



Heb je ook wel eens zo'n ervaring dat je iets proeft en dat het iets heel anders is dan je zou verwachten? Denk maar eens aan een glas melk dat karnemelk blijkt te zijn of aan suiker dat je verwart hebt met zout. Maar helemaal interessant is het wanneer je eigenlijk niet precies weet wat je eet. Wat proef je nu eigenlijk als je niet weet wat er op je bord ligt? Zo hebben wij recentelijk wijn-spijsproeverijen georganiseerd voor een personeelsvereniging. We serveerden een bruscetta met een felgroen smerseltje erop. Wanneer mensen moesten zeggen wat ze proefden, bleken de ogen en de geconditioneerde hersenen toch het meest dominant in het beïnvloeden van smaak. Het werd door 90% van de mensen avocadopuree genoemd, terwijl het in werkelijkheid een smeersel van doperwtten en olijfolie was.

Als wij zelf aan het koken zijn, blind een fles wijn proeven of uit eten gaan, dan zijn we ook steeds meer aan het ontdekken wat we nu precies proeven. Door je zintuigen wat meer te trainen ga je beter proeven en uiteindelijk ook bewuster eten. Deze vorm van mindfulness is na een week hard werken een moment van genieten maar ook een vernieuwende manier om te ontstressen.

Naast het organiseren van enkele kerstdiners voor besloten groepen, zijn we alweer druk bezig om culinaire concepten te ontwikkelen die voor iedereen toegankelijk zijn. Graag nemen we jullie - in allerlei vormen - weer mee in onze zintuiglijke ervaringstocht! Begin van het jaar komen we dan met een proeverij van champagne, kaviaar en oesters. Te vaak horen we dat mensen zeggen "Nee, champagne daar houd ik niet zo van omdat het teveel bubbels heeft" of "oesters zijn altijd zo slijmerig". Tijdens deze workshop willen we je kennis laten maken met kleine bijzondere champagnehuizen, waarna je nooit meer zult zeggen dat prosecco net zo lekker is als champagne. Ook laten we je het verschil proeven tussen een prachtige Gillaudeau en een platte oester. Daarnaast komen we in het eerste kwartaal met een Meet & Eat diner met als thema 'contrasten'. Later in het jaar gaan er ook weer workshops komen. Kortom, we gaan er in 2012 samen met jullie weer een heerlijke culinaire ontdekkingsreis van maken!

Marco & Jessica



Pompoentijd is aangebroken. Welke moet ik kiezen en wat kan ik ermee?



Het is begin november en steeds vaker zien we de pompoen verschijnen. In de 16e eeuw werd de pompoen voor het eerst in Europa geïntroduceerd en tegenwoordig zijn ze in oneindig veel variaties te verkrijgen. Om ze nog enigszins uit elkaar te houden zijn ze ingedeeld in zomer- (pattison, courgette) en wintersoorten (reuzenpompoen, Hokkaido, spaghettipompoen, flespompoen, eikelpompoen) of volgens de drie belangrijkste takken; kalebassen (meestal voor decoratie), courgettes en pompoenen. Onze favoriete pompoen is de oranje Hokkaido. Deze weegt zo'n 1-2 kg, is knaloranje en heeft een volle nootachtige smaak. Over het algemeen geldt: des te groter de pompoen, des te flauwer van smaak.

Pompoenen worden van oudsher in de geneeskunde gebruikt. De winterpompoenen zijn zeer rijk aan caroteen, een stof die in ons lichaam in vitamine A kan worden omgezet. Pompoenzaden zijn een beproefd middel tegen wormen, maar zijn tegelijkertijd een delicatessé. De pompoen is ook heel geschikt als baby- en kindervoeding. Het vruchtvlies is licht verteerbaar, heeft een zoetige smaak en levert naast caroteen ook calcium, ijzer en vitamine C. Voor de moeder is het ook een aanrader want het is immers een geschikt middel tegen oedeem (zwellings) van handen en voeten na de bevalling en het stimuleert de productie van moedermelk.

Gerechten

Pompoen is het meest favoriet als soep, in alle mogelijke soorten.

Maar is ook lekker in de risotto of in gevulde pasta afgemaakt met salieboter en cantuccini kruimels. Als dessert in de vorm van een tarte tatin, is pompoen ook heerlijk met gedroogde abrikozen, wat rozijnen en partjes bloedsinaasappel. Kortom voldoende mogelijkheden en ook nog eens zeer gezond. Daarom deze keer onderaan deze nieuwsbrief het recept van onze favoriete Marokkaanse pompoensoep. Een echte aanrader!

