

JONATHAN ZANDBERGEN

VIJF

SEIZOENEN



CARRERA
culinair

© Jonathan Zandbergen, 2019
© Uitgeverij Carrera Culinaire, Amsterdam 2019

Tekst: Jonathan Zandbergen
Redactie: Anne Heesink
Correctie: Milou Breunese
Fotografie: Sven Benjamins
Vormgeving : Studio Vijf890

ISBN 978 90 488 4704 4
ISBN 978 90 488 4705 1 (e-book)
NUR 440

www.carreraculinaire.nl
www.overamstel.com

OVERAMSTEL
uitgevers

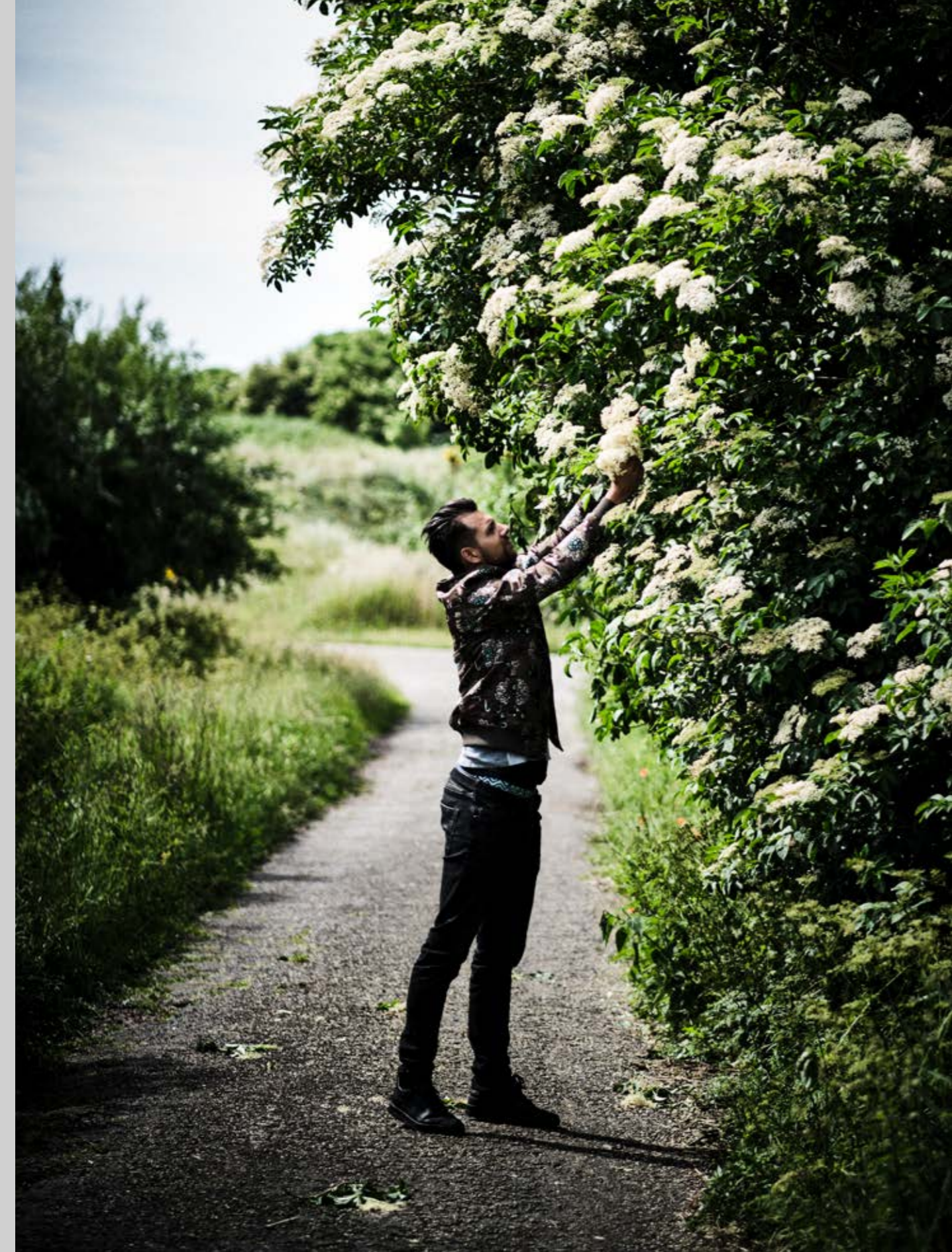


Carrera Culinaire is een imprint van
Overamstel uitgevers bv

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave
mag worden veeveelvoudigd en/of openbaar gemaakt
door middel van druk, fotokopie, microfilm of op
welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van de uitgever.

