



BART VAN OLPHEN











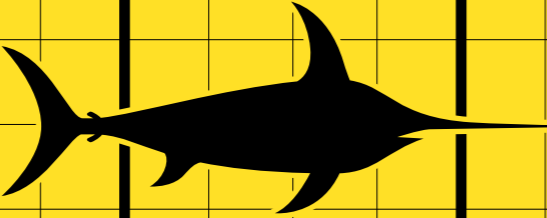









FOTOGRAFIE DAVID LOFTUS





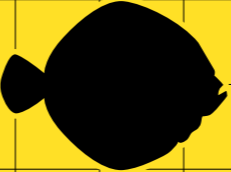



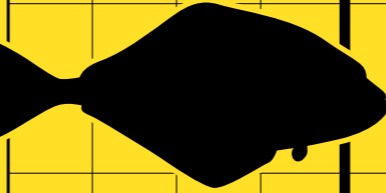







VIS VAN DE BBQ

**HET ULTIEME
HANDBOEK**




CARRERA
culinair

KABELJAUWACHTIGEN		BAARSACHTIGEN	
			
KABELJAUW	SHELVIS	ZEEBAARS	ZEEBRASEM (DORADE)
			
HEEK	WIJTING	SNOEKBAARS	ZEEWOLF
HARINGACHTIGEN			
			
SARDINE	ANSJOVIS	ZWAARDVIS	ROODBAARS
TONIJNSOORTEN			
			
GEELVINTONIJN	SKIPJACKTONIJN	HORSMAKREEL	MAKREEL
ZALMSOORTEN			
			
ALBACORETONIJN	ATLANTISCHE ZALM	PACIFISCHE ZALM	FOREL

PLATVIS		SCHAALDIEREN	
			
SCHOL	TONG	ZEEKREEFT	NOORSE KREEFT (LANGOUSTINE)
			
TARBOT	SCHAR	GARNAAL	KRAB
			
HEILBOT		ZEEDUIVEL	
CEFALOPOD			
			
OCTOPUS	PIJLINKTVIS		
SCHELPDIEREN			
MOSSEL			OESTER
KOKKEL			SINT-JACOBSSCHELP
		SCHHEERMES	

VIS, SCHAAL- EN SCHELPDIEREN

Net als in je gewone keuken is elke vissoort geschikt om te bereiden op de BBQ. Wel is de ene soort geschikter dan de andere, of zul je er op de BBQ op een andere manier mee om moeten gaan.

De vissoorten heb ik ingedeeld op 'familie'. Het is op deze manier goed te zien hoe je soorten kunt vervangen door andere soorten in een recept. Omdat we vis uit de zee en daarmee uit de wildernis halen, zullen we er in alle nederigheid mee om moeten gaan: het kan zijn dat bepaalde soorten die je zoekt niet gevangen of voorradig zijn, maar deze kun je dan prima vervangen door een andere vissoort. Het zal zeker niet ten koste gaan van de smaak en beleving van dat recept. Ik geef uitsluitend de vissoorten aan die daadwerkelijk duurzaam te verkrijgen zijn. Let daarom altijd goed op het MSC- of ASC-keurmerk (zie pagina 24 en 25).

GEGRILDE ROODBAARS MET GEROOSTERDE BOONTJES

Als ik met mijn buddy Tonin Vukaj ben, kan het over twee dingen gaan: voetbal of eten. En zelfs als het over voetbal gaat, dan is de kans groot dat we ook aan het eten zijn. Tonin is voor mij een grote inspiratie en klankbord voor veel wat ik met vis doe. Als geboren Albaniër leefde Tonin lang in Griekenland en Italië. Als geen ander weet hij hoe je met de meest simpele ingrediënten de lekkerste dingen kunt maken. Eten op z'n puurst dus, de essentie, zonder poespas. Als de ingrediënten maar top zijn, is zijn motto. En met een beetje focus doet de BBQ de rest.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Kleine skillet en een bolzeef

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

2 rode paprika's, gehalveerd en zaadlijsten verwijderd
 1 rode ui, gehalveerd
 1 grote roodbaars van 1,2-1,5 kg, of 2 kleinere van 600-750 g, schoongemaakt
 1 citroen, in plakken
 500 g gele boterboontjes (haricots verts als alternatief)
 2 el olijfolie, extra vierge
 2 tomaten, zaadlijsten verwijderd, in blokjes gesneden
 2 el Taggiasche olijven, grof gesneden
 olie, om in te smeren
 zout en peper

BEREIDING

Smeer de schil van de paprika's in met olie en rooster de paprika's met de schil op het rooster op indirecte hitte. Sluit de BBQ af met een deksel en kijk om de paar minuten hoe ver de paprika's geroosterd zijn. Als ze zwart beginnen te worden haal je ze van de BBQ, en doe je ze in een afsluitbare plastic zak of plastic bak met deksel. Laat de paprika's 10-15 minuten stomen, daarna haal je het velletje er gemakkelijk af. Snijd de paprika's in reepjes. Zet apart.

Smeer de ui in met olie en strooi zout over de binnenkant. Gril de ui 5-7 minuten op indirecte hitte, en draai regelmatig om. Snijd hierna de ui in grove stukken.

