



## De favorieten van een vleesvrije slager

# 'Als je het blind proefde zou je zeggen dat het vlees is'

**Jaap Korteweg (48) is, behalve de man van Marianne Thieme, biologisch akkerbouwer en vegetarische slager.**

'Toen ik de familieboerderij overnam ging ik mee met de hoofdstroom: veel produceren tegen zo laag mogelijke kosten. Op een gegeven ogenblik voelde ik me zo onprettig als ik rondreed met de spuitkar. Dierziekten hebben ook bijgedragen aan mijn ommezwaai. Lupine bleek het antwoord. De lupineboon heeft de textuur en de bite van vlees en zit bovendien boordevol eiwitten, is rijk aan vezels en heeft een laag vetgehalte. Ideaal om gerechten te maken die op vlees lijken, zonder alle gezondheids- en milieunadelen. Door mijn lupineactiviteiten liep ik mensen van het bedrijf Meatless tegen het lijf. Meatless verduurzaamt vlees door lupine-meel bij te mengen, zoals in de duurzame gehaktbal. Ik richt me op de vegetarische markt. De producten zijn ook zo veel mogelijk biologisch en fairtrade, maar dat wil ik niet telkens benadrukken. Samen met topkok Marco Westmaas worden producten ontworpen waarvan je blind proevend zou zeggen dat het vlees is. Mensen van het vlees eten 'losdrijven' is wensdenken. Vleeseters willen niet nadenken over geen vlees. Die willen een product dat er zo dicht mogelijk tegenaan zit. In een oud pandje aan het Haagse Spui heb ik nu mijn vegetarische slagerij. Er heeft ooit een delicatessenzaak gezeten. Dat wil ik ook. Alles moet zijn geënt op smaak en beleving.'

www.devegetarischelager.nl; www.veggiedeli.nl

### Onverwachte eters

'Dan improviseer ik (van ons tweeën ben ik namelijk meestal degene die kookt). De koelkast blijkt altijd voller dan-ie lijkt.'

### Kooktip

'Maak je gerecht zo dat er meerdere structuren zijn, bijvoorbeeld een stoofpotje met zachte aardappel en peulvruchten, beetgare groenten, oesterzwammetjes die zo lekker tegengas geven als je erop bijt en dan bovenop versgebakken nootjes, zonnebloempitten of onze knapperig gebakken vegetarische spekreepjes. Dan mis je het vlees niet hoor.'

### Rare kookgewoonte

'Te snel opruimen, vooral ingrediënten die gekoeld bewaard moeten worden kan ik niet lang op tafel zien staan.'

### Eetherinnering

'Kaantjes in warme stroop vond ik erg lekker en gebakken poters met warme zult. Maar gelukkig ook versgeplukte aardbeien op brood met bruine suiker.'

### FAVORIETEN

#### • Lunch

'Uitgebakken chicken lupin met brood en tomatensalade.'

#### • Diner

'Marianne maak ik blij met een pasta met broccoli en rode pesto, dat is haar lievelingsgerecht. Ik hou van ouderwetse Hollandse pot; gekookte aardappels, jus, groenten en gebakken grillstukjes van de Vegetarische Slager. Ook favoriet: andijviestamppot met onze (gebakken) spekjes.'

#### • Sterk drankje

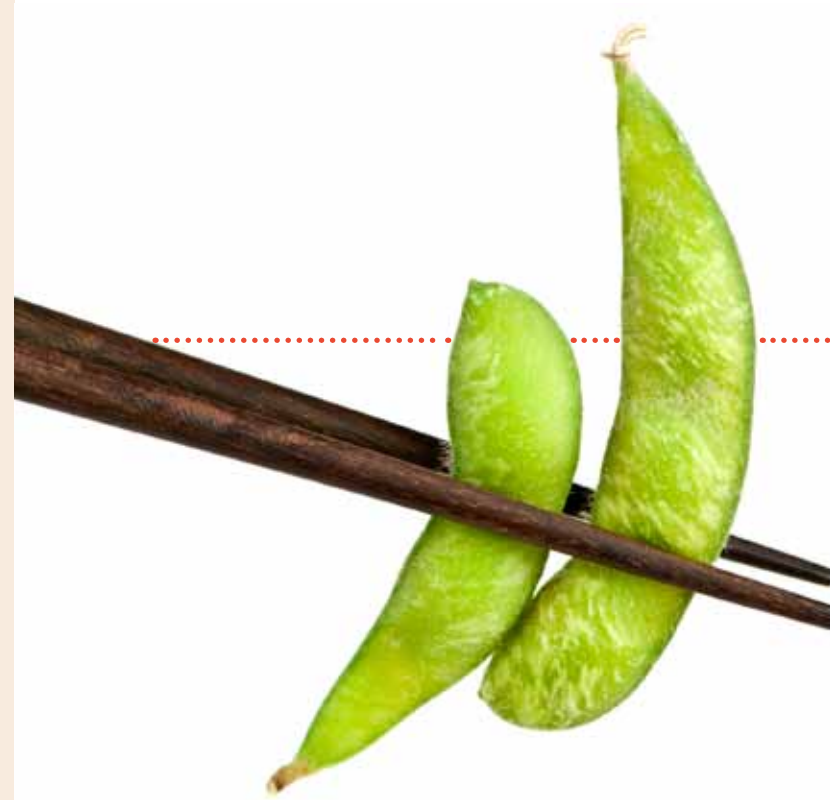
'Eenmaal per jaar Franse cognac (ik ben geen kenner).'

