

SALADES

120 X INSPIRATIE UIT DE HELE WERELD



Voor Manjula, dank voor vier fantastische jaren,
we wensen je heel veel succes in de toekomst.

Oorspronkelijke titel:
Around the world in salads

Verschenen in 2016 bij Kyle Books
Een imprint van Kyle Cathie Limited, Londen
www.kylebooks.co.uk

© 2016 Tekst: Katie en Giancarlo Caldesi
© 2016 Fotografie: Helen Cathcart
© 2016 Vormgeving: Kyle Books

De Jicamasalade op bladzijde 184 komt uit *The Practical Encyclopedia of Mexican Cooking* © Anness Publishing Ltd

Voor de Nederlandstalige uitgave:
© 2016 Fontaine Uitgevers BV, Hilversum
www.fontaineuitgevers.nl

Vertaling en bewerking: Hennie Franssen-Seebregts
Culinaire eindredactie: Suzanne Stougie
Zetwerk: Mat-Zet bv, Soest
Omslagontwerp: Zilverstermedia, Annelies Dollekamp

ISBN 978 90 6956 725 2
NUR 440

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden
gereproduceerd of overgedragen in welke vorm of op welke manier
ook, zonder schriftelijke toestemming vooraf van de uitgever.

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

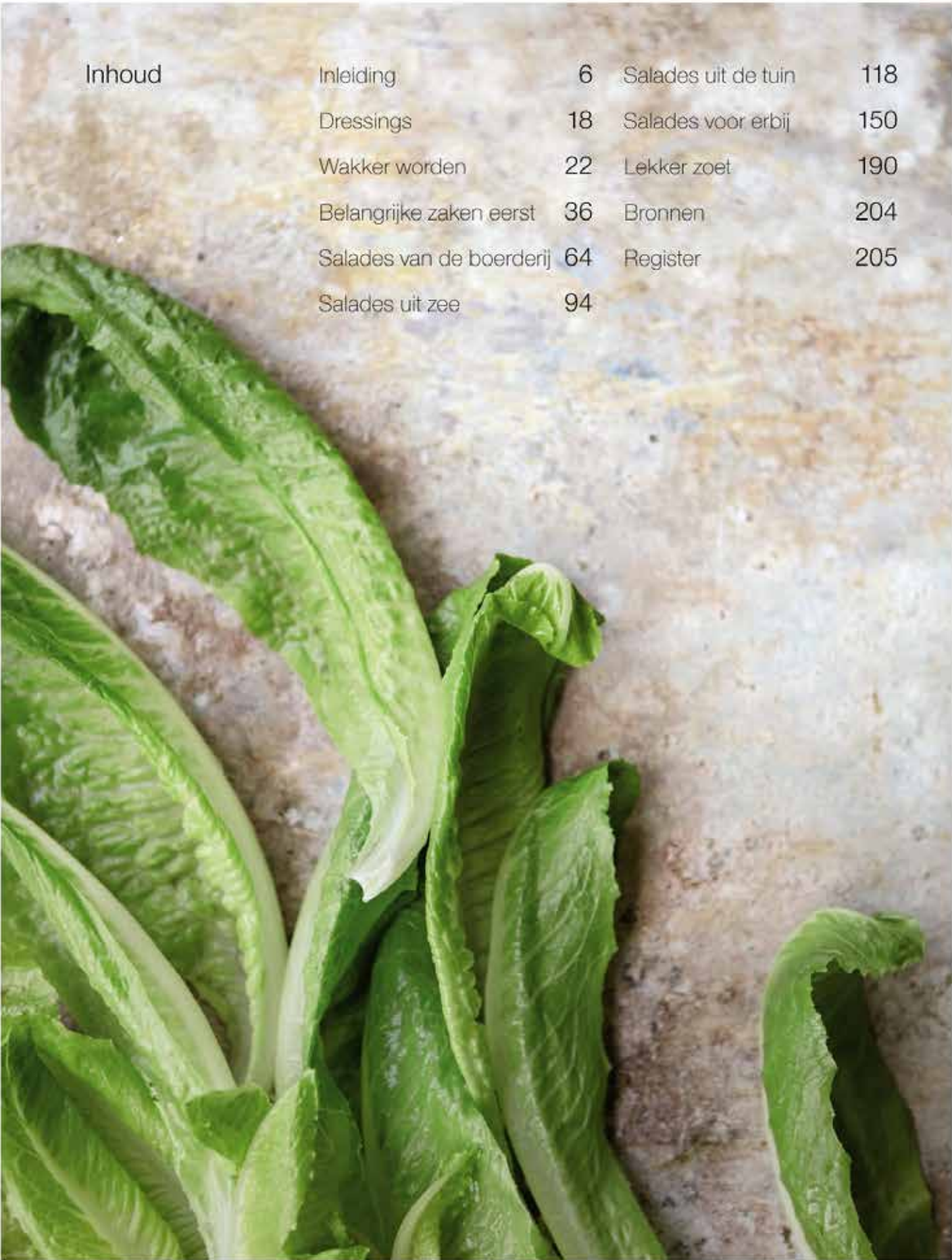
Opmerkingen bij de recepten

- De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 15 ml en de theelepels van 5 ml. Gebruik bij voorkeur genormaliseerde maatlepels die als set bij kookwinkels verkrijgbaar zijn. De in de receptuur gebruikte lepels zijn altijd afgestreken, tenzij anders is aangegeven.
- Gebruik middelgrote eieren, verse kruiden en ongezoeten boter, tenzij anders is aangegeven.
- De oventemperaturen in dit boek zijn voor een conventionele oven, verlaag de aangegeven temperatuur als je een hete-luchtoven gebruikt met 10 %. 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 aan je eigen oven aan.