Vul de buikholte van de vis met de plakken citroen. Smeer de buitenkant van de vis in met olie, strooi er zout over en klem deze in een ingesmeerd rooster. Gril de vis afhankelijk van de grootte 4-5 minuten op directe hitte, en draai halverwege om. Verplaats de vis naar indirecte hitte en gril de vis nog 10-15 minuten door, afhankelijk van de grootte. Draai de vis regelmatig om.

Neem ondertussen een kom en meng de boontjes met een scheut olie en een snuf zout. Leg ze in een bolzeef en gril ze 5-7 minuten al roerende boven de kolen totdat ze gaar zijn, maar nog wel een beetje knapperig.

Zet nu een skillet op het rooster op indirecte hitte, voeg een eetlepel olijfolie toe, en bak gedurende 1-2 minuten de stukjes tomaat met de olijven. Breng op smaak met zout en peper. Haal de pan van de BBQ.

Verdeel de boontjes, de ui en paprikareepjes over de borden of op een schaal. Leg de vis erop en schep het tomaten-olijvenmengsel met de olie over de vis. Sprenkel er nog wat extra olijfolie over en maal er peper over.





ZALMSPIESEN TERIYAKI

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Houten of stalen spiesen, kleine skillet

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

600 g zalmfilet, zonder huid
24 radijsjes
1 rode ui
1 courgette
5 bosuien, in lengte in linten gesneden
2 el wit sesamzaad
takjes shiso purper om te garneren (optioneel)

TERIYAKI

170 ml sake
50 ml soja
1 el honing
½ el balsamico
25 g suiker

BEREIDING

Als je houten spiesen gebruikt, leg deze dan eerst minimaal een uur in koud water zodat ze minder snel verbranden op het vuur.

Snijd de zalm in vierkante stukken en pas de maat aan op de diameter van de radijs, blokjes van circa 2 centimeter. Snijd de groenten enigszins in eenzelfde maat.

Rijg de spiesen om en om met de zalmblokjes, radijs, ui en courgette.

Zet een kleine skillet op indirecte hitte en rooster het sesamzaad totdat ze goudbruin zijn geworden. Haal uit de pan, doe ze in een kom en zet apart.

Doe alle ingrediënten voor de teriyaki in een kleine skillet en roer totdat de suiker is opgelost. Kook de saus op indirecte hitte tot een derde van de oorspronkelijke hoeveelheid. De saus is nu dikker en licht stroperig geworden.

Smeer het rooster in en leg de spiesen op directe hitte. Gril ze gedurende 1-2 minuten aan elke kant, smeer met een kwastje daarna alle zijdes in met de teriyakisaus en gril nog 15 seconden aan elke kant door. Hou dit goed in de gaten, want door het suikergehalte in de saus kunnen de ingrediënten snel verbranden.

Zeker geen must, maar door de linten bosui even in ijswater te leggen, worden ze extra knapperig en krullen ze mooi. Haal ze uit het ijswater en droog ze kort op keukenpapier.

Serveer de spiesen met het geroosterde sesamzaad, de bosui, en takjes shiso purper.



DIRECT EN INDIRECT GRILLEN OP ROOSTER,
ZONDER DEKSEL



BASISROOSTER OF
FLEXIBEL FIJN ROOSTER



>240 °C

TABOULEH-SALADE MET GEGRILDE SARDINES EN ZA'ATAR LABNEH

Marokko kan hectisch zijn, maar in Essaouira is het altijd relaxed. In het idyllische, eigennijve kustplaatsje gaat het om surfen en vis. Koken doen ze er zonder poespas, rechtstreeks uit zee. Hier kwam ik voor het eerst in aanraking met de fantastische Marokkaanse viskeuken. Ook hier grillen ze de sardines in de meest pure vorm: met kop en huid en al. Lekker pulken dus. Ze worden geserveerd met tabouleh, en op de achtergrond klinkt Gnaoua-muziek – ook al zo relaxed. Zelf serveer ik er ook labneh bij. Overigens hoeven de sardines niet in z'n geheel op de BBQ: je kunt ze eerst schoonmaken door de schubben er met je vingers onder koud stromend water af te wrijven. Vervolgens snijd je de kop eraf en haal je de ingewanden met een mesje of vingers uit de buikholtte. Spoel daarna schoon en dep ze droog.

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

140 g bulgur
3 tomaten, vruchtvlies verwijderd, in blokjes gesneden
1 rode ui, gesnipperd
3 bosuien, fijngesneden
1 komkommer, zaadlijsten verwijderd, in blokjes gesneden
2 tl komijnzaad, gemalen
½ bosje munt, blaadjes fijngesneden
1 bos peterselie, ragfijn gesneden
2 el granaatappelpitten
2 el zonnebloempitten
2 el granaatappelmelasse
sap van 2 citroenen
olijfolie
16-20 sardines
olijfolie om in te smeren
zout en peper

LABNEH

500 ml Griekse yoghurt
zout
1 citroen, sap en zeste
3 el olijfolie
1 el za'atar
3 takjes munt, blaadjes fijngesneden
5 takjes peterselie, fijngesneden

BEREIDING

Meng voor de labneh de yoghurt met een snuf zout en schep dit in een theedoek. Laat de yoghurt in een vergiet met een kom eronder 4-5 uur uitlekken in de koelkast, totdat je een dikke 'hang-op' hebt gekregen. Meng de ingedikte yoghurt nu met de citroensap en -rasp, olijfolie, za'atar, munt en peterselie. Breng verder op smaak met zout. Zet apart.