#### • Winkels

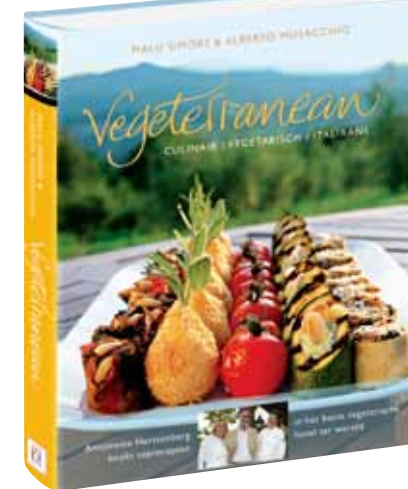
'In de Natuurwinkel Utrecht aan de Nachtegaalstraat hebben ze een geweldig vers assortiment biologische producten.'

#### • Ingrediënt

'Een mooie harde glimmende gele ui. Ik heb er heel wat gezien als akkerbouwer maar vindt ze nog steeds prachtig en lekker.'



**ONWEERSTAANBAAR**  
'Onze tonijnsalade spicy no tuna, zeewierchips en zwarte Japanse sesamcrackers.'  
(€ 2,85 www.devegetarischelager.nl)



### KOOKBOEK

'Marianne en ik hebben juist weer vier dagen bij Alberto Musacchio en zijn vrouw Malu Simões mogen genieten in hun vegetarische hotel. De Azienda Agrituristica ligt op een heuvel in een olijfboomgaard in Umbrië.'  
*Vegeterranean*, Alberto Musacchio, Karakter, € 34,95

### OP VOORRAAD

#### 'Oesterzwammen, ook als voorgerecht gebakken met kruidenzout.'

Oesterzwammen (€ 1,69 Super de Boer) en mesje van Herder (€ 34,95 Duikelman), schaalpje (€ 5,95 Sissy-Boy Homeland)



### INGREDIËNT

#### 'Koolzaadolie van Brassica. Puur plantaardige olie met roombotersmaak. Heerlijk in stamppotten maar ook in salades.'

Brassica, culinair koolzaadolie (€ 7 www.devegetarischelager.nl) en raapzaadolie (€ 3,19 Gimsel)



### SERVIES

#### 'Mijn Japanse papieren servies waar je als je er zuinig op bent lang mee kunt doen. En het staat prachtig op tafel, vooral bij zeewiergerechten.'

Japans servies recycle Wasara: kopjes per set van 6 (€ 8,50) kom per set van 6 (€ 10), klein bordje per set van 12 (€ 7), rond bord per set van 8 (€ 12) en het lange bord per set van 8 (€ 9) houten bestek (€ 6,95) per set (alles The Frozen Fountain)



### FAVORIET ONTBIJT

#### 'Havermout met sojamelk en soms bruine suiker, sojayoghurt met verse vijg.'

Sojayoghurt van Alpro (€ 1,79) met verse vijg (alles Super de Boer) schaalpje (€ 19,95 Sissy-Boy Homeland)



### ZEEGROENTEN

#### 'Met deze algen en wieren maak ik salades en soepen.'

V.r.n.l.: dulze, zacht roodwier met zilte smaak (€ 3,50); wakamé, wier met oesterachtige smaak en lichtkrokante structuur (€ 4,25); zeesla (€ 4,95); zeespaghetti van algen met een smaak die aan kokkels doet denken (€ 3, alles www.vegetarischelager.nl)



