

Modeste Herwig

IJS

IN ELK
SEIZOEN



FORTE
CULINAIR



Dit is een uitgave van
Forte Uitgevers BV
Postbus 684
3740 AP Baarn

Eindredactie: Mariëtte van der Goen, Hilversum
Fotografie: Modeste Henzig
Ontwerp omslag + binnenswerk: Studio Wouke Boog
Opmaak binnenwerk: Brigitte van Loon
ISBN 978 94 62 50 158 4
NUR 440

© 2017 Forte Uitgevers BV, Baarn
Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag
worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd
gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm
of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door
fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder
voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor meer informatie over de culinaire boeken van
Forte Uitgevers: www.forteculinaire.nl



Inhoud

- 6 Een goede voorbereiding
- 8 Dol op ijs
- 10 Een koud kunstje
- 12 Basisrecepten roomijs, yoghurtijs en sorbetijs
- 14 Ingrediënten
- 14 Zuivel en eieren
- 16 Fruit
- 18 Groenten, kruiden en bloemen
- 20 Noten, pitten, rozijnen en chocola
- 22 Zoetigheden
- 24 Recepten
- 24 Roomijs
- 44 Yoghurtijs
- 62 Sorbetijs
- 80 IJslolly's
- 96 Gezonde ijsjes
- 114 Praktische tips
- 116 Keukengerei en handigheidjes
- 118 IJsmachines
- 120 Vormpjes, hoorntjes en wafels
- 122 Sauzen en toppings
- 124 Oogstkalender
- 125 Register
- 128 Adressen





Een goede
voorbereiding



Dol op ijs

In dit boek speelt zelfgemaakt ijs de hoofdrol. Als dessert als opfrisser, dorstlesser en zelfs hartig ijs en gezond ijs. Ambachtelijk ijs met heel verse producten en verrassende ingrediënten zoals vlierbloemen, ananassalade, vijgen, zoete aardappel, worteltjes en doperwtjes. Voor dit boek heb ik veertig recepten bedacht die je gemakkelijk thuis kunt maken. Hierbij heb ik me laten inspireren door de seizoenen. Naast verse ingrediënten van de beste kwaliteit heb ik ook fruit, groente, kruiden en bloemen uit onze eigen tuin gebruikt. Anneke Reuser heeft het ijs bereid en natuurlijk uitgebreid mee geproefd. Wij zijn geen professionele ijsbereiders, maar we hebben gemerkt dat het helemaal niet moeilijk is om met oogst uit eigen moestuin heerlijke ijskoude lekkernijen te maken.

We hebben recepten bedacht voor roomijs, yoghurtijs, sorbets, ijslolly's en gezond ijs (zonder kristalsuiker of zonder zuivel). Favorieten van ons zijn het pruimenijs met speculaankruiden op basis van yoghurt, de aardbeien-sorbet met roomse kervel en het pompoenijs met zoete aardappel (zonder zuivel). Maar ook de ijslolly's met rode bessen en vlierbloemensiroop, het hartige doperwtjeijs en de bevroren cupcake's met dropsmaak zijn heerlijk! Probeer ze allemaal om jouw favoriet te ontdekken, en nog leuker: bedenk zelf nieuwe variaties.



Een koud kunstje

Zelf ijs maken is een koud kunstje: bolletjes zacht roozijs, heerlijk fris yoghurtijs, fruitig sorbetijs of ijs op een stokje. In de zomer maak je ijs met vers fruit en kruiden, in de winter met heerlijk warme smaken zoals honing, stoofperen, noten en gedroogd fruit. Zelfgemaakt ijs is vers, helemaal naar je eigen smaak en vaak ook nog gezond. Kost het ijs uit je eigen keuken dan weet je precies wat erin zit. Geen toevoegingen zoals kleurstoffen, conserveringsmiddelen en kunstmatige zoetstoffen. Heb je misschien last van een allergie, zoals lactose intolerantie, dan is een recept eenvoudig aan te passen.

