



## Koken

### Jonathan Karpathios

Hoe kook je op topniveau met alleen maar groente? Groentekok Jonathan Karpathios (34) van gelauwerd restaurant Vork en Mes in Hoofddorp leert ons in 12 bijzonder fijne plats de résistance hoe. Véél opwindender dan vlees, vindt Karpathios.



LESSEN IN LEKKERS: GROENTE (7) DOPERWTEN MET EI, CROUTONS EN HOLLANDAISE

# Eigen erwtjes doppen



Foto Rein Janssen

**1** Snijd het brood in blokjes. Pers 1 teentje knoflook, meng dat door de olijfolie en roer er dan de broodblokjes door zodat ze aan alle kanten bedekt zijn met knoflookolie. Verwarm de oven op 140 graden en bak de croutons op een bakplaat bruin en knapperig in ongeveer 20 minuten.

**2** Dop de doperwtten. Blancheer ze in ruim kokend water met zout (30 gram zout op 1 liter water). Koel de erwten af in ijswater en dep ze droog. Snijd de sjalot in stukjes. Smelt een klontje boter in de pan. Laat de sjalotknippers hierin even zacht worden. Schep daarna de doperwtten er doorheen en verwarm ze nog even met de sjalotjes.

**3** Breng 3 liter water met 3 dl azijn aan de kook. Breek een ei in een kopje. Maak met een lepel een draaiende beweging in het water zodat een kolkje ontstaat. Laat het ei daar rustig in glijden. Plooi met een lepel het stollende eiwit rond de dooier. Pocheer 2 à 3 minuten tot het eiwit gestold is, maar de dooier nog vloeibaar. Dat is na 2 à 3 minuten. Laat de eieren uitlekken op een theedoek.

**4** Maak de 'castric' voor de Hollandaise: doe alle ingrediënten in een pan, breng aan de kook en laat 10 minuten koken zonder deksel. Zeef en laat afkoelen.

**5** Maak Hollandaise: smelt de boter op heel laag vuur. Laat de witte melkresten naar de bodem zinken. Klop de eidooiers met de castric los in een hittebestendige kom. Hang de kom in een pan met zachtjes kokend water. Blijf kloppen tot de dooier dik en schuimig wordt en als een sliert aan de garde blijft hangen. Haal de kom van het vuur en roer de gesmolten boter er druppelsgewijs doorheen, zonder de witte melkresten. Breng op smaak met peper en zout en eventueel een beetje citroensap.

**1** **Ingrediënten** (voor 4 personen):  
3 sneetjes oud bruin brood  
4 eetlepels olijfolie  
1 teentje knoflook  
1 kilo ongepelde groene doperwtten  
1 sjalot  
5 (verse) eieren  
3 dl azijn

Voor de castric (basis voor Hollandaise):  
4 dl witte wijn  
1 sjalot  
1 blaadje laurier  
10 peper korrels, gekneusd  
1 dl water

Voor de Hollandaise:  
5 eidooiers  
50 ml castric  
200 gr geklaarde boter

**H**oi Jonathan. Doperwtten?! Die zie ik alleen nog in blik of uit de diepvries. Waar vind ik tegenwoordig nog verse doperwtten? 'Op de markt zie je ze nog wel liggen.'

**Het is wel een kolerekarwei om ze schoon te maken.** 'Helemaal niet. Ik ga er lekker voor zitten met mijn kinderen. Je kunt er gezellig bij kletsen, dan blijft de tv ook

eens uit. Doperwtten doppen heeft iets magisch, alsof je cadeautjes uitpakt. En verse doperwtten zijn zo lekker zoet, mijn kinderen eten ze als snoepgoed.'

**Wat hoort er bij doperwtten?** 'Ik vind een eitje erbij altijd lekker. En brood. Doperwtten rauw geprakt op een toastje met olijfolie en zeezout, gepocheerd eitje erbij, dan word ik helemaal gelukkig. Je kunt doperwtten trouwens ook goed zelf telen.'

**Waarom zou ik mijn eigen erwten telen? Ik repareer toch ook niet zelf mijn schoenen?** 'Eten is meer dan wat je in je mond stopt, het gaat ook om wat daaraan vooraf gaat. Mensen hebben steeds minder binding met hun eten. Van hoeveel dingen weten we nog waar die vandaan komen? Wat je zelf teelt is dierbaarder dan alles wat je kunt kopen. Kaviaar kan iedereen kopen, maar de erwten die jij zelf teelt, zijn helemaal van jou. Het belang van

goede voeding ga je pas echt waarderen als je zelf groenten gaat telen.'

**Het kost wel een hoop tijd.** Dat zegt iedereen, maar dat valt best mee. Als je een uur in de week minder tv kijkt, kun je al je eigen groenten telen. En je hoeft nooit meer naar de sportschool. Ik ben 20 kilo afgevallen sinds ik mijn eigen groenten kweek.

Mac van Dinther