mooie, sfeervolle strandtent. Natuurlijk al om het heerlijke eten en drinken, maar ook omdat ik stiekem niet zo van zand tussen mijn tenen houd – of op andere plekken. Ondanks dat ik erg graag naar het zonnige Spanje reis, heb ik mij voorgenomen om deze zomer de Nederlandse kust te (her)ontdekken.

Anne van Your Little Black Book

Wat mij betreft is Anne de Buck van het online platform Your Little Black Book een expert als

het aankomt op hotspots, dus ik hoefde niet lang na te denken wie ik wilde bellen voor tips aan de Nederlandse stranden. Ietwat zenuwachtig belde ik Anne op, maar als snel antwoordde ze volmondig 'ja' op mijn vraag of ze een dagje naar het strand wilde, om langs een aantal strandtenten te gaan.

Anne stelt voor om te starten bij Bloomingdale, langs het strand van Bloemendaal. Daarna vertrekken we richting Piatti Beach – deze strandtent staat bekend om fantastische pizza's en ligt niet veel verderop, in Zandvoort. Daarnaast zijn ze ook nog eens het hele jaar door geopend. Anne tipt Beachclub C in Noordwijk als laatste. Ze hebben verbouwd en flink uitgebreid met een heel nieuw stuk, dat deze zomer opent. Wij nemen alvast een kijkje.





Het vernieuwde Bloomingdale

Aan de Zeeweg in Overveen, langs het strand van Bloemendaal, zit al jaren de hippe strandtent Bloomingdale. Twee jaar geleden brandde de volledig zaak uit, maar gelukkig gingen de eigenaren niet bij de pakken neerzitten. Ze maakten al snel een plan voor een soort Bloomingdale 2.0, waarbij de strandtent en beachclub groter, mooier én beter dan ooit tevoren zou worden.

Na twee jaar wachten zijn de deuren van Bloomingdale eindelijk weer geopend. Het imposante gebouw valt direct op zodra je vanaf de parkeerplaats het strand van Bloemendaal oploopt. Bij de ingang van het terras worden Anne en ik direct vriendelijk begroet, waarna we een plekje kunnen uitkiezen om neer te strijken.

Nieuwsgierig als we zijn, willen we eerst binnen een kijkje nemen. Grote, hoge ramen zorgen voor veel lichtinval, waardoor het binnen direct zomers aanvoelt zodra de zon zich een beetje laat zien. De muren zijn beige en op het terras is veel gebruikgemaakt van houten elementen, waardoor de strandtent – ondanks de grootte – goed past in de omgeving. Binnen zijn er verschillende hoekjes waar je kunt plaatsnemen, van halfronde zitjes waar je wat meer privacy hebt tot aan tafeltjes tegen de grote ramen aan, met uitzicht over zee. Ook zijn er een aantal zithoeken gecreëerd waar je om een sfeervolle open haard kunt plaatsnemen.

Cocktails en oesters

Binnen is het gezellig druk: rondom de open haard zitten een paar mensen met een laptop op schoot te werken en de tafeltjes aan de grote ramen zijn gevuld met gasten die genieten van een uitgebreide lunch of wat borrelhapjes.

Het restaurant is dagelijks van 9.30 uur tot 22.00 uur geopend, waardoor je eigenlijk elk moment van de dag kunt aanschuiven bij Bloomingdale. Anne stelt voor om buiten plaats te nemen in de zon – het terras roept ons! Op de houten banken liggen grote, blauwe kussens die uitnodigen om op onderuit te zakken. We zoeken een goede plek uit – met uitzicht en in de zon – en nemen plaats. Om de middag goed te starten bestellen we allebei een cocktail, samen met wat oesters en andere bites. “Wat is het toch heerlijk langs de Nederlandse stranden”, zegt Anne, terwijl ze geniet van het uitzicht. Ze heeft gelijk, zeker in de fijne zomerzon hebben we niets te klagen.

Niet veel later verschijnen er twee kleurrijke cocktails op het terras, samen met een bord met oesters, verse radijsjes en gefrituurde zeevruchten. “Proost”, zegt Anne enthousiast. “Op een heerlijke zomerse middag!” We proosten, nemen een slok en slurpen vervolgens een oester naar binnen. Het is net alsof we even op vakantie zijn, zeker als we de gefrituurde zeevruchten proeven. “Bijna net zo lekker als langs de Spaanse kust”, besluit Anne.



Bas: “Het is net alsof ik even op vakantie ben.”



Op naar Piatti Beach

Na een goed begin bij Bloomingdale lopen we een stukje over het strand voor we in de auto op pad gaan naar Piatti Beach, de volgende tip van Anne. Er staat best wat wind langs het strand, waar gretig gebruik van wordt gemaakt. Verschillende vliegers geven de helderblauwe hemel extra kleur, en voor de kust zijn diverse windsurfers hard aan het werk om de golven van de Noordzee te bedwingen. Maar bovenal zien we vooral veel mensen genieten van de zomerse zon, die af en toe een beetje schaars is in Nederland. Dat is langs de Spaanse kust wel anders, al mist daar vaak de zilte wind, die als een soort natuurlijke airconditioning werkt.

Het is van Bloemendaal naar Zandvoort maar een klein stukje. Uiteraard zijn er ook toffe strandtenten die verder uit elkaar liggen, maar toch wil ik graag een tussenstop maken bij Piatti Beach. Volgens Anne maken ze hier fantastische pizza's, al schijnen de zeebaars en zwaardvis ook erg goed te zijn. We stappen de auto in en nog geen tien minuten later parkeer ik langs de boulevard in Zandvoort.

Pizza's en verse vis

De zon vult het sfeervolle terras van Piatti Beach en via een houten trapje stappen we het terras op, op een wat hoger gelegen vlinder. Op het zonovergoten terras zijn genoeg koele zitplekken; tussen donkerblauwe palen hangt een aantal gele doeken, zodat je ook in de schaduw kunt plaatsnemen. Nog voor ik de deur kan opendoen stapt er iemand naar buiten, met een aantal borden vol prachtige pizza's. Ik heb nog niets geproefd, maar dit ziet er al veelbelovend uit.

"Deze strandtent is misschien wel het tegenovergestelde van Bloomingdale", vertelt Anne, terwijl we naar binnen lopen. "Bloomingdale is gloednieuw, groots, warm ingericht en modern, terwijl Piatti Beach juist uitblinkt in eenvoud." Ik kijk om mij heen en zie inderdaad geen luxe loungesets, maar juist simpele houten tafeltjes met dito stoelen. Toch straalt het stoere Piatti Beach vooral heel veel sfeer en gezelligheid uit, al helpen de geur van versgebakken pizza's én het vrolijke personeel vast ook een handje. De menukaart staat vol heerlijke Italiaanse gerechten, van dikbelegde pizza's tot aan verse pasta, en alles daartussenin. We bestellen pizza's, een salade met gemarineerde artisjok en venkel en de vis van de dag, een hele zeebaars.

Alsof je in Italië bent

Vanaf het terras kijk ik door de ramen naar binnen, waar ik de zojuist bestelde pizza's in de grote pizzaoven zie verdwijnen. Het duurt niet lang of er staan twee verse, dampende pizza's voor onze neus. "Wauw, kijk die korst eens", zegt Anne. "Zo krokant! Alsof ik in een pizza in Napels heb besteld." Anne heeft gelijk: de pizza heeft een heerlijke korst en is belegd met een verse tomatensaus, echte mozzarella en vers basilicum. De pizza's worden geserveerd met een grote schaar, zodat je deze in stukken kunt knippen – net zoals ze in Italië doen (echt waar!).

Niet veel later verschijnt ook de frisse salade op tafel, samen met de gegrilde zeebaars. De vis ziet er niet alleen prachtig uit door de grote grillstrepen, hij is ook nog eens perfect gegaard. Ik neem een voorzichtige hap en de smaakvolle vis smelt direct weg op mijn tong. Dat smaakt naar meer, en dat terwijl de salade met artisjok, venkel, noten en olijven ook al zo lekker is. Ondertussen proosten Anne en ik nog maar eens een keer op het goede leven; bij Piatti Beach is het goed toeven. Heel erg goed zelfs.