Bereid de bulgur volgens de aanwijzing op de verpakking of schep de bulgur in een kom en giet er 140 milliliter kokend water op. Dek af met een deksel en laat 20 minuten staan. Roer de bulgur los met een vork en laat afkoelen. Meng daarna de tomaat, ui, bosui, komkommer, komijnzaad, munt, peterselie, granaatappelpitten en zonnebloempitten met de bulgur. Breng verder op smaak met de granaatappelmelasse, citroensap, een scheut olijfolie en zout en peper.

Smeer de sardines en het rooster in met olie. Leg de sardines op de grill (of klem ze in een grillrooster) en grill ze, afhankelijk van de grootte, 4-6 minuten. Keer ze halverwege om.

Serveer de sardines met de bulgur, drizzle nog wat olijfolie over de labneh en serveer erbij. Met je handen haal je het visvlees uit de sardines.

JACK MACKEREL MET HOISIN, KNOFLOOK EN GEMBER

De ene makreel is de andere niet en er is nogal eens verwarring over de benamingen van de verschillende soorten. Om het nog ingewikkelder te maken kan een bepaalde vissoort in de volksmond hetzelfde klinken, maar stammen ze toch af van verschillende families. Horsmakreel is er zo een. Zo kennen we de Atlantische variant met vlijmscherpe vinnen. Naast deze vooral in de Japanse keuken geliefde vissoort, kennen we ook de Pacifische horsmakreel, beter bekend als het toch iets lekkerder bekkende *Jack mackerel*. Ingewikkeld? Tja, maar wel weer makkelijk is dat alles wat makreel heet ontzettend goed smaakt, en ideaal is voor een snelle bereiding op de BBQ.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Kleine skillet, thermometer

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

6 cm gemberwortel, in dunne plakken gesneden
3 tenen knoflook, in dunne plakken gesneden
1 limoen
8 jack makreelfilets (horsmakreel)
1 rode peper, in ringen gesneden
4 takjes koriander, blaadjes geplukt
olie, om te bakken
zout

GLAZUUR

2 dl hoisin
1 el koolzaadolie
3 el sojasaus
2 el rijstazijn
1 teen knoflook, geperst
1 rode peper, zaadlijsten verwijderd, fijngehakt (of chilivlokken)
2 cm gemberwortel, geraspt

BEREIDING

Voor het glazuur meng je hoisin met de koolzaadolie, sojasaus en rijstazijn. Meng er nu de knoflook, rode peper en gemberwortel door. Zet apart.

Verwarm een halve centimeter olie in een kleine skillet op het indirecte gedeelte van de BBQ en breng de olie naar een temperatuur van 180 °C. Bak hierin de gember en knoflook in 1-2 minuten krokant. Haal de gefrituurde stukken gember en knoflook met een draadspaan uit de olie en laat daarna direct uitlekken op keukenpapier. Zet apart.

Rasp de limoen, en bewaar dit. Halveer nu de limoen en grill deze met het vruchtvlies op de directe zone van de BBQ voor 3-4 minuten totdat deze een mooie kleur heeft gekregen en iets is gekarameliseerd.

Strooi ondertussen zout op beide kanten van de visfilets. Smeer nu het visrooster en de visfilets aan beide kanten licht in met olie. Leg de visfilets op of in het rooster en grill eerst de velzijde 1-2 minuten op directe hitte. Verplaats de vis naar indirecte hitte en grill nog 2-3 minuten door. Nu het vel mooi is geroosterd, draai je de vis om en gaar je de vis indirect nog ongeveer 2 minuten door terwijl je tegelijkertijd de huidzijde goed insmeert met het glazuur.

Druppel wat extra van het glazuur over de vis, strooi de gember en knoflook over de vis samen met limoenrasp, rode peper en koriander. Serveer met de limoenhelften en extra glazuur apart.



FOREL MET AMANDELEN

O, zo romantisch: vissen op forel, met de hengel, diep in het bos bij een kolkende rivier. Net als zalm, waar forel familie van is, groeit deze vis in het wild op in zoet water om daarna het zilt op te zoeken. Maar helaas, vrijwel alle forel die vandaag de dag wordt verkocht is niet afkomstig uit zo'n idylle maar gekweekt in vijvers of doorstroomrivieren. Gelukkig is de karakteristieke milde smaak en zachte structuur daarbij niet verloren gegaan én het maakt de vis betaalbaar. Wel even opletten: forel is fragiel, dus bij voorkeur gebruik ik een visrooster om hem mooi in vorm te houden.

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

4 forellen van 200-300 g, schoongemaakt
1 bos peterselie
1 citroen, in plakken
zout
handvol rucola
olie, om in te smeren

SAUS

80 g roomboter
4 el geschaafde amandelen
2 el kappertjes
sap en rasp van 1 citroen
zout en peper

BEREIDING

Verdeel $\frac{3}{4}$ van de peterselie en plakken citroen in de buikholtes van de forellen. Hak de resterende peterselie fijn en zet apart. Smeer nu de forellen aan beide kanten in met olie en strooi er zout over. Leg de forellen in een met olie ingesmeerd visrooster of op het basisrooster op directe hitte en grill beide kanten 3-4 minuten totdat ze mooi geroosterd zijn. Zie je de huid te snel verkleuren, grill dan verder op indirecte hitte.