INHOUD

Voorwoord	09
Over Jonathan	13
Hoe gebruik je dit boek	17
Basingrediënten	20
Een wereld aan specerijen	23
LENTE	31
Seizoenskaarten	33
Recepten	45
VOORZOMER	69
Seizoenskaarten	71
Recepten	83
ZOMER	105
Seizoenskaarten	107
Recepten	119
HERFST	151
Seizoenskaarten	153
Recepten	163
WINTER	187
Seizoenskaarten	189
Recepten	199
Een woord van dank	221
Receptenindex	222



VOORWOORD

In dit boek wil ik je kennis laten maken met de vijf seizoenen.

Je leest het goed. Nederland heeft vijf verschillende culinaire seizoenen.

In de eerste helft van het jaar komt er zo veel van het land dat twee seizoenen, de lente en de zomer, de lading niet dekken.

Wanneer de lente en zomer in elkaar overlopen – de bloesem heeft allang plaatsgemaakt voor frisgroen blad, maar de zinderende hitte van de zomerzon laat nog even op zich wachten – is er een uniek aanbod aan seizoensproducten. Die verdienen een eigen seizoen: de voorzomer. Vanaf mei is officieel het seizoen van de koude grond los. De akkers hebben nu voldoende zonuren gehad en de eerste groenten komen van het land. Dit proces kan versneld worden met behulp van kassen. Neem bijvoorbeeld de eerste Hollandse asperges. Het seizoen van de koude grond start officieel pas op 15 april, en toch ligt het witte goud al eerder in de supermarkt. Peperduur, dat wel. Dit vervroegde aanbod komt van telers die hun asperges in verwarmde tunnels kweken. Dat verwarmen kost een hoop energie, maar de consument heeft wel eerder zijn Hollandse asperge op zijn bord. Is dit wat we willen? Blijkbaar wel, want de asperges gaan al in maart als zoete broodjes over de toonbank. Is het ook

verantwoord? Goede vraag. En die mag iedereen voor zichzelf beantwoorden, maar ik kies zelf het liefst voor producten uit de volle grond.

Want waarom niet? Jaarrond hebben we een fantastisch aanbod aan producten van eigen bodem. Producten die in hun eigen seizoen het lekkerst zijn, de meeste voedingsstoffen bevatten en de laagste prijs hebben omdat er een natuurlijk aanbod is. Dat zijn leuke voordelen! Voor mij zijn seizoensproducten ook van meerwaarde op gevoelsniveau. Ieder seizoen kan ik weer uitkijken naar wat er komen gaat en mij daarop voorbereiden. Ik houd ontzettend van het voorjaar, wanneer de eerste knoppen in de bomen zitten en je ziet, ruikt en voelt wat voor moois eraan begint te komen, van bloesem tot vrucht. Of het moment dat het seizoen van de koude grond weer is begonnen. Eindelijk zijn er weer verse groenten van het land. In de zomer knallen de kleuren letterlijk van het bord. Dat is toch fantastisch! En is de zomer voorbij? Dan kijk ik alweer uit naar de herfst met al zijn platvissen, paddenstoelen, handfruit en pompoenen. Ik mag niet voortrekken, maar de herfst is denk ik wel mijn favoriete seizoen. Rondvissen als zeebaars en makreel

zijn mooi vet, de platvissen zijn top. Paddenstoelen, kastanjes, noten, pompoen, peren, appels en knollen; ze worden allemaal geoogst. En het druilerige, gure weer? Dat versterkt dat knusse herfstgevoel alleen maar. In de herfst proef je de guurheid op je bord. In diepe, aardse en mossige smaken. In de winter is het aanbod wat minder uitbundig. Eerder sober en ingetogen. Daar ligt een mooie uitdaging voor de seizoenschef. Als je goed zoekt en je creativiteit gebruikt, vind je namelijk genoeg ingrediënten om superlekkere gerechten te maken, zonder dat je daar geïmporteerde aardbeien of tomaten voor nodig hebt.