Met de recepten in dit boek kun je zelf veertig verschillende ijsjes maken. Het is echt niet moeilijk om te doen en meestal is de bereiding van het ijsmengsel binnen een halfhuurtje klaar. Alleen de *bombe* met rozentiaadjes (blz. 42) kost meer tijd. Je kunt zelf heel makkelijk allerlei nieuwe smaken bedenken. Kies eerst of je roozijs, yoghurtijs of sorbetijs wilt gaan maken. Maak het ijs volgens het basisrecept (blz. 12-13) en voeg daar zelf ingrediënten aan toe. Het is ontzettend leuk om



Basisrecepten

Roomijs, yoghurtijs en sorbetijs



De juiste verhoudingen en verse ingrediënten vormen de basis van lekker ijs. De hoofdbestanddelen van ijs zijn een vloeibare basis (melk, room, water), droge stof (suiker, melkpoeder), vet (melk, room) en een emulgator die als verdikkingsmiddel en bindmiddel werkt (meestal ei-ei). Aan deze basis worden ingrediënten toegevoegd die voor de smaak zorgen, zoals fruit, kruiden, specerijen en chocola. Voeg nootjes, stukjes gedroogd fruit of stukjes chocola pas 5 minuten voor het einde van de bereidingstijd toe.

Roomijs

Roomijs bestaat uit ei, melk, room en suiker. Je begint met het maken van een custard (vla). Verwarm melk en room in een pan tot het bijna kookt, voeg eventueel een vanillestokje toe. De verhouding melk en room kun je aanpassen. Slagroomijs bevat bijvoorbeeld minstens 60 procent room. Klop in een kom de eidooiers en de suiker met een garde tot een luchtig mengsel. Giet langzaam, beetje bij beetje en al roerend, het iets afgekoelde melk-roommengsel bij het ei-suikermengsel. Liever niet andersom omdat er dan eerder klontjes ontstaan. Doe het mengsel terug in de pan, zet op laag vuur en roer goed tot het dik

begint te worden. Het is dik genoeg als het mengsel aan de bolle kant van een lepel blijft hangen. Laat het niet koken, de temperatuur moet 80-85 °C zijn. Giet het dan over in een schaal en laat afkoelen.

BASISINGREDIËNTEN VOOR ROOMIJS, 10-12 BOLLETJES

300 ml vette melk

100 ml room

4 eidooiers

100 gr fijne kristalsuiker



Parfait

Parfait, dat ook wel semifreddo genoemd wordt, is roomijs dat stilstaand wordt ingevroren. Het is een mengsel van eidooiers, stijfgeklopte slagroom en suiker(siroop). Je kunt er ook vruchtenpuree aan toevoegen. Het wordt zonder ijsmachine gemaakt en hoeft niet geroerd te worden. Afdekken en 3 tot 4 uur in de vriezer zetten.

Fruit

Vers fruit is erg lekker in ijs. De soorten die hier worden besproken kun je goed zelf kweken. Naar de recepten zijn natuurlijk aan te vullen met gekochte vruchten zoals abrikoos, citroen, granaatappel, kiwi, mandarijn, mango, meloen, perzik en sinsaappel. De vruchten moeten perfect rijp zijn, maar niet overrijp, was het fruit zo nodig van tevoren, verwijder schillen en pitten en snijd het in stukjes. Bestrooi het dan met een beetje suiker zodat er geen harde ijskristallen in het fruit ontstaan. Fruit uit een pot of diepvriesvruchten zijn ook te gebruiken.

Aalbes

De kleine rode bessen zijn friszuur en heerlijk in alle soorten ijs, maar vooral in sorbetijs en yoghurtijs. Als je de bessen heel laat zijn ze zeer decoratief in ijdolly's. Er zijn ook witte aalbessen. Aalbessen zijn lekker met aardbei, framboos, meloen en vierbloesemsiroop.