Terwijl de forellen op de grill liggen, zet je een kleine skillet op indirecte hitte en smelt je hierin de boter. Zodra de boter is gesmolten, voeg je de geschaafde amandelen toe en bak je deze al roerende 2-3 minuten totdat ze een mooie goudbruine kleur hebben gekregen. Haal de skillet van het vuur en meng er de kappertjes, citroenrasp en resterende peterselie door zodat deze ook warm worden. Breng op smaak met ruim citroensap en zout en peper. Garneer met blaadjes rucola.

Serveer de vis met de saus.



MOULES À LA NORMANDE

Als je langs de prachtige Normandische kust reist, dan ontkom je niet aan het eten van mosselen. De meest bekende lokale bereiding is met appel, room en cider. Het zoetzuur van de ingrediënten is samen met de room en de zilte verse mosselen een heerlijke combinatie. Overigens doen ze er ook niet moeilijk over om er een goede scheut calvados bij te gooien; die keuze is aan jou.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Dutch Oven

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

3 kg mosselen, vers in schelp
25 g boter
2 sjalot, in ringen gesneden
1 teen knoflook, in dunne plakjes gesneden
100 g champignons
6 takjes peterselie, blaadjes grofgesneden (takjes meebakken/steeltjes)

½ appel (bijvoorbeeld Elstar of Jonagold), in grove stukken gesneden
150 ml cider
100 ml room
olie, om te bakken
peper

BEREIDING

Leg de mosselen in een vergiet of kom en verwijder de kapotte exemplaren. Als je mosselen uit een bak hebt gekocht, dan gooi je het vocht in de bak weg. De mosselen zelf zitten nog vol met water.

Zet de Dutch Oven in de kolen of op het basisrooster. Smelt hierin de boter samen met een eetlepel olie en blijf goed roeren zodat je voorkomt dat de boter aanbrandt.

Als de boter is gesmolten voeg je de sjalot, knoflook, champignons en takjes peterselie toe. Maal er een goede hoeveelheid zwarte peper over. Zodra deze al roerende na 2-3 minuten zacht zijn geworden voeg je de appel toe en roer je deze een halve minuut mee. Doe dan direct de mosselen in de pan, roer goed, en blus af met de cider. Voeg nu de room toe en meng goed. Leg een deksel op de pan en controleer na 3-5 minuten of de mosselen open staan. Roer af en toe tussendoor. Zodra de mosselen open staan meng je er de peterselie door en haal je de pan van het vuur. Serveer met lekker brood om in de saus te dippen.

 DIRECT GRILLEN OP ROOSTER OF IN DE KOLEN, ZONDER DEKSEL



GEEN OF BASISROOSTER



>240 °C



OESTERS MET PONZU

Oesters van de BBQ: klinkt ingewikkeld, maar bijna niets is makkelijker dan ze boven de kolen te bereiden. Daar zijn verschillende methodes voor. Zo kun je ze direct op de kolen klaarmaken, of op het rooster zonder deksel. Nog sneller gaat het mét deksel: als je een plof hoort, of gesis van het vocht dat eruit loopt, dan is je oester klaar. Ik adviseer je om oesters in een grote maat te nemen, want het oestervlees in de schelp is dan groter en droogt minder snel uit.

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

12 holle oesters (creuses), maat 2, 1 of 0.
1 bosui, in ringen
1 cm gember, gepeld, in kleine blokjes gesneden
2 takjes bieslook gesneden
partjes limoen, om te serveren

PONZUDRESSING

2 el citroensap (of yuzusap)
2 el sojasaus
1 el mirin
rasp van ½ citroen
1 el bonito-vlokken (optioneel)

BEREIDING

Maak de ponzudressing door het citroensap (of yuzusap) te mengen met de sojasaus, mirin en citroenrasp. Extra lekker als je dit een avond ervoor in een afgesloten pot doet met de bonito-vlokken erbij. Dan wordt de saus nog lekkerder.

Leg de oesters met de holle kant onder op het rooster op directe hitte. Na enkele minuten zul je een zachte 'plof' horen en haal je de schelpen met een handschoen of klem van het rooster. Met behulp van een mesje kun je de platte kant van de oester verder losmaken. Als je de BBQ met een deksel afsluit, zullen de oesters nog iets sneller klaar zijn.

Als je de platte kant van de oesters hebt losgemaakt verdeel je de ponzudressing over de oesters. Garneer daarna met de bosui, gember en bieslook. Serveer er partjes limoen bij.



HOOIGEROOKTE MOSSELEN MET HOLLANDAISESAUS

Ik ben mossel fan, een hele grote. Ach, dat pure zilt van de mossel en het vocht dat meekomt in de schelp: héms. En veel hoeft er niet voor te doen. Tijdens een van mijn reizen naar het zuidwesten van Frankrijk werd mij eind jaren '90 voor het eerst 'Moules grillées au Foin' geserveerd. Niet alleen enorm lekker, het is ook een waar spektakel om de verse mosselen tussen de rook in het hooi te zien liggen. Zelf serveer ik er hier een hollandaise met wat gehakte dragon bij, maar een klassieke *beurre blanc* of samengestelde boter (pag. 287) doen het ook magnifiek.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

skillet of andere vuurvaste pan (eventueel met deksel)
hooi (bijvoorbeeld van de dierenwinkel)

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

2 kg verse mosselen, schoongemaakt
4 takjes dragon, gehakt

HOLLANDAISE

4 eidooiers
4 el water
4 tl citroensap
175 g geklaarde boter
zout en peper

BEREIDING

Stort de mosselen in een vergiet of kom. Als je de mosselen in een bak hebt gekocht, kun je het water uit de bak laten uitlekken. Verwijder de kapotte exemplaren.

