



WWW.DAVIDHAGUE.NL

DOOR DAVID HAGUE EN PATRICK HESSE

Alle publiciteit is goede publiciteit, dat zeggen ze tenminste. Ik weet niet zeker of dat zo is, maar het maakt eigenlijk niet uit omdat de komkommer tenminste de laatste 3000 jaar al favoriet is en dat zal nog een lange tijd zo zijn, ongeacht wat erover gezegd wordt. Komkommers werden vroeger als eerste verbouwd in India. Ze werden naar Europa gebracht door de Romeinen en sinds 900 voor Christus was het een populair gewas in Zuid-Europa. Komkommers hebben warmte en water nodig, maar houden niet van direct zonlicht. In Noord-Europa is een kas de beste plaats om komkommers te verbouwen, maar als je een serre hebt kun je ze thuis ook verbouwen. Komkommers bestaan voor ongeveer 90% uit water, maar zijn ook vol vitamines en mineralen en kinderen zijn er dol op.

Patrick en ik zijn deze week naar de kas van Jos Bunschoten op de Demmerik in Vinkeveen geweest. Hij is verkozen tot de verbouwer van de mooiste komkommers in Holland. Zijn expertise op dit vlak is zonder twijfel de beste en de resultaten bewijzen het als je door de 7000 m2 kas loopt. Komkommers zijn klimplanten. Met hechtranken groeien ze eerst tot een hoogte van 2 meter voordat ze gaan fruiten. Komkommers worden trouwens door botanisten, net als tomaten, als fruit geclassificeerd. Terwijl wij door de groene vegetatie lopen, legt Jos uit over het groeien, plukken

en verpakken van de 300.000 komkommers die hij elk jaar tussen mei en september verbouwt. De planten worden besproeid met een automatisch systeem, maar het plukken en sorteren wordt met de hand gedaan. Elke komkommer wordt met de hand geplukt en liefdevol in een doos gelegd; twaalf per doos zodat ze lekker knus liggen. Na een wandeling door deze vochtige jungle zijn Patrick en ik blij als Jos ons een hapje van zijn producten laat proeven. Het is verfrissender dan alles wat ik ken; de komkommer is een plezier om te eten. Jos zegt dat hij nog steeds drie komkommers per dag eet in de zomer en dat hij ze nog steeds niet zat is. Mensen die in chocoladefabrieken werken, eten in de regel na de eerste paar dagen geen chocolade meer...Komkommers zijn het beste als ze rauw gegeten worden en mijn recept voor vandaag is voor een dipsaus die de oorsprong en het beste van de smaak naar voren brengen. Maar komkommers kun je ook voor je uiterlijk gebruiken, het is het beste koude kompres voor het gezicht dat ik ken. Leg eens een dun gesneden stukje komkommer op je ogen. Wacht 15 minuten en haal dan de komkommer van je ogen, een waar gevoel van verfrissing voor vermoeide ogen, zeker als je veel achter de computer zit. Probeer dit voordat je dure gezichtscrèmes koopt, waar hoogstwaarschijnlijk toch ook komkommerextract in zit.



David's tip

Kheera Raita Recept
Dit recept is voor Kheera Raita, een klassiek Indiaas bijgerecht, dat wordt geserveerd om de effecten van hete curry te verkoelen. Als je pittig eten eet, maar de hete pepers teveel vindt dan zal een lepelvol van dit op yoghurt gebaseerde gerecht het brandende gevoel in je mond meteen neutraliseren. Maar het is ook heerlijk op warm pita brood of op BBQ speklappen die gemarineerd zijn in currypoeder.

Ingrediënten

- 150 ml halfvolle yoghurt (biologisch indien mogelijk)
- zeezout
- ¼ theelepel zwart peper
- 1 eetlepel verse fijngesneden munt
- 1 geraspte biologische komkommer
- 1 groene chilipeper, zaadjes eruit gehaald en fijn gesneden (optioneel)
- 1 theelepel gemalen komijn

Klop de yoghurt enkele minuten. Voeg alle ingrediënten toe behalve de komijn. Plaats in een kleine kom en besprenkel met komijn. Geniet ervan!



GEZOND LEVEN EN ETEN IN HET GROENE HART

Organisch	♥♥♥♥
Ambachtelijk	♥♥♥♥♥♥
Duurzaamheid	♥♥♥♥♥♥
Voedingswaarde	♥♥♥♥♥♥

Waar te koop?

Jos Bunschoten ontvangt geen bezoekers in zijn kas, maar zijn komkommers worden op vele locaties in De Ronde Venen verkocht.



Spaaractie voor gratis kookboek bij Gall & Gall

Thuisblijvers opgelet! Gall & Gall in Abcoude en Mijdrecht bieden deze zomer een spaaractie voor het nieuwe gratis kookboek 'Elke dag weekend'.



De nieuwe Gall & Gall winkelmanager in Abcoude, Lion van Vliet, spreekt van een "heerlijk bladerkookboek boordevol wijn. Bijzonder door de razendlekkere recepten met telkens drie bijpassende wijnen: Altijd goed, Klassiek en Avontuurlijk. Dat maakt het uitzoeken van wijn wel heel makkelijk. Met dit kookboek geniet je gewoon iedere dag van een weekendgevoel."

Spaarkaat

Tot 28 augustus a.s. ontvangt men bij een aankoop bij Gall & Gall Abcoude of Mijdrecht een sticker. Een volle spaarkaat met vijf stickers geeft recht op het gratis kookboek, dat 96 pagina's bevat met makkelijke, alledaagse recepten voor: Aperitief & Cocktail, Antipasti & Tapas, Frisse Salades, Pasta & Risotto, Hoofdgerechten en Dessert & Kaas. Verrassende variatietips maken van ieder recept iets speciaals.

Gall & Gall Abcoude
Hoogstraat 14

Gall & Gall Mijdrecht
Passage 22a.



Firma F.A. Ruizendaal & Zonen

Boom / fruitkwekerij - Aanleg & Onderhoud van tuinen

Ze zijn er weer OPAL PRUIMEN

Elstar Appelen
12 kilo € 11.50 / per kilo €1.15

Heerlijk zomerfruit.
O.a. perziken, nectarine, wilde perzik, abrikoos, Rode bessen enz.

Graszoden

Poeldijk 2a 3646 AW Waverveen Tel: 0297-281122 www.firmaruizendaal.nl