Ik ben trots op onze Nederlandse producten.

Heel erg trots! Zo betrapte ik mezelf er laatst op dat ik aan mijn Parijse collega's verkondigde dat onze zeebaars de allerbeste is. En wat dacht je van de Noordzeekrab of de platvissen of de Oosterscheldekreeft... Of de asperges, de polderhaas, of... Zo kan ik nog wel even doorgaan. Ik ben de afgelopen jaren op zoek gegaan naar de allerbeste lokale producten. Daarbij ontdekte ik een aantal geweldige producten van eigen bodem. Producten die ik graag en veel gebruik in mijn keuken en die ik in dit boek graag met je wil delen.

Ik wens je veel lees- en kookplezier.

Jonathan Zandbergen



OOSTERSCHELDE- KREEFT

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat door de afwijkende DNA-structuur, de Oosterschelde kreeft – ten opzichte van andere kreeften – een fijnere en zachtere smaak heeft. De kreeften hebben zich aangepast aan onze Noordzee. Dat resulteert naar mijn mening in de lekkerste kreeft ter wereld! Het seizoen start op de laatste donderdag van maart en loopt tot 15 juli.

LEKKER MET

- » asperges
- » doperwtjes en andere peulvruchten
- » lamsoren en zeekraal
- » kropsla
- » citrus
- » peper
- » pasta
- » gebakken met knoflook en citroen

WAAR KOOP JE OOSTERSCHELDEKREEFT

Ik bestel altijd een verse kreeft bij de visboer, en dit doe ik een dag van tevoren. Dan kunnen ze het altijd regelen! Of geef het aan bij de markt voor de volgende week.

WAAR MOET JE OP LETTEN

Een kreeft moet springlevend zijn! Als je er eentje oppakt, moet hij zijn klauwen en staart flink bewegen. Dat betekent dat de kreeft heel vers is. Om in leven te blijven, eet de kreeft zichzelf van binnenuit op. Als je dus een wat oudere, niet zo verse kreeft oppakt, beweegt die een stuk minder omdat hij veel kracht is verloren. Deze kun je beter laten liggen.



SALADE RICHE

met Oosterscheldekreeft, radijs, kropsla, avocado, cornichon, Ibericoham en notenvinaigrette

In mijn tijd bij Polman's Huis in Utrecht serveerde ik geregeld een salade riche; een rijk gevulde salade met luxe ingrediënten. Naast de ceasarsalade is dit mijn ultieme lunchgerecht. Lekker licht en toch genoeg voor een maaltijd. Maar bovenal: superlekker! In het seizoen van de Oosterscheldekreeft moet deze salade toch minimaal een keer op tafel komen. Natuurlijk kun je zelf bepalen wat je er allemaal in stopt. In dit recept mijn suggesties.

INGREDIËNTEN

- zout en peper
- 1 Oosterscheldekreeft
- 50 ml wittewijnazijn
- 1 kropsla of little gem
- 8 radijsjes, gewassen
- 4 el cornichons (kleine augurkjes)
- 2 avocado's
- 4 groene asperges, geblancheerd
- 25 g rietsuiker
- 100 ml verjus* (of witte balsamico)
- 100 ml arganolie** (of walnootolie)
- 4 stukjes eendenlever (indien gewenst)
- 8 kleine langoustines, schoongemaakt
- olijfolie
- 1 geweekte wintertruffel, in plakjes (indien verkrijgbaar)
- 8 plakjes Ibericoham (of andere gedroogde ham)
- 50 g broodcroutons

BENODIGDHEDEN

- ijs, om de kreeft en de kropsla te koelen

Breng in een grote pan water aan de kook. Voeg zout, peper en de wittewijnazijn toe. Snijd de kreeft van de kop tot de staart in met de punt van een scherp mes. Maak de scharen los en kook de staart en de kleine scharen 3 minuten en de grote scharen 5 minuten. Leg alle onderdelen meteen in een kom ijswater om het garingsproces te stoppen. Haal het kreeftenvlees uit de schaal en snijd in stukken van 3 cm.