Neem een kleine steelpan en breng een laagje water van ongeveer 2 cm op het rooster op indirecte hitte aan de kook. Maak een au bain-marie door een kom op de pan te zetten, zonder dat deze het water raakt. De stoom van het water moet de kom verwarmen. Giet de eidooiers met 4 eetlepels water en het citroensap in de kom en klop met een garde zodat er een stevige maar luchtige massa ontstaat. Voeg druppelsgewijs de boter toe terwijl je flink blijft kloppen met de garde. Zodra de saus dik genoeg is haal je de kom uit de pan en breng je de saus op smaak met zout en peper.

Zet ondertussen de pan op directe hitte op het rooster of direct op de smeulende kolen. Verdeel een laag hooi over de bodem van de pan zodat je een 'bedje' krijgt en verdeel daar de mosselen over. De mosselen zijn klaar na 6-10 minuten, of zodra ze open staan. Als je een deksel op de pan legt zal het sneller gaan.

Zodra de mosselen klaar zijn, haal je ze van de BBQ en serveer je ze met de hollandaisesaus en gehakte dragon.



SEC'S PIZZA FRUTTI DI MARE

Met trots werk ik al jaren samen met De Pizzabakkers, waar ze principieel alleen willen werken met de beste en duurzame producten. Alle pizza's bij deze groep van buurtrestaurants worden bedacht onder leiding van chef Sec Fee Yong. Voor dit boek vroeg ik naar haar favoriete vispizza van de BBQ. Dat werd deze, met zeevruchten dus, en zoals een échte pizzaiolo betaamt, maken we zelf ons eigen deeg. Geen tijd? Geen probleem: het lukt ook prima met kant-en-klaardeeg. Mijn ervaring leert dat een kamado-BBQ het beste pizzaresultaat geeft. Wel even opletten als je de pizza op de BBQ legt. Blijf erbij, want hij is razendsnel klaar.

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

DEEG

300 ml water
500 g bloem tipo 00
5 g instantgist
10 g zout

PITTIGE TOMATENSAUS

1 el olijfolie
1 ui, fijn gesneden
1 teen knoflook, fijngehakt
2 ansjovisfilets
1 kleine rawit-peper, zeer fijngehakt
1 laurierblad
1 blik tomaten van 400 g, gepureerd met blender of staafmixer
paar blaadjes basilicum, fijngehakt

TOPPINGS

12 grote garnalen, gepeld
200 g kabeljauwfilet, zonder vel, in blokken van 3 cm
20 stuks mosselen, schoongemaakt
20 stuks kokkels, schoongemaakt
4 kapperappels, in plakjes gesneden
2 el Taggiasche olijven
4 takjes peterselie, blaadjes fijngehakt
200 gr zeekraal
600 g burrata, uitgelekt, in grove stukken geplukt
zout en peper

