

CHUTNEY MAKEN

CHUTNEY KOMT OORSPRONKELIJK UIT DE INDIASE EN PAKISTAANSE KEUKEN. HIJ IS ER IN ALLERLEI VARIANTEN. ZOET, MILD, HARTIG EN PITTIG. JE KUNT ER ALLE KANTEN MEE OP. SERVEER 'M BIJ EEN DINER OF SMEER 'M OP EEN BOTERHAM MET KAAS. LEKKER! VOORAL ALS JE 'M ZELF HEBT GEMAAKT.

Chutney maak je op dezelfde manier houdbaar als jam: met azijn en suiker. Door de hoge zuurgraad krijgen bacteriën geen kans. Behalve kruiden en specerijen bevat een chutney zowel fruit als groenten. Die worden fijngemalen en gekookt tot een pureeachtige substantie. Aan het einde van de kooktijd wordt chutney dikker (blijven roeren, zodat hij niet aanbrandt!). Om te testen of de chutney gaar is, haal je een houten lepel door het midden van de pan, de lepel moet een 'spoor' in de chutney trekken. Als je de chutney voor gebruik tenminste twee maanden laat staan, zijn alle smaken extra mooi vermengd. Wil je hem meteen eten, ook geen probleem.

INTENSE SMAAK

Gebruik donkerbruine basterdsuiker als je graag een intense smaak en kleur aan je chutney geeft. Met rietsuiker krijgt chutney een lichte karamelsmaak. Eet hem als koud bijgerecht, bij de barbecue, fondue, gourmet of rijsttafel. In combinatie met kaas op een boterham is chutney ook heerlijk. Of op een crostini of bruschetta met een stukje Parmezaanse kaas.

Een chutney kun je naar eigen smaak maken, in dit boekje vind je zowel een heel pittige als een milde of zoete variant. Ze zijn 6 tot 9 maanden houdbaar, bewaar ze na openen in de koelkast. Ook voor chutneys is een goed etiket met datumvermelding belangrijk.

STAPPENPLAN

CHUTNEY MAKEN



STAP 1

Spoel fruit en kruiden af, maak schoon en snijd klein



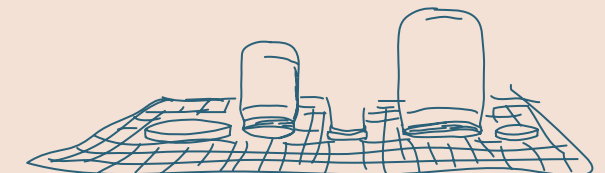
STAP 2

Doe alle ingrediënten in een royale pan, zet op het vuur en breng al roerend aan de kook



STAP 3

Laat op een lage temperatuur inkoken zoals aangegeven in het recept, roer regelmatig om



STAP 4

Maak ondertussen de potten schoon en zet ze omgekeerd klaar op een schone theedoek



STAP 5

Wanneer de gewenste dikte bereikt is, vul je de potten. Draai ze dicht en zet ze ondersteboven. Etiketteer ze nadat ze zijn afgekoeld





kruiden

Kruiden

KRUIDEN ZIJN DE MAKKELIJKSTE EN DANKBAARSTE
 PLANTEN IN JE MOESTUIN. EEN KLEIN BEETJE KRUID
 GEEFT AL REUZEVEEL 'EIGEN-TUINSMAAK'
 AAN EEN SIMPELE MAALTIJD.

Ga je voor makkelijk, koop dan kruidenplantjes in de supermarkt of het tuincentrum en zet ze in je moestuin(kist). Tijm, marjolein, peterselie, rozemarijn, munt, citroenmelisse, oregano, kervel, salie, koriander; het is allemaal opgekweekt te koop. Thuis verpot je de plantjes naar de tuin(kist). Zet twee of drie plantjes van dezelfde soort bij elkaar, op een zonnige plek. Mest ze om de twee weken bij met plantenvoeding. Plant je ze vroeg in het voorjaar, dan heb je er tot in de herfst plezier van.