Scheur de kropsla klein en leg de bladeren in een kom met ijswater. Gebruik alleen het hart van de kropsla. Snijd de radijsjes in vieren en de cornichons doormidden. Snijd de avocado's en asperges in stukken van 2 cm. Leg alles op een plateau.

Los voor de dressing de rietsuiker op in de verjus en meng met de arganolie. Besprenkel de groenten met wat van de dressing en kruid met zout en peper. Doe hetzelfde met de stukken kreeft en de eendenlever. Laat de sla uitlekken en verdeel over 4 borden, samen met alle verschillende garnituren.

Bak de langoustines in 3 minuten per zijde gaar in olijfolie en kruid met zout. Leg ze op de salade en giet de overige dressing erover.

Tip: Het lukt misschien niet altijd om al deze luxe producten in huis te halen. Gebruik dan gamba's in plaats van langoustines en rivierkreeftjes in plaats van Oosterscheldekreeft.



* Verjus is het vergiste sap van onrijpe druiven. Het smaakt een beetje als azijn.

** Arganolie is gemaakt van argannoten. De arganboom groeit rondom de stad Marrakesh. Let er wel op dat je arganolie voor consumptie koopt en geen cosmetische. Je kunt arganolie vervangen door walnootolie.



OPPERDOEZER RONDE

De Opperdoezer Ronde is een aardappelras dat uitsluitend rond het Noord-Hollandse dorp Opperdoes, binnen een straal van een kilometer rond de dorpskerk, wordt verbouwd. Het ras gedijt het beste op de wat hoger gelegen zwavelrijke gronden in dit deel van Noord-Holland. 'Opperdoezer Ronde' is sinds 1996 een beschermde oorsprongsbenaming. De aardappel is daarmee een van de zeldzame Nederlandse producten met het Europese beschermingskeurmerk. Nieuwe aardappels komen ieder jaar rond juni uit de grond. De oogst van de Opperdoezers is een van de eerste. Probeer hem eens gekookt in de schil met wat gesmolten boter of olijfolie en zout.

LEKKER MET

- » de laatste witte asperges
- » ham of spek
- » in een omelet
- » met tomaat en basilicum
- » tafelzuur, in een salade
- » al je eigen gerechten waar je normaal gesproken 'gewone' aardappels voor gebruikt

WAAR KOOP JE OPPERDOEZERS

bij Hero Stam in... Opperdoes! Een bijzondere vent met passie voor de 'rondjes': *power to the pieper!*

WAAR MOET JE OP LETTEN

De aardappels mogen niet beschadigd zijn, door het dunne schilletje zijn ze kwetsbaar. Daarom worden ze ook nog met de hand gerooid. Als er uitlopers of blauwe plekken op zitten, dan zijn je aardappels oud. Deze kun je beter laten liggen. Dit geldt overigens voor iedere aardappel.



SALADE VAN OPPERDOEZER RONDE

met tafelzuur en gekonfijte tomaten

Alleen aardappels die binnen een straal van een kilometer rond de kerk van het West-Friese plaatsje Opperdoes worden geteeld, mogen Opperdoezer Ronde heten. Vanaf 1860 werden er in Opperdoes voornamelijk negenwekers verbouwd: een snelgroeïende aardappel (in negen weken van pootgoed tot oogst) die al vroeg in het seizoen gerooid kan worden. De negenwekers werden gekruist en door veredeling van variaties ontstond de Opperdoezer Ronde: laag in zetmeel en met een mooie, gladde structuur. Om de smaak te behouden, kook je hem in de schil. Natuurlijk zijn de eerste jonge aardappels van het seizoen het lekkerst. Die komen eind juni al uit de grond. Op en top seizoen dus! Deze salade is lekker als lunchgerecht, maar doet het ook goed bij de barbecue.