Verklaring van de symbolen:

- ZV** – Zuivelvrij
- GV** – Glutenvrij
- V** – Vegetarisch
- Va** – Veganistisch

Inhoud	Inleiding	6	Salades uit de tuin	118
	Dressings	18	Salades voor erbij	150
	Wakker worden	22	Lekker zoet	190
	Belangrijke zaken eerst	36	Bronnen	204
	Salades van de boerderij	64	Register	205
	Salades uit zee	94		





Maak het leven gemakkelijk

Wat kun je van tevoren doen?

Als een salade maken gemakkelijk is, zul je vaker salade eten. Maak een dubbele portie dressing zodat er een extra pot in de koelkast staat, de Sojadressing met sesam & gember en de Honing-mosterddressing (blz. 18 en 19) blijven een paar dagen goed en als je een flinke scheut ervan door een kom groenten schept, heb je meteen een heerlijke maaltijd. Maak je geen zorgen als de olijfolie in de koelkast stolt, laat hem voor gebruik op kamertemperatuur komen of zet hem in een kom warm water tot hij weer vloeibaar is.

Veel salades kunnen van tevoren worden gemaakt. Het hula-varkensvlees (blz. 74) is een heerlijk gerecht als er gasten komen en dat geldt ook voor de Gerafelde lamsschouder met een pittige dadelkorst (blz. 68) waarmee je bijgerechten kunt maken zoals bijvoorbeeld de Rijtsalade met ananas & cashewnoten (blz. 74) met erbij geroosterde paprika (blz. 74) en Guacamole (blz. 182), of de Taboulé (blz. 68) met als bijgerecht Salade met juwelen van rode biet, sinaasappel, amandelen & dille (blz. 176).

Snijden, hakken – wat je maar wilt

De foodstyliste van dit boek, Susie Theodorou, zorgde ervoor dat de salades tot leven kwamen. Ik dacht dat ik alles van hakken en snijden wel wist, maar pas toen zij de salades had gemaakt voor de foto's realiseerden we ons dat ingrediënten zo mooi en op verschillende manieren gesneden kunnen worden. Hoeken en scherpe punten

aan appelreepjes, transparante plakken knolselderij en rode biet, geschaafd op de mandoline, hele groenten en in de vijzel gekneusde peperkorrels maakten dat de salades er aantrekkelijk en vers uitziën.

Als ik drie stuks keukengerei zou moeten kiezen, koos ik een scherp mes, een rasp en een dunschiller. Je zou je mes liefst iedere keer na het snijden van een ui moeten slijpen – leg je messenslijper en het mes tegelijkertijd klaar. Een Microplanerasp is scherp en efficiënt, alle raspen worden geleidelijk minder scherp, accepteer dat en blijf niet doorgaan met hetzelfde, steeds bottere gerei, vervang het als het nodig is. Met een dunschiller kun je groenten in dunne plakjes schaven en ze ook schillen.

Mijn volgende gerei zou een tomatenmes zijn, gekarteld en volmaakt voor vruchten met een zachte schil, en een zesteur of jullennesnijder – je kunt er in een oogwenk lange repen wortel en courgette mee snijden. Een citruspers is geen essentieel apparaat: je kunt een citroen ook 10 seconden in de magnetron leggen en dan goed uitknijpen, maar als je een groot aantal citrusvruchten moet uitpersen is hij ideaal. Mandolines moet je met ontzag behandelen; ze zijn onovertroffen voor het schaven van lange dunne plakjes.

Een wortel schrappen of niet schrappen? Het is een twijfelachtige zaak, bij veel groenten zitten de voedingsstoffen direct onder de schil; door ze te schillen verliezen ze aan voedingswaarde. Maar op de schil van veel groenten en vruchten zitten zand en pesticiden die je alleen door schillen kunt verwijderen.

Boven (van links naar rechts): een flinke handvol bladpeterselie; een kleine handvol bladpeterselie: steeltjes verwijderd; 2 eetlepels grofgesneden peterselie; 1 volle eetlepel fijngesneden peterselie.





Klassieke vinaigrette

Ik ben ervan overtuigd dat deze dressing ervoor zorgde dat ik al jong geïnteresseerd raakte in koken. Mijn moeder vroeg me vaak om de dressing te proeven en te vertellen of er nog wat meer zuur of zoet bij moest. Mijn jonge verhemelte was geïnteresseerd en ze gaf me het gevoel dat mijn mening belangrijk was. Proef de dressing altijd voor je hem gebruikt, de smaak wordt bepaald door de pittigheid van de azijn en je eigen smaakpapillen.

6-8 porties/circa 100 ml

- 2 eetl. roodwijnazijn
- 8 eetl. extra vergine olijfolie, plus extra, naar smaak
- 1-2 theel. rauwe milde honing of ahornsiroop, naar smaak

- 2 theel. dijonmosterd
- 1 teen knoflook, fijngehakt
- zout en versgemalen zwarte peper

Schud de ingrediënten in een glazen pot met schroefdeksel door elkaar. Proef en voeg zo nodig nog wat olie en honing of siroop toe.

Je kunt de vinaigrette in de koelkast in een goed gesloten pot 1 week bewaren. Haal hem 30 minuten voor gebruik uit de koelkast en schud hem goed om.

Varianten

Balsamico Vervang de roodwijnazijn door een goede kwaliteit balsamicoazijn.

Moutazijn Heel populair in Australië, hij geeft een pittige scherpte.

