

Matt Preston's

KOOK BOEK

187

RECEPTEN

die je gegarandeerd

POPULAIR
MAKEN

Met briljante
CHEATS en
FOOD HACKS

NET ZO LEUK ALS OP TV



Inhoud



<i>Voorwoord van jonkheer A.V. Kirwan ..</i>	7
<i>Inleiding.....</i>	9
ONTBIJT	15
SOEP	39
SALADES en GROENTEN	53
ÜBERSALADES.....	89
SNACKS	115
PASTA	139
ZEEVRUCHTEN.....	159
KIP en een EEND	185
VLEES	217
DESSERTS	255
THEETIJD	319
<i>Dankwoord</i>	352
<i>Register</i>	354



VOORWOORD

*van jonkheer Andrew Valentine Kirwan
of the Middle Temple**

Er is geen gebrek aan kookboeken in de grote Europese talen en al helemaal niet in het Engelse taalgebied, waarin alleen al onze eigen generatie er reeds enkele honderden heeft samengesteld en gepubliceerd.

Kookboeken zijn grotendeels kopieën van elkaar. Alleen het allereerste kookboek dat ooit is verschenen, kunnen we beschouwen als origineel, omdat we plagiaat nu eenmaal niet kunnen herleiden naar de periode van vóór de boekdrukkunst. Van 1470 tot 1863 kunnen we plagiaat echter traceren als een gewonde man aan de hand van zijn bloedspoor.

Samenstellers van nieuwe kookboeken zouden daarom geen aanspraak op originaliteit mogen maken. Ze moeten de bevindingen van hun voorgangers niet klakkeloos overnemen, maar zich juist inspannen om reeds gedrukte werken te verbeteren op basis van verificatie, vergelijking, toevoeging, ervaring en ontdekking.

Het is daarbij wenselijk dat we kijken naar onze buurlanden. Elk nieuw kookboek zou moeten worden voorzien van een beknopt overzicht van het Franse stelsel, alsmede van een samenvatting van de buitenlandse keuken. De Spaanse noch Portugese, Russische of Poolse keuken verdient een algehele aanbeveling, echter een aantal noemenswaardige nationale gerechten en soepen uit deze keukens verdient aandacht en overname. Het is eveneens wenselijk om in elk nieuw kookboek een hoofdstuk aan de Brits-Indische keuken te wijden. Kerriesoep, curry's en pilav zijn buitengewoon heilzaam. Uit de Turkse en Indiase keuken kunnen we meer overnemen dan uit de Russische keuken: pilav en kebab uit Turkije zijn een waar genoegen, evenals de vis- en groentecurry's uit India, zoals *pepperpot*, *kedgeree* en *country captain*.

Dit boek, een huishoudkundig boek over diners, desserts en voedsel in het algemeen, is het resultaat van veel lezen, observeren en ervaringen opdoen in het buitenland. Het aantal maaltijden dat de schrijver gedurende zijn bijna zeventigjarige leven buitenshuis heeft genoten, is van een fors kaliber, evenals het aantal diners dat hij, voor zover de middelen dat toelieten, zelf georganiseerd heeft. Het voorliggende werk bevat een aantal enigszins onsamenhangende, historische, anekdotische feiten en kletspraat; echter, het hoofddoel van de schrijver is om goed geïnformeerde en verstandige mensen aan te sporen om alles wat goed is aan de uitstekende keukens van onze buurlanden over te nemen, zonder onze eigen beste gewoonten of de eenvoud van ons eenvoudige voedsel te verloochenen.

Jonkheer Anthony Valentine Kirwan of the Middle Temple, 1864

* Opmerking van de auteur: A.V. Kirwan is mijn verre achterneef. Hij is de auteur van *Host and Guest* (1864), een prachtig boek over eten, drinken en de kunst van goed gastheerschap. Bovenstaande tekst is overgenomen uit *Host and Guest*, en hoewel ik zijn mening over de Spaanse, Portugese, Russische en Poolse keuken niet deel, denk ik dat veel van zijn observaties van 150 jaar geleden nog steeds opmerkelijk relevant klinken.



INLEIDING

Wel allemachtig, bedankt, neef Andrew... en hoewel je deze woorden voor het voorwoord 150 jaar geleden geschreven hebt, klinken bepaalde uitspraken nog steeds vanzelfsprekend, ondanks alle veranderingen die in de tussentijd hebben plaatsgevonden.