Anne: “Deze
pizza’s lijken echt
Napolitaans!”





Borrelen in Noordwijk

Voldaan lopen Anne en ik naar de auto. We begonnen met oesters en cocktails bij Bloomingdale, vervolgens genoten we van een uitgebreide Italiaanse lunch bij Piatti Beach; tijd om deze zomerse dag af te sluiten met een borrel bij Beachclub C in Noordwijk. Ik kies voor de toeristische route en rijd in iets meer dan veertig minuten van Zandvoort naar Noordwijk. Een deel van de rit gaat langs de boulevard naast het strand, maar we rijden ook een stuk door het natuurgebied net achter de duinen. De korte roadtrip maakt de vakantiebeleving compleet, behalve dan dat Anne straks weer naar huis gaat in Amsterdam, en ik terugrijd naar Nijmegen.

Beachclub C ligt verstopt achter de duinen, aan het strand van Noordwijk. Het drukke en statige Grand Hotel Huis ter Duin ligt wat verderop, al merk je daar bij Beachclub C helemaal niets van. Zodra je deze strandtent binnengaat, stap je een oase van rust binnen. Niet alleen door de inrichting met veel lichte en donkere houttinten – die een beetje doen denken aan Ibiza – maar ook omdat je door de grote, groene planten voor je gevoel een beetje verscholen zit. We worden vriendelijke begroet en lopen via de grote serre door naar achteren, waar er nog een plekje in de zon vrij is.

Uitbreiding met zwembad

Aan de andere kant van de strandtent wordt druk geklust, deze zomer opent namelijk het nieuwe deel van Beachclub C. Anne en ik mogen alvast een kijkje nemen. Ondanks dat nog niet alles af is, ziet het er nu al fantastisch uit. De grote buitenbar nodigt uit om aan te hangen en de luxe ligstoelen zien er comfortabel uit. Maar wat écht in het oog springt is het grote zwembad, waar ik op een zonnige dag als vandaag het liefst zo een duik in neem. Ik houd namelijk ontzettend van de zomer, het strand en de zee, maar ik vind het ook heerlijk om af te koelen in een relaxed zwembad. Zeker als er een stukje verderop lekker eten staat te wachten.

En dat is dan ook precies het geval, Anne en ik lopen terug naar ons tafeltje in de zon. “Hier zit je niet alleen heerlijk”, legt Anne uit, “de menukaart zorgt er eigenlijk voor dat je hier niet meer weg wilt.” Op advies van Anne hebben we de C’s starter platter besteld, waarbij je een selectie van verschillende voorgerechten krijgt. De tafel staat vol met gyoza’s, gefrituurde inktvisringen, yakitori, Korean fried chicken, garnalen en pimientos de padrón, kleine Spaanse pepers. De gastvrouw schenkt ons een goed glas wijn in, waarna Anne en ik wederom proosten op de zomer. Alles smaakt heerlijk en

zeker de gefrituurde kip en de Spaanse groene pepers met wat zeezout zijn onweerstaanbaar. Naast dat je overigens heel goed kunt borrelen bij Beachclub C, kun je er al vanaf het ontbijt terecht, tot in de late uurtjes.

Costa Hollandia

Na een dag op pad te zijn geweest met Anne weet ik het zeker, haar tips voor deze zomer wil je niet missen. Ze weet als geen ander waar je geniet van een heerlijke lunch, een uitgebreid diner of een gezellige borrel. Deze zomer hoeft ik dan ook helemaal niet zo nodig naar Malaga, Valencia of Barcelona. Mits de zon zich af en toe laat zien is het prima uit te houden aan de Costa Hollandia, van de Waddeneilanden tot aan Zeeland. Heel erg goed zelfs, dat heb ik vandaag wel ontdekt bij Bloomingdale, Piatti Beach en Beachclub C.

meer tips

Op foodiestravel.nl vind je nog veel meer strandtenten die je deze zomer wilt bezoeken, waarbij Anne en ik onze tips bundelden. Meer tips van Anne? Kijk dan eens op yourlittleblackbook.me of volg @yourlbb op Instagram.





Knapperig & kleurrijk

Hoe mooi zijn deze zomerse salades? Ze zijn vullend genoeg voor een avondmaaltijd, maar niet te zwaar, voor die fijne, warme zomeravonden.

Panzanella met perzik

Tomatensalade met
barbecuebavette

Komkommersalade
met tonijn tataki

Panzanella met perzik

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 30 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 6 personen

6 dunne sneetjes brioche *in blokjes*
4 kropjes babyromainesla *in kwarten*
6 rijpe perziken *in partjes*
2 bollen burrata of buffelmozzarella *in stukjes gescheurd*
zout en peper
½ tl (citroen)tijmblaadjes *om te serveren*
1 handvol basilicumblaadjes *om te serveren*

Voor de dressing

6 el olijfolie
1 citroen *alleen het sap*
1 el kappertjes *uitgelekt en fijngehakt*

1 Klop voor de dressing de olie, het citroensap en de kappertjes door elkaar. Houd apart.

2 Verwarm de oven voor (elektrisch: 190°C / hetelucht: 170°C). Verdeel de briocheblokjes over een bakplaat en bak in 8-10 minuten goudkleurig en krokant in de oven. Neem uit de oven en laat afkoelen.

3 Verdeel de sla over een serveerschaal met de perzik en de burrata en bestrooi met flink wat zout en peper. Besprenkel met de dressing en bestrooi met de tijm, het basilicum en de croutons.

Per portie: ca. 336 kcal
12 g eiwit · 22 g vet · 19 g koolhydraten

Yvonne: “Ik ben dol op geroosterd steenfruit in een salade. Deze is ook lekker met nectarine!”

Tomatensalade met barbecuebavette

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 35 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 6-8 personen

500 g gemengde tomaten
zout en peper
2 el olijfolie
500 g bavette *bij de slager of grotere supermarkt*
2 rode uien *in dikke plakken*
200 g gegrilde artisjok *in olie pot, uitgelekt*
150 g feta *verkruid*
½ bosje bieslook *grof gehakt*

Voor de dressing

2 el rodewijnazijn
3 el olijfolie
1 tl nigellazaad *bij de toko of grotere supermarkt*
3 lente-uitjes *in ringetjes*

1 Klop voor de dressing de azijn, de olie, het nigellazaad en de lente-ui door elkaar. Houd apart. Snijd de tomaten in plakjes, verdeel over een grote serveerschaal en bestrooi met wat zout. Besprenkel met het grootste deel van de olie en houd apart.

2 Verhit een barbecue of een grillpan hoog en bestrooi de bavette met zout en peper. Bak 2-3 minuten per zijde, tot hij geblakerd is, maar vanbinnen nog rare. Leg de bavette op een warm bord en laat rusten. Besprenkel de ui met de rest van de olie en gril ze tot ze geblakerd zijn. Verdeel de uien in ringen en houd apart.

3 Snijd de bavette in plakjes en verdeel over de tomaat. Besprenkel met het vocht van de bavette op het bord. Bestrooi met de artisjok en de ui, gevolgd door de feta en de bieslook. Besprenkel met de dressing en serveer.

Per portie (8): ca. 253 kcal
19 g eiwit · 16 g vet · 6 g koolhydraten

Komkommersalade met tonijn tataki

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 40 min. + minimaal 1 uur wachttijd

Ingrediënten voor 6-8 personen

3 el sojasaus
2 el sesamololie
1 el versgemalen zwarte peper
1 el zonnebloemolie
400 g geelvintonijnsteak

Voor de salade

3 komkommers *geschild, gehalveerd, zaadlijst verwijderd, in linten geschaafd*
1 rettich *bij de toko of groentewinkel, geschild, met een spiraalsnijder in noedels gedraaid, of gebruik 8 extra radijsjes in plakjes*
8 radijsjes *in dunne plakjes*
1 klein stukje gember *geschild en in dunne reepjes*
2 el sushigember *pot, fijngehakt, bij de toko of grotere supermarkt, optioneel*
2 norivellen *in reepjes, bij de toko of grotere supermarkt*
3 el mirin *Japanse rijstwijijn, bij de toko of grotere supermarkt*
2 limoenen *alleen het sap*
1 grote bos koriander *fijngehakt*
1 rode chilipeper *zaadlijst verwijderd, fijngehakt*
1 el korianderzaad *geroosterd en gekneusd, om te serveren*

Voor de dressing

4 el roeryoghurt
1 tl sojasaus
1 tl wasabi *of naar smaak*
1 limoen *alleen het sap*

1 Klop de sojasaus, de sesamololie en de peper in een ondiep schaaltje door elkaar. Verhit de zonnebloemolie in een koekenpan met antiaanbaklaag. Schroeï de tonijnsteaks aan beide zijden tot ze de gewenste gaarheid hebben bereikt. Leg de tonijn in het schaaltje met de marinade en zet ca. 1 uur in de koelkast. Draai de tonijn om en zet terug in de koelkast terwijl je de rest van de salade bereidt.

