

# BBOQ

*Peter De Clercq*

# BIJBEL



## GEVULDE KUMATO-TOMAAT MET SCAMPI-KEBAB (VOOR 4 PERSONEN)

4 Kumato-tomaten // 200 g gekookte rijst  
// 1 mango in kleine blokjes // 1 dolce-  
punta paprika // 1 rood chilipepertje  
// geraspte schil en sap van 1 citroen  
// 2 eetlepels koriander, gehakt //  
1 kleine rode ui in blokjes // peper en  
zout // olijfolie // 8 grote scampi's  
// vismarinade

Snijd twee tomaten middendoor en hol ze uit. Snijd de twee andere tomaten in blokjes. Meng de mangoblokjes, de gesneden paprika, het gehakte chilipepertje, de tomatenblokjes, de rasp en het sap van de citroen, de koriander en de uiblokjes onder de rijst. Werk af met peper, zout en een scheut olijfolie. Vul de tomaten met het mengsel.

Steek de scampi's per twee op spiesjes en wrijf in met marinade. Gril de spiesjes kort op een hete grill en serveer ze op de tomaatjes.

## GEGRILD TORENTJE MET ZEEDUIVEL

4 artisjokken // zout // sap van  
1 citroen // scheut azijn // 1 aubergine  
// een assortimentje delicatesseliën  
(1 dl Italiaanse kruidenolie,  
1 dl basilicumolie, 1 dl hazelnootolie)  
// 2 eetlepels verse tuinkruiden //  
800 g zeeduivelfilet // vismarinade  
// viskruiden // 2 dl balsamicoazijn  
// 100 g suiker // Provençaalse kruiden  
// aardappelkruiden // 1 vel brickdeeg  
// 2 dl tomatensaus // 50 g groene pesto

Kook de artisjokken in gezouten water met citroen en een scheut azijn. Laat ze koken tot dat je de blaadjes eruit kunt trekken. Verwijder



de blaadjes en houd enkel de harten over. Snijd vier ronde schijven van 1 centimeter dik van de aubergine.

Maak een oliemarinade van 1 dl Italiaanse kruidenolie, 1 dl basilicumolie en 1 dl hazelnootolie en voeg er de gehakte, verse tuinkruiden bij. Wrijf de aubergine en de artisjokharten hiermee in. Kruid de groenten met Provençaalse kruiden en aardappelkruiden.

Wrijf acht mooie, ronde sneden zeeduivelfilet in met vismarinade en kruid met viskruiden. Kook de balsamicoazijn met de suiker tot een stroop en laat afkoelen.

Snijd vier cirkels (even groot als de aubergines) uit het brickdeeg en bak eventjes in de oven. Gril de zeeduivel en de groenten 6 minuten op de grill. Strooi een handvol olijfpitten tussen de kolen voor een heerlijk aroma.

Maak een torentje met afwisselend artisjok, zeeduivel, aubergine, zeeduivel en brickdeeg. Druppel hierrond tomatensaus, pesto en stroop. Dien op met een gekookt aardappeltje.

**TIP//** Met wat mousseline in plaats van pesto is dit gerecht ook heel lekker.



## TARBOT MET SPINAZIE IN DE Q-BAG (VOOR 4 PERSONEN)

4 Q-bags // 4 tarbotfilets //  
16 gekookte aardappeltjes

### Voor de spinaziesaus:

1 ui // olijfolie // 1 theelepel  
komijnzaad // 4 dl witte wijn //  
1 dl visfumet // 2,5 dl lichte room //  
peper en zout // 300 g jonge spinazie  
// 2 eetlepels gemarineerde tomaten  
(bv. Sud'n'sol) // 2 eetlepels  
pompoenpitten

Snipper de ui fijn en laat die 5 minuten sudderen in een scheut olijfolie met komijnzaad. Blus met witte wijn en visfumet en laat tot de helft inkoken. Voeg de room erbij en laat eventjes opkoken. Kruid met peper en zout. Was de spinazie en snijd die fijn. Hak de tomaatjes fijn en meng ze onder de spinazie en de pompoenpitten. Doe de saus erbij en verdeel dit over 4 Q-bags. Leg er telkens een tarbotfilet op

en vier gekookte aardappeltjes. Sluit de Q-bags en leg ze gedurende 10 min op de barbecue. Je kunt door het venstertje zien wanneer de papillot klaar is.

