



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 (9) KOOLRABI UIT DE ZOUTKORST MET VLIERBLOESEM EN VENKEL

Cadeautje uithakken



Foto Rein Janssen

- 1 Doe de vlierbesbloesems een dag van te voren bij de olie. Zorg dat ze helemaal onder staan en laat een dag trekken. Doe alle ingrediënten voor de dressing behalve de vlierbesbloesemolie in een kom. Roer alles goed door elkaar. Voeg op het laatste druppelsgewijs de vlierbesbloesemolie toe en klop tot een dressing. Breng op smaak met peper en zout.
- 2 Meng zeezout, bloem, het eiwit en water tot een dikke modder. Pak de koolrabi hiermee in, zodat de knol rondom bedekt is. Verwarm de oven voor op 180 graden. Laat de ingepakte koolrabi hierin 1,5 uur bakken. Breek dan de korst open met de achterkant van een mes, haal de koolrabi eruit en schil hem. Snijd de knol in grove stukken; bedruppel die met een olijfolie en een paar druppels citroensap.
- 3 Snijd de steeltjes van de venkel (het groen kun je bewaren en als decoratie gebruiken). Snijd of schaaft de venkelknol in dunne plakken. Roer citroensap met de olijfolie en zout en peper door elkaar. Hussel de dun gesneden venkel hier doorheen en laat even intrekken in de koelkast.
- 4 Garneer de koolrabi met hazelnoten en versier het bord met viooltjes (als je die kunt vinden) of het groen van de venkel.

i Ingrediënten (voor 4 personen):

1 kilo grof zeezout
1 eetlepel bloem
1 eiwit
1 eetlepel water
1 koolrabi

2 venkelknollen
1 citroen
peper en zout
olijfolie

40 gram hazelnoten

Voor de vlierbesbloesem-dressing:

4 dl sojaolie
20 gram vlierbesbloesem

100 ml mosterd
50 ml honing
75 ml sherryazijn
halve citroen citroensap
2 eetlepels olijfolie
peper en zout

Hoi Jonathan! Over vergeten groente gesproken: koolrabi, ik zie hem vaak liggen, maar weet nooit zo goed wat ik ermee moet doen.

Er zijn nog maar weinig mensen die weten wat je ermee moet doen; het is ook geen gemakkelijke groente om mee te werken. Als je koolrabi kookt wordt het natte zoi. Je kunt hem

goed rauw eten, maar daar ga je winden van laten. Is dat erg?’

Hangt ervan af waar en met wie je bent. Maar jij doet hem dus in een zoutkorst. Dat klinkt als gedoe.

Maar dat is het helemaal niet. Het is heel gemakkelijk om te doen. Je maakt een soort dikke modder van zout. Die moet zo dik zijn dat je er een sneeuwbal van kunt maken. Daarom

heb je grof zout nodig, met fijn zout gaat dat niet. Daar pak je de koolrabi mee in. Het kan bijna niet mislukken. Je kunt koolrabi op deze manier ook nauwelijks te gaar koken.

Wordt-ie niet heel zout door die korst?

Nee, want het zout trekt er niet in. De zoutkorst sluit de koolrabi af, waardoor hij als het ware in zijn eigen vocht gaar wordt. Die korst wordt kei-

hard, die moet je echt open breken. Dat is spannend; net alsof je een cadeautje uitpakt. Garen in zoutkorst gaat trouwens ook te gek met knolselderij, wortel en biet. Je moet wel een groente nemen waar een goede schil omheen zit. Als je bloemkool in een zoutkorst verpakt, trekt het zout er wel in.

Vlierbloesem: plukken?

Vlierbloesem staat overal, je hoeft

maar op de geur af te gaan. Die kent iedereen nog wel van vroeger. Je kunt de bloesem het beste plukken als er flink veel stuifmeel uitkomt, dan is-ie perfect. Je kunt ze trouwens heel goed bewaren. Wij plukken zakken vol bloesem als ze goed zijn en doen ze in de vriezer. Als we wat nodig hebben om olie te maken, halen we ze eruit. Ook lekker om in pannenkoeken te doen.

Mac van Dinther