Kruiden Voeg 2 eetlepels fijngesneden kruiden aan de vinaigrette toe, bijvoorbeeld basilicum, koriander, bieslook of peterselie.

Noten Vervang de helft van de olijfolie door walnoten- of hazelnotenolie.

Romig Vervang de olie voor de helft door crème fraîche of slagroom.

Vruchten Gebruik azijn met vruchtensmaak, bijvoorbeeld frambozen- of bramenazijn, maar proef voor je suiker of siroop toevoegt omdat deze vruchtenazijn vaak wat zoeter is.

Caesardressing

Voor deze saus voor een caesarsalade volgden we de instructies uit *Roberta's Cookbook* voor geroosterde knoflook met een heerlijk milde smaak. Je maakt zo meer geroosterde knoflook dan je nodig hebt, maar je kunt de rest door andere sladressings roeren of op warme toast smeren. Ook met gerookte knoflook is hij erg lekker.

voor circa 220 ml/8-10 porties

- 1 hele bol knoflook
- 2 eetl. olijfolie
- 1 teen knoflook, grofgehakt
- 1 theel. citroensap, plus extra naar smaak
- 4 ansjovisfilets op olie, uitgelekt, plus extra naar smaak
- 1 recept Mayonaisse met dijonmosterd (zie hiernaast)
- versgemalen zwarte peper

Verhit de oven tot 180 °C. Snijd van de bovenkant van de knoflookbol een ½ cm dikke plak af. Zet hem met de snijkant boven op een vierkant stuk aluminiumfolie. Besprenkel met olijfolie, voeg een scheutje water toe en draai de punten van de folie boven de knoflook losjes in elkaar zodat de stoom in het pakket blijft. Zet het pakketje op een bakplaat en rooster de knoflook 45-60 minuten tot hij zacht aanvoelt als je erop drukt. Haal hem uit de oven en laat in de folie afkoelen.

Knijs 3 geroosterde tenen van de bol uit en prak ze tot puree met de rauwe teen, citroensap, ansjovis en peper.

Roer het mengsel door de mayonaisse en voeg naar smaak nog meer geroosterde knoflook, citroensap en ansjovis toe. Bewaar maximaal 7 dagen in de koelkast.

Mayonaisse

Dit is de mayonaisse van chef Stefano Borella. Stefano is hoofddocent op onze kookschool en omdat onze zoon Flavio behoorlijk verslaafd is aan de kant-en-klare varianten, heb ik hem eens naar Stefano gestuurd om daar te ontdekken hoe echte mayonaisse smaakt! Citroensap en azijn zijn allebei geschikt, maar ze geven elk een enigszins ander resultaat. Mosterd en knoflook worden alleen om hun smaak toegevoegd. Het is leuk om te experimenteren met relatief kleine porties zoals hier om mayonaisse te krijgen die volmaakt van smaak is. Datzelfde geldt voor olie. Wij gebruiken liefst een vrij neutraal smakende olie zoals arachide- of druivenpitolie, in plaats van raapzaad- of olijfolie, maar als je tot slot een klein scheutje extra vergine olijfolie toevoegt, kan dat een subtiel verschil geven.

Onze favoriete combinatie is arachideolie en extra vergine olijfolie, wittewijnazijn, dijonmosterd en geen knoflook.

voor circa 220 ml/8-10 porties

- 3 scharreleidooiers
- ½ theel. fijn zout
- 2 eetl. wittewijnazijn of citroensap, plus extra naar smaak
- 150 ml arachide- of vrij neutrale zadenolie of 125 ml noten- of zadenolie en 25 ml extra vergine olijfolie
- 2 theel. Engelse of dijonmosterd (naar keuze)
- 1 teen knoflook, fijngehakt (naar keuze)

Zorg ervoor dat alle ingrediënten op kamertemperatuur zijn.

Leg als je mayonaisse met de hand gaat maken een dubbelgevouwen vochtige doek onder de kom en gebruik een ballongarde. Of maak hem in een blender – wij gebruiken graag onze mixer met maar 1 garde erin.

Doe de eidooiers met zout en azijn of citroensap in de kom. Klop alles mooi glad. Voeg de olie geleidelijk in een fijn straaltje toe en blijf kloppen tot het een dik, gelijkmatig mengsel is waarin alle olie is opgenomen.

Roer naar smaak de mosterd en de knoflook erdoor. Proef en voeg zo nodig nog een beetje citroensap of azijn en zout toe. Klop als de mayonaisse te dik is er een scheutje warm water door. Gebruik de mayonaisse meteen of zet hem in een goed gesloten pot maximaal 7 dagen in de koelkast.

Varianten

Chipotlemayonaisse Roer in een kom 100 ml mayonaisse, 50 ml zure room, 1 theelepel chipotlepuree of -poeder en 1 eetlepel limoensap door elkaar.

Citroenmayonaisse Gebruik citroensap en voeg naar smaak een snuf fijngeraspte citroenschil toe.

Aioli Roer aan het eind van de bereiding 2 fijngevreven knoflooktenen door de mayo en geef hem een paar uur de tijd om de smaak op te nemen.

Saffraanmayonaisse Laat ½ theelepel saffraandraadjes trekken in 1 eetlepel kokendheet water tot het water is afgekoeld. Voeg als de mayonaisse klaar is het saffraanwater met de draadjes toe.