2 Doe voor de salade alle groenten in een grote serveerkom met de gember, de sushigember en de nori. Besprenkel met de mirin en het limoensap en voeg de koriander en de chilipeper toe. Schep om en laat ca. 20 minuten staan.

3 Klop alle ingrediënten voor de dressing door elkaar. Snijd de tonijn in plakjes en verdeel over de salade. Bestrooi met het korianderzaad en besprenkel met de dressing.

Per portie (8): ca. 254 kcal
29 g eiwit · 11 g vet · 9 g koolhydraten



Iedere
vrijdag een
nieuw menu

Elke vrijdag een weekmenu in je inbox?

Vind je het lastig te bedenken wat je deze week gaat eten? Foodies to the rescue!
Iedere week zetten we onze lekkerste recepten voor je op een rij in de vorm van een weekmenu. Hoef jij alleen nog maar boodschappen te doen en in de keuken te duiken.



Scan
de QR-
code

Bekijk het weekmenu op
foodiesmagazine.nl/weekmenu

foodies

Neusje van de zalm

Zachtgegaarde zalm, smaakvolle aardappeltjes en romige dille-mosterdmayo... Beter dan dit gaat het écht niet worden.

Langzaam gegaarde zalm met aardappelsalade en dille-mosterdmayo

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 1 uur en 15 min.

Ingrediënten voor 8-10 personen

1 bio-citroen *in dunne plakjes*
1 klein bosje tijm
dillesteeltjes *van de mayo, zie onder*
1-1,2 kg zalmzijde *van het staartstuk, bij de viswinkel*
zout en peper
1 el olijfolie
zeezout

Voor de aardappelsalade

1,5 kg krieltjes met schil *grote gehalveerd*
1 el dijonmosterd
1 citroen *alleen het sap*
3 el olijfolie

Voor de dille-mosterdmayo

200 g mayonaise
1 el grove of dijonmosterd
1 klein bosje dille *blaadjes geplukt, steeltjes apart gehouden*

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 120°C / hetelucht: 100°C). Verdeel de citroenplakjes, de tijmtakjes en de dillesteeltjes over de bodem van een grote, ondiepe braadslee of bakplaat. Bestrooi de zalm met flink wat zout en peper en wrijf de helft van de olijfolie over hele vis. Leg de zalm met de huidzijde naar boven op de citroen en de kruiden. Rooster 40-45 minuten in de oven, tot de vis stevig aanvoelt en je de huid bij het hoekje makkelijk los kunt trekken. Gebruik je een vleesthermometer? Dan is de zalm bij ca. 55°C klaar. Laat even afkoelen in de braadslee.

2 Doe terwijl de zalm in de oven staat **voor de aardappelsalade** de krieltjes in een pan koud water met wat zout en breng aan de kook. Zet het vuur laag en laat de krieltjes 10-15 minuten zachtjes koken, tot ze beetgaar zijn. Giet af en laat uitlekken. Roer de mosterd, het citroensap en de olijfolie door elkaar in een grote kom en breng op smaak met zout en peper. Doe de hete aardappels in de kom en schep om, zodat ze bedekt zijn met de dressing. Houd apart. De aardappelsalade kun je warm serveren of een dag van tevoren maken, in de koelkast bewaren en koud serveren.

3 Til de zalm voorzichtig op een serveerschaal (je kunt hem ook in de braadslee serveren). Trek de huid eraf en gooi weg. Schraap met een tafelmes het grijze vlees voorzichtig van de vis (maak er bijvoorbeeld de viskoekjes mee, zie kader op p. 87), en laat het roze vlees zitten. Je kunt de zalm nu warm eten, of laten afkoelen en op kamertemperatuur eten. In de koelkast blijft de zalm tot twee dagen goed; je kunt hem ook koud serveren.

4 Roer alle ingrediënten **voor de dille-mosterdmayo** in een kommetje door elkaar. Je kunt de mayo een dag van tevoren maken en in de koelkast bewaren. Bestrijk om te serveren de zalm met de rest van de olijfolie en bestrooi met zeezout. Serveer met de aardappelsalade en de dille-mosterdmayo erbij.

Per portie: ca. 516 kcal
28 g eiwit · 34 g vet · 22 g koolhydraten

supersnelle viskoekjes

Meng het grijze vlees van de zalm (zie p. 88) met 300 g gekookte, gepakte aardappels en 1 ei. Vorm er viskoekjes van, wentel in bloem en frituur goudkleurig in zonnebloemolie.



De *aller*lekkerste zomertaart *ooit*

Wat ons betreft is citroen dé smaak van de zomer. Met citroen in het beslag, in de vulling en als topping is deze taart dan ook op en top zomer.

Frisse citroenlaagjestaart met romige vulling

🍴🍴 Gemiddeld 🕒 ca. 1 uur en 25 min. + wachttijd

Ingrediënten voor 12 stukken

350 g zachte boter
350 g rietsuiker
6 eieren
350 g zelfrijzend bakmeel
1 tl bakpoeder
2 el melk
1 tl vanillepasta of -extract
3 bio-citroenen *rasp en sap*
150 g suiker + *extra*
bakpapier
satéprikker

Voor de vulling

300 ml slagroom
8 g slagroomversteviger *bijv. Dr. Oetker Klop-Fix*
50 g poedersuiker *gezeefd*
½ tl vanille-extract
4 el lemoncurd

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C) en bekleed de bodem van 3 bakvormen (20 cm Ø) met bakpapier. Als je minder bakvormen hebt kun je de cakes ook in porties bakken. Klop de boter en de suiker in ca. 3 minuten licht en luchtig met een handmixer. Klop de eieren één voor één erdoorheen – zorg dat het vorige ei goed is opgenomen voor je het volgende toevoegt en schraap tussen door de zij-kanten van de kom schoon. Spatel het bakmeel en het bakpoeder goed erdoorheen. Spatel de melk,

de vanille en de schil van 2½ citroen erdoorheen. Verdeel het beslag over de bakvormen en bak 30-35 minuten in de oven, tot de cakes goudkleurig zijn en een satéprikker er schoon uit komt. Heb je een keukenthermometer? De cakes zijn klaar als ze vanbinnen 90°C zijn.

2 Maak terwijl de cakes in de oven staan de drizzle. Roer het citroensap en de suiker in een kom door elkaar. Laat de cakes ca. 10 minuten afkoelen en stort twee cakes met de platte zijde naar boven op een rooster boven een bakplaat. Stort de derde cake met de bolle zijde naar boven op het rooster. Lepel de drizzle over de cakes en laat helemaal afkoelen.

3 Klop voor de vulling de slagroom, de slagroomversteviger, de poedersuiker en de vanille met een handmixer dik en smeerbaar. Leg een afgekoelde cake met de platte zijde naar boven op een serveerschotel of taartplateau. Bestrijk met de helft van de vulling en besprenkel met de helft van de lemoncurd. Leg de tweede cake met de platte zijde naar boven en herhaal met de rest van de vulling en de lemoncurd. Leg de derde cake met de bolle zijde naar boven erop. Bestrooi met de rest van de citroenschil en wat suiker. Serveer direct of laat ca. 1 uur op kamertemperatuur staan. In de koelkast blijft de taart tot 24 uur goed; neem hem ca. 30 minuten voor je wilt serveren uit de koelkast om op temperatuur te komen.