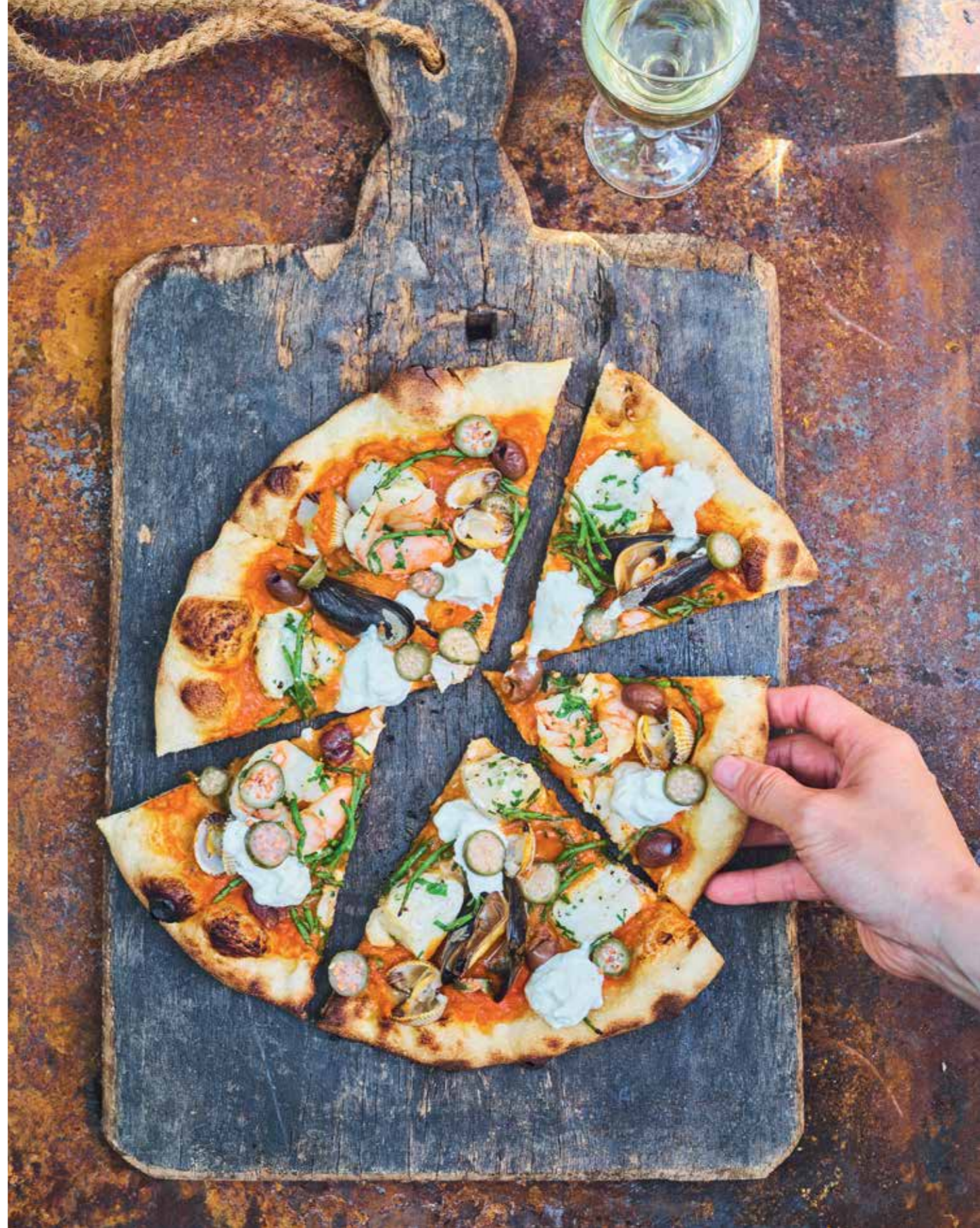
BEREIDING

Begin met het maken van het deeg. Giet het water in een kom en voeg daaraan de bloem toe. Kneed dit samen zo kort mogelijk, maar totdat alle losse bloem is opgenomen. Het hoeft nog geen mooi glad deeg te zijn. Laat het deeg nu 45 minuten rusten. Voeg dan de gist toe en kneed deze door het deeg. Voeg vervolgens het zout toe. Kneed het deeg nu goed door. Doe het deeg in een afsluitbare bewaarbak met een klein beetje olijfolie en laat het minstens 12 uur in de koelkast rusten.

Haal het deeg uit de koelkast en vouw het deeg 2-4 keer en zet het opnieuw afgedekt 12 uur in de koelkast.

Verdeel het deeg ongeveer 2 uur voor het bakken in 4 gelijke stukken van 200 gram. Maak hiervan mooie bollen, maar druk niet te hard (er moet wat lucht in de bol blijven). Pak het deeg met twee handen en trek de buitenkanten naar het midden van het stuk. Draai de bol een kwartslag en doe dat nogmaals, en wellicht nog eens, net zolang totdat je aan één kant een perfecte bol hebt. Leg de bollen terug in de bewaarbak met flink wat tussenruimte. Dek de bak weer af met folie en de deksel en laat de bollen 2 uur bij kamertemperatuur rijzen, liefst op een wat warmere plek.

Zie pag. 233 voor het vervolg van dit recept



SCHEERMESSEN VAN DE GRILL MET PAPRIKA-ANTIBOISE

Scheermessen zijn misschien niet de eerste schelpen waar je aan denkt. Zonde, want deze tweeklep-pigen zijn juist zo handig om op de BBQ te bereiden. De langwerpige schelp is namelijk ideaal om dwars op het rooster te leggen zodat-ie er niet doorheen valt. Bovendien klappen de schelpen binnen de kortste tijd open en zijn ze klaar om te eten. Prima als voorgerecht of als fingerfood.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Kleine skillet, losse deksel (optioneel)

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

24 scheermessen, schoongemaakt

PAPRIKA-ANTIBOISE

3 el olijfolie
1 sjalot, fijngesneden
2 kleine paprika's, zaadlijsten verwijderd, in kleine blokjes gesneden (kleur naar keuze)
1 teen knoflook, fijngesneden
1 tl kappers, grof gesneden
2 tl balsamico
2 el citroensap
4 takjes kervel, grof gehakt (+ extra voor garnering)
zout en peper

BEREIDING

Zet een skillet op het BBQ-rooster op indirecte hitte en verwarm hierin de olijfolie. Smoor hierin al roerende de sjalot en paprika 1-2 minuten. Voeg daarna de knoflook en kappers toe en bak nog een minuut mee. Voeg nu de balsamico en het citroensap toe en meng er de kervel door. Haal van het vuur breng op smaak met zout en peper. Zet apart.

Leg de scheermessen op het rooster op directe hitte. Leg een losse deksel over de schelpen of sluit je BBQ af met de deksel. Kijk af en toe onder de deksel en binnen no-time zul je de schelpen zien opengaan. Gaar de scheermessen totaal 2-3 minuten en haal ze van de BBQ.

Schep de antiboise over de scheermessen en garneer met extra gehakte kervel.