Aardbei

De populairste vrucht van ijsliefhebbers, zeker van kinderen. Kies bij voorkeur aromatische en zoete soorten, zoals de hangaardbei 'Jemplantation', de framboosaardbei en de wilde bosaardbei. Aardbeien combineren goed met rabarber, framboos, chocola, munt en roomse kervel.

Appel

Alle appels zijn geschikt om ijs van te maken, zure appels maken ijs extra fris. Citroensap voorkomt de bruine verkleuring. Appel combineert goed met rozijn, blauwe bes, braam, walnoot, vanille, kaneel en gember.

braam

lampioenbes

framboos

viig

pruim

aardbei

pruim

pluut

peer



Groenten,

kruiden en bloemen



pompoen

Groenten

Ook al wordt fruit het meest gebruikt voor ijs, er zijn heel veel groenten die een fantastische basis vormen voor lekker en gezond ijs. Smoothies van groenten zijn in opkomst, maar zeker in de zomer is een groente-ijsje wel zo lekker. Voor ijs kun je ook poeder van gedroogde groenten gebruiken, echt superfood. Er is onder andere poeder verkrijgbaar van boerenkool, spinazie, tarwegraan, blauwe bes en rode bieten.

Bieten

Rode of gele bieten zijn vooral lekker in sorbets en in yoghurtijs. Meestal wordt biet hiervoor eerst gaar gekookt. Bietensap is ook goed te gebruiken. Bietjes combineren goed met braam, blauwe bes, sinaasappel, hazelnoot, dille, gember, rozemarijn en kaneel.

Doperwtten

De 'groene' smaak van jonge erwten past perfect bij roomijs en bij yoghurtijs. Kook de erwten maar kort gaar en je maakt een heerlijk en apart voorgerecht. Doperwtten combineren goed met basilicum, munt, citroentijm, mango, hazelnoot, pistache en limoen.

Komkommer

Frisse komkommer is vooral lekker in sorbetijs. Komkommer kun je goed combineren met limoen, sinaasappel, meloen, basilicum, citroenmelisse, munt en dragon.



lampioen

Paprika

Vooral gele, oranje en zoete rode paprika's zijn lekker in ijs, en nog gezond ook. Paprika is lekker met appel, abrikoos, sinaasappel, banaan, kaneel, vanille en basilicum.

Pompoen

Pompoen is een origineel ingrediënt voor ijs, heerlijk in roomijs en met kokosmelk. Eerst gaarkoken. Pompoen is goed te combineren met abrikoos, hazelnoot, kokos, rozijn, zoete aardappel, vanille, gember, peper en sinaasappel.

Spinazie

Gezonde spinazie kleurt je ijs groen, vooral lekker voor sorbets en ijslolly's. Zowel rauw (sap) als gekookt goed te gebruiken. Combineer spinazie met groene appel, peer, banaan, dille, munt, amandel en walnoot.

Tomaat

Tomaten zijn lekker voor hartig ijs. Experimenteer eens met gele, oranje of rode soorten. Tomaat combineert goed met framboos, sinaasappel, basilicum, oregano, aardbei, peper, pistache en honing.

Wortel

Zoete worteltjes zijn heerlijk in een wortelcake, maar zeker ook in roomijs, yoghurtijs of in een sorbet. Eerst gaar koken. Wortel gaat goed samen met mango, abrikoos, sinaasappel, ahornsiroop, rozijnen, witte chocola, venkel, vanille en peterselle.



geurgeranium



gele tomaat

Een druif (*Vitis vinifera*) is goed als klimplant te kweken, kies een sterke buitendruif zoals de blauwe 'Nero', de witte 'Bianca' of de pitloze 'Vanessa'.