Watermeloen-fetasalade met muntvinaigrette

voor 4-6 personen

Dit is een recept van onze Egyptische vriend chef-kok Moustafa el Refaey. We zijn dol op de combinatie van feta en zoete rijpe watermeloen, maar Moustafa maakt het nog lekkerder met zijn heerlijke munt dressing. Het is een verfrissend ontbijt, voorgerecht of licht dessert.

voor de dressing

8 g muntblaadjes (zonder dikke steeltjes)

2 eetl. witte wijnazijn

60 ml extra vergine olijfolie

1 theel. rauwe milde honing

zout en versgemalen zwarte peper

voor de salade

500 g watermeloenvruchtvlees, zaden verwijderd, in blokjes van 3 cm

200 g feta, in rechthoeken van grofweg 1 x 3 cm

150 g komkommer, geschild, in blokjes van 1 cm

enkele muntblaadjes, om te garneren

GV V

Mix alle ingrediënten voor de dressing in een blender glad; de dressing zal groen gespikkeld zijn. Meng de meloen met de kaas en komkommer losjes met de dressing. Eet de salade meteen of zet hem maximaal 4 uur in de koelkast. Serveer de salade in gekoelde glazen of kommen en garneer met muntblaadjes.

Salade van gerookte witte vis

voor 4 personen

De Joodse lekkernij van gerookte vis bestaat al heel lang in New York, waar hij simpelweg 'witte vis' wordt genoemd. Russ & Daughters, de fantastische honderd-jaar-oude joodse deli, is er heel beroemd om en bij de meer recent geopende Mile End Deli, serveren ze een salade van witte vis waarop dit recept is gebaseerd. Wij eten het graag als weekendbrunch met een gepocheerd ei op geboterde zuurdesemtoast of roggebagels. Een flinke dot romige zelfgemaakte Mayonaise of Citroenmayonaise (blz. 21) zorgt ervoor dat de salade op de toast blijft kleven.

250 g ongekleurde gerookte schelvis, kabeljauw, of andere schilferige witte vis

2 stengels bleekselderij, in dunne schuine boogjes gesneden, het blad grofgescheurd

2 bosuilen, in dunne schuine ringen

een kleine handvol blad- of krulpeterselie

enkele takjes dille

sap van ½ citroen

2 eetl. extra vergine olijfolie

zout en versgemalen zwarte peper

voor erbij (naar keuze)

zelfgemaakte Mayonaise (blz. 21)

gepocheerde eieren

toast of bagels met boter

ZV GV

Pocheer de vis in zachtjes trillend water tot hij net gaar is. Dat duurt afhankelijk van de dikte 5-10 minuten. Verwijder eventuele graten en het vel. Laat de vis uitlekken en afkoelen.

Verdeel de vis op een groot bord in stukjes. Strooi de bleekselderij, selderijblad en bosui erop. Scheur de peterselieblaadjes boven de salade van de steeltjes. Pluk de dillenaalden van de steeltjes en bestrooi de salade ermee. Roer in een kleine kom of glazen pot met schroefdeksel het citroensap met de olie en zout en peper door elkaar en giet de saus gelijkmatig over de salade.

Serveer de salade zo (voor de gluten- en zuivelvrije versie) of met een dot mayonaise, gepocheerde eieren en met boter besmeerde toast of bagels.

Salade van saffraanperziken & munt met bananenpannenkoekjes & citroen-crème fraîche

voor 6 personen

voor de granola

gebruik de ingrediënten voor de vulling van de Geroosterde vijgen
& abrikozen (blz. 202)

voor de citroen-crème fraîche

200 ml crème fraîche

fijngeraspte schil van ½ biologische citroen

1 theel. citroensap

1 theel. rauwe milde honing of fijne kristalsuiker, plus extra naar
smaak

voor de pannenkoekjes

2 rijpe bananen

3 eieren

50 g havervlokken

2 eetl. lijnzaad

1 vanillestokje, alleen de zaadjes of ½ theel. vanille-extract

2 eetl. arachideolie of olie uit een sprayflacon, om te bakken

voor de perziken

6 perziken

15 g gesmolten boter

½ theel. saffraandraadjes (naar keuze)

1 eetl. rauwe milde honing

voor erbij

rauwe milde honing

rozenwater

muntblaadjes



Deze geurige perziken zijn ook zo'n fantastisch recept van chef-kok Moustafa, onze Egyptische vriend die in Cairo woont. Ze zijn vooral erg lekker als je er wat rozenwater over sprenkelt. Laat voor een supergezonde versie de suiker en boter bij de perziken weg, ze worden zonder bedruipen mooi bruin onder de grill, maar worden ook wel wat droog. Omdat je de smaak van saffraan moet leren waarderen, maak ik meestal een paar perziken zonder en enkele met saffraandraadjes.

Wij eten dit in het weekend graag als ontbijt met koffie, maar de perziken zijn net zo lekker als dessert met pannenkoekjes.

Verhit de oven tot 130 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier.

Maak voor de granola de dadels, rozijnen, gedroogde appels, vanille-extract, kaneel en noten in een keukenmachine tot een grove puree. Schep hem uit de machine en meng de pompoenpitten erdoor. Vorm met de hand een bal van het mengsel en verkruimel deze in kleine stukjes; spreid ze uit over de beklede bakplaat. Bak het kruim 15-20 minuten in de oven tot het stevig aanvoelt en door en door droog en krokant is. Laat de granola afkoelen en doe hem in een goed afsluitbare pot – je kunt hem 5 dagen bewaren.

Roer intussen de ingrediënten voor de citroen-crème fraîche door elkaar, proef en voeg zo nodig wat meer honing of suiker toe. Schep alles in een kom en zet hem tot gebruik in de koelkast. Je kunt de crème maximaal 3 dagen bewaren.