Snoepgoed met minder suiker: erg verraderlijk

We gaan weer richting Sinterklaas en dat betekent chocoladeletters, pepernoten, banketletters en veel meer zoete lekkernijen. Voedselproducenten spelen steeds vaker in op de behoefte van de consument om minder suiker te gebruiken. Maar betekent minder suiker ook minder calorieën?

Bolletje komt bijvoorbeeld met kruidnoten waarop staat 'Minder Suiker', maar als je goed leest dan zie je dat het evenveel calorieën bevat als de gewone versie.

Met de kleur blauw geeft de voedingsmiddelenindustrie algemeen aan dat iets een light product is. Op de Bolletje kruidnoten verpakkingen is ook veel blauw te zien, suggererend dat het om een light-variant gaat. Naast suiker bevat de snack ook nog eens glucose-fructosestroop. Dat is een goedkope suiker, gewonnen uit maïs. Vooral fructose is omstreden. Het geeft namelijk geen seintje aan je lijf dat je genoeg hebt gegeten. Hierdoor houd je een hongergevoel en blijf je dooreten. Om die reden brengen wetenschappers fructose onder andere in verband met overgewicht. Bovendien levert fructose vooral buikvet op: een groot risicofactor voor hart- en vaatziekten.

Ook is het een fabeltje dat er minder zout in zit. Per 100 gram zit er maar liefst 1,8 gram zout in. Dit is meer dan in de gewone variant en zelfs meer dan in de gemiddelde zak Naturel Chips en bijna 5 keer zoveel als in speculaas. Met een half zakje zit je al aan een derde van je dagelijkse zoutbehoefte.

Bron: Food Watch



Na vergeten groenten, nu de zilte groenten opmars



Als je over de Afsluitdijk rijdt of met de boot naar Texel gaat, dan zie je steeds vaker grijsgroene planten, soms wat rood aanlopend en met golvende bladranden zoals bij een heel losse boerenkool. In de zomer staat deze plant in bloei. Deze plant is niet een nieuw type onkruid maar een koolsoort die langzamerhand zijn opmars maakt in Nederland. De naam hiervan is zeekool.

Van origine komt zeekool vanuit de Afsluitdijk en langs de kustten van Frankrijk, Groot-Brittannië en Denemarken. Ook in veel particuliere tuinen is zeekool te vinden vanwege haar mooie bladranden. De stengels, die in hun uiterlijk iets weg hebben van selderie, hebben een licht ziltige koolsmaak. Zeekool is rauw of geblanchéerd te verwerken en is bijzonder geschikt om te roerbakken.

Zeekool gaat prima samen met vis maar ook met lams- en kalfsvlees. De groente is verkrijgbaar in de winter en in het voorjaar. Sinds 2008 is deze zilte zeekool uit Nederland op de markt, maar steeds vaker zie je het op de menukaart van de betere restaurants. De kwekerij die dit soort groenten voor de Nederlandse markt produceert, zit in Texel.

Afgeleid door de bediening

Naast heerlijk eten, de sfeer van een restaurant en de gezelligheid van je tafelgenoten kan de bediening van een restaurant soms ook een behoorlijke stempel op je avondje uit drukken. Aan die mooie Thaise serveersters, trek je in restaurant Hajime in Bangkok ook echte robots door twee echte apen, die letterlijk in hun apenpakjes aan je tafel komen. Maar de bediening in Noma, het beste restaurant van de wereld, blijft je ook verbazen. Zij serveren je levende garnalen aan tafel die je eventueel nog in een sausje kunt dippen en waarvan je het lijfje van de kop moet afbijten. Gasten die deze ervaring al hebben ondergaan, omschrijven de smaak als 'melig, maar toch krokant'. Mochten jullie een van deze restaurants ooit gaan bezoeken, dan zien we de foto's hiervan graag tegemoet komen!



Bijzondere restaurants

Regelmatig vragen mensen aan ons of wij nog een goede tip hebben voor een leuk, grappig, bijzonder of culinair hoogstaand restaurant. In dat kader willen we in deze nieuwsbrief regelmatig aandacht schenken aan bijzondere restaurants die speciaal zijn door hun menu, hun inrichting, hun bediening en nog veel meer. Kortom, wil je een keer iets anders, lees dan regelmatig deze rubriek.