Druivenijs

met citroenverbena



2-10
PORTIES



30
MIN.



30
MIN.

1 UUR
KOELKAST

INGREDIËNTEN

100 ml volle melk

125 ml room

140 gr kristalsuiker

25 gr druivensuiker

1 eidooier

450 gr pitloze druiven

6 takjes citroenverbena

1 Was de druiven en pureer ze met de staafmixer. Zeef het druivensap om de velletjes te verwijderen.

2 Verwarm de room in een pan met de suiker en druivensuiker. Laat niet aan de kook komen. Roer tot de suiker goed is opgelost en neem de pan van het vuur. Voeg de gewassen blaadjes citroenverbena toe.

3 Versarm de melk. Klop de eidooier los en giet de warme melk er langzaam bij. Verwarm het mengsel rustig tot het zo dik is dat het aan de bolle kant van een lepel blijft hangen.

4 Voeg het druivensap en het room-suikermengsel toe en roer door. Laat het geheel afkoelen en zet het mengsel 60 minuten in de koelkast.

5 Zeef de blaadjes citroenverbena eruit. Schep het mengsel in de ijsmachine en laat de machine draaien.

Tip Serveer het ijs in een glas met een compote van druiven en pruimen, gehalveerde druiven en slagroom.

Roomijs

met ananassalie en roomse kervel



8-10
PORTIES



45
MIN.



30
MIN.

INGREDIËNTEN

400 ml volle melk

250 ml roos

120 gr kristalsuiker
of lasterdsuiker

3 eidooiers

1/2 vanillestokje

handvol blaadjes van
de ananassalie

3 blaadjes van de
roomse kervel

sallebloemen voor
de garnering

1 Giet de melk en de roos in een pan met dikke bodem. Split het vanillestokje en schraap het meng eruit. Voeg het vanillemeng met de grof gesneden ananassalie en de roomse kervel toe aan de melk en breng aan de kook. Haal de pan dan het vuur en laat de kruiden 20 minuten trekken in de melk. Zeef de melk.

2 Klop in een kom de eidooiers en de suiker tot een witte massa. Voeg de melk geleidelijk toe, blijf voortdurend roeren.

3 Giet het mengsel in een pan, zet op laag vuur en kook tot een custard. Roer voortdurend, maar laat het mengsel niet koken. De custard is klaar als de massa aan de bolle kant van een lepel blijft hangen.

4 Bereid het ijs in de ijsmachine. Garneer de bolletjes ijs met sallebloemen en fijngesneden roomse kervel.

TIP: Maak ananassaliesiroop door het toevoegen van 1 deel verse bladeren van ananassalie (*Salvia elegans*), 2 delen water, 2 delen suiker en wat gelatine.

Wrijf de bladeren van
ananassalie (*Salvia elegans*)
even fijn tussen je vingers om
van de zoete geur te genieten.





Islolly's





Praktische
tips



In **IJS in elk seizoen** staat lekker, gezond en ambachtelijk ijs in de hoofdrol: 40 recepten die je gemakkelijk (met of zonder ijsmachine) thuis kunt maken met verse producten en verrassende ingrediënten zoals vlierbloesem, vijgen, zoete aardappel, worteltjes en doperwtten, met melk, yoghurt of water als basis.

Modeste Herwig heeft zich laten inspireren door de seizoenen en creëerde heerlijke ijsvarianties. Voor alle ijsjes heeft ze ook fruit, groente, kruiden en bloemen uit eigen tuin gebruikt.



Met recepten voor roomijs, yoghurtijs, sorbets, ijslolly's en gezond ijs (zonder kristalsuiker of zuivel) zoals pruimenijs met koekkruiden op basis van yoghurt, aardbeiorsorbet met roomse kervel en zoete aardappelijs met pompoen (zonder zuivel), ijslolly's met rode bessen en vlierbloesemsiroop, hartig doperwttenijs en dropijs met venkelzaad.

Het heerlijkste ijs maak je gewoon zelf!

www.forteculinair.nl

ISBN 978-94-6256-158-4



9 789462 501584