## GEGRILDE TARBOT MET BREYDELSPEK, DUVELSCHUIM EN TRUFFEL (VOOR 4 PERSONEN)

2 sneden Breydelspek van 5 mm dik //  
4 moten tarbot van 300 g // vismarinade  
// viskruiden // scheut olijfolie //  
1 flesje Duvel // 1 dl gevogeltesfond  
// 1/2 dl truffeljus // verse tijm

### Voor de garnituur:

2 rode uien // 12 groene asperges  
// grillolie // groentekruiden //  
1 Romeinse sla // 2 kleine tomaten  
// 1 zomertruffel

Snijd het Breydelspek in reepjes en steek die in de tarbot. Wrijf de tarbotmoten in met vismarinade en viskruiden. Laat kort bruin grillen op een hete rooster. Giet een scheutje olie in een kookpot van Le Creuset en leg de moten hierin. Overgiet met 3/4 van de Duvel, de gevogeltesfond, truffeljus en een paar takjes tijm. Zet nog 15 minuten onder deksel in de barbecue op 180 °C.

Pocheer de groenten (behalve de tomaten). Wrijf de groenten in met olie en kruid met groentekruiden. Gril ze tussen een grillklem op een middelmatig hete grill.

Serveer de tarbotmoot met een beetje jus en mix de rest van de jus met een scheut Duvel tot schuim. Doe de groentjes boven op de moot en schaaft er rijkelijk de zomertruffel over

## TARBOT MET GEGRILDE COURGETTE EN GARNALENSAUS (VOOR 4 PERSONEN)

### Voor de garnalensaus:

300 g garnalen // olijfolie // 1 stengel witte selder // 1 ui // 1 wortel // 1 eetlepel gehakte dragon // 4 eetlepels ketchup // 2 dl armagnac // 5 dl water of visfond // 3 dl room // peper en zout // 2 courgettes // kruidenolie // groentekruiden of peper en zout //

4 stukken tarbot van 200 g // kruidenolie voor vis (zie 'Basisrecepten' op p. 12) of vismarinade // zeewier

Pel de garnalen en zet ze in de koelkast voor bij het aperitief (je kunt er kleine tomaatjes mee opvullen). Giet een flinke scheut olijfolie in een kookpot en doe de garnaalkoppen erin. Bak die op een hoog vuur, samen met de gewassen en in stukken gesneden selderui, wortel en dragon. Giet er na 10 minuten de ketchup bij. Laat alles nog 1 minuut verder bakken. Voeg vervolgens de armagnac toe met het water (of de visfond). Laat alles nog 30 minuten koken, tot je nog een derde overhoudt. Voeg de room toe en laat ongeveer 10 minuten opkoken. Breng op smaak met peper en zout en giet alles door een fijne zeef.

Snijd de courgettes in plakken van een halve centimeter/wrijf ze in met kruidenolie en kruid met groentekruiden of peper en zout.

Wrijf de visfilets lichtjes in met kruidenolie voor vis of met vismarinade. Gril de tarbot gedurende 6 minuten op een hoge temperatuur (eventueel tussen een grillklem). Een handvol vuurkruiden doet wonderen voor het aroma. Vergeet niet de rooster vooraf in te wrijven met een klein beetje olie.

De courgettes mogen ook op de rooster. Die moeten precies even lang garen als de vis. Als de rooster te klein is om vis en groenten samen te grillen, dan kun je het beste eerst de groente roosteren en pas daarna de vis (groenten drogen niet zo vlug uit als je die warm houdt).

Dien op met de garnalensaus.

Garnituur: in driehoekjes gesneden, gedroogd zeewier dat je eventjes frituurt.