Schaduw

Zoals gezegd: kruiden houden van de zon. Maar zelfs mediterrane kruiden overleven geen hete zomer op een platje. Als de zon brandt, zet het kistje dan de halve dag in de schaduw. Verder voldoende water geven natuurlijk.

Zelf zaaien

Wil je de kruiden zaaien, dan kun je het best binnen beginnen in zaaibakjes, op een zonnige plek in vochtige aarde. Let op: het kan een paar weken duren voordat je iets van een plantje hebt. Als je de zaadjes voor het zaaien een paar minuten in lauw water weekt, dan gaat het ontkiemen iets sneller. Verplaats de kruiden vanaf eind april naar de tuin of pot.

Knippen

Kruiden oogst je door steeds af te knippen wat je wilt eten. Knip zoveel als je nodig hebt uit de top van de plant, vooral van de nieuwe blaadjes. Laat er een paar zitten, zodat ze oud kunnen worden en voeding kunnen aanmaken voor nieuwe blaadjes.

Let op: luizen

Als je kruiden luizen krijgen, is dat meestal een teken van armoede. Een plantje dat goed gevoed is en lekker in de zon staat, is gezond en krijgt ook geen luis. Hebben jouw kruiden er toch last van, sproei ze dan met een zeepsopje van afwasmiddel. Laat dat een paar uur intrekken en spoel de plant met water af.

Tip

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

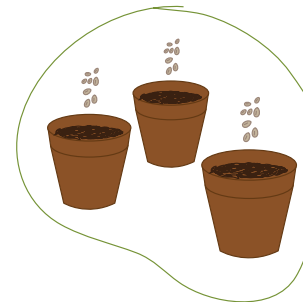
Tijm, marjolein, rozemarijn, salie en munt zijn vaste kruidenplanten, daar heb je meerdere seizoenen plezier van.

Tip

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx

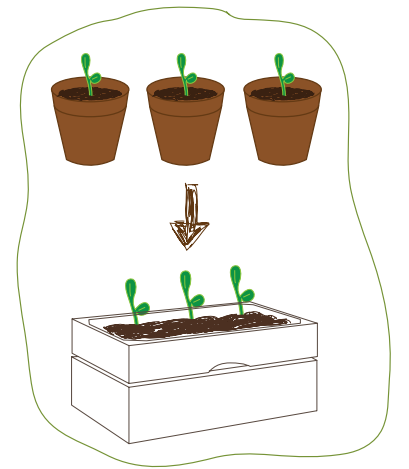
Kruiden kun je het best bewaren aan de plant. Knip alleen wat je nodig hebt.

STAPPENPLAN



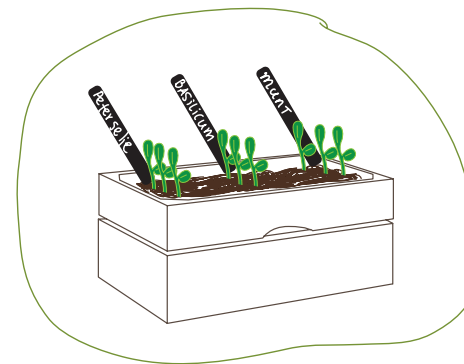
STAP 1

Zaai zaadjes voor in potjes



STAP 2

Verspeen na een paar weken de zaaillingen. Ofwel: zet de kleine plantjes voorzichtig over in de moestuin(kist)



STAP 3

Zet twee tot drie plantjes van dezelfde soort naast elkaar en vul de hele kist of het stuk grond met allerlei verschillende kruiden



STAP 4

Zet de kruiden op een zonnige plek, mest je kruidenplantjes om de twee weken bij en begin meteen met knippen en eten