INGREDIËNTEN

- 1 kg nieuwe Opperdoezers
- zout en peper
- 300 g tafelzuur, bijv. Amsterdamse uitjes en augurk
- 150 g gekonfijte tomaten, (zie p. 141)
- 1 sjalot
- 5 takjes dragon
- 10 g bieslook, inclusief bloemetjes
- 150 g mayonaise (zie p. 143)
- 100 ml crème fraîche
- 1 el truffeltapenade
- fleur de sel

Kook de Opperdoezers in de schil ca. 15 minuten in gezouten water. Giet af, pel het vel er meteen af en snijd de Opperdoezers in stukken van 2 cm. Snijd de Amsterdamse uitjes, de augurken en de gekonfijte tomaat klein en meng met de Opperdoezers.

Snipper het sjalotje zeer fijn en voeg toe. Hak de dragon en de bieslook fijn. Houd de bloemetjes apart. Voeg de kruiden toe. Meng de mayonaise, de crème fraîche en de truffeltapenade met het aardappelmengsel en breng alles goed op smaak met fleur de sel en peper.

Tip: Als je geen jonge Opperdoezers ter beschikking hebt, gebruik dan roseval of ratte.

ARTISJOK

Bloemig, kruidig, zoet en mals: ik houd van de smaak van de artisjok. Je hebt de blaadjes, die je in een saus doopt en met je tanden afschraapt. En je hebt het hart van de bloem. Die kun je op talloze manieren bereiden. Gemarineerd, als puree, gebakken of geroosterd. De kleine artisjokken, zoals de poivrade, eet je juist in hun geheel. Mijn vrouw komt van Corsica en daar eten ze volop artisjokken. Ieder jaar op vakantie in Corsica maak ik ze. Ik kook ze in een beetje zure bouillon tegen het verkleuren. Kook kleine artisjokken vijf minuten en de bodems van grote exemplaren tien minuten. Laat afkoelen in de bouillon. Trek dan het hooi van de bodem. Met deze basis kun je aan de slag. Kleine artisjokken leg ik lauwwarm in een marinade van olijfolie, knoflook en tijm. Dan zet ik ze een paar uur in de zon of op een andere warme plek zodat de smaken goed intrekken. Serveer ze los als aperitief, op de pizza of in een salade. Met bodems van grote artisjokken kun je na het koken van alles doen. In roomboter bakken met een teentje knoflook en een takje tijm, bijvoorbeeld. Of maak er een puree van. Door die te verdunnen met bouillon heb je ook zo een snelle artisjoksoep.

LEKKER MET

- » basilicum
- » geitenkaas
- » knoflook
- » tijm
- » biet
- » honing
- » tomaat
- » kappertjes
- » mosterd
- » amandel
- » azijn/citroen

WAAR KOOP JE ARTISJOK

Ik koop mijn artisjokken op de markt of op de Kanaalstraat in Utrecht. Daar heb je veel mediterrane groentewinkeltjes die allemaal wel artisjokken verkopen.

WAAR MOET JE OP LETTEN

Artisjokken moeten goed gesloten zijn, als ze openstaan zijn ze minder vers. Ook mogen artisjokken geen donkere plekken vertonen.





MELANZANE

familierecept

Melanzane betekent aubergine in het Italiaans. Ik ken het woord echter als de naam van een gerecht: een lasagne van aubergine. Als kind heb ik dit recept meegekregen van mijn stiefvader. Het is best een klus om de aubergines goed voor te bereiden, maar het eindresultaat is subliem. Vroeger legde ik de plakken aubergine eerst in water met zout om ze vervolgens stuk voor stuk te bakken in olie. Ik heb met mijn kennis uit de keuken een snellere bereiding gevonden, dus dat scheelt. Verder zijn goede basisingrediënten erg belangrijk. Mooie stevige aubergines, buffelmozzarella en oude Parmezaanse kaas. De tomatensaus mag mild zijn, maar wel met een stevige basilicumsmak.