# VIS EN SCHAALDIEREN





## GEGRILDE TONGFILETS MET SPECULAAS EN GEITENKAAS OP EEN BEDJE VAN BELGISCH GRONDWITLOF

4 tongen, gefileerd // een stuk geitenkaas van 300 g (bv. Rocamadour) // 6 à 7 speculaasjes, fijngemalen // viskruiden // 6 stronkjes grondwitlof // 1 klontje boter // rijstolie // peper en zout // foelie of groentekruiden

### Voor de tomatenvinaigrette:

1 sjalotje // 1 eetlepel gemarineerde tomaatjes // 1 eetlepel zwarte ontpitte olijven // 1 eetlepel mosterd (type Savora) // 2 dl olijfolie // 1 dl sherryazijn // 2 eetlepels verse tuinkruiden, fijngehakt // peper en zout

Leg vier tongfilets open en bedek ze met een plakje geitenkaas. Leg de andere filets er bovenop. Paneer de vis in de gemalen speculaas en kruid met viskruiden.

Snijd het witlof fijn en bak het mooi bruin in een klontje boter en een scheutje rijstolie. Kruid met peper, zout en foelie of groentekruiden.

Snipper het sjalotje en fruit het 2 minuten in de olijfolie. Hak de tomaatjes en de olijven fijn en doe al de ingrediënten voor de vinaigrette bij elkaar. Gril de tongfilets 5 minuten boven een middelmatig hete grill of barbecue. Gooi regelmatig vuurkruiden op de kolen.

Presenteer de tong op een bedje van witlof.

## SINT-JAKOBSVRUCHTEN IN DE SCHELP

12 grote verse sint-jakobsvruchten // 12 schelpen // 2 stengels prei // olijfolie // viskruiden of peper en zout // 1 rol buffelmozzarella // paprikapoeder

Was de sint-jakobsvruchten onder koud stromend water en dep ze droog met keukenpapier. Snijd de prei fijn en stoof die gaar in een scheut olijfolie. Leg in elke schelp een lepel prei en een sint-jakobsvrucht. Kruid met viskruiden of peper en zout. Leg op iedere sint-jakobsvrucht een sneetje mozzarella van een halve centimeter. Strooi er een snuifje paprikapoeder op. Zet de schelpen op de rooster tot de kaas gesmolten is. In een gesloten barbecue zal de kaas mooi gratineren.

---

**TIP//** Strooi wat vuurkruiden of geweekte wijnranksnippers onder de schelpen om het gerecht een rokerig, kruidig aroma te geven.

---

## MOSSELEN MET PESTO, DOLCEPUNTA EN GANDA HAM (VOOR 4 PERSONEN)

4 Q-bags // 2 stengels witte selder //  
1 grote ui // 2 dolcepunta paprika's //  
2 sneden Ganda Ham // 1,2 kg mosselen  
// 4 dl witte wijn // dille, bieslook en  
basilicum // 50 g pesto

Snijd de selder en de ui zeer fijn en hak de paprika's in kleine blokjes samen met de Ganda Ham. Neem een Q-bag en leg er telkens ongeveer vijftien mosselen in met wat groenten. Giet er 1 deciliter witte wijn op. Kruid de mosselen met de viskruiden en een lepel pesto. Vouw de opening tweemaal dicht en druk de vouw mooi vast. Leg de mosselen ongeveer 10 minuten op de barbecue (tot ze allemaal open zijn) of leg ze in een oven van 200 °C.

## GEMARINEERDE ZALM IN FRAMBOZENBIER MET TUINKRUIDEN EN RICOTTA

4 stukken zalm van 200 g // 2 sjalotjes,  
fijngesneden // 50 g grof zeezout //  
peper // 75 g ricotta // 75 g zure room  
// 2 eetlepels verse tuinkruiden  
(basilicum, bieslook, kervel, dragon),  
fijnggehakt // olijfpittengraan //  
vinaigrette bieslook (Vandemoortele)

### Voor de marinade:

1 fles frambozenbier // sap van 1 limoen  
// 1 dl goede olijfolie

Hak de sjalotjes fijn, wrijf de zalm in met grof zeezout en peper. Meng het frambozenbier, het limoensap en de olijfolie voor de marinade. Giet dit alles over de zalm en laat een nacht in de koelkast staan.

Meng de ricotta en de zure room met de tuinkruiden.

Gril de zalm 20 minuten op een grillplaat. Leg hem op een aluminiumfolie onder een gesloten deksel. Strooi er wat olijfpittengraan naast. Serveer met het ricottamengsel en een slaatje, overgoten met Vandemoortele bieslookvinaigrette.

## GEGRILDE KABELJAUW MET JAPANESE CROSNES EN AARDAPPELVINAIGRETTE

600 g Japanse crosnes // zout // 2 grote  
aardappelen // 4 moten kabeljauw //  
vismarinade // viskruiden // notenolie  
// barbecuekruiden // 1 klein potje  
truffelsnippers

### Voor de vinaigrette:

1 dl hazelnootolie // 1 dl witte  
balsamicoazijn // 100 g zure room  
// peper en zout

Kook de crosnes in water met een snuifje zout tot ze beetbaar zijn.

Schil de aardappelen en snijd ze in kleine blokjes van 5 millimeter groot. Doe dit met behulp van een keukenmachine. Gooi de blokjes 1 minuut in kokend water en laat afkoelen.

Maak een vinaigrette van hazelnootolie, azijn en zure room en voeg er de aardappelblokjes bij. Breng op smaak met peper en zout.

Wrijf de vismotten in met vismarinade en kruid met viskruiden. Leg ze tussen een grillklem en rooster gedurende 8 minuten op een zeer hete grill. Strooi telkens bij het draaien een beetje vuurkruiden op de kolen.

Bak de crosnes in een flinke scheut notenolie en kruid met barbecuekruiden. Dien op met een lepelje aardappelvinaigrette en strooi de truffelsnippers over de aardappelen.



## IN MELK GEMARINEERDE ZALM MET VENKEL

600 g gerookte zalm // 1 liter melk  
// 4 aardappelen // 2 venkelknollen // grillolie // groentekruiden // 3 eierdooiers // 1 citroen // 1 dl witte wijn // 350 g handwarme boter // peper en zout // 2 eetlepels dille, gehakt // 1 dl light room (bv. Alpro) // vismarinade

Week de zalm gedurende 24 uur in de melk. Stoom of kook de aardappelen en de venkel. Snijd de venkel in de lengte door en snijd dikke schijven van de aardappelen. Wrijf die in met grillolie en kruid met groentekruiden. Doe de eierdooiers in een pannetje met het citroensap en de witte wijn. Zet dit op de barbecue en klop tot schuim. Voeg de handwarme boter er beetje bij beetje aan toe en klop het mengsel tot een mousseline. Kruid met peper zout, gehakte dille en voeg de room toe. Houd de saus warm aan de zijkant van de barbecue. Dep de zalm droog met keukenpapier en wrijf in met vismarinade. Gril nu alles 6 minuten op een matig hete barbecue. Dien op met de saus.

## GEGRILDE TONIJS MET EEN FRIS ZOMERSLAATJE (VOOR 4 PERSONEN)

4 sneden tonijn van 120 g // 2 dl grillolie (bv. Vandemoortele) // 1 dl knoflook- en tuinkruidenolie (bv. Vandemoortele) // 1 dl basilicumolie (bv. Vandemoortele) // 2 eetlepels verse oregano, gehakt // 1 klein rozijnenbroodje (niet gesneden) // 3 dl walnotenolie (bv. Vandemoortele) // 2 lente-uitjes // 200 g gemengde sla // 100 g notensla // 100 g zongedroogde

tomaten // 2 dl Italiaanse kruidenolie (bv. Vandemoortele) // 1 dl oude balsamicoazijn // viskruiden

Marineer de tonijn gedurende 6 uur in een mengsel van grillolie, knoflook- en tuinkruidenolie, basilicumolie en gehakte oregano. Snijd de korsten van het rozijnenbrood en pluk er stukjes uit. Leg die op een bakplaat, besprenkel met de walnotenolie en roer om. Zet de bakplaat in de oven op 200 °C gedurende 10 minuten tot je goudgele korsten hebt. Snijd de lente-uitjes fijn en meng de zongedroogde tomaten onder de salades. Maak een mooi slaatje met de broodkorstjes en besprenkel met een vinaigrette van Italiaanse kruidenolie en balsamicoazijn. Kruid de tonijn met viskruiden en gril de tonijn 4 minuten op een hete grill. Opgepast, de vis moet nog mooi rosé zijn van binnen.

---

**TIP//** Meng een beetje zwartemosterdgraan met korianderbolletjes. Doe dit in de pepermolen en kruid het gerecht lichtjes bij.

---

## Q-BAG MET SCHEERMESJES EN RICARD (VOOR 4 PERSONEN)

4 Q-bags // 2 stengels witte selder // 1 grote ui // 1 rode en groene paprika // 1,2 kg scheermesjes // 4 dl witte wijn // 1 dl Ricard // viskruiden // 1 eetlepel dille, gehakt // 50 g pesto

Snijd de selder en de ui zeer fijn en hak de paprika's in kleine blokjes. Was de scheermesjes onder koud stromend water. Neem een Q-bag en leg er telkens ongeveer 300 gram scheermesjes in met wat groenten. Giet er 1 dl witte wijn op en een scheut Ricard. Kruid de scheermesjes met viskruiden, een lepel pesto en dille. Vouw de opening tweemaal dicht en druk de vouw mooi

vast. Leg de Q-bag ongeveer 10 minuten op de barbecue of leg hem in een oven van 200 °C.

---

**TIP//** Dit recept is ook heerlijk met mosselen of andere schelpdieren.

---

## KABELJAUW MET GANDA HAM EN TOMATENSALADE (VOOR 4 PERSONEN)

8 dunne sneetjes Ganda Ham // 4 stukken kabeljauwfilet van 200 g // 4 stengels oregano, gehakt // vismarinade // 4 Kumato-tomaten // 200 g mozzarella // 12 blaadjes basilicum // 4 dl zeer goede olijfolie // 2 dl balsamicoazijn // zwarte peper van de molen of 2 eetlepels gebroken peper

Leg de plakken ham per twee open op tafel en rol de stukken kabeljauw er mooi in met behulp van twee eetlepels. Wrijf in met de verse oregano en vismarinade.

Snijd de tomaten in schijven en leg ze open op een bord, schik er schijfjes mozzarella en blaadjes basilicum op en overgiet met olijfolie van goede kwaliteit. Verrijk met enkele druppels balsamicoazijn en wat zwarte peper. Doe er een plasticfolie over en laat 2 uur trekken in de koelkast.

Leg de vis tussen een visklem en gril boven een matig hete houtsgloeï gedurende 8 minuten (voor stukken van 4 centimeter dik). Vergeet niet om een beetje vuurkruiden in de kolen te gooien.

Schik de vis op de tomatensalade, giet er een beetje olie op en werk af met een takje groen.

---

**TIP//** In plaats van kabeljauw kun je ook zeewolf gebruiken.

---

## IN OLIJFPITTEN GEPOFTE AARDAPPEL MET GEGRILDE GAMBA'S

4 mooie aardappelen (belle de fontenay) // olijfpittengraan // 12 grote gamba's // schaaldierenmarinade of kruidenolie // 200 g ricotta // 2 eetlepels bieslook, gehakt // groentekruiden of peper, zout en nootmuskaat

Leg de aardappelen in een ovenschotel of in een gietijzeren ketel (*Dutch oven*). Giet het olijfpittengraan over de aardappelen en zet de schotel anderhalf uur op de houtskool. Zet het deksel op de barbecue of dek de schotel af met aluminiumfolie. Prik met een vork in de aardappelen om te controleren of ze zacht zijn.

Wrijf de gamba's in met schaaldierenmarinade of met kruidenolie.

Haal ondertussen de aardappelen uit met een lepel en meng de pulp met de ricotta en de bieslook. Kruid met groentekruiden en vul de aardappelen weer op. Houd ze warm aan de zijkant van de barbecue.

Gril de gamba's 4 minuten op een hete barbecue. Strooi daarbij wat vuurkruiden onder de gamba's voor een heerlijk kruidig aroma. Serveer ze op de aardappelen.

---

**TIP//** De olijfpitten kun je nog vaak gebruiken. Olijfpittengraan is uitstekend om een heerlijk aroma te geven aan al je barbecuegerechten. Strooi gewoon een handvol graan in de houtskool of in de gasbarbecue.

**TIP//** Olijfpittengraan is te koop bij Aveve, Colruyt, Delhaize of in de betere tuincentra.

---