Z'n bijnaam is 'koningskruid'. En terecht, want basilicum is een heerlijk geurend en smakend plantje. De diverse soorten – Thaise basilicum, citroenbasilicum, rode basilicum – kun je kopen als plantjes. Maar leuker is ze zelf op te kweken uit zaad. Buiten zaaien kan vanaf mei, op een zonnige, warme plek. Houd 20 cm afstand tussen de zaadjes, bedek ze met ca. 1 cm aarde (niet aandrukken!), zorg voor water en voeding en bescherm de plantjes tegen slakken, wind en onkruid. Van juli tot oktober kun je basilicum oogsten. Knip de grote bovenste bladeren van de tak af en laat de twee kleintjes daaronder ongemoeid, zodat ze kunnen doorgroeien. Zie je witte bloempjes verschijnen, verwijder ze dan. Basilicum doet het overigens ook uitstekend op je vensterbank.

Basilicum-pesto



ZELFGEOOGST

- 1 bos basilicum
(schoongemaakt ongeveer 50 gram)

UIT HET KEUKENKASTJE

- 60 gram pijnboompitten
- 4 tenen knoflook
- 100 gram geraspte Parmezaan of Padano
- 200 ml olijfolie
- peper en zout

EXTRA NODIG

- 6 kleine potjes
- blender of staafmixer

ZO MAAK JE HET

Haal de basilicumblaadjes van de steeltjes, spoel ze schoon en laat ze drogen op keukenpapier. Pel de knoflook. Blender de basilicum, knoflook en pijnboompitten, voeg halverwege de olie toe. Voeg tot slot de kaas, peper en zout toe. Pas op dat het mengsel niet gaat schiften.

Tip

xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx
Voor een verrassend
smaakeffect voeg je een
beetje venkel toe aan de
basilicumpesto.



Doe de pesto in de goed schoongemaakte potjes. Schenk een klein beetje olie op de pesto zodat die als het ware wordt 'afgesloten' door de olie. Zo voorkom je schimmelvorming. Herhaal dit steeds als je een beetje pesto hebt gebruikt. Denk er ook aan dat je steeds een schoon lepeltje gebruikt. Plak een etiket op de potjes en bewaar ze in de koelkast.



Een vaste plant die de winter overleeft. Hij kan door je hele tuin gaan woekeren, dus zet hem in een pot. Er zijn verschillende soorten munt, zoals de munt waar je thee van kunt maken en die heerlijk is bij bijvoorbeeld courgette. Of de zogenoemde spearmint, die ruikt naar kauwgum. Munt houdt van een koele, vochtige plaats. Hij gedijt zowel in de zon als in halfschaduw en zelfs volle schaduw.

Muntpesto



ZELFGEOOGST

- 50 gram verse muntblaadjes
- 30 gram basilicumblaadjes

UIT HET KEUKENKASTJE

- 100 ml goede olijfolie
- 1 teen knoflook
- 50 gram blanke amandelen
- 50 gram geraspte Parmezaanse kaas
- peper en zout

EXTRA NODIG

- 6 kleine potjes
- koekenpan
- vijzel met stamper of keukenmachine

ZO MAAK JE HET

Rooster de amandelen licht in een droge koekenpan. Haal de basilicum- en muntblaadjes van de steeltjes af, spoel ze schoon en laat ze op keukenpapier drogen. Pel de knoflook en maak de knoflook met de munt en basilicum fijn in een vijzel of de keukenmachine. Voeg langzaam de olijfolie toe. Hak de amandelen fijn en meng ze erdoor. Voeg de kaas toe. Breng op smaak met peper en zout. Doe de pesto in de goed schoongemaakte potjes. De volle potjes niet omdraaien! Schenk een klein beetje olie op de pesto zodat die als het ware wordt 'afgesloten' door de olie. Zo voorkom je schimmelvorming. Herhaal dit steeds als je een beetje pesto hebt gebruikt. Denk er ook aan dat je steeds een schoon lepeltje gebruikt. Plak een etiket op de potjes en bewaar ze in de koelkast.

Tip

Muntpesto is heerlijk bij gegrilde lamskoteletjes, bij pasta met garnalen en bij aardbeien.