INGREDIËNTEN

- 5 grote aubergines
- zout en peper
- 4 teentjes knoflook, fijngesneden
- 150 ml + extra olijfolie
- 1 grote ui, gesnipperd
- 1 kg romatomen, zonder vel, in blokjes
- 2 bosjes basilicum
- boter
- 500 g buffelmozzarella
- 100 g Parmezaanse kaas
- olijfolie

BENODIGDHEDEN

- keukenpapier
- bakpapier
- aluminiumfolie

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Schil de aubergines en snijd plakken van 1 cm. Leg ze uit op een theedoek en bestrooi ze aan beide zijden met fijn zout. Laat 20 minuten liggen en dep ze goed droog met keukenpapier.

Meng 1 teentje knoflook met 150 ml olijfolie. Leg de aubergineplakken op 2 bakplaten bekleed met bakpapier en bestrijk ze rijkelijk met de olie. Dek de bakplaten af met aluminiumfolie en bak 10 minuten in de oven. Verwijder de folie en bak nog 10 minuten. Neem de aubergine uit de oven, maar laat de oven aan.

Fruit de ui en 3 teentjes knoflook aan in wat olie en voeg de tomatenblokjes toe. Kruid met zout en peper en kook in 40 minuten zachtjes tot een mooie saus. Neem van het vuur. Snijd 1 bosje basilicum fijn en meng door de saus.

Scheur de mozzarella in stukken. Vet een ovenschaal in met boter en plaats een laag aubergines op de bodem. Bouw de melanzane op door telkens tomatensaus af te wisselen met aubergine, mozzarella en de basilicumblaadjes van het overige bosje. Eindig met een laag mozzarella en Parmezaanse kaas. Bak de melanzane 35 minuten in de oven.



ZEEUWSE PLATTE OESTERS

In september is het feest: het officiële seizoen van de Zeeuwse platte begint weer! Vanaf september loopt het seizoen acht maanden door. De Zeeuwse platte vind ik de lekkerste oester. Er zijn ook creuses, een Japanse soort die erg sterk is en snel en goed groeit in de Noordzee. Ze zijn te vinden in Zeeland en op de Wadden, maar ze smaken niet zo uitgesproken als de Zeeuwse platte. Eigenlijk heeft een oester niks nodig. Wil je hem toch combineren, doe dat dan met iets zuurs of iets wat gerookt is.

LEKKER MET

- » gerookte olie
- » sojasaus
- » komkommer
- » biet
- » zeewier
- » koriander
- » citrus
- » crème fraîche
- » bieslook

WAAR KOOP JE OESTERS

Ik haal mijn oesters bij de Oesterij in Yrseke. Die heeft de allermooiste, vers uit het water.

WAAR MOET JE OP LETTEN

Oesters moeten vers zijn. Hoe verser hoe beter, want je eet ze vaak levend. Kijk in de winkel goed naar de datum op de verpakking en kies voor de meest verse. Oesters moeten goed gesloten zijn, als de schelpen openstaan kun je ze niet gebruiken. Controleer altijd bij het opensteken van een oester of hij fris ruikt. Zo niet, gebruik hem dan ook niet.

GRATIN VAN HERFSTGROENTEN

Vaak passen verschillende producten uit hetzelfde seizoen goed bij elkaar. Net als de zomer, heeft de herfst een rijkdom aan groenten en fruit. Ze worden doorgaans geoogst in de periode tussen september en november en dit gerecht is een heerlijke combinatie van beide.

INGREDIËNTEN

- 1 witte ui
- 50 g venkel
- 150 g eekhoortjesbrood (of champignons)
- 50 g gekookte kastanjes, blik of vacuümverpakt
- 50 g appel
- 50 g peer
- olijfolie
- 20 g boter
- 5 g 1001-nacht-specerijen (zie p. 25, of gebruik kerriepoeder)
- Maldon zeezout en peper
- 80 g gele biet
- 80 g chioggiabiet
- 80 g rode biet
- 80 g winterpeen
- 80 g pompoen
- 80 g rammenas (daikon)
- 80 g knolselderij
- 100 ml groentebouillon

BENODIGDHEDEN

- evt. mandoline
- ronde uitsteekvorm
- aluminiumfolie

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Snipper de ui. Snijd de venkel, het eekhoortjesbrood, de kastanjes, de appel en de peer in kleine blokjes van ½ cm.

