



Na alle feestdagen waarbij we allemaal erg lekker maar waarschijnlijk ook weer veel te veel hebben gegeten, is het voor de meesten weer tijd geworden voor goede voornemens, maar vooral ook eens na te denken wat het nieuwe jaar je moet gaan brengen.

Food Sensation heeft in dat kader, ter voorbereiding op het nieuwe jaar, een nieuwe huisstijl laten ontwikkelen. Het is een beeldmerk geworden dat passie voor eten uitstraalt en tevens een stijl heeft die past bij de kwaliteit en innovatie van onze gerechten. Daarbij hebben we een nieuwe pay off: *creating delicious moments*, want alles wat we doen (van zakelijke evenementen tot intieme diners) staat in het teken van genieten. We hopen dat jullie dit aanspreekt, maar vooral ook dat het een uitnodiging is om in 2012 samen met ons een aantal heerlijke en culinaire momenten te mogen ervaren.

We zijn inmiddels de laatste proeven aan het doen voor een aantal nieuwe concepten, waaronder blackbox cooking en de eerder aangekondigde oester—champagne proeverij. Natuurlijk komen ook de Meet & Eat diners weer op de agenda. De eerst komende is in februari, maar meer hierover in de uitnodiging hieronder. Wij wensen iedereen een heel gelukkig, liefdevol en natuurlijk een zeer smaakvol 2012 toe! Groeten, Jessica & Marco



Uitnodiging Meet & Eat: zaterdag 18 februari | thema: 'CONTRASTEN'



Leer ook dit jaar weer andere inspirerende en gezellige mede foodies kennen tijdens de Meet & Eat diners van Food Sensation. Ga met elkaar in gesprek over het onderwerp "contrasten", terwijl wij in hetzelfde thema een diner verzorgen, geïnspireerd op de keuken van het zusje van de Librije bestaande uit (h)eerlijke en pure ingrediënten.

Deze keer hebben we gekozen voor het thema contrasten. Vaak wordt in restaurants gedacht aan smaken die in elkaars verlengde liggen of in een palet van kleuren. Wij zijn van mening dat het ook anders kan. Zo hebben wij een dessert ontwikkeld van minimaal 6 witte bereidingen, waarin iedere component een ander mondgevoel teweegbrengt en wat gezamenlijk tot een sensatie in de mond zal leiden. Tijdens het hoofdgerecht ontmoet het Westen de Oriënt. Dit gerecht bestaat uit een mooi stukje reerug met een lak van koffie, geserveerd met huisgemaakte ingelegde Perzische vijgen, bulgur en spitskool.

We serveren drie gangen met daarbij diverse amuses, bijpassende wijnen & bubbels, Italiaanse koffie en lekkernijen. De prijs is 47,50 inclusief alles. Heb je zin om dit bijzondere thema te ervaren, schrijf je dan voor 30 januari door een email te sturen naar info@foodsensation.nl. Reageer snel want we zitten al voor de helft vol.

Eten maakt gelukkig: een mythe of een feit?

Chocolade of oesters eten, zou een mens gelukkig moeten maken, maar is dat ook echt zo?

Wetenschappelijk is tot op heden nog niet aangetoond of de stoffen in bijvoorbeeld chocolade een positief effect hebben op de hersenen. Voor zover bekend is de hoeveelheid fenylethylamine nog te klein, tenzij je 20kg per dag gaat eten, maar dit lijkt voor niemand haalbaar. Voor oesters geldt dat ze zink bevatten en dat zou een positief effect moeten hebben op de stemming. Ook dit is niet aangetoond helaas.

Wat heeft dan wel invloed op je stemming? Zijn alle verhalen dan toch mythes? Niet helemaal. Twee nutriënten blijken wel invloed te hebben, namelijk omega3 vetzuren en koolhydraten. Twee tot drie gram omega-3 vetzuren kunnen volgens sommige studies al een positieve invloed hebben op de stemming. Dat schijnt te komen doordat deze stof ontstekingen in de hersenen weet te voorkomen. Koolhydraten maken de stof serotonine aan in de hersenen en deze stof staat bekend als een antidepressivium. Dit is natuurlijk geen vrijbrief om maar veel van deze stoffen te gaan eten, want van overmatig eten bij een dipje is nog nooit iemand echt gelukkiger geworden.



Recept: MAROKKAANSE LAMSTAJINE MET KWEEPEREN EN KANEEL

Een tajine is een gelakte terracotta schaal met een deksel in de vorm van een puntmuts. Dankzij deze deksel kan de stoom circuleren, wat het stoven ten goede komt. Alle recepten die in zo'n schaal worden bereid, worden tajines genoemd.

Ingrediënten (4-6 personen)

1,5 kg lamsschouder, in grote stukken van	1 theeglas olijfolie
1 el platte peterselie, fijngehakt	1 kaneelstokje
1 kg kweeperen	1 theeglas fijne kristalsuiker
1 el koriander, fijngehakt	1 volle tl gemberpoeder
1 ui, fijngehakt	1½ tl zout
1 volle tl smen (geklaarde boter)	1 volle tl kurkuma
2 teentjes knoflook fijngehakt	1 volle tl peper
1 ½ theeglas arachideolie	mespunt saffraandraadjes
2 volle tl kaneelpoeder	Enkele eetlepels honing

Bereidingswijze

Doe de stukken lamsvlees met de ui, de knoflook, het kaneelpoeder, de gember, kurkuma, saffraandraadjes, peterselie, koriander, smen, een theeglas arachideolie, de olijfolie en een mespuntje zout in een tajine en laat alles 5 minuten fruiten. Zet het vlees, zodra het mooi gebruid is, onder water en laat het ongeveer 1 uur op een zacht vuur koken met de deksel op de pan. Controleer regelmatig of er nog voldoende water in de pan zit. Aarzel niet om indien nodig af en toe water toe te voegen. Vergeet in dat geval niet om opnieuw te kruiden. Aan het einde van de kooktijd moet de saus goed smeugig zijn. Je kunt dan enkele eetlepels honing naar smaak toevoegen.

Was ondertussen de kweeperen, snijd ze in vieren, verwijder de pitjes en verwijder het harde gedeelte in het midden. Maak in de schil van ieder kwart met een scherp mes een kruis, zodat de warmte goed kan binnendringen. Neem na 1 uur koken een beetje saus uit de tajine, doe dat in een kookpan en voeg de in vieren gesneden kweeperen, het kaneelstokje, de suiker, de rest van de arachideolie, zout en peper erbij. Doe de deksel op de pan en laat alles 30 minuten op een zacht vuur koken totdat de stukken kweeper mooi gekarameliseerd zijn. Controleer regelmatig of de kweeperen niet verbranden en voeg dan eventueel nog wat water en kruiden toe.

Leg de stukken lamsvlees op een schaal zodra het vlees gaar is en de sudderende saus goed is ingedikt. Schep de gekarameliseerde stukken kweeper naast het lamsvlees en giet de ingedikte saus eroverheen. Decoreer het gerecht met het kaneelstokje, wat kaneel en platte peterselie.

Culinaire agenda

Januari 2012

15 januari - [Wijn spijs wandeling](#) - Arnhem

Februari 2012

18 februari - Meet & Eat: Thema contrasten - Food Sensation N'gein

(opgave: info@foodsensation.nl)

18 t/m 26 februari - [Huishoudbeurs](#) - Amsterdam

Maart 2012

16 tm 18 maart - [Food filmfestival](#) - Amsterdam