REM EILAND

Het REM Eiland in Amsterdam kent zijn oorsprong als uitzendplatform in de Noordzee voor de commerciële televisie. Nadat de zeezenders waren verdwenen, nam Rijkswaterstaat het eiland in gebruik als meetpost. In de nazomer van 2006 werd het REM Eiland geheel ontmanteld en aan wal gebracht. In maart 2011 werd het REM Eiland in de Amsterdamse Houthavens geplaast, om vervolgens in juni open te gaan als restaurant. Het restaurant bevindt zich op de tweede en derde verdieping. In de zomer is er ook een dakterras op 22 meter hoogte, met een fantastisch uitzicht op één van de oudste havens van Amsterdam. Conclusie, de locatie is uniek, het eten is gemiddeld tot goed (niet altijd even constant), de bediening kan iets vriendelijker.

Goesting

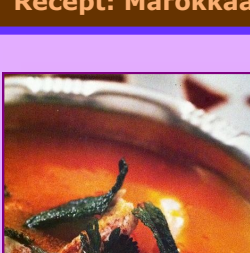
Restaurant Goesting is in Utrecht één van onze favoriete restaurants. Het is gevestigd op het terrein van de vroegere Veeartsenij-school in de voormalige hondenstal, midden in een parkje. Het restaurant is uitstekend geschikt voor zowel de zakelijke als de particuliere bezoeker en heeft 'klasse zonder stijfheid'. De kok heeft erg veel creativiteit en de wijnkarte is erg verrassend. De voorgerechten en de hoofdgerechten zijn doorgaans erg mooi gemaakt, de desserts zijn wat minder. Als je kiest voor het wittevrouwenmenu eet je prima voor een betaalbare prijs.



Where to Eat?



Recept: Marokkaanse pompoensoep



Ingrediënten voor 4 personen:

- | | |
|--|--|
| 2 el zonnebloemolie | - 3 teentjes knoflook fijngehakt |
| 1 sjalotje fijngesneden | - 1 scheutje gembersiroop |
| 1 stukje verse gember (5 cm) | - 1 appel, geschild, in kleine stukken |
| 1 flespompoen (1kg) | - 1 liter groentebouillon |
| 2 tl gemalen komijn | - 1 tl citroensap |
| Zout en versgemalen peper | - 1 dl neutrale olie om te frituren |
| 3 el mooie muntblaadjes | - 3 el torkander blaadjes |
| 200 gram kipvlees in reepjes | - 1 a 2 tl kaneel |
| 2 el ras el hanout (Marokkaans kruidenmengsel, te verkrijgen in de Turkse groentewinkels / toko) | |

Bereidingswijze

Marineer de fijngesneden kip in een mengsel van ras el hanout, olie, peper en zout, 1 teentje knoflook en een scheut gembersiroop en roer af en toe om tot gebruik.

Verhit de zonnebloemolie in een grote soeppan en verhit hierin 2 teentjes knoflook, de gemberwortel en de ui. Schil de pompoen en snijd in blokjes. Voeg deze toe en bak even lekker aan. Voeg vervolgens de komijn, citroensap, appel, peper en zout en de bouillon toe en laat alles zo'n 20 minuten lekker sudderen totdat de pompoen zacht is.

Verhit vervolgens de frituurolie in een grote wok totdat het goed heet is. Test de olie door er een stukje brood in te gooien. Als het stukje brood begint te borrelen en snel naar boven drijft is de olie temperatuur. Frituur de kip vervolgens heel kort in de olie en haal ze eruit met een schuimspaan. Let op: het kan gaan spetteren en de kruiden hoeven maar een paar seconden gefrituurd te worden anders worden ze bruin! Laat de kruiden vervolgens uitlekken op een stukje keukenrol tot gebruik!

Pureer vervolgens de pompoensoep en proef even goed of alles op smaak is. Voeg naar wens nog extra specerijen, peper of zout toe. Bak de kip in een koekenpan totdat het mooi bruin is. Leg de warme kip in het midden van een soepkom of op een mooi diep bord. Schenk hier de soep bij, strooi er wat gemalen kaneel overheen en garner de soep met een aantal blaadjes gefrituurde kruiden.

Culinaire agenda

November 2011

- 14 t/m 20 november - Puur Restaurantweek
- 28 t/30 november - Dining with the Stars - heel Nederland

December 2011

- 1 t/m 4 december - Dining with the Stars - heel Nederland
- 9 t/m 11 december - Eten en Drinken - Den Haag
- 11 december - Streekmarkt - Utrecht
- 11 december - Pure Kerstmarkt - Amstelapark Amsterdam
- 18 december - Pure Kerstmarkt - Frankendael Amsterdam