LOBSTER ROLL

De lobster roll komt van origine uit het noordoosten van de Verenigde Staten, het walhalla van de Amerikaanse kreeftindustrie. Ingewikkeld is het niet: een hotdogachtig broodje, stukken gekookte kreeft, boter en wat extra smaakmakers. Razend populair is dit luxe kreeftenbroodje: zelfs McDonalds heeft gedurende het kreeftenseizoen lokaal een McLobster op het menu staan. Zelfs vind ik 'm 't lekkerste op een brioche, maar een klassiek hotdogbroodje doet het ook prima.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Kleine skillet

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

2 kreeften van 500-600 g

zout

1 el boter

1 teen knoflook

olie, om in te smeren

TOPPING

4 stukken briochebrood van ca. 10 cm

1 el boter, gesmolten

KREEFTENMENGSEL

2 el boter

4 stengels bieslook, fijngesneden

1 bosui, het groen in dunne ringen gesneden

citroensap

zout en peper

SAUS

4 el mayonaise

sap ½ citroen en zeste van hele citroen

½ tl selderijzout

½ tl gedroogde oregano

peper

BEREIDING

Verdoof de kreeften door ze een uur in de vriezer te leggen. Pak de kreeft met je hand en snijd in een snelle handeling de kop tussen de ogen in lengterichting doormidden richting de neus. Draai de kreeft nu 180 graden om en snijd de kreeft tot het einde van de staart doormidden (zie pagina 80). Verwijder de tomalley – het ziet eruit als een prutje – uit de kop van de kreeft, bewaar dit voor de saus. Smeer de vleeskant van de kreeft in met olie en besprenkel met zout.

Leg de kreeftenhelften met de vleeskant onder op een ingesmeerd rooster, met de scharen erbij en grill deze 2-3 minuten. Draai nu de kreeften om en verplaats ze naar indirecte hitte. Verdeel de boter over de kreeftenhelften en laat 2 minuten pruttelen zodat het kreeftenvlees gaar is, maar niet droog is gekookt. Laat de scharen nog 3-4 minuten extra garen.

Maak de saus door de mayonaise te mengen met de tomalley, het citroensap en –rasp, selderijzout en oregano. Breng verder op smaak met peper.

Snij vanaf de bovenkant het briochebrood tot de helft in. Smeer nu alle kanten van het briochebrood in met de zachte boter, ook de binnenkant. Grill deze op indirect vuur aan elke zijde voor ongeveer 1 minuut, of totdat ze mooi goudbruin gekleurd en van buiten warm zijn geworden.

Haal het kreeftenvlees uit de schaal en kraak de scharen met een kreeftentang. Snijd het vlees in grove stukken. Neem nu een kleine skillet en smelt hierin op indirecte hitte de boter. Voeg de stukken kreeft toe en breng op smaak met wat druppels citroensap, zout en peper. Bak voor niet langer dan 1 minuut en haal dan de pan van het vuur. Meng er nu de bieslook door en schep het kreeftmengsel in het briochebrood. Verdeel het vocht uit de pan over de broodjes. Verdeel er de bosui over.

Serveer de lobster roll met de saus.



GAMBA'S IN ZOUT MET PETERSELIE EN CITROEN

In dit recept leg ik de garnalen eerst in het zout. Dit helpt niet alleen om de natuurlijke smaak van de garnaal te versterken – de zoetheid wordt er door aangezet – maar ook onttrek je zo het vocht van de schaal van de garnaal waardoor deze gelijkmatiger én sneller grilt. Hierdoor worden de smaken beter behouden en komt de garnaal sappiger op tafel. Bij grote garnalen – zoals in dit recept – snijd ik ze butterfly zodat het vlees aan de binnenkant ook een geroosterde laag krijgt. Omdat de garnalen groot zijn, zal het vlees in dit geval niet zo snel droog worden. Maar in zijn geheel roosteren is net zo lekker!

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

300 g grof zeezout
12 grote of 16 kleinere gamba's, met kop
4 el olijfolie, extra vierge
8 takjes peterselie, blaadjes fijngesneden
sap van ¼ citroen, snijd overige deel in partjes
Maldon-zeezout

BEREIDING

Leg het grove zout in een platte schaal en meng daarna met de garnalen. Laat de garnalen ongeveer 30 minuten in het zout marineren. Het zout zorgt ervoor dat het vocht wordt onttrokken waardoor ze beter zullen grillen.

Meng ondertussen de olijfolie met de peterselie en het citroensap in een roestvrijstalen kom. Zet de kom kort op het rooster totdat de dressing warm is geworden, en hou deze op lage temperatuur warm.

Haal de garnalen uit het zout en verwijder overtollig zout me je handen. Snijd de garnalen in lengterichting open, maar zorg ervoor dat deze aan een kant aan elkaar vast blijft zitten. Op deze manier heb je de garnalen *butterfly* gesneden. Smeer de garnalen licht in met olie, doe hetzelfde met het rooster.

Gril de opengesneden kant van de garnalen op directe hitte op de BBQ voor 2-3 minuten en haal ze van het vuur.

Lepel er de dressing over, sprenkel er Maldon-zout over en serveer met partjes citroen.

