

NEUS IN DE BOTER



Door David Hague

VERTALING: ADRIANA KEGLEY WWW.A3ANA.NU
FOTO'S PATRICK HESSE



Strawberry Fields Forever...

(The Beatles, 1967)

De Nederlandse aardbeien zijn waarschijnlijk het beste voorbeeld dat lokale producten het best zijn. Er is absoluut geen vergelijking tussen de stevige, zoete Nederlandse bosaardbeien en de van her en der geïmporteerde varianten als Elsanta, die uit Spanje of Turkije komen en vooral gekweekt worden omdat ze transport over lange afstanden goed doorstaan, maar hebben verder weinig te bieden. Onze 'eigen' kweektuinaardbeien, die vanaf juni/juli tot eind augustus/begin september beschikbaar zijn, vormen het hoogtepunt van het jaar en zijn beslist het wachten waard. Zolang ze er zijn moeten we er zoveel mogelijk gebruik van maken en als de prijzen eind juni gaan dalen, moeten we ze op zoveel mogelijk manieren nuttigen, om te eindigen met het aanmaken van een paar kilo jam, om ons door de lange grijze winter te helpen.

Toegegeven, vroege aardbeien zijn duur. Het is de kunst van de kweker om er voor te zorgen dat zijn oogst de eerste, dan wel de laatste van het seizoen is. Wie kans ziet zijn aardbeien begin juni op de markt te zetten, verkoopt ze voor de hoogste prijs aan degenen die niet kunnen wachten. Wie de luxe van vroege aardbeien beleeft, zal er weinig anders mee willen doen dan er wat suiker over de strooien, of een klodder slagroom. Maar zo midden in het seizoen, als de zomerkoninkjes in overvloed beschikbaar zijn, wordt het tijd om wat leuke alternatieven uit te proberen. Deze week deel ik enkele van mijn aarbeidenrecepten met u, geschikt voor elk type kok en alle liefhebbers van de zomer...



Op z'n Parijs

Een klein scheutje balsamico-azijn en zwarte peper op bijzonder zoete zomeraardbeien creëert een volle ronde smaak als die van fijne wijn. Deze variant moet je serveren met verfijnde biscuits als sprits of lichte cake.

Ingredienten:
2 eetlepels basterdsuiker
1 eetlepel goede balsamico-azijn
½ theelepel versgemalen zwarte peper
500 g gestampte zoete Hollandse aardbeien

Bereidingswijze:
Voeg eerst de suiker toe en roer. Laat een uur staan totdat het sap gaat lopen. Nu er wat sap in de kom zit, kun je de zwarte peper en de balsamico-azijn toevoegen. Laat 3 tot 4 uur

David's recept

staan. Eet bij kamertemperatuur met zelfgebakken koekjes.



Aardbeien en Mint Smoothie

Ingredienten:
300 g rijpe aardbeien
4 theelepels dikke yoghurt
paar blaadjes verse munt
1 theelepel heldere honing

Bereidingswijze:
Hak de munt fijn met een scherp mes. Verwijder de kroontjes van de aardbeien. Stop alle ingrediënten in een mixer of blender en maal ze fijn tot ze vloeibaar zijn. Meteen opdrinken!

Aardbeien Granita

Dit is een soort eenvoudig ijsje, dat iedereen kan maken en je hebt er geen ijsmachine voor nodig! Het is een echte traktatie en wordt nog lekkerder met wat gezoete slagroom bovenop. Jammie! Stamp 1 kilo aardbeien fijn en sla de inhoud door een fijne zeef om de zaadjes te verwijderen. Voeg er 200 gram poedersuiker en het sap van 1 geperste citroen aan toe. Doe alles in een diepe plastic kom en zet het in de vriezer. Wanneer het hard geworden is, gebruik dan een vork om de oppervlakte te bekrassen. Doe de brokken in een glas en eet voordat het begint te smelten.

'Easy' aardbeienjam

Dit is eigenlijk geen echte jam, maar het is ook geen verse-vruchtensaus, het zit er een beetje tussenin. Het bevat de helft van de suiker van gewone jam en moet in de koelkast worden bewaard. Ik gebruik het op mijn yoghurt 's ochtends of op pannenkoeken en rijstpudding.

Ingredienten:
1,5 kg aardbeien
sap van 1 citroen
1 kg geleisuiker

Bereidingswijze:
Laat de kleine aardbeien heel en prak de grote fijn met een aardappelstamper. Giet het citroensap en de suiker erover. Laat 1 uur staan, totdat het sap eruit loopt. Doe de inhoud in een pan met een dikke, zware bodem. Breng aan de kook en laat het 5 minuten borrelen onder voortdurend roeren. Haal de

pan van het vuur en laat hem 5 minuten rusten alvorens de inhoud over te schenken in gesteriliseerde potten. Sluit de deksel van de hete pot en zet hem ondersteboven weg. Laat afkoelen. Plak een etiket op de pot met de datum en de inhoud. Bewaar in de koelkast.

Spaar nu bij Remko's voor korting op yoga of bootcamp bij Kyosan

Gezond eten, lekker bewegen

Bij Remko's brood & taartjes aan de Hoogstraat in Abcoude kun je nu sparen voor korting op yoga of bootcamp bij Kyosan in Baambrugge. Bij besteding van 25 euro bij Remko's volg je een ontspannen yogales of bootcamp-training voor half geld, of gaat je partner, vriend of vriendin gratis mee. Bewaar de kassabon.

De zomervakantie komt er aan. Lekker genieten van zon, zee en het buitenleven. Het is nu de tijd om ex-



tra aandacht te besteden aan gezond eten en lekker bewegen. Remko's en Kyosan dragen bij aan een gezond en fit leven in balans. Kyosan verzorgt yoga- en bootcamp trainingen, als het even kan in de buitenlucht. Ben je op zoek naar balans in beweging en ontspanning? Dan ben je hier aan het goede adres. In groepsverband of één op één.

Sportbrood en Remko's Biologisch

Remko's brood & taartjes is een ambachtelijke bakker met een groot assortiment brood. Volkoren, bruin en wit, meergranen, desem- en speltbroden. En vanaf deze week komen daar twee bijzondere broodsoorten bij: Sportbrood en Remko's Biologisch. Bij Remko's krijg je ter introductie op vrijdag 15 en zaterdag 16 juni a.s. bij aankoop van 2 sportbroden een biologisch volkoren of meergranenbroodje gratis. Sportbrood: daar lopen sporters warm voor! Met zuivere spelt, gerst, pompoen- en zonnebloempitten, sesam- en lijnzaad; rijk aan vezels voor een gezonde spijsvertering; goed voor de afweer, energie-



rijk en vooral lekker!

De actie loopt t/m 1 augustus 2012. De korting bij Kyosan is geldig t/m 30 september 2012. Kijk voor meer informatie op www.kyosan.nl of www.broodentaartjes.nl.

Vrouw valt uit scootmobiel in Wilnis

Op maandag 11 juni is er een oudere dame uit haar scootmobiel gevallen op de Veenweg.

Omstreeks 18.00 uur is een 65-jarige vrouw uit Wilnis uit haar scootmobiel gevallen. De vrouw was onderweg naar huis, nadat zij boodschappen had gedaan. Nadat haar boodschappentas op de grond was gevallen en zij deze probeerde op te rapen, kwam de vrouw ten val. De vrouw is met een ambulance overgebracht naar het ziekenhuis.