Ik ontdekte *Host and Guest* (1864), het weinig bekende boek van A.V. Kirwan over eten en het organiseren van etentjes, in mijn grootvaders bibliotheek. (Oké, het stond gewoon in de boekenkast boven aan de trap, maar 'bibliotheek' klinkt lekker duur en daarom veel beter.) Ik dacht dat ik flipte toen ik ontdekte dat deze verre bloedverwant hetzelfde ongebruikelijke pad van culinair schrijver als ik had gevolgd. Het had namelijk ook veel erger met me af kunnen lopen, want duelleren en schapen jatten waren de twee andere passies die via het genetisch materiaal van de Kirwans werden doorgegeven.

Maar wat me nog meer verbaasde was hoe inzichtelijk en relevant zijn werk is gebleven. Hier was een man die zijn lezers aanraade om hun koffiebonen elke ochtend vers te roosteren; die koken omschreef als 'een experimentele en praktische kunst', een zin die de goedkeuring van Heston Blumenthal en Massimo Bottura kan wegdragen; en die het geheim van goed koken – vaak proeven om de juiste balans te bereiken – onthulde. Mijn favoriete uitspraak, 'de vinger van een goede kok moet voortdurend op en neer gaan tussen de stoofpot en zijn mond', heb ik van hem gepikt, al heb ik niet zijn advies ter harte genomen dat de kok flink moet drinken om zijn smaak optimaal te houden.

Omdat dit boek uitkomt op de honderdvijftigste verjaardag van *Host and Guest*, heb ik voor mijn eigen boek een even simpele en voor de hand liggende titel gekozen: *Kookboek*. Want tenslotte is dit boek geschreven door een kok voor andere koks. Er staat geen woord te veel in de titel, omdat je echt geen kooktalent hoeft te zijn om met deze eenvoudige recepten succes te oogsten.

Het leek me niet alleen toepasselijk om dit boek te bezaaien met de kennis en wijsheid van A.V. Kirwan, maar ook om daarnaast te beginnen met hoe je in mijn ogen een betere gastheer/-vrouw en gast kunt zijn.

HOE JE EEN GOEDE GAST KUNT ZIJN, OF WAT IK WEET VAN MANIEREN

Manieren zijn de huur die we betalen voor ons kleine plekje op deze planeet. Manieren vormen een soort onderling contract met daarin een aantal regels voor acceptabel gedrag binnen bepaalde sociale situaties, die met name gericht zijn op hoe we ons gedragen aan tafel en als we op bezoek zijn bij anderen. Het doel hiervan is dat we elkaar niet kwetsen met denkbeeldige beledigingen en slechte tafelmanieren.

Mij maakt het echt niet uit hoe je je soeplepel vasthoudt of dat je je soepkom naar je toe of van je af kantelt; voor mij draaien manieren om je aanpassen en, belangrijker, om respect. Manieren mogen nooit een excuus zijn om op andere mensen neer te kijken.

Het onderwerp tafelmanieren is als een soort mijnenveld, maar niettemin volgt hier mijn top 24 van dingen die we van elkaar mogen verwachten als we in gezelschap eten of uit eten gaan.

- Je mag best een elleboog op tafel zetten mits a) je er niet bij gaat hangen en b) je niet beide ellebogen tegelijk op tafel zet. Dan kom je nors en boos over, wat er niet fijn uitziet, tenzij je naam Channing Tatum is.
- Fluit nooit naar de ober, je personeel of je moeder als je iets nodig hebt, tenzij je een zanglijster bent; in dat geval mag het wel.
- Was voor het eten altijd je handen en eet met je rechterhand als je in India, het Midden-Oosten of de Verenigde Staten bent.
- Begin pas met eten als degene die gekookt heeft aan tafel zit, tenzij diegene tijdens het opscheppen ongeneemd de telefoon opneemt omdat een vriendin toevallig belt (houd hierbij vooral bepaalde schoonmoeders in de gaten!).
- Elektronische apparatuur. Wordt onder geen beding aan tafel gebruikt, of het nu een tablet, mobiele telefoon, gameconsole of mini-tv betreft en ongeacht hoe belangrijk je jezelf vindt. Lezen is aan tafel niet toegestaan tenzij je een krant leest EN aan het ontbijten bent EN je partner geen hulp nodig heeft bij het klaarmaken van de lunch-trommels, het zoeken naar dat ene bibliotheekboek of het aankleden van de jongste.
- Praat niet met volle mond en kauw niet met open mond.
- Praat niet te hard. Niet iedereen is geïnteresseerd in je laatste loonsverhoging of de plastische details van je tantes operatie. Bovendien klinkt het zo heerlijk samenzweerderig en fascinerend spannend als dingen op gedempte toon besproken worden.