OCTOPUS MET OREGANO EN DOPERWTEN

Omdat de structuur van octopus rubberachtig kan worden, vergt het bereiden ervan enige aandacht. Na het verwijderen van de ingewanden, de ogen en de harde bek komt het aan op het tenderiseren zodat het vlees zacht en sappig blijft. In Mediterrane eetculturen wordt de octopus wel eens zacht geslagen voordat de inktvis verder wordt bereid. Een andere voorbereidingsmethode die werkt is de vezels af te laten breken door de octopus eerst te laten bevriezen, waarna je 'm langzaam in de koelkast ontdooit voordat je 'm erna kookt. In ieder geval is het kookproces zelf van essentieel belang: langzaam en zacht pruttelen, maar niet koken.

TOOLS & BENODIGDHEDEN

Grote gietijzeren pan of Dutch Oven, bolzeef

INGREDIËNTEN (4 PERSONEN)

octopus van circa 1-1,4 kg
1 stengel bleekselderij
1 citroen, gehalveerd
2 laurierbladeren
5 takjes tijm
10 zwarte peperkorrels
700 g doperwten
2 rode uien, gehalveerd of in kwarten
2 el olijfolie, extra vierge
olie, om in te smeren
zout en peper

GLAZUUR

5 takjes oregano, blaadjes geplukt
1 teen knoflook, grof gesneden
sap van ¼ citroen
3 el olijfolie
zout en peper

BEREIDING

Was de octopus onder koud water en keer ook de mantel van de octopus binnenstebuiten en spoel die goed af. Zet een Dutch Oven of andere gietijzeren pan met deksel met water op indirecte hitte, voeg de stukjes selderij, de citroen, laurier, tijm en peperkorrels toe en breng aan de kook. Verplaats de pan naar een lage temperatuur en wacht tot het water net niet meer kookt en dompel de tentakels langzaam heen en weer in het water zodat ze minder 'schrikken'. Herhaal dit een paar keer en leg dan de octopus er helemaal in. Kook de octopus zachtjes

pruttelend 30-35 minuten onder water met het deksel op de pan. Haal daarna de pan van het vuur, neem het deksel van de pan, en laat 'm ongeveer 30 minuten in het water verder garen. Neem de octopus uit het water en controleer of-ie gaar is door de punt van een mes erin te steken. Als je er gemakkelijk in kunt prikken, is de octopus klaar. Laat verder afkoelen en snijd de tentakels los van zijn lijf. Snijd het lijf in grove stukken.

Maak het glazuur door de oregano en de knoflook fijn te maken in een vijzel. Meng met het citroensap en olijfolie en breng op smaak met zout en peper.

Leg de doperwten op het rooster op indirecte hitte en gaar deze gedurende 4-6 minuten. Haal ze van de BBQ en meng met eetlepel olijfolie en een snuf zout. Houd de groente warm op indirecte hitte.

Smeer de uien in met olie en strooi zout over de binnenkant. Gril de ui 6-9 minuten op indirecte hitte, en draai regelmatig om.

Strooi zout over de octopus en gril deze ongeveer 4-6 minuten op directe hitte op het basisrooster. Draai de octopus regelmatig om zodat alle kanten goed geroosterd zijn. Halverwege het roosteren lak je de octopus in zijn geheel in met het glazuur.

Verdeel de doperwteten over de borden of op een schaal en leg er de stukken gegrilde octopus en ui erop. Druppel er de resterende olijfolie over.



COLESLAW

INGREDIËNTEN (CA. 4 PERSONEN)

2 el mayonaise
1 el volle yoghurt
2 tl dijonmosterd
sap van ¼ citroen
500 g rode, witte, chinese en/of spitskool
handvol walnoten, in grove stukken
zout en peper

BEREIDING

Meng de mayonaise met de yoghurt, mosterd en citroensap. Breng op smaak met zout en peper. Snijd de kool in dunne plakken en trek de lamellen uit elkaar zodat je reepjes krijgt. Meng dit met het mayonaisemengsel en breng indien nodig verder op smaak met zout en peper. Serveer de salade met de stukken walnoot.

GROENE SALADE MET GEROOSTERDE KIKKERERWTEN EN QUINOA

INGREDIËNTEN (CA. 4 PERSONEN)

30 g quinoa
3 el kikkererwten
½ el bloem
3 el olijfolie, extra vierge
1 el wittewijnazijn
8-10 blaadjes bladsla, grof gesneden
½ paprika, zaadlijsten verwijderd, in blokjes gesneden
¼ komkommer, zaadlijsten verwijderd, in stukken gesneden
8 kerstomaten, gehalveerd
10 witte druiven, gehalveerd
1 el zonnebloempitten
zout en peper

BEREIDING

Leg de quinoa in een steelpan en schenk er ruim koud water over. Breng aan de kook en laat op lage hitte ongeveer 12 minuten pruttelen. Zeef de quinoa af en laat hem droog stomen.

Terwijl de quinoa pruttelt spoel je de kikkererwten onder koud stromend water. Droog ze door ze tussen een keukendoek te leggen. Meng ze hierna door de bloem met een snuf zout. Verhit een scheut olijfolie in een skillet of koekenpan en bak de kikkererwten bruin en krokant terwijl je ze regelmatig beweegt. Haal ze uit de pan en laat afkoelen.

Meng de olie met de azijn en breng op smaak met zout en peper. Meng de dressing met de sla, paprika, komkommer, tomaat, druiven en quinoa. Meng de zonnebloempitten erdoorheen. Leg dit in een schaal en garneer met de geroosterde kikkererwten.