Fruit de ui en venkel 5 minuten in 1 tl olijfolie. Voeg de kastanjes, de boter en de specerijen toe. Bak nog 2 minuten. Voeg het eekhoortjesbrood, de appel en de peer toe. Kruid met zeezout en stoof 5 minuten. Neem van het vuur en laat 10 minuten staan met de deksel op de pan.

Snijd flinterdunne plakken van de bieten, de winterpeen, de pompoen, de rammenas en de knolselderij. Gebruik hiervoor bij voorkeur een mandoline, anders een zeer scherp mes. Steek met een uitsteekvorm cirkels uit de groenten die niet rond zijn. Halveer de cirkels.

Verdeel het venkel-uimengsel als een heuveltje over het midden van 4 diepe

ovenbestendige borden, druk een beetje aan. Beleg deze met de groenteplakjes. Werk dakpansgewijs en wissel de verschillende kleuren af. Verdeel de bouillon eroverheen. Besprenkel met olijfolie en bestrooi met zwarte peper. Dek de borden af met aluminiumfolie en plaats 15 minuten in de oven.





LAUWWARME CHOCOLADETAART

met ijs van aardperen en dulce de leche

Een vulling die net stevig genoeg is om te snijden en die de textuur heeft van een crème brûlée. Varieer gerust met verschillende chocoladesoorten, als ze maar minimaal 68% cacao bevatten. Dit is oprecht één van mijn lievelingstaarten en daarmee is het een waardige afsluiter van dit boek.

INGREDIËNTEN

- 1 blikje gecondenseerde melk (397 g)
- 10 eidooiers
- 750 ml slagroom
- 150 ml volle melk
- 100 g aardperen, geschild en in dunne plakjes
- 45 ml rum
- 300 g pure chocolade, 70% cacao
- 75 g suiker
- 150 g + extra boter
- 75 g rietsuiker
- 1 ei
- 125 g rauwe cacaobonen, fijngehakt
- 300 g + extra bloem
- Maldon zeezout

BENODIGDHEDEN

- springvorm 22 cm Ø
- bakpapier
- bakbonen, om blind te bakken

Kook het gesloten blikje gecondenseerde melk 2 uur in een pan met ruim water. Keer het blikje iedere 15 minuten.

Meng 100 g van de gecondenseerde melkkaramel met 3 eidooiers. Breng in een pan 250 ml slagroom en de melk met de aardpeerplakjes aan de kook. Gaar 20 minuten op zacht vuur, pureer fijn en meng met het karamel-eimengsel. Doe terug in de pan en breng al roerend aan de kook. Breng de rum aan de kook en voeg hem toe. Laat het mengsel afkoelen en zet minimaal 2 uur in de diepvries. Roer daarbij iedere 15 minuten door met een garde tot het ijs stevig is.

Breng 500 ml slagroom aan de kook. Haal van het vuur en roer de chocolade erdoor tot hij gesmolten is. Klop in een kom 6 eidooiers met 75 g suiker los. Meng de chocoladeroom erdoor. Laat afkoelen.

Klop 150 g boter met de rietsuiker luchtig. Meng het hele ei en 1 eidooier erdoor. Voeg de cacaobonen toe. Roer 300 g bloem erdoor en meng

tot deeg. Laat het deeg minimaal 1 uur rusten in de koelkast.

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Rol het deeg uit tot iets groter dan de springvorm. Vet de springvorm in met boter en bestuif met bloem. Bekleed de taartvorm strak met het deeg. Leg er bakpapier in en strooi de bakbonen erin. Bak de bodem 15 minuten blind. Verwijder de bakbonen en het bakpapier en bak nog 3 minuten. Laat de bodem afkoelen.

Verlaag de oventemperatuur naar 120 °C. Verdeel het chocolademengsel over de bodem. Bak de taart 40 minuten in de oven. Haal uit de oven en laat 30 minuten afkoelen. Bestrooi lichtjes met zeezout.

Snijd de taart met een warm mes in punten en serveer met een quenelle* aardpeerijs.

*Een quenelle is een ei-vormig bolletje gemaakt met behulp van 1 of 2 lepels. Oefen de techniek eerst met slagroom en verras je gasten met een restaurantwaardige presentatie.