RÖSTIWAFELS



SIMPEL

Het is misschien niet slim, en ook niet goed voor de garantie, maar ik gebruik keukenapparaten vaak voor dingen die niet in de handleiding vermeld staan. Zo gebruik ik mijn broodrooster graag om pizza op te warmen of om er vissticks in te bakken. Doe dit thuis niet, tenzij je bent ingewijd in de geheime kennis die nodig is om dit veilig te doen! Ik maak deze röstwafels in een wafelijzer en ze smaken dan ook nog eens lekker. Mijn goede verre neef A.V. Kirwan zou dol geweest zijn op deze *gaufres*, zoals ze wafels destijds vaak noemden.

8 plakken bacon of gerookt ontbijtspek

3 aardappels, geboend

60 ml olijfolie

Verhit een wafelijzer op de middelste stand, leg de bacon ertussen en verbaas je over het gemak waarmee het vet wegsijpelt tussen de vakjes. Bewaar dit vet om je pan mee in te vetten als je een volgende keer popcorn maakt. Heerlijk!

Bak de bacon verder op de hoogste stand.

Rasp ondertussen de aardappels boven een kom gezouten water. Laat 3 minuten rusten.

Giet de geraspte aardappel af, leg hem tussen twee dubbele lagen keukenpapier en druk er zo veel mogelijk water uit. Hoe droger, hoe krokanter de wafels.

Vet het wafelijzer in met een beetje olijfolie. Schep ongeveer een kwart van de geraspte aardappel op de onderste plaat. Sluit het wafelijzer en bak de röstikoekjes 12 minuten. Je kunt de wafel naar wens na ongeveer 8 minuten keren, zodat hij gelijkmatig gaar wordt. Vet het ijzer weer in en bak de rest van de wafels.

Serveer de bacon erbij. Gebakken ei is er ook lekker bij.

VOOR 4 PERSONEN



Voor een 'pescotarische' versie laat je de bacon weg, vet je het wafelijzer in met gesmolten boter en serveer je de röstiwafels met gerookte zalm en een schep zure room waar je wat geraspte mierikswortel en een beetje dille door hebt gedaan.



Geen klassieke quiche lorraine met kaas en courgette

Niet klassiek omdat de traditionele quiche lorraine zonder kaas en alleen met bacon wordt gemaakt. En al helemaal nooit met courgette. Maar ik hanteer een regel die bepaalt dat je nooit genoeg courgetterecepten kunt hebben, dus hebben we er hier een paar tussen geperst. De courgette maakt de vulling van de quiche licht.

En natuurlijk is het hele idee van een klassieke quiche lorraine sowieso misplaatst. Het archetypische Franse gerecht is namelijk in Duitsland ontstaan, niet in Frankrijk, en er is zelfs bewijs dat de Engelsen hetzelfde gerecht al in de veertiende eeuw maakten.

DEEG

220 g tarwebloem

¼ tl zoutvlokken

100 g koude boter, in kleine stukjes

2 eidooiers (bewaar het eiwit)

20 ml (1 el) ijswater

VULLING

ca. 250 g fijn geraspte courgette

½ tl zoutvlokken

200 g ontbijtspek, in reepjes van 3 mm

300 g crème fraîche

2 eidooiers en 3 eieren

versgemalen zwarte peper

snufje nootmuskaat

40 g gruyère, fijn geraspt

Doe de geraspte courgette in een vergiet, schep er ½ theelepel zout door en laat 20 minuten uitlekken. Knijp er zo veel mogelijk vocht uit en zet opzij.

Bak het spek een paar minuten en laat het vocht dat vrijkomt verdampen.

Maak het deeg. Doe de bloem, het zout en de boter in de keukenmachine en pulseer tot je een grof kruimeldeeg hebt. Pulseer vervolgens eerst de eidooiers en daarna het water erdoor.

Leg het deeg op een met bloem bestoven werkblad en maak er snel een schijf van. Wikkel de schijf in plasticfolie en laat het deeg ten minste 1 uur rusten in de koelkast.

Verwarm de oven voor op 180 °C. Vet een quichevorm van 24 cm doorsnede in met boter en bestuif hem met bloem.

Rol het deeg uit op een met bloem bestoven werkblad en bekleed de vorm ermee. Bak de bodem 25 minuten blind (zie blz. 304).

Neem de bodem uit de oven en wrijf eventuele barstjes dicht met een mengsel van een restje deeg en een beetje eiwit. Bestrijk de hele bodem met eiwit.

Zet de oven op 170 °C.

Klop de crème fraîche, de 3 hele eieren, de 2 extra eidooiers en wat peper en nootmuskaat schuimig. Strooi wat spek en courgette op de quichebodem, strooi de kaas erover, schenk het eimengsel erbij en strooi de rest van het spek en de courgette erover.