Mix de ingrediënten voor de pannenkoekjes, behalve de olie, in een blender glad. Verhit de olie in een grote koekenpan met antiaanbaklaag en schep als hij heet is 1 eetlepel beslag erin; strijk het met een hittebestendige spatel of paletmes uit tot 10 cm doorsnee. Je kunt afhankelijk van het formaat van de koekenpan 2-3 pannenkoekjes tegelijk bakken. Keer de pannenkoekjes als de onderkant bruin is en het beslag aan de bovenkant droog is met een spatel om. Bak ze lichtbruin en door en door gaar. Houd ze warm in de nog warme oven terwijl je de overige koekjes bakt – het moeten er in totaal 16-18 zijn.

Verhit de grill op hoog. Snijd de perziken doormidden en haal met de hand of een scherp mes de pitten eruit. Bestrijk ze met boter, eventueel vermengd met saffraan en besprenkel ze met honing. Leg ze met de snijkant boven 15 minuten onder de grill tot ze bruin worden.

Verkruimel de granola boven de perziken en zet ze op de bananenpannenkoekjes, schep er wat crème fraîche op, besprenkel met honing en een beetje rozenwater als je wilt. Garneer met wat muntblaadjes.





Kropsla met gorgonzola dolce & hete vinaigrette met spek

voor 6 personen

1 ronde krop zachte sla
250 g doorregen rookspek in plakken, in 1 cm brede repen
100 ml extra vergine olijfolie
25 g pijnboompitten, gespieten amandelen of hazelnoten
200 g gorgonzola dolce
2 eetl. roodwijnazijn
zout en versgemalen zwarte peper

GV

Stefano Borella, chef op onze kookschool, is afkomstig uit een Italiaans berggebied. Als de voorraad olijfolie van de familie op dreigde te raken, gebruikte zijn grootmoeder heet varkensvet en zelfgemaakte azijn om salades mee aan te maken. Wij vonden dat zo heerlijk klinken dat we gingen experimenteren met het vet van gebakken spek uit de koekenpan.

Dit is het resultaat – een hemelse combinatie van salade, gerookt spek en zachte kaas. Serveer alles nog warm op een grote plank en iedereen kan er zelf een blad afhalen. Je kunt de sla en de dressing van tevoren bereiden en de salade op het laatste moment samenstellen.

De sla is hier heel belangrijk, het moeten zachte kropsla- of bataviaslabladeren zijn – ronde zachte bladeren met een milde smaak. Je kunt ook little gem gebruiken, haal de bladeren los van elkaar en vul ze als eenpersoonsporties, maar verwijder de bittere nerven.

Was de hele krop sla en slinger hem droog, laat hem omgekeerd op keukenpapier uitlekken. Snijd de (bittere) steel eraf zodat de krop openvalt, maar zorg ervoor dat de bladeren onderaan nog net aan elkaar vastzitten.

Bak het spek in een grote koekenpan met antiaanbaklaag op laag vuur in olijfolie net krokant. De olie is de dressing.

Rooster de noten in een koekenpan met antiaanbaklaag op halfhoog vuur in 5-7 minuten lichtbruin.

Zet intussen de krop sla op een plank, zodat de bladeren openliggen als bloembladjes. Scheur met de vingertoppen stukjes van de kaas (hij is wat plakkerig, maar dit is de beste manier om hem te delen; de kaas is te zacht en te kleverig om een lepel te gebruiken) en leg een stukje op elk blad.

Doe de azijn bij het spekvet in de pan met royaal versgemalen zwarte peper. Doe er naar smaak eventueel wat zout bij maar misschien vind je dat helemaal niet nodig.

Giet voor het serveren de dressing gelijkmatig over de sla en bestrooi hem met de noten. Geef er servetten bij omdat je de sla het beste met je vingers kunt eten, direct van de plank; vouw de slabladeren dubbel met de kaas, spek en dressing ertussenin.

Caesarsalade van bindsla met gekonfijte walnoten

voor 6 personen

voor de gekonfijte noten

400 g walnoten of pecannoten, of een mix

2 eiwitten

30 g bruine basterdsuiker

75 g rauwe milde honing of ahornsiroop

½ theel, versgemalen zwarte peper

1 theel, fijn zout

voor de salade

2 kroppen bindsla, harde kern verwijderd, bladeren losgehaald

1 recept Aioli (blz. 21)

100 g parmigiano reggiano of pecorinokaas

versgemalen zwarte peper

CV

Ik was niet van plan een caesarsalade in dit boek op te nemen, omdat er in boeken en online al volop recepten te vinden zijn. Toen ik echter in Roberta's restaurant in Brooklyn de lichte, pittige smaak proefde van geroosterde-knoflookmayo die de hele bladeren omhulde, veranderde ik van gedachten en bracht slechts een paar wijzigingen aan in haar fantastische recept. Een restant dressing is heerlijk over aardappels of eieren.

De slabladeren zijn om en om gestapeld met gekonfijte noten – de zachtere soorten zoals walnoten en pecannoten zijn ideaal om te konfijten. Ze zijn ook een onweerstaanbare snack of topping om vele andere salades mee te bestrooien.

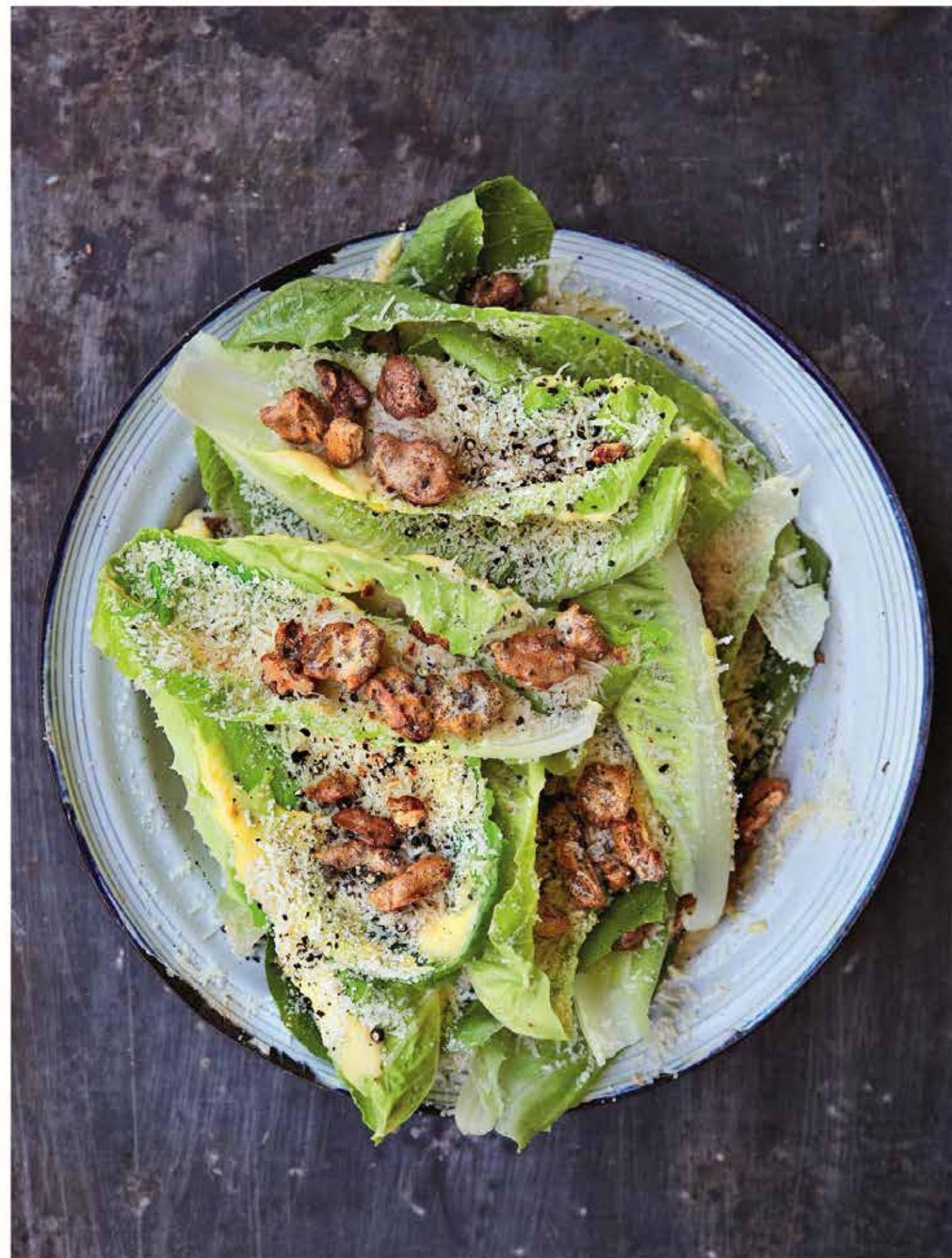
Verhit de oven tot 180 °C. Bekleed een bakplaat met bakpapier.

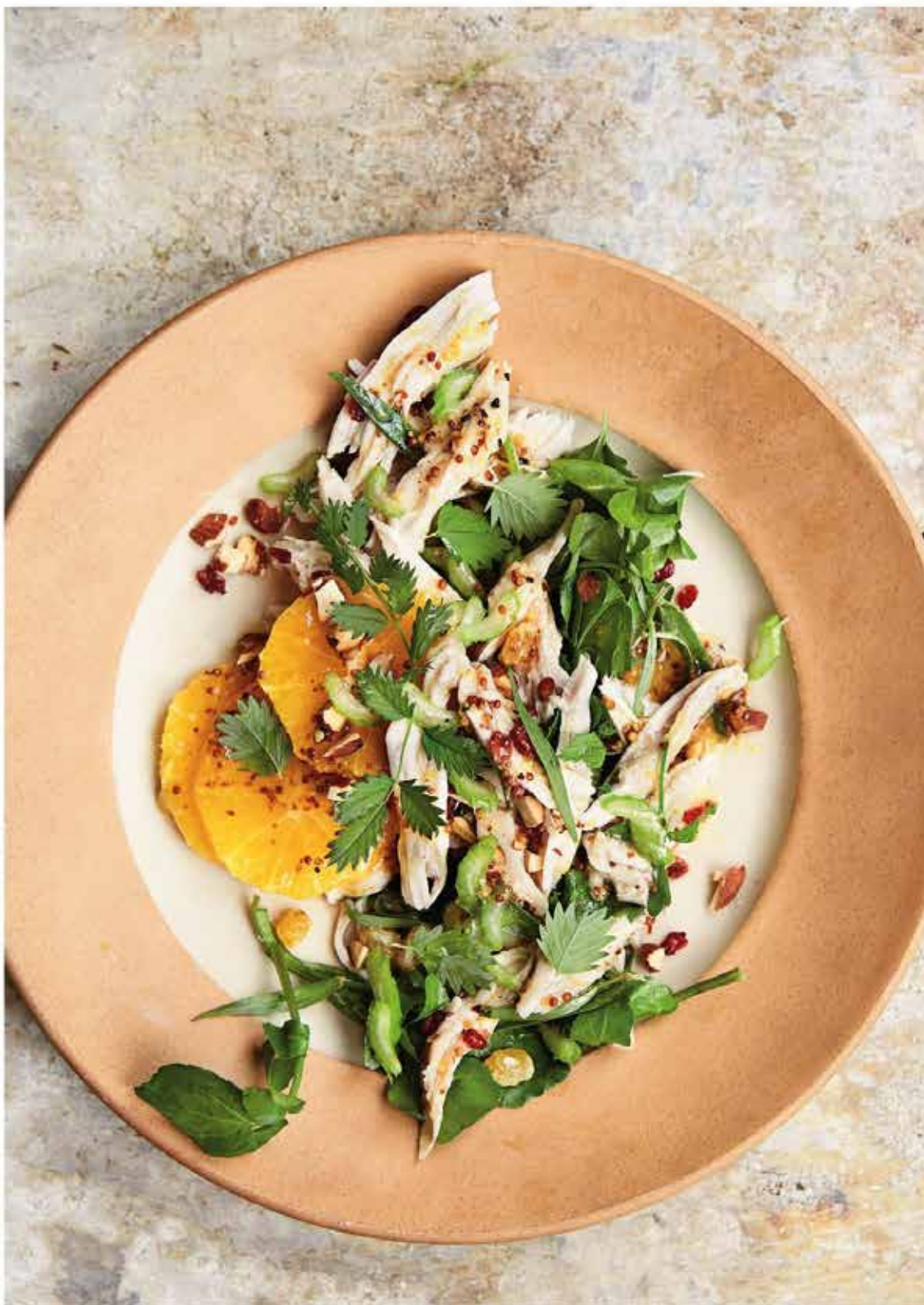
Verdeel de noten op de bakplaat en rooster ze 12 minuten in de oven, schep ze halverwege de tijd een keer om zodat ze gelijkmatig kleuren. Haal de noten uit de oven en laat ze tot kamertemperatuur afkoelen. Schakel de oven terug naar 130 °C.

Klop de eiwitten in een grote mengkom zo stijf dat er nog niet geen pieken ontstaan als je de garde uit het schuim tilt. Voeg de basterdsuiker, honing en peper toe en klop alles door elkaar.

Schud de noten vanaf het bakpapier in de kom en roer met een grote lepel tot alle noten met een kleverig laagje zijn omhuld. Schep ze met een schuimspaan uit de kom op de opnieuw met bakpapier beklede bakplaat en spreid ze uit. Bestrooi ze met je vingers met fijn zout en rooster ze weer 25 minuten in de oven; schep ze halverwege om. Ze moeten droog zijn en niet plakkerig aanvoelen. Rooster de noten als dat niet zo is nog een paar minuten langer maar laat ze niet verbranden. Haal de bakplaat uit de oven en laat de noten afkoelen. Bewaar ze maximaal 2 weken in een luchtdicht afgesloten pot.

Was en droog de slabladeren. Verdeel een paar bladeren op een grote platte schaal en sprenkel er wat aioli over. Ik spreid hem uit met behulp van een slablad; rasp er een fijn laagje kaas over, bestrooi met wat noten en maal er peper over. Herhaal deze procedure tot alle bladeren gebruikt zijn. Bewaar overgebleven aioli en noten voor een andere keer.





Oud-Engelse salade van gerafelde kip met sinaasappel & berberisbessen

voor 6 personen

voor de dressing

2 eetl. rodwijn- of ciderazijn
5 eetl. extra vergine olijfolie of milde raapzaadolie
1 eetl. grove mosterd
1-2 theel. rauwe milde honing, naar smaak
zout en versgemalen zwarte peper

voor de salade

500 g gare kip, in reepjes getrokken
3 eetl. gedroogde berberisbessen, 30 minuten in koud water
geweekt
3 eetl. dragonblaadjes
2 eetl. grofgescheurde bladpeterselle
een flinke handvol slabladeren, bijv. postelein, pimpernel of
waterkers
25 g geschaafde amandelen, geroosterd
25 g blanke of groene sultanarozijnen, 30 minuten in koud water
geweld
2 sinaasappels, tot op het vruchtvlees geschild, in dunne plakken

ZV GV

Bij het doorlezen van oude saladerecepten stuitte ik op *Acetaria: A Discours of Sallets* van John Evelyn dat in 1699 werd gepubliceerd. Hij vertelt over schitterende 'sallets', gemaakt met een enorme variëteit aan kruiden, bloemen, zomerfruit en vruchten alsook dressings van olie en azijn. Veel spannender dan de gemiddelde hedendaagse gemengde salade.

Een van de simpele salades van Evelyn is ideaal voor een restant zacht gepocheerde kip uit de bouillon of van een gebraden kip. Berberisbessen en groene sultana's zijn online te vinden, in goede delicatessenwinkels, natuurwinkels of Midden-Oosterse supermarkten. Ze werden vroeger regelmatig in salades verwerkt en hebben een aangenaam zure smaak, ze zorgen ook voor meer beet en textuur. Als je geen berberisbessen kunt vinden, gebruik je gedroogde cranberry's.

Klop de ingrediënten voor de dressing door elkaar en breng op smaak met zout en peper.

Vermeng de ingrediënten voor de salade in een grote schaal en giet de dressing erover. Schep alles losjes om zodat de smaken zich kunnen mengen en laat de salade 30 minuten intrekken. Bestrooi de salade voor het serveren met wat zwarte peper.