Per stuk: ca. 618 kcal
6 g eiwit · 37 g vet · 64 g koolhydraten





Barbecueën

Met deze zinderende spiesjes, smaakvolle sausjes en frisse salades is het écht alsof je even aan het Spaanse strand zit te barbecueën. Buen provecho!

Kweepeer-halloumispiesjes

 Makkelijk  ca. 25 min.

Ingrediënten voor 8 personen

100 g kweepeergelei *bij de delicatessenzaak of online*

3 el droge sherry

500 g halloumi

plantaardige olie *om te grillen*

citroenpartjes of sherryazijn *om te serveren*

dunne barbecuespiesen

- 1** Laat de kweepeergelei en de sherry in een klein pannetje smelten tot een siroop. Laat even afkoelen.
- 2** Snijd de halloumi in lange, rechthoekige plakjes van ca. 2 cm breed en snijd doormidden op de naad. Rijg de halloumiplakjes aan spiesen. Bestrijk de halloumi royaal met de siroop.
- 3** Vet het rooster van de barbecue in, steek de barbecue aan en wacht tot de kooltjes wit zijn, of leg een plaat op de barbecue. Gril de halloumi 1-2 minuten per zijde, tot hij goudkleurig en geblakerd is. Draai de halloumi pas om als hij zelf loslaat van de grill; het is het makkelijkst om met een tang de kaas om te draaien dan om met de hand de spiesen vast te pakken. Besprenkel de spiesjes met wat citroensap of sherryazijn. Serveer met de peterselie-kappertjessalade (p. 95).

Per portie (8): ca. 246 kcal

15 g eiwit · 16 g vet · 9 g koolhydraten

op z'n Spaans



Romescosaus

🍴 Makkelijk ⌚ S ca. 15 min.

Ingrediënten voor 8 personen

100 g blanke amandelen
200 geroosterde rode paprika *pot, uitgelekt*
1 teentje knoflook
1 el sherryazijn *bij de delicatessenzaak of online, of gebruik rodewijnazijn + evt. extra*
1 tl gerooktepaprikapoeder
50 ml olijfolie
zout en peper

1 Rooster de amandelen 3-4 minuten in een droge koekenpan, tot ze goudkleurig worden en geroosterd ruiken. Schud daarbij regelmatig met de pan. Doe de amandelen op een bord en laat afkoelen.

2 Doe de paprika, de amandelen, de knoflook, de azijn en het paprikapoeder in een keukenmachine en maal tot een grove pasta.

3 Schenk al draaiend de olijfolie erbij. Het is het lekkerst als de dip nog wat textuur heeft. Breng op smaak met zout, peper en eventueel sherryazijn.

Per portie: ca. 143 kcal

4 g eiwit · 13 g vet · 2 g koolhydraten



Saffraanaïoli

🍴 Makkelijk ⌚ S ca. 15 min.

Ingrediënten voor 8 personen

1 plukje saffraan
1 el kokend water
2 eidooiers
1 klein teentje knoflook
1 el dijonmosterd
½ citroen *alleen het sap*
zout en peper
200 ml olijfolie

1 Doe de saffraan en het kokende water in een kommetje. Laat ca. 10 minuten staan, zodat het water goudkleurig wordt.

2 Doe intussen de eidooiers, de knoflook, de mosterd, het citroensap en een snufje zout in een kan of hoge maatbeker en pureer glad met een staafmixer; je kunt dit ook in een keukenmachine doen. Schenk al draaiend in een dun straaltje de olijfolie erbij, tot je een dikke, glanzende mayonaise hebt.

3 Breng op smaak met peper en roer het saffraanwater erdoorheen om de aioli wat losser en goudkleurig te maken. Dek direct op het oppervlak af en zet in de koelkast tot je wilt serveren. Voeg zo nodig wat water of citroensap toe als je aioli te veel is opgesteven in de koelkast.

Per portie: ca. 244 kcal

2 g eiwit · 27 g vet · 0 g koolhydraten



Peterselie-kappertjessalade

🍴 Makkelijk ⌚ ca. 10 min.

Ingrediënten voor 8 personen

1 klein bosje platte peterselie
1 citroen *alleen het sap*
3 el kappertjes *uitgelekt, fijngehakt*
½ sjalotje *fijngesnipperd*
6 el olijfolie
zout en peper
200 g cherrytomaten *gehalveerd*
4 kropjes babyromainesla *bladeren losgetrokken*

1 Hak de peterseliesteeltjes fijn en hak de blaadjes grof. Doe de steeltjes in een grote kom en roer het citroensap, de gehakte kappertjes en de sjalot erdoorheen. Klop de olijfolie erdoorheen en breng op smaak met zout en peper. Schep de tomaten, de peterselieblaadjes en de sla erdoorheen. Serveer direct.

Per portie: ca. 99 kcal

2 g eiwit · 9 g vet · 3 g koolhydraten



Marieke: "Lekker met rijstsalade en platbrood."

Pittige peppadew-garnalenspiesjes

🔪 Makkelijk ⌚ ca. 20 min. + minimaal 30 min. wachttijd

Ingrediënten voor 8-12 stuks

3 teentjes knoflook *geperst*
1 rode chilipeper *fijnggehakt*
½ bosje peterselie *fijnggehakt*
1 tl gerookte paprikapoeder
½ tl pittig gerookte paprikapoeder
4 el olijfolie
zout en peper
400 g grote garnalen *evt. met schaal, kop en/of staart*
400 g peppadews *pepertjes, pot, uitgelekt*
citroenpartjes *om te serveren*
8-12 metalen spiesen

1 Klop de knoflook, de chilipeper, de peterselie, het paprikapoeder, het pittige paprikapoeder en de olijfolie door elkaar. Breng op smaak met zout en peper en roer de garnalen erdoorheen. Dek af, zet in de koelkast en laat minimaal 30 minuten marineren. Rijg de garnalen afwisselend met de peppadews aan de spiesjes, zodat er aan elk spiesje 4-5 garnalen zitten.

2 Steek de barbecue aan en laat de kooltjes wit worden. Grill de spiesjes 3-4 minuten op de barbecue of bak in een grillpan tot de garnalen roze en doorschijnend zijn. Serveer direct met citroenpartjes om erover uit te knippen en saffraanaioli (p. 94).

Per stuk (12): ca. 75 kcal

6 g eiwit · 4 g vet · 4 g koolhydraten







Anne: "Rijstsalade over?
Ook heerlijk de volgende
dag als lunch."

Rijstsalade met geblakerde lente-ui en olijven

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 30 min.

Ingrediënten voor 8 personen

100 g pitloze Spaanse groene olijven *uitgelekt*
 150 g lente-uitjes
 1 tl olijfolie
 250 g meergranenrijst *gekookt*
 3 el sherry- of rodewijnazijn
 zout en peper
 100 g zongedroogde tomaten *in reepjes*
 50 g amandelschaafsel *geroosterd*
 2 stengels bleekselderij *fijnggehakt*
 50 g manchego *Spaanse kaas, geschaafd, optioneel*
 metalen of bamboespiesjes

1 Rijg de olijven aan spiesjes. Verhit een grillpan of steek de barbecue aan en wacht tot de kooltjes wit zijn. Schep de lente-uitjes om met de olie en gril 8-10 minuten, tot ze zacht zijn. Gril de olijven een paar minuten en draai regelmatig om, tot ze een beetje geblakerd zijn. Neem de lente-uitjes uit de pan of van de barbecue en snijd in hapklare stukjes. Neem de olijven uit de pan of van de barbecue.

2 Verhit zo nodig de rijst in de magnetron tot hij warm is. Schep om met de azijn, zout, peper, zongedroogde tomaat en een beetje olie uit de pot van de tomaten. Laat een paar minuten op smaak komen.

3 Schep de olijven, de lente-ui, het amandelschaafsel en de bleekselderij om met de rest. Schep de manchego erdoorheen en breng op smaak met zout en peper.