### RESTAURANT

'Elzenduin natuurlijk – daar werk ik mee samen. Je kunt daar heerlijk eten; basic food, maar dan wel van de beste producenten. Alle gerechten zijn gebaseerd op biologische producten uit de regio.'  
**Prijzen:** € 27,50 voor een driegangenverrassingsmenu  
**Open:** ma t/m zo de hele dag  
**Adres:** Strandweg 18, Ter Heijde aan Zee (Gemeente Westland)  
**Info:** (0174) 21 42 00, www.elzenduin.com

## hetlekkerewerk

PRODUCTIE/STYLING: WILLEMEN DEMMERS. BEELD: BRIGITTE KROONE.  
BEELD RECEPT: VEGETERRANEAN, KARAKTER UITGEVERS

### WIJN

'Bij mijn favoriete recept (hiernaast) past een mooie Pinot Bianco van Vigneti Le Monde, een wijnhuis uit het noordelijk gelegen Friuli bij Venetië.'

(€ 9,95 Monega)



AANRADER

# Stuzzichini

'Voluit: stuzzichini al formaggio e mele verdi – een verfijnd, verleidelijk taartje. Een mengsel van zachte roomkaas en stukjes granny smith tussen dunne eenhapsbiscuits. Simpel en lekker.'

#### Bereidingstijd

25 minuten & 2 uur koelkast

#### Voor 6 personen (12 stuks)

#### Nodig voor het deeg

- 100 g Italiaans 'OO'-meel of gewoon meel
- 2 snuffen zout
- 1 eetlepel geraspte Parmezaanse kaas
- 50 g ricotta
- 4 eetlepels boter, op kamertemperatuur
- 1 eidooier, om te bestrijken
- 12 halve walnoten

Meng meel, zout en Parmezaanse kaas op een vlak werkblad en maak een kuiltje in het midden. Voeg de ricotta en boter toe en meng alles met de vingertoppen tot een samenhangend deeg. Wikkel

het deeg in huishoudfolie en zet het 2 uur in de koelkast. Rol uit tot een rechthoek van 3 mm dik, groot genoeg om 24 vierkantjes van 6 cm uit te snijden. Leg de vierkantjes met 1 cm tussenruimte op een met bakpapier beklede bakplaat. Bestrijk alle stukjes met ei en beleg 12 ervan met een halve walnoot. Bak ze 12 minuten af op 180°C/gasstand 4, of tot goudbruin. Haal ze uit de oven.

#### Voor de vulling

- 30 g zachte geitenkaas
- 60 g crescenza of mascarpone
- 60 g ricotta
- Zout en vergemalen zwarte peper naar smaak
- 1 theelepel extra vergine olijfolie

- 1 theelepel bieslook, gehakt
- 1 snuffel paprikapoeder
- ¼ granny smith, in blokjes van 5 mm
- extra nodig: spuitzak

Meng alle ingrediënten, behalve de appel, goed tot een romig geheel. Doe de crème over in een spuitzak met een middelgrote spuitmond en zet weg tot gebruik.

#### Serveren

Spuut de crèmevulling over de biscuits zonder walnoot, en verdeel de stukjes appel over de crème. Dek af met de met walnoot belegde biscuits. Serveer warm, twee per persoon, met een knapperige gemengde salade.

## Workshop

### Koken met de vegetarische slager

esta-lezers krijgen € 15 korting + extra's.

De Vegetarische Slager organiseert samen met Eetwinkel Boerenjongens een avondvullend programma inclusief drankjes, viergangendiner en recepten mee naar huis. Uiteraard gaan jullie de gerechten zelf maken samen met topkok Eke Mariën.

**Waar:** op een mooie locatie op Amsterdam IJburg, gemakkelijk bereikbaar met de auto en openbaar vervoer. Maximaal 10 personen per avond.

**Prijs:** speciaal voor esta-lezers: € 75 p.p. (normaal € 90). Ook extra: ieder krijgt twee Vegetarische Slager-producten t.w.v. € 10 mee.

**Data:** 3, 10, 17, 24, 31 oktober 2011

Geef je op via [www.estamagazine.nl](http://www.estamagazine.nl) of [www.devegetarischeslager.nl](http://www.devegetarischeslager.nl)



**Jaap Korteweg:**

*'Deze eenhapsbiscuits zijn simpel en lekker'*