Perzik-linzensalade met warme varkenshaas

voor 4-6 personen

1 eetl. venkelzaad
1 teen knoflook, fijngehakt
1 theel. fijn zeezout
1 varkenshaas van 600 g
1 eetl. extra vergine olijfolie

voor de dressing
sap van 1 citroen
4 eetl. extra vergine olijfolie
zout en versgemalen zwarte peper

voor de salade
1 blik van 360 g puy-linzen of groene linzen, afgespoeld en uitgelekt
60 g zachte gedroogde pruimen, grofgehakt
2 eetl. fijngesneden bladpeterselie
75 g spinazie, boerenkool, kropsla, mosterdblad of rucola
2 perziken, ontpit, met schil, elk in 12 partjes
2 eetl. fijngesneden dille of wilde venkel

ZV OV

Varkensvlees en venkelzaad zijn al sinds de Romeinse tijd een klassieke combinatie in Italië. Er groeit daar wilde venkel in overvloed, met massa's gele bloemen die verzameld worden om hun pollen of de tijd krijgen om te rijpen tot het zaad is gevormd. Het verbaast me altijd dat de Italianen de venkel laten groeien om hem te eten, terwijl hij in Engeland voornamelijk wordt gekweekt om de schoonheid. Wij denken dat het allebei kan. Je ziet in Engeland veel wilde venkel, maar veel mensen realiseren zich niet dat je hem kunt eten, en genieten in plaats daarvan van de aanblik van de gevederde bladeren. Ja, er is verschil tussen Italianen en Engelsen!

Kneus het venkelzaad in een vijzel met een stamper en strooi het zaad met knoflook en zout over een stuk bakpapier. Verwijder eventuele vliezen van de varkenshaas en wentel het vlees door het knoflookmengsel op het papier. Rol het vlees op in het bakpapier, leg het op een bakplaat en zet deze minstens 30 minuten tot maximaal een dag in de koelkast.

Verhit de oven tot 180 °C. Haal het vlees uit de koelkast om het op kamertemperatuur te laten komen en maak intussen de salade.

Roer voor de dressing het citroensap en de olie in een kom door elkaar en breng op smaak met zout en peper.

De linzen moeten voor de salade op kamertemperatuur zijn of licht verwarmd worden in een pan op laag vuur. Meng de linzen, pruimen en peterselie door elkaar en schep de helft van de dressing erdoor – bewaar de laatste dressing om eventueel voor het serveren over de salade te sprenkelen. Verdeel de linsensalade op een platte schaal en garneer met de slabladeren, perzikschijfjes en dille.

Verhit de olie in een grote koekenpan met antiaanbaklaag en bak de varkenshaas als de olie heet is rondom aan. Leg het vlees in een braadslee en zet deze 12-15 minuten in de oven tot het stevig aanvoelt als je erop drukt. Haal het uit de oven en laat het afgedekt met aluminiumfolie en een theedoek 10 minuten rusten. Snijd het vlees in circa 1 cm dikke plakken, verdeel ze over de linzen met eventueel bakvocht en sprenkel de achtergehouden dressing eroverheen. Serveer meteen.



Salade van zalm, asperges & doperwten met waterkersdressing

voor 6 personen

750 g zalmfilet of 1 kleine halve zalm, met vel, fijne graatjes
verwijderd

2 eetl. witte wijn

een kleine handvol erwtscheuten
zout en versgemalen zwarte peper

voor de dressing

1 sjalot, fijngesneden

1 eetl. extra vergine olijfolie

100 g waterkers

200 ml crème fraîche

voor de salade

300 g verse doperwten

12 groene asperges, houtige uiteinde verwijderd, in stukken

een kleine handvol dille, alleen de blaadjes

een kleine handvol muntblaadjes, grofgescheurd

een kleine handvol dragonblaadjes

½ komkommer, geschild, in dunne plakjes

sap van ½ citroen

2 eetl. extra vergine olijfolie

GV

Dit typisch Engelse gerecht van roze gepocheerde zalm op een groene ondergrond van sla-bladeren is net zo opwindend als een zonnige voorjaarsdag. Het is heel gemakkelijk te maken en je kunt de vis en de dressing van tevoren bereiden, ideaal dus om gasten te ontvangen.

Verhit de oven tot 180 °C.

Leg de zalm op een groot stuk bakpapier, lepel de wijn erover, bestrooi met zout en peper en zet de hoeken van het bakpapier zo vast dat er een pakketje ontstaat. Laat de zalm in de oven in 20-25 minuten net gaar worden. Haal de bakplaat uit de oven en laat de zalm afkoelen, bereid intussen de overige ingrediënten voor. Trek als de zalm koud is het vel eraf en verdeel de vis in flinke stukken.

Kook of stoom de doperwten en asperges – de doperwten in circa 10 minuten en de asperges in 5-8 minuten. Dompel de groenten meteen in koud water om snel af te koelen en hun kleur te behouden.

Smoor intussen voor de dressing de sjalot in de olie met wat zout en peper in een kleine pan op laag vuur tot hij glazig is; laat hem niet kleuren. Neem van het vuur en laat afkoelen. Doe de sjalot met de olie in een keukenmachine, voeg de waterkers toe en pureer alles glad. Doe de crème fraîche erbij en pulseer tot alles goed is vermengd. Breng op smaak met zout en peper.

Doe alle ingrediënten voor de salade in een grote kom, meng het citroensap en de olijfolie erdoor en verdeel de salade langs de rand van een bord. Schik de zalm op het midden van de salade en sprenkel de dressing eroverheen of geef hem erbij. Strooi de erwtscheuten eroverheen.



mexicans



Pittige tomatensalsa (linksboven – blz. 171), Vistaco's met salade van geschaafde kool & koriander (midden – blz. 116), Ananas-gembersalsa (rechtsonder – blz. 188).