Per portie: ca. 292 kcal

11 g eiwit · 13 g vet · 30 g koolhydraten





Sticky kip-chorizospiesjes met olijfolieplatbrood

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur en 20 min. + mini-maal 3 uur wachttijd

Ingrediënten voor 8 personen

100 ml olijfolie

75 ml sherryazijn *bij de delicatessenzaak of online, of gebruik rode wijnazijn*

½ bosje tijm *blaadjes geplukt*

1½ el gerookte paprikapoeder

4 teentjes knoflook *geperst*

3 el honing

zout en peper

4-5 kipfilets *ca. 650 g, in hapklare stukjes*

200 g chorizo *stuk, in dikke plakjes*

250 g padrónpepers *bij de groentewinkel of grotere supermarkt, of gebruik 3 groene paprika's in stukken*

geblakerde citroenpartjes *om te serveren*

8 grote of 16 kleine metalen spiesen

Voor het olijfolieplatbrood

1,2 kg patentbloem + *bestuiven*

200 ml olijfolie + *extra*

1 el fijn zout

14 g droge gist

700 ml water

aluminiumfolie *optioneel*

1 Klop de olie, de azijn, de tijm, het paprikapoeder, de knoflook, ⅔ van de honing en flink wat zwarte peper door elkaar. Schenk ¼ van de marinade over de kip en chorizo en houd de rest apart. Laat minimaal 2 uur, maar liefst een nacht, marineren. Klop de rest van de honing door de apart gehouden marinade.

2 Meng voor het platbrood de bloem, de olijfolie, het zout en de gist in een grote kom met elkaar. Voeg het water toe en kneed tot een grof deeg. Stort het deeg op een met bloem bestoven werkblad en kneed ca. 10 minuten, tot het glad en elastisch is. Doe het deeg in een met olie ingevette kom en dek af. Laat ca. 1 uur rijzen, tot het in volume verdubbeld is.

3 Kneed het deeg kort door en verdeel in 16 balletjes van ca. 140 g. Rol elk balletje tot een paar mm dik en ca. 20 cm breed uit. Verhit een koekenpan op middelhoog vuur en bak de deeglapjes 3-4 minuten, tot ze van onderen goudkleurig zijn en er grote bubbels ontstaan. Draai om en bak nog 1-2 minuten tot het platbrood lichtgoud is. Houd de platbroden warm in een oven op lage temperatuur of in aluminiumfolie op de barbecue.

4 Rijg de kip, de chorizo en de pepers aan de metalen spiesen en bestrooi met zout. Steek de barbecue aan en wacht tot de kooltjes wit zijn of verhit de grill van de oven middelhoog. Gril de spiesjes 8-10 minuten tot de kip gaar is; draai ze elke paar minuten om. Bestrijk bij het draaien de spiesjes met de rest van de marinade.

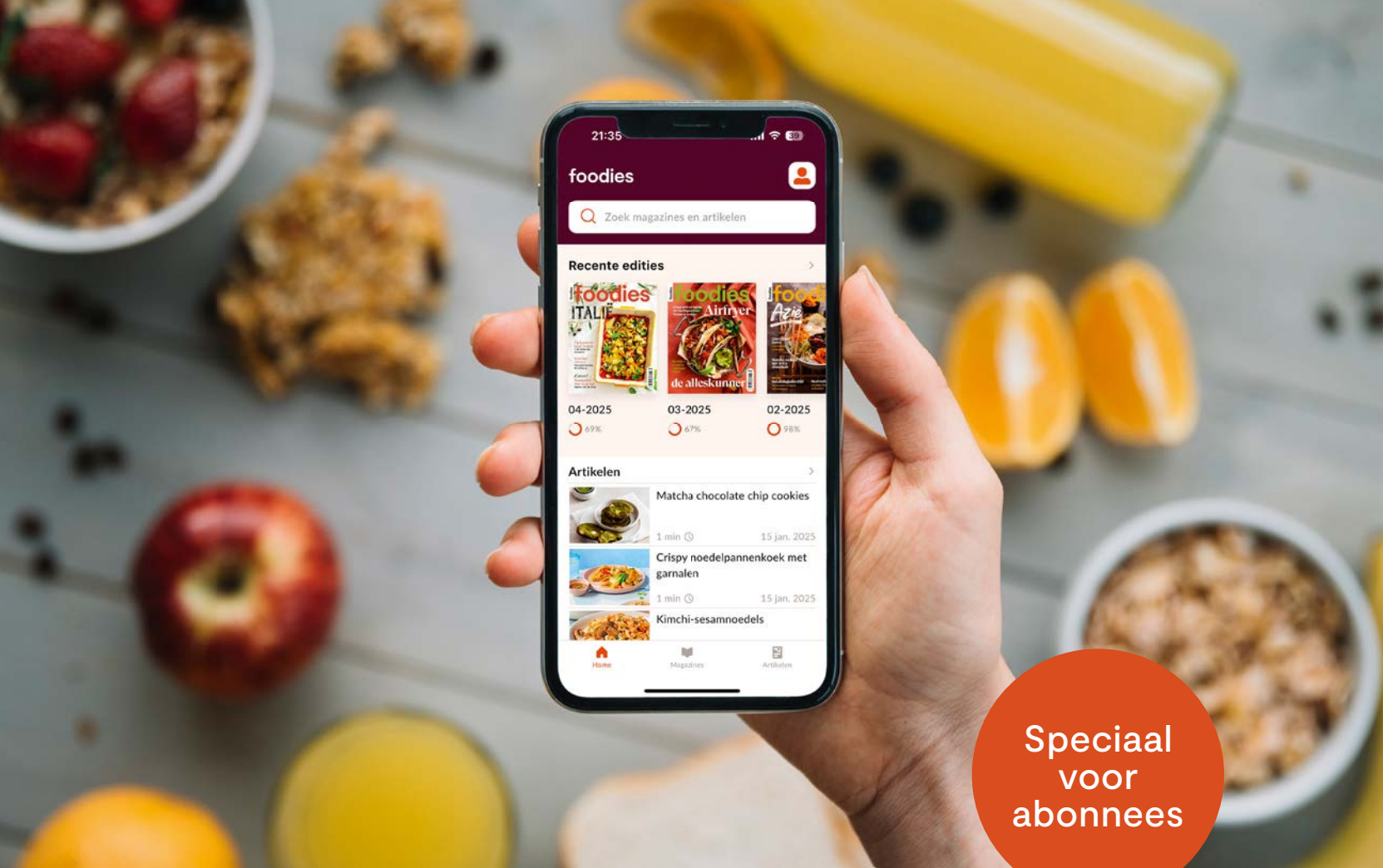
5 Gebruik een vork om het vlees en de pepers van de spiesjes op de platbroden te doen. Serveer met romescosaus (p. 94), saffraanaioli (p. 94), peterselie-kappertjessalade (p. 95) en/of rijstsalade met geblakerde lente-ui en olijven (p. 101).

Per portie (platbrood, 2 p.p.): ca. 390 kcal
10 g eiwit · 13 g vet · 57 g koolhydraten

Per portie (spiesjes): ca. 344 kcal
26 g eiwit · 22 g vet · 8 g koolhydraten

olijfolieplatbrood





Speciaal
voor
abonnees

Jouw favoriete recepten altijd bij de hand!

Vanaf nu in de nieuwe Foodies app, gratis voor abonnees.

In de app kan je:

- Het magazine lezen op je telefoon of tablet
- Gemakkelijk recepten uit het magazine opslaan en terugvinden
- Eerdere edities van Foodies digitaal lezen



Scan
voor
Apple



Scan
voor
Android

Meer informatie via

foodiesmagazine.nl/digitaallezen foodies

Seizoensster

Zonder tomaten geen zomer, wat ons betreft. Deze makkelijke recepten – niet allemaal op de foto, wel allemaal lekker – laten weer eens zien hoe fantastisch deze seizoensgroente is.