Bak de quiche in ongeveer 30 minuten in het midden van de oven gaar. De bovenkant moet goudbruin zijn. Serveer warm met een simpele salade van frisse of botersla met een lichte vinaigrette.

VOOR 6-8 PERSONEN



MARNIES GELIKE KIPPENDIEN

Ik ben nog niemand tegengekomen die dit gerecht niet lekker vindt. De ingrediënten gaan ook goed samen met zalmfilet. Ik weet niet zeker wat Marnie van de receptennaam vindt, maar het is haar recept en het moet echt op haar naam.

½ bosje koriander met wortels

190 ml zoete chilisaus

2 tenen knoflook, geperst

1 tl fijn geraspte verse gember

**24 blaadjes Thais basilicum
(naar wens)**

**3 kaffir-limoenblaadjes, superfijn
gesneden**

1 tl zoutvlokken

½ tl sesamolie (naar wens)

8 kippendijfilets, zonder vel

Schraap de korianderwortels schoon en spoel ze af. Hak de wortels en steeltjes fijn en leg de blaadjes opzij voor de garnering.

Meng alle ingrediënten – behalve het korianderblad en de kip – in een kom. Wrijf de kip goed in met de marinade. Laat de kip 2 uur of een nacht rusten in de koelkast.

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Leg de kip met de marinade in een grote ovenschaal en zet die 25-35 minuten in de oven. Controleer na 25 minuten: de kip moet kleverig zijn met donkere gekaramelliseerde plekkjes. Als de kip nog een beetje bleek ziet, zet de oventemperatuur dan hoger en laat de kip nog 10 minuten verder bruinen.

Serveer direct met de korianderblaadjes en eventueel nog wat Thais basilicum erover.

Deze kip is de volgende dag ook nog waanzinnig lekker, zó of op een stokbroodje, of in een wrap met verse tuinkruiden.

VOOR 4 PERSONEN





Opmerkingen bij de recepten

- De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 20 ml en de theelepels van 5 ml. De inhoud van Nederlandse lepels varieert; gebruik daarom bij voorkeur genormaliseerde maatlepels met een inhoud van 15, 10, 5, 2½ en 1¼ ml, die als set bij kookwinkels verkrijgbaar zijn. De in de receptuur gebruikte lepels zijn altijd afgestreeken, tenzij anders is aangegeven.
- Ovens verschillen onderling in temperatuur, zelfs die van eenzelfde merk. Lees de aangegeven temperaturen en baktijden als een betrouwbare aanwijzing, maar pas ze zo nodig altijd aan je eigen oven aan.
- Gebruik verse kruiden, ongezoeten boter en middelgrote eieren, tenzij anders is aangegeven. Heel oude mensen en degenen met een zwakke gezondheid, jonge kinderen, vrouwen die zwanger zijn of borstvoeding geven, kunnen beter geen gerechten eten met rauwe of zachtgekookte eieren.
- Kijk voor moeilijk verkrijgbare ingrediënten ook eens op internet. Steeds meer producten zijn online verkrijgbaar.

Oorspronkelijke titel: Cook Book

Oorspronkelijke uitgever: Plum, Pan Macmillan Australia

Tekst © 2014 Matt Preston

Fotografie © 2014 Mark Roper

© 2015 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Vertaling: Felice Portier/Vitataal

Redactie en productie: Vitataal, Feerwerd

Omslagontwerp en vormgeving: Studio Spade, Voorthuizen

ISBN 978 90 215 5951 3

ISBN e-book 978 90 215 6001 4

NUR 440

Sommige delen van dit boek zijn bewerkingen van eerder verschenen artikelen op taste.com.au, in het tijdschrift *delicious*, of van afleveringen van *MasterChef Australia*. Ten tijde van het schrijven van dit boek zijn de recepten op de volgende bladzijden verschenen op taste.com.au: 42, 77, 86, 176, 218-221, 238, 297, 310, 312, 313, 315 en 322; in *delicious*: 292 en 315; en bij *MasterChef Australia*: 256, 276, 280, 325 en 332.

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden veelelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.



**'ALL THE BEST
VAN MATT PRESTON'**
– *delicious.*



*Matts
gouden regels
voor zijn kookboeken*
Van MasterChef Australië's leukste jurylid:

1. MAKKELIJK & MAAKBAAR
2. 99% VAN DE INGREDIËNTEN IS IN
ELKE SUPERMARKT TE KOOP
3. PASTA SALADES ZIJN
TEN STRENGSTE
VERBODEN



ISBN 978-90-215-5951-3



9 789021 559513 >

www.kosmosuitgevers.nl


KOSMOS

NUR 440
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen