

Honing

Recepten uit de keuken van een inker

AMY NEWSOME

Fotografie Kim Lightbody

TERRA



006	Inleiding
010	Een jaar van een imker
024	Koken met honing
034	Honingterroir
044	De provisiekamer van de natuur aanvullen
060	Hoofdstuk 1 – Potten
076	Hoofdstuk 2 – Kleine gerechten
104	Hoofdstuk 3 – Grote gerechten
138	Hoofdstuk 4 – Baksels
212	Hoofdstuk 5 – Ijs
226	Hoofdstuk 6 – Dranken
244	Register
252	Dankwoord
253	Over de auteur
254	Opmerkingen voor koks

Inleiding

Honing is al meer dan 10.000 jaar erg belangrijk voor de mens. Verleden en heden van talloze culturen over de hele wereld zijn doordrongen van de magie van honing, en dat loopt van de zoektochten naar honing in de steentijd tot hiërogliefen uit het oude Egypte met afbeeldingen van uit klei gemaakte bijenkasten.

We doen een lepeltje in de thee, druppelen het in de yoghurt en smeren het op brood, maar als we verder kijken dan de potten in de schappen van de supermarkt, ontdekken we met de rauwe, onbewerkte honing een onontgonnen wereld van smaken.

Honingbijen verzamelen nectar en stuifmeel van bloeiende planten tot een kilometer of drie van hun kast. Elke plantensoort in de provisiekamer van de natuur levert honing met een eigen smaak, kleur, aroma en viscositeit. De imker werkt in harmonie met de nectaropbrengst van de seizoenen, omdat hij weet wanneer elke plant bloeit en verwelkt; en hij heeft een even goede relatie met het land als een Franse wijnboer. Een lentehoning kan licht goud en smeug zijn dankzij de braam en meidoorn, terwijl hij in de herfst donker, vloeibaar en smaakvol kan zijn door planten als klimop en wilgenroosje. Een Australische winterhoning kan groenig en aromatisch zijn van de eucalyptus. Geen twee honingen zijn hetzelfde.

Ik heb dit boek geschreven om iets meer bekendheid te geven aan de ambachtelijke imkerij en het koken met honing. Ik zal de bij volgen door de seizoenen als verschillende soorten bloemen bloeien. Zo leer je hoe de beste honing wordt gemaakt en waarom de honing van een enkele plantensoort, verkocht door een kleinschalige imker, de ultieme smaakuiting van het terroir is, zoals dat ook geldt voor de beste wijn, extra vierge olijfolie, koffie en chocolade. Je kunt tal van tips vinden voor bijvriendelijk tuinieren, iets wat ik zelf na mijn opleiding in Kew Gardens leerde tijdens mijn werk als hovenier en tuinarchitect. En ik geef een diepgaand inzicht in het wonder van bestuiving, zodat je ontdekt hoe bloemen met hun bestuivende insecten samenwerken om voor jouw keuken de pot met goud te vullen. Honing heeft generaties koks geïnspireerd tot het bedenken van heerlijke hartige en zoete schotels en drankjes. Hier zullen nieuwsgierige kookliefhebbers kennismaken met een nieuwe kijk op bekende gerechten en geliefde traditionele en moderne schotels.

Heel vaak wordt me gevraagd: 'Maar wat ben je nu eigenlijk, imker, hovenier of kok?' Kennelijk wil men mijn leven dan in het 'juiste hokje' indelen en achterhalen wat 'slechts' een hobby is. Ik ben niet het ene zonder het andere, dus ik ben bang dat ik alle drie ben. Ik denk dat we nooit helemaal één ding zijn.





Elke bezigheid inspireert de volgende en het ene doen geeft je kracht om terug te keren naar het andere. Je kunt vader of moeder zijn, maar ook softwareprogrammeur en een fervente fietser. Je kunt parttime bakker zijn en parttime schrijver, maar allebei helemaal toegewijd.

Dit boek is een liefdesbrief van een imker, honenier en thuiskok aan goed voedsel, goede honing en de bijen die daarvoor zorgen. Ik houd nu zes jaar op kleine schaal bijen en dat is niet lang voor een van de oudste beroepen op aarde. Dus dit is absoluut niet het definitieve, encyclopedische handboek over honing of bijen houden, maar wel een manier om nieuwsgierige geesten te prikkelen, mijn kennis te delen, en je een blik te gunnen in de magische wereld van de bij. De imkerij wordt vaak geassocieerd met oudere generaties en verse honing en traditionele recepten uit de omgeving. Alleen hier niet.

Ik woon in Londen en de verbluffende schepingen van de getalenteerde chef-koks, bakkers, barkeepers en restauranthouders maken me heel blij. Dus zal hun invloed op deze bladzijden hier en daar zeker merkbaar zijn; en misschien vind je wat pittiger ingrediënten dan je verwachtte: zwarte limoen, guajillopeper en veel gerookte gerechten, omdat ik graag op een houtvuur kook. Ik ben een thuiskok en geen professionele chef-kok of voedingsantropoloog en ik besef maar al te goed dat ik nog veel te weinig weet om ten volle recht te doen aan de verscheidenheid van heerlijke honingsoorten, de verscheidenheid aan schotels en de daarmee verband houdende culturele gebruiken uit de hele wereld. Maar dit is het boek dat ik op dit moment kan schrijven. Waar het om draait is nieuwsgierig zijn en meer leren. Ik hoop dat deze woorden je nieuwsgierig zullen maken naar honing, bijen en tuinieren en je bovenal zullen aanzetten om de keuken in te gaan.

Een jaar van
een imker

Lente

Maart

De spookachtige rust van een bijenstal in de winter wordt in maart verbroken als krokus, winterkamperfoelie en bosanemoon beginnen te bloeien. De temperatuur stijgt (en stopt dan natuurlijk waardoor onze magnolia bevriest) en meer zonne-uren halen de bijenkasten uit hun winterslaap. Ongeduldig werp ik steeds weer een blik op het vlieggat van de kasten om iets te zien bewegen waaruit blijkt dat ze de winter met succes hebben doorstaan. In de kasten maken de bijen zich los uit hun wintertros en beginnen heftiger hun vleugels te bewegen, waardoor de temperatuur in de kast oploopt tot een koestrende 35 °C waarbij de koningin weer haar 2000 eitjes per dag kan gaan leggen die lijken op 2 mm lange rijstkorrels. Het volk neemt in aantal toe en kan voor het eerst in de lente gaan foerageren.

Op dagen dat de luchttemperatuur oploopt tot zo'n 14 °C wagen de werkbijen zich naar buiten om bij de eerste lentebloemen in de buurt van de kast te gaan foerageren. Vaak zijn dat de sleedoorn, wilde appel, wilg en wilde kersenbloesem. Meestal is het nog te koud om de kast te openen en er een goede blik in te werpen; de imker kan volstaan met een snelle 'lift'; hij tilt de bodem van de broedkamer even op om het gewicht te schatten. Als die licht aanvoelt, kunnen de bijen honing tekort komen en voeding nodig hebben, omdat de bloemen nog niet voldoende opleveren. Of de temperatuur is hoog

genoeg om de bijen te laten uitvliegen, of er zijn nog genoeg foeragerende werksters in de kast om honing binnen te brengen. Is dit niet het geval dan voeden we ze net als in de winter bij met hun eigen honing als we die hebben bewaard, of met suikerfondant als ze het vorige seizoen niet voldoende honing hebben aangemaakt.

April – een eerste blik

De eerste keer dat de kast in de lente opengaat is altijd een erg spannend moment. Kleinere, zwakkere volken hebben de wintermaanden misschien niet doorstaan en de aanblik van een dode massa bewegingloze bijen geeft je een brok in de keel die je nooit meer vergeet. Omdat het nog steeds wat te koud is, houd je deze eerste controle heel kort en geconcentreerd om de bijen warm te houden. Vol ongeduld wil ik zien hoe het met ze gaat.

Net zoals je thuis zou doen als het koud is, sluiten de bijen elk tochtgat in de kast af met propolis, een mengsel van verzamelde boomhars (gewoonlijk populier) en bijenwas waarmee alles stevig wordt verlijmd. De naam propolis komt van het Griekse *pro* 'aan de ingang van' en *polis* voor 'gemeenschap' of 'stad'. De kastbeitel is de sleutel tot deze stad; het is een handig gereedschap waarmee je elke laag van de kast met een bevredigende 'krak' openbreekt.

Met aandacht voor de klok zodat de bijen het niet te koud krijgen, til ik het dak op en werk omhoog naar de broedkamer door voor een korte blik een raam los te wrikken uit de propolis. De bijen zijn traag en ik zie de koningin door de massa bewegen op zoek naar de volgende zeskantige cel om een eitje in te leggen. Ik zie dat alles in orde is en met de kou in gedachten weersta ik de verleiding om grondiger te kijken. Snel zet ik de kast weer in elkaar om ze warm te houden.

Echt succesvol overwinteren komt met rasseschreden naderbij voor de nog levende volken. De koningin moet weer snel eitjes gaan leggen om voor genoeg nieuwe werksters te zorgen die de uitgeputte bevolking uit de winter kunnen vervangen, terwijl oude en nieuwe werksters genoeg moeten foerageren om zo'n geboortegolf te ondersteunen. Het is een precair evenwicht. De onvermijdelijke buien maken het nog moeilijker, want bijen kunnen niet vliegen in de regen. Ze moeten dus wachten tot ze weer nectar binnen kunnen brengen, terwijl hun laatste wintervoorraad opraaft. Voor een imker is het een zenuwslopende tijd en je kunt mij vaak bij de kasten vinden of in de keuken waar ik suikerstroop aan het mengen ben als laatste redmiddel voor als de voorraden laag zijn of de weersvoorspelling slecht is.

Net als de bijen in hun kasten hebben beginnende imkers in de winter opgesloten in hun klaslokalen zitten blokken op de theorie. Als april opwarmt is eindelijk het tijdstip aangebroken om een kast te openen. Zodra de rode bes (*Ribes sanguineum*) bloeit – en meestal is het dan 17 °C – wordt het tijd elke 7-10 dagen de kast volledig te inspecteren. De klok is vooruitgezet, 's avonds blijft het langer licht en het is fijn om de vroege avond door te brengen in de bijenstal.

Onder het waakzame oog van een ervaren mentor haal je heel langzaam voor het eerst het dak van de kast. Hoeveel theorie je ook hebt gehad, niets kan je voorbereiden op het gevoel eindelijk in een levende kast te kijken en je te verbazen

over de wriemelende massa drukke beestjes. Voor sommige mensen is dit een heftig doorgaan-of-stoppen moment. Ondanks de beste bedoelingen kan het gezoem van een sliert bijen die omhoog komt om gedag te zeggen (of liever, die komt vragen: WIE ben JIJ?) aanleiding zijn om in paniek op de loop te gaan. Gelukkig is voor veel anderen het herkennen van de koningin, het zien van de minuscule eitjes en het gadeslaan van de bezige werksters spannend genoeg om te beginnen aan een prachtig avontuur.

Kast 4: donderdag 14 april, 16 uur

17 °C, zonnig, licht windje

Opmerkingen:

Eerste volledige inspectie na de winter.

Drukke activiteit bij het vlieg gat, veel stuifmeel wordt naar binnen gebracht.

Overwinterd op dubbel broed, geen moerrooster, 1 honingkamer.

Gedrag ontspannen. Honingkamer leeg.

Bovenste broedkamer: koningin blauwe stip. 8 ramen met broed in alle stadia, veel stuifmeel in verschillende tinten. Geen zichtbare varroamijt of wasmot. Braamraat verwijderd van de broedkamer. Oude afleg ramen al verplaatst naar de buitenkant.

Onderste broedkamer: meest oude ramen, erg donkere raten. Leeg, geen eitjes, broed of voedsel. Buitenste raten verst van het volk beschimmeld.

Werkzaamheden: onderste broedkamer verwijderd en raten weggegooid. Moerrooster toegevoegd, en voerzak op de dekplank gelegd, honingkamer met middenramen weggehaald. Voet en planken verwisseld voor nieuw geschilderde. Gras rond en onder de kast gemaaid. Verklein blok voor het vlieg gat weggehaald.

Volgende keer: voer in de gaten houden – nog geen nectar binnengebracht en honingkamer was leeg. Maak zo nodig lentesiroop aan. Richt honingkamer en tweede broedkamer in met ramen, klaar voor honing en terug naar dubbele broed. Voeg varroagaas toe.

In bloei: narcis, treurwilg, tulpen, perenbloesem, meidoorn, mispel, kweepeer.



Winkeltijd: aanbevolen planten

Hoe je tuiniert en wat je aanplant, is erg belangrijk voor het ondersteunen van bestuivers en het verschaffen van foerage, maar als je je tuin ontwerpt of veranderingen aanbrengt, waar moet je dan beginnen als er duizenden planten zijn? Tegenwoordig kun je gelukkig gemakkelijk hier, daar en overal naar bijvriendelijke planten zoeken en er zijn al veel gespecialiseerde boeken. Hier volgen een paar van mijn favorieten, ingedeeld per seizoen, dus kun je ze in je bloeikalender opnemen.

Als je op het platteland woont in de buurt van veel boerderijen, kijk dan wat er in juni bloeit. Boeren en imkers praten vaak over het 'juni-gat', als honingbijen het moeilijk kunnen hebben. Haagdoorns en hectares koolzaad zijn uitgebloeid, maar de zomerse veldbloemen zijn nog niet ontlokend. Gelukkig voor hoveniers zijn er genoeg prachtige planten die in juni bloeien, of je nu een boom, struik of overblijvende vaste plant wilt hebben. Dus als je tussen akkers woont en in juni een tekort aan bloemen constateert, overweeg dan er een paar in je tuin te zetten om bijen en andere bestuivers een helpende hand te bieden.

Late winter tot in de vroege lente

Clematis cirrhosa of *armandii*, *Eranthis hyemalis* (winterakoniet), *Berberis aquifolium* (mahonie), *Galanthus nivalis* (sneeuwkllokjes), *Crocus*, *Helleborus* (kerstroos), *Primula* (sleutelbloem), *Corylus avellana* (hazelaar), *Fritillaria meleagris* (wilde kievitsbloem), *Anemone nemorosa* of *blanda* (bosanemoon)

Lente

Osmanthus x burkwoodii (schijnhulst), *Chaenomeles* (Japanse sierkwee), *Ceanothus* (Amerikaanse sering), rozemarijn, wilg, appel, kers, wilde appel, *Prunus laurocerasus* (laurierkers), *Lamium* (dovenetel), *Muscari* (blauw druifje), *Trifolium repens* (klaver), *Allium*, braam, *Aesculus hippocastanum* (paardenkastanje), *Castanea sativa* (tamme kastanje)

Zomer

Catalpa bignonioides (trompetboom), *Buddleja* (vlinderstruik), *Borago* (borage), *Echium* (slangenkruid), *Centaurea* (korenbloem), *Nepeta* (kattenkruid), geranium, lavendel, *Erigeron* (fijnstraal), *Oenothera* (teunisbloem), *Monarda* (bergamot), *Agastache* (dropplant), *Oreganum* (oregano), *Salvia*, *Erica cinerea* of *Calluna vulgaris* (hei), *Cynara cardunculus* of *scolymus* (kardoen, artisjok), *Echinacea* (zonnehoed)

Herfst

Hedera helix (klimop), *Buddleja* na Chelsea chop (vlinderstruik), *Helenium* (zonnekruid), *Hylotelephium spectabile* (vetkruid), ijzerkruid, *Rudbeckia* (zonnehoed), *Erysimum* (steenraket)

Winter

Erysimum (steenraket), *Hebe*, *Hedera helix* (klimop), *Arbutus unedo* (aardbeiboom), *Viburnum x bodnantense*, *Berberis aquifolium* (mahonie)

Stuifmeelkaart

Elke plant heeft stuifmeel met een ander kleur.
Imkers gebruiken stuifmeelkaarten zoals
hieronder om de raten met opgeslagen stuifmeel
te bekijken en te achterhalen op welke planten
hun bijen hebben gevoerageerd.



Geschroeide radicchio, ingemaakte wortel-salade en met sesam geroosterde tonijn

ACACIAHONING

Deze kleurrijke salade combineert zoveel verschillende smaken en texturen dat ik hem het hele jaar door kan eten, en hij is nog hartstikke gezond ook.

Marineer om te beginnen de tonijn. Klop de marinade-ingredienten met een vork door elkaar tot de honing oplost; gebruik een relatief kleine bak, zodat de steaks volledig ondergedompeld zijn als je ze erin legt (ik gebruik meestal de plastic bakjes van afhaalmaaltijden, omdat je die makkelijk in de koelkast op kan stapelen). Zet de tonijn de avond tevoren of 's morgens in de koelkast in de marinade, om de smaken te laten trekken.

Ga nu verder met de wortels. Was en schil ze, en snijd ze in de lengte in dunne linten. Ik snijd ze met een mes, waarbij ik mezelf nogal eens bezeer, omdat ik de plakjes met een dunschiller te dun vind; ik heb ze liever met wat beet. Zoek een geschikte bak en roer de azijn met het water, de honing en het citroengras door elkaar tot de honing opgelost is. Hussel de wortellinten vervolgens door het mengsel en zet ze even lang in de koelkast als de tonijn.

Prepareer vijftien minuten voordat je aan tafel gaat de salade. Schroei de halve radicchio in een hete, droge koekenpan en scheur de bladeren in een grote kom. Giet de ingelegde wortels af en doe ze ook in de kom. Meng de ingrediënten voor de saladedressing goed door elkaar, sprenkel het mengsel over de wortellinten en de radicchio, en hussel ze voorzichtig door elkaar.

Strooi de sesamzaadjes op een plat bord. Haal de tonijnsteaks uit de marinade, laat ze even uitlekken en druk ze rondom in de zaadjes.

Schroei de tonijnsteaks met sesamzaadjes ongeveer 1 minuut aan elke kant in een matig hete, droge koekenpan; de exacte tijd is afhankelijk van de temperatuur van je pan en de dikte van de steaks. Ik heb mijn tonijn graag nog een beetje rauw, maar wel mooi aangeschroeid. Haal ze uit de pan en snijd ze in 5 mm dikke plakjes.

Leg ze in een platte kom en sprenkel er wat marinade over. Schep de salade op, strooi er wat sesamzaadjes over en serveer de tonijn ernaast.

voor 2

2 topkwaliteit verse tonijnsteaks

1/2 radicchio

Witte en zwarte sesamzaad, om de tonijn een jasje te geven

Voor de marinade

1 1/2 el acaciahoning

1 el mirin

1 tl rijstazijn

4 el lichte sojasaus

1/2 stengel citroengras, in de lengte gehalveerd

Een scheutje sesamololie

Voor de ingelegde wortels

Een handvol paarse, gele en oranje wortels

100 ml rijstazijn

100 ml water

1 tl honing

1/2 stengel citroengras, in de lengte gehalveerd

Voor de saladedressing

1 el honing

1 1/2 el rijstazijn

Sap van 1/2 limoen

1 tl geroosterde sesamololie

Een snufje zeezout

Een scheut lichte sojasaus





Radicchio-peersalade met fritto misto

BLOEMENHONING

Dit beslag is zo lekker dat ik er met alle plezier een stuk karton in zou dopen, maar als je niks te recyclen hebt kun je ook stukjes gefrituurde onrijpe peer, venkel of grapefruit nemen, die om een scheutje fleurige honing smeken. Ik frituur meestal de helft en serveer de andere helft koud, gecombineerd met wat bittere blaadjes – roodlof, en dan liefst de octopusachtige tardivo – voor een knapperig contrast van koud rauw en heet gefrituurd. Scheur er stukjes koude mozzarella over, om er een superzonnige salade van te maken.

Snijd de peer in plakjes. Pers een paar drupjes citroensap in een kom koud water en hussel de plakjes erdoor om verkleuring te voorkomen. Leg een derde van de plakjes apart om te frituren en bewaar de rest gekoeld.

Snijd de grapefruit van onder naar boven doormidden. Snijd de ene helft in halve maantjes, gooi de uiteindjes weg, en leg ze apart om te frituren. Snijd de schil en het witte vlies van de andere helft, fileer het vruchtvlees in partjes zonder vel en leg ze bij de koele plakjes peer.

Verwijder de verlepte blaadjes van de roodlof en snijd de onderkant eraf. Trek de knapperige blaadjes los en leg ze bij het gekoelde fruit.

Snijd de venkelknol met een mandoline in flinterdunne plakjes om te frituren.

Zet twee pannetjes klaar. Verhit de honing en zet hem van het vuur. Rooster de komijnzaadjes in de andere pan, maal ze vrij grof en zet ze opzij.

Mix de droge ingrediënten voor het beslag met een vork in een grote kom. Leg een rooster met een stuk bakpapier naast je fornuis.

Verhit de olie in een diepe koekenpan op matig-hoog vuur en zet je venkel, grapefruit en plakjes peer klaar. Roer de mousserende drank (water/wijn/bier/cider) met een vork door het droge mengsel tot alles net gemengd is. Schep met een theelepel een klein kloddertje beslag in de hete olie om te checken of hij goed is; als het meteen bruisend boven komt drijven is de olie heet genoeg om in te frituren.

Haal de plakjes fruit en groente door het beslag en leg ze afhankelijk van de maat van je pan, met 4 of 5 stukjes tegelijk voorzichtig in de hete olie. Schep ze wanneer ze goudbruin zijn op een stuk keukenpapier.

Leg de koele plakjes peer, roodlof en partjes grapefruit op een serveerbord en besprenkel ze met lichte olijfolie. Leg de fritto misto erop en besprenkel alles met de honing en wat olijfolie. Strooi er komijnzaadjes en gehakte walnoten over en serveer met jonge, verse kaas.

Voor 4

1 stevige peer
een kneepje citroensap
1 biologische grapefruit
3 stronkjes roodlof, liefst tardivo
1 venkelknol
100 ml bloemenhoning
1 tl komijnzaad
800 ml–1 liter arachide of een andere neutrale olie, om in te frituren
een handjevol walnoten, geroosterd en gehakt

Voor het beslag

50 g rijstbloem
50 g maizena
½ tl bakpoeder
½ tl zout
Een paar draaien zwarte peper uit de molen
½ tl oranje baharat (of gewone, als je geen oranje kan vinden)
75–100 ml koude mousserende drank naar keuze: water, wijn, bier, cider

Om af te maken

Lichte olijfolie, om te sprenkelen
Wat jonge, verse kaas

Guajillo knoflookgarnalen

GEROOKTE HONING

Voor sommige mensen is de gedachte aan honing, of überhaupt iets zoets, in combinatie met schaaldieren intens zorgwekkend, maar de zoutige, vette en zoete smaken met een vleugje pikant chilipoeder en scherpe knoflook, maakt de sappige garnalen juist heerlijk af.

Je zou de peterselie kunnen vervangen door verse daslook, als dat in het seizoen is. Het is ook erg lekker met coquilles, en chorizo is een uitstekend alternatief voor de pancetta en het chilipoeder. Rooster de garnalen liefst op open vuur, vanwege de heerlijke, rooksmaak, maar het kan ook op het fornuis of onder de grill. De garnalen zijn snel gaar, vandaar dat je de andere onderdelen beter eerst kan maken. De honing versuikert de krokante, zoutige, vette pancetta, wat echt zalig is. Geef er knapperig brood bij om het sap op te deppen, of serveer de garnalen met suikermais en een salsa van tomatillo, limoen en koriander, op een taco. Je kunt ze natuurlijk ook met cocktailprikkers zo op tafel zetten.

Hussel de garnalen in het chilipoeder, de knoflook en het zout, en zet ze afgedekt in de koelkast tot je zover bent.

Leg de blokjes pancetta in een koude koekenpan op matig-laag vuur en warm ze rustig op tot het vet uitgebakken is en ze krokant zijn. Schep de blokjes uit de pan en zet ze even aan de kant.

Draai het vuur wat hoger, doe de boter en olie in de pan, wals hem heen en weer tot de vetten goed gemengd zijn en schuimen, en leg de garnalen in de pan. Schroei ze vlug aan beide kanten dicht, strooi de peterselie erop en giet er een scheutje van de koele witte wijn bij, die je waarschijnlijk toch al drinkt terwijl je geniet van een nummertje van Marlena Shaw. Bak ze nog 1-2 minuten aan elke kant. Voeg zodra ze mooi roze zijn de honing en krokante pancetta toe, hussel ze vlug door elkaar en zet ze meteen op tafel.

Voor 4 als voorgerecht

200 g gepelde en schoongemaakte rauwe jumbo garnalen

2-3 tl guajillo chilipoeder, naar smaak

1 el fijngehakte knoflook of knoflookpasta

Een snufje zout

100 g topkwaliteit pancetta, in blokjes (of zoute spekreepjes, of chorizo)

40 g gezouten boter

1 el olijfolie

2 el gehakte peterselie

Een scheutje witte wijn

1/2 el gerookte honing





Pasta met fluweelzachte pompoensaus (of soep)

GEROOKTE HONING

In de beginfase van het schrijven van de recepten voor dit boek nodigde ik mijn goede vriendin (en vegetariër), Claire uit om te komen eten. Ik was van plan om haar een van de recepten te laten proeven, maar ik realiseerde me al snel dat al mijn grote gerechten een tikkeltje... vlezig waren. Ik had nog wel een groot stuk hokkaido pompoen en wat cashewnoten in huis, en gelukkig ook het soort overspannen inspiratie dat alleen onder grote druk ontstaat. Dit gerecht is verrassend genoeg ook vegan; de fluweelzachte romigheid van de saus komt volledig van de gemalen cashewnoten. Ik maakte dit oorspronkelijk als pastasaus, maar als je de hoeveelheid groenten verdubbeld en hem met een goede bouillon verdunt, maak je er ook een briljante soep van die erg lekker is met de sticky paddenstoelen uit de oven op bladzijde 66. Kies een pasta met voldoende ribbeltjes, waar de gladde saus goed aan blijft hangen.

Verhit de oven tot 180 °C.

Mix het paprikapoeder en de za'atar met voldoende olijfolie om de partjes pompoen (met schil en al) en ui mee in te vetten. Leg ze met de tenen knoflook in een grote braadslede en rooster ze ongeveer 20 minuten, tot de pompoen goed zacht is.

Haal de slede uit de oven en laat alles afkoelen tot de tenen knoflook handelbaar zijn. Knijp de tenen uit hun jasje en doe ze met de pompoen, ui, honing, noten, citroenrasp en -sap, chilivlokken en het gerookte zout in een blender. Doe er een flinke scheut olijfolie bij, mix er een fijne crème van, en voeg met draaiende motor water (of bouillon) toe tot je een gladde saus hebt.

Kook de pasta al dente volgens de aanwijzingen op de verpakking, giet hem af en hussel hem door de saus.

voor 2

1 tl gerookte paprikapoeder (zoet of heet)

1 tl za'atar

Extra vierge olijfolie

¼ hokkaido pompoen, zonder pitjes, in parten

2 kleine uien, of 1 grote, gepeld en in kwarten

2 tenen knoflook, ongepeld

1 tl gerookte honing

Een handvol cashewnoten

Geraspte schil van ¼ citroen en een kneepje sap

½ tl chilivlokken, of naar smaak

1 tl gerookt zout

200 g pasta, zoals penne rigate, fusilli of rigatoni