Makkelijke traybake met tomaat, aubergine en zuurdesem

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur en 15 min. + ca. 30 min. wachttijd

Ingrediënten voor 2-3 personen

3 el olijfolie + invetten
1 kleine aubergine à 250 g, in stukjes van 3 cm
zout en peper
500 g rijpe tomaten *verschillende kleuren en maten, in partjes en/of gehalveerd*
1 snuffje suiker
2 tl rodewijnazijn
2 takjes tijm *blaadjes gerist + extra*
½ tl korianderzaad
½ tl chilivlokken
150 g zuurdesembrood *in stukken gescheurd*
2 sjalotjes *gepeld en in de lengte in plakjes*
2 el pitloze Kalamata-olijven *doormidden gescheurd*
4 eieren
125 g ricotta
10 g parmezaan *geraspt*
1 bol mozzarella *in stukken gescheurd*
1 handvol waterkers met vinaigrette *om te serveren, optioneel*
keukenpapier

1 Vet een grote brownievorm of braadslee (ca. 35 x 25 cm) in met olie. Doe de aubergine in een zeef en bestrooi met ½ tl zout. Wrijf de aubergine ermee in en laat boven een kom of de gootsteen ca. 30 minuten uitlekken. Schep intussen de tomaten om met een snuf zout, de suiker, de azijn en de tijmblaadjes.

2 Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C). Wrijf met keukenpapier het overtollige zout en vocht van de aubergine. Verhit ⅔ van de olijfolie in een koekenpan met antiaanbaklaag op middelhoog vuur en voeg het korianderzaad toe. Roer, als het korianderzaad sist, de aubergine en de chilivlokken

erdoorheen. Bak al roerend 15-20 minuten, tot de aubergine gekaramelliseerd is en zacht is in het midden. Doe bij de tomaten in de kom en voeg het brood, de sjalot en de olijven toe. Verdeel het mengsel gelijkmatig over de braadslee. Besprenkel met de rest van de olie en bak ca. 20 minuten in de oven.

3 Klop de eieren, de ricotta, de parmezaan, zout en peper door elkaar en schenk over de groenten. Verdeel de mozzarella over en tussen de groenten, zodat niet alles aan de bovenkant zit. Zet nog ca. 15 minuten in de oven, tot de zuurdesem krokant en goudkleurig is en de mozzarella is gesmolten. Serveer eventueel met de waterkers en vinaigrette.

Per portie (3): ca. 583 kcal

30 g eiwit · 34 g vet · 36 g koolhydraten

Tomatenorzo met tuinbonen en dille

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 35 min.

Verwarm de oven voor (elektrisch: 180°C / hetelucht: 160°C). Verhit 1 el olijfolie in een ovenbestendige koekenpan op middelhoog vuur. Voeg een snuffje venkelzaad, 1 fijngesnipperde rode ui, wat geraspte citroenschil en ½ rode chilipeper (zaadlijsten verwijderd, fijngehakt) toe. Bestrooi met zout en peper en bak al roerend ca. 5 minuten, tot de ui zacht en lichtgoud is. Voeg 180 g orzo toe en rooster een paar minuten. Blus af met 100 ml witte wijn of vermouth en laat een paar minuten bubbelen, tot het vocht is verdampt. Roer 1 bosje grof gehakte dille, 150 g tomatenblokjes of cherrytomaten, 100 g tuinbonen (geblancheerd en gepeld) en 250 ml kokend water erdoorheen. Breng op smaak met zout en peper en bak in ca. 15 minuten gaar in de oven.

Per portie: ca. 330 kcal

9 g eiwit · 7 g vet · 42 g koolhydraten

Tomaat-lavasbruschetta

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 25 min.

Snij 350 g **cherry- of trostomaten** in grove stukken en schep om met $\frac{1}{2}$ tl **zeezout**, $\frac{1}{2}$ el **rodewijnazijn**, 1 handvol fijnggehakt **lavasblad** (of een mengsel van selderij en basilicum, of peterselie), een snufje **suiker** en 1 el **olijfolie**. Rooster of grill 6 plakjes **stokbrood** van goede kwaliteit en wrijf in met gehalveerde **knoflookteentjes**. Besprenkel met wat **olijfolie** en bestrooi met **zeezout**. Lepel het tomat-lavas erop en garneer met verkruimelde **feta**.

Per portie: ca. 210 kcal

8 g eiwit · 9 g vet · 24 g koolhydraten

Tomaten-kokosnoedels met kerrieblad

🍴 Makkelijk 🕒 ca. 20 min.

Kook 100 g **eier- of sobanoedels** ca. 1 minuut minder dan de aanwijzingen op de verpakking. Verhit 1 el **arachideolie** op middelhoog vuur en frituur $\frac{1}{2}$ el **zwart mosterdzaad** (bij de toko) tot ze poppen. Voeg 2-3 tl **gedroogd kerrieblad** toe en bak nog ca. 1 minuut. Voeg 1 fijngesnipperde **sjalot** toe en bak nog een paar minuten. Roer 150 g gehalveerde **cherrytomaten**, een flinke snuf **zout**, 1 tl **pittige kerrie** en $\frac{1}{2}$ tl **kurkuma** erdoorheen. Verhit al roerend 3-4 minuten, tot de tomaten uit elkaar vallen. Schenk 200 ml **kokosmelk** erbij. Laat ca. 3 minuten koken tot het is ingedikt. Giet de noedels af en roer door de saus. Breng op smaak met **limoensap** en bestrooi met **korianderblaadjes** en grof gehakte **pinda's**.

Per portie: ca. 674 kcal

11 g eiwit · 51 g vet · 40 g koolhydraten

Borrelen met Rueda Verdejo

Rueda (spreek uit: roe-ee-daa) is de vrolijke naam van de witte wijn uit de D.O. Rueda, het wijngebied dat naar het Spaanse dorp Rueda is vernoemd. De populaire verdejo is dé druif uit deze streek. Wij snappen wel waarom!





De perfecte borrelwijn

Rueda is een begrip. In Spanje en in de rest van de wereld. In Nederland is hij zelfs de populairste witte zomerwijn. Waarom? Omdat hij geweldig smaakt, maar niet al teveel herrie maakt. Nauwelijks aandacht vraagt. Hij is er gewoon gezellig bij. Nou ja, gewoon...

Als witte wijn ben je natuurlijk niet zomaar wereldwijd een begrip. Daar gaat het nodige aan vooraf. De ingrediënten daarvoor zijn de herkomst, het klimaat, het druivenras en de wijnboer. En dat allemaal in de juiste mix.

Deze Spaanse witte wijn uit de Ruedastreek is aan strenge kwaliteitscontroles van D.O. Rueda onderhevig. De druivenoogst vindt plaats tijdens koele nachten, waardoor de druiven hun smaak het beste behouden. Rueda Verdejo is fris, lekker licht en zit boordevol

fruitige tonen van citrusvruchten, groene appel en perzik. Perfect voor een zonnige dag dus.

Hapje erbij?

Hoewel zo'n glas Rueda Verdejo eigenlijk al lekker is van zichzelf, heb je soms gewoon zin in een hapje erbij. Deze wijn is een echte allemansvriend. Dat maakt dat vrijwel iedereen hem lekker vindt, maar ook dat hij past bij veel verschillende borrelhappen. Maak een borrelplank met verschillende kaasjes, olijven en crackers of serveer met een schaal tapas voor een échte Spaanse fiësta.



"Een glas Rueda Verdejo
is op z'n best als hij
goed gekoeld is"

proeven maar!

Is het tijd voor een borrel? Je vindt de Spaanse witte wijnen uit Rueda onder andere in de supermarkt en in verschillende wijnwinkels. Je herkent ze aan het groene Rueda-etiket op de achterkant van de fles. Meer informatie? Volg [@ruedawines_benelux](#) op social media of ga naar [ruedawijnen.nl](#)



LEKKER

LEKKER LEI



Lekker bezig!

Ken jij ook zo'n
duurzame onderneming?
Mail naar [redactie@
foodiesmagazine.nl](mailto:redactie@foodiesmagazine.nl)

EZIG ZIG

BEZIG

Atrevido

Ons groene Foodieshart gaat sneller kloppen van duurzaam ondernemen. Daarom in Foodies maandelijks de leukste (en lekkerste) initiatieven van eigen bodem. Marieke sprak met Peter Zandee van Atrevido.

TEKST: MARIEKE SLETTENHAAR FOTO'S: ARCHIEF ATREVIDO

BIJ HET DOORBLADEREN VAN dit nummer is het je vast al opgevallen: in de Spaanse keuken vloeit de olijfolie rijkelijk. Een scheutje over de salade, als vet in de pan of los in een schaalje om brood in te dippen. Heerlijk, maar ook kostbaar. In Nederland tenminste...

Peter Zandee vertelt: "Toen ik zag wat goede olijfolie hier in de winkel kost, was ik verbaasd. Ineens begreep ik waarom Hollanders zo weinig olijfolie gebruiken: het is vrijwel onbetaalbaar! Daardoor ga je vanzelf spaarzaam druppelen in plaats van het royaal gebruiken zoals het bedoeld is."

Peter woont al een aantal jaar in Spanje en haalt zijn olijfolie bij de boer, zoals ze dat daar allemaal doen. “De prijzen zijn niet te vergelijken. Je kunt hier een goede kwaliteitsolie kopen voor een paar tientjes. In Nederland betaal je voor de helft al het dubbele.” Dat prijsverschil heeft alles te maken met de lange weg die olijfolie naar ons aflegt. Het gaat van de boer naar een distributeur en dan weer naar een retailer. Door al die schakels is de distributieketen lang en inefficiënt. Dat heeft niet alleen negatieve gevolgen voor de prijs en duurzaamheid, maar ook voor de kwaliteit. “Tegen de tijd dat de olie in het schap ligt, is die vaak al maanden, of zelfs meer dan een jaar oud. Dat maakt de smaak er niet beter op, want versheid is belangrijk bij olijfolie. Wanneer je een kwaliteitsolie kort na de oogst opent, ruik je tonen van tomaat, vers gemaaid gras en artisjok, met hints van amandel en appel. Zoiets vind je in Nederland nauwelijks”, legt Peter uit. Daarbij is er ook ander groot probleem in Zuid-Europa: boeren die hun olijfolie niet direct kwijtraken, zijn genoodzaakt die te verkopen aan grote bedrijven. Die mengen deze hoogwaardige olie vervolgens met goedkopere, kwalitatief mindere olie om zo de kosten te drukken en als massaproductie verkopen aan supermarkten in het buitenland.

Ludieke actie

Om zijn vrienden en familie kennis te laten maken met de echte smaak van olijfolie, besloot Peter de bekende olijmolen in zijn buurt te benaderen. Of ze niet wat voor hem apart konden houden? Hij zou het dan zelf vers van de pers naar Nederland vervoeren. Een ludieke actie waarop de boer in eerste instantie wat terughoudend reageert. “Ze zagen het totaal niet zitten om hun ongefilterde olijfolie op deze manier

te verkopen. Ik moest hemel en aarde bewegen om ze te overtuigen”, vertelt Peter. Ongefilterde olie is namelijk heel anders dan we gewend zijn. Het heeft een unieke smaak en is slechts enkele maanden houdbaar. “Zouden ze dat in Nederland wel snappen?”, vroeg de boer aan Peter en daarop stelde hij een voorverkoop via WhatsApp voor: “Iedereen die binnen een maand reageert, krijgt de olie thuisbezorgd. Bij aankoop maken we dan duidelijk dat de olie tijdelijk verkrijgbaar is en dat je het in het seizoen moet gebruiken. Dat heeft als bijkomend voordeel dat we alleen maar aanbieden wat er op dat moment beschikbaar is. Zo voorkomen we verspilling.” Dat trok ze over de streep. “Het duurzame aspect is belangrijk voor boer Albert en zijn vrouw. Ze werken als familiebedrijf op biodynamische wijze. Daarbij denken ze niet alleen aan deze oogst, maar ook aan de kwaliteit van hun grond over tien jaar. Ze gebruiken geen pesticiden of kunstmest en laten het natuurlijke ecosysteem zoveel mogelijk met rust”, legt Peter uit.

Eerlijke olie

Na een succesvolle eerste samenwerking, waarbij Peter met een auto bomvol olijfolie naar Nederland is gereden, is zijn spontane idee inmiddels uitgegroeid tot bedrijfje Atrevido. “Het is een win-win situatie”, vertelt Peter. “Er rijdt niemand om, er gaat geen marge naar mensen die geen waarde toevoegen en de boer kan zijn mooie product voor een goede prijs verkopen.” De ongefilterde variant is er alleen vlak na de oogst, maar buiten het seizoen kun je ook regelmatig hoogwaardige gefilterde olie op atrevido.nl bestellen. Zo kunnen we hier in Nederland eindelijk olijfolie gebruiken zoals het bedoeld is: rijkelijk, vers en vol van smaak. Net als in Spanje!





Annes toetjeshoek

Mensen die bij mij komen eten, doen dat stiekem voor het toetje, want dat maak ik altijd zelf. Van chocomousse tot cheesecake of crumble, er staat vrijwel elke dag iets zoets op tafel. En omdat ik al die zoete toetjes ook graag met jou deel, vind je nu in elke Foodies een recept uit mijn eigen toetjeshoek. Deze maand: Baskische cheesecake.

Baskische cheesecake met abrikozen

🔪 Makkelijk 🕒 ca. 1 uur + minimaal 4 uur wachttijd

Ingrediënten voor 10-12 personen

boter voor invetten

800 g roomkaas

225 g suiker

2 el bloem

200 g zure room

4 eieren

2 tl vanille-extract

¼ tl zout

bakpapier

Voor de abrikozen

500 g verse abrikozen

2 el honing

scheutje marsala of vin santo

1 Verwarm de oven voor (elektrisch: 240°C / hetelucht: 220°C). Zet het rooster onder het midden in de oven. Vet een springvorm (20 cm Ø) in met boter. Verfrommel twee vellen bakpapier, vouw uit elkaar en leg ze op elkaar in de springvorm, met het ene vel gedraaid op het andere, zodat de hoeken in verschillende richtingen wijzen. Duw het papier goed aan.

2 Doe de roomkaas en de suiker in een kom en mix met een handmixer (of in een staande mixer) ca. 2 minuten door elkaar, tot de suiker is opgelost en je geen korreltjes meer voelt. Voelt het mengsel na 2 minuten nog korrelig? Mix dan nog iets langer.

3 Zeef de bloem boven de kom en voeg de zure room, de eieren, de vanille en het zout toe.

Mix tot een egaal beslag. Giet het in de springvorm. Sla de springvorm een keer stevig op het aanrecht, om de luchtballen eruit te halen. Bak ca. 30 minuten in het midden van de oven. De cheesecake moet er donkerbruin gekaramelliseerd uitzien van buiten en een beetje omhoog gekomen zijn als een soufflé. De taart is dan nog een beetje wiebelig. Laat de oven aan, verlaag de temperatuur van de oven (elektrisch: 200°C / hetelucht: 180°C).

4 Laat de taart op kamertemperatuur helemaal afkoelen in de vorm. Tijdens het afkoelen zal hij wat inzakken. Laat vervolgens nog minimaal 3 uur afkoelen in de koelkast.

5 Halveer voor de abrikozen de abrikozen en verwijder de pit. Leg ze in een ovenschaal, besprenkel met de honing en een scheutje vin santo of marsala en rooster ze ca. 25 minuten in de oven.

6 Serveer de cheesecake met de abrikozen.

Per portie (12): ca. 370 kcal

6 g eiwit · 25 g vet · 30 g koolhydraten

burnt cheesecake

Anne: "Als ik écht moet kiezen, is cheesecake mijn favoriete taart. Deze 'burnt' versie klinkt misschien wat spannend, maar geeft een super lekkere karamelsmaak. Probeer maar!"



Receptuur: Anne Mebelder Fotografie: Willem van Santen



De volgende
Foodies
verschijnt op
12 augustus



Turks Mediterraans

Het is nog volop zomer en wij hebben reislust: we gaan naar Turkije! We leren meer over de verschillende keukens die Turkije rijk is en maken gerechten die in een Turks restaurant niet zouden misstaan. Mét op en top Turkse ingrediënten. Van filo tot feta, harissa, sumak en meer.

EN VERDER:

- Authentieke verhalen
- Mooie Turkse kookboeken
- Doordeweekse gerechten





Klantenservice

Wil je abonnee worden of heb je vragen over je abonnement? Op onze website vind je antwoord op de meeste vragen.



www.foodiesmagazine.nl/contact

Wist je dat je tegenwoordig eenvoudig zelf je adres kan wijzigen? Ga naar www.foodiesmagazine.nl/adreswijzigen om je nieuwe adres door te geven. Het nieuwe adres wordt vervolgens automatisch in ons systeem gewijzigd.

Telefoon

We zijn er maandag tot en met vrijdag van 09.00 tot 17.00 uur om je vragen te beantwoorden.
+31 (0)24-2027 826

E-mail

Stel je vraag per e-mail aan een van onze service medewerkers.
klantenservice@foodiesmagazine.nl

ABONNEMENTSINFORMATIE Foodies magazine kost €7.99 per nummer. De abonnementsprijs in Nederland € 79,- en in België € 82,- (12 nummers) Deze prijs geldt bij betaling per automatische incasso. Voor betaling via een (digitale) factuur geldt een toeslag van € 2,50. Je kunt eenvoudig een machtiging afgeven via www.magazineshop.nl/machtigen. Abonnementen worden automatisch verlengd, tenzij anders vermeld. Het opzeggen van een abonnement kan eenvoudig telefonisch via +31 (0)24-2027826 of per mail via klantenservice@foodiesmagazine.nl.

foodies

Foodies is een uitgave van F&L Media B.V.

Hoofdredacteur Yvonne Doorten

Redactie Bas Erkens, Anne Mebelder, Lotus van Overveldt, Willem van Santen, Marieke Slettenhaar en Julie van den Berg

Met medewerking van Jan-Jaap Altenburg, Robbin de Bont, Jasper Bosman, Johan Björkman, Werner Drent, Sabine Koning, María José Sevilla, Marijn Visser, Your Little Black Book

In samenwerking met Big Green Egg, Spaanse chorizo en Rueda Wijnen

Art Direction Nick Groenewold

Vormgeving Mylène Nales, Tom Gerrits, Lisanne Cobussen, Susan Gerbrands-Derksen, Ferry Dorresteyn en Ellen Willemsen

Sales Marc Bokhove +31 (0)24 2404643
mbokhove@fnl.nl

Marketing Anouk Tolboom +31 (0)24 2404595
atolboom@fnl.nl

Drukkerij Senefelder Misset Doetinchem B.V.

Vragen aan de redactie

Heb jij opmerkingen, suggesties of vragen aan de redactie? redactie@foodiesmagazine.nl

Nieuwsredactie / Pers

redactie@foodiesmagazine.nl of het onderstaande adres o.v.v. redactie Foodies Magazine
Jonkerbosplein 52, 6534 AB Nijmegen

F&L Media



COPYRIGHT Het auteursrecht op deze uitgave en de gedrukte uitgave en op de daarin verschenen artikelen wordt door de uitgever voorbehouden. De vertaalc rechten berusten bij F&L Media B.V. te Nijmegen/ Nederland. Het verlenen van toestemming tot publicatie in de gedrukte uitgave houdt in dat de auteur de uitgever, met uitsluiting van ieder ander onherroepelijk machtigt de bij of krachtens de auteurswet door derden verschuldigde vergoedingen voor kopiëren te innen en dat de auteur alle rechten verdraagt aan de uitgever, tenzij anders bepaald. Niets uit deze uitgave en de gedrukte uitgave mag worden overgenomen, vermenigvuldigd of gekopieerd zonder uitdrukkelijke schriftelijke toestemming van de uitgever. De uitgever stelt zich niet aansprakelijk voor eventuele onjuistheden, welke in deze uitgave of de gedrukte uitgave mochten voorkomen.

INDEX

moeilijkheidsgraad

De gardes bij de recepten geven het niveau aan, van makkelijk tot uitdagend.

- V** Zonder vlees en vis
- VN** Vegan
- S** Binnen 30 minuten klaar
-  Makkelijk
-  Gemiddeld
-  Uitdagend

Hoeveelheden

1 el = 15 ml / 1 tl = 5 ml

Verdubbelen/halveren

Wil je een recept verdubbelen of halveren? De bereidingstijd kan dan afwijken; houd je gerecht tijdens het koken of bakken goed in de gaten.

Voor- en bijgerechten

- 73 Aardappelchips met komijnazijn **VN**
- 18 Albondigas met gerooktetomatensalsa
- 73 Artisjokkenchips **VN S**
- 58 Bourbon-gemberpitcher **VN S**
- 39 Chilisalsa met geblakerde mais en limoentortillachips **V**
- 17 Chili-sinaasappalgarnalen **S**
- 28 Coquilles met bloemkoolcrème en pittige mojo
- 70 Courgettespiesjes met yoghurt & gedroogde olijven **V**
- 30 Gazpacho **V**
- 37 Gesmoorde venkel met pancetta, citroen en vermouth
- 20 Gezouten krieltjes met salsa verde en salsa rojo **V S**
- 93 Kweeper-halloumispiesjes **V S**
- 61 Perzikijsthee **VN**
- 95 Peterselie-kappertjessalade **VN S**
- 96 Pittige peppadew-garnalenspiesjes
- 94 Romescosaus **VN S**
- 33 Romige peterseliesoep met tuinboontjes en chorizo **S**
- 59 Rozen-grapefruitpitcher met vlierbloesem **VN S**
- 94 Saffraanaioli **V S**
- 17 Slaspiesjes met manchego en sherryazijndressing **V S**
- 89 Supersnelle viskoekjes **S**
- 105 Tomaat-lavasbruschetta **V S**
- 54 Tomaten-limoensalade met krokante gember, chilipeper en knoflook
- 59 Watermeloen-lycheepitcher **VN S**
- 34 Wedge salad met chorizovinaigrette en blauwe kaas **S**
- 58 Wodka-komkommerlimonade **VN S**



88

Hoofdgerechten

- 54 Gebakken bramen met meringue
- 86 Komkommersalade met tonijntataki
- 88 Langzaam gegaarde zalm met aardappelsalade en dille-mosterdmayo
- 104 Makkelijke traybake met tomaat, aubergine en zuurdesem **V**
- 64 Mini-kipburgertjes
- 53 Orzotto met mais en pancetta
- 27 Paella à la Sevilla
- 86 Panzanella met perzik
- 41 Pasta met geroosterde tomaat, knoflook en mascarpone **V**
- 64 Regenboogpicknicktaart met groenten **V**
- 25 Rijst met wilde eend à la 'cortigero'
- 99 Rijstsalade met geblakerde lente-ui en olijven **V S**
- 69 Salade van tomaat en kikkererwten **V S**
- 43 Spaanse tortilla met chorizo
- 35 Spinazie-chorizowafels met gepocheerd ei **S**
- 51 Sticky five-spice buikspek
- 101 Sticky kip-chorizospiesjes met olijfolieplatbrood
- 105 Tomaten-kokosnoedels met kerrieblad **V S**
- 104 Tomatenorzo met tuinbonen en dille **VN**
- 86 Tomatensalade met barbecuebavette
- 61 Zomersalade met avocado en mango **V S**

Zoet en nagerechten

- 51 Amandelkruimelcake met perzik en frambozen
- 110 Baskische cheesecake met abrikozen
- 40 Bramentaart met laurier
- 12 Churrossandwich met chocolade-ijs
- 14 Crema catalana met amandel en sinaasappel
- 26 Flan met bloedsinaasappel en karamel
- 90 Frisse citroenlaagjestaart met romige vulling
- 70 Geroosterd brood met chocolade, zout en olijfolie
- 14 Rijstpudding met zomerfruit en amandelcrunch
- 11 Torrijas (Spaanse wentelteefjes)



110

Voordat je de keuken ingaat...

Wil je ons helpen met een paar korte vragen?



We zijn benieuwd wat je van Foodies vindt. Daarom hebben we een korte vragenlijst opgesteld. Invullen kost je maar **5 minuten** en je maakt kans op 1 van de 10

Dille & Kamille cadeaubonnen t.w.v. €10!

Scan bovenstaande QR-code en doe mee
of ga naar: foodiesmagazine.nl/lezersonderzoek

foodies

Momento
Gusto



De beste producten uit de Méditerranée



momentogusto.nl

Bestel makkelijk en
snel online de beste
producten uit het
mediterraans gebied.

*Geniet van een
momento gusto*