

WEEK 19 - DE INSPIRATIEBOX

crisp x deKrat

Beste Chef,

Waar zou je willen wonen als je mocht kiezen? Dit is een tuimelend gedachtenexperiment dat stevast langs boerderijtjes met een moestuin scheert, neigt naar industriële lofts in Athene of vervallen Italiaanse schuren. De romanticus zal verzuchten: in mijn ouderlijk huis.

Ooit lasen we over een inspirerend woon-experiment: bevriende stellen wilden vertrekken uit de hoofdstad. Er was behoefte aan een lager tempo en wat meer beekjes en eikenloof op loopafstand, maar ja, het sociale leven... De vrienden besloten hierop gezamenlijk te verhuizen. Alle problemen in een klap opgelost. Hun droombestemming: Deventer. Wij bezochten Deventer onlangs tijdens een weekendje met het voetbalteam en verdorie, wat een bruisende plek. Kronkelende middeleeuwse straatjes herbergen een vrolijk makende variatie aan antiekwinkels, elegante boetieks en delicatessen. Het heeft cafés, een bioscoop, theater en altijd het geglinster van de IJssel om de hoek. Erg lekker eten ook. Wij schoven aan bij Café-Cuisine St. Maxime en genoten van hun salade d'endives. Verrassing: het Franse endives is geen andijvie, maar lof. Zelfde familie, vandaar. Bij navraag bleek de chef niet te beroerd om zijn recept met ons te delen. Het geheim: de dressing van ingekookt sinaasappelsap. Deventer mensen. Mooi, gastvrij en gul.

Het Crisp weekboxteam

In de Inspiratiebox

| In de box | Eenheden | 2 pers | 3 pers | 4 pers |
|-----------------------------|----------|--------|--------|--------|
| Varkensbraadworst | stuks | 2 | 3 | 4 |
| Kipdij gegaard | gram | 180 | 270 | 360 |
| Houthakker maanzaad brood | stuks | klein | middel | groot |
| Brabantse Blauwschimmelkaas | gram | 100 | 150 | 200 |
| Geitenkaas oud | gram | 100 | 150 | 200 |
| Zoete aardappel paars | gram | 300 | 450 | 600 |
| Peer Conference | stuks | 2 | 3 | 4 |
| Rucola | zakje | klein | middel | groot |
| Roodlof | kropje | 2 | 3 | 4 |
| Radijs | bosje | 1 | 1 | 1 |
| Puntpaprika | stuks | 1 | 2 | 2 |
| Venkel | stuks | klein | middel | groot |
| Oesterzwammen | gram | 150 | 225 | 300 |
| Groene asperges | gram | 250 | 375 | 500 |
| Witlof | stuks | 2 | 3 | 4 |
| Aubergine | stuks | 1 | 2 | 2 |
| Wortel geel | gram | 300 | 450 | 600 |
| Peterselie, dille en dragon | zakje | 1 | 1 | 1 |
| Gele ui | stuks | klein | groot | groot |

BEWAARTIP

De zoete aardappel kun je het beste buiten de koelkast bewaren. De aubergine hoort eigenlijk buiten de koelkast bewaard te worden, maar omdat ze koud wordt vervoerd, is het slim om ze in de koelkast te bewaren. De overige groenten zijn het gelukkigst in de koelkast. Voor de rest zie THT/TGT op de verpakking. Brood moet afgebakken worden op 220 graden (ca. 10-13 minuten). Besprenkel eerst de korst met water.

Orzo met verse worst, groene asperges, aubergine en rucola

Hoofdgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

2 stuks aubergine
4 stuks varkensbraadworsten
1 stuks gele ui
400 gram groene asperges
50 gram rucola

IN HUIS

1000 ml water
2 blokjes groentebouillon (blokje voor 500 ml)
olie om te bakken
2 tl paprikapoeder
2 teentjes knoflook
400 gram orzo
2 el balsamicoazijn

*de IN DE BOX en IN HUIS lijsten zullen online iets afwijken

1. Verwarm de oven voor op 200 graden. Bereid de bouillon voor.
2. Snij de aubergine in blokjes van 1 cm. Meng met olie, paprikapoeder, peper en zout. Verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat en bak 15-20 minuten in de oven tot goudbruin en zacht.
3. Verwijder het velletje van de worsten. Snij in plakjes van ca. 1 cm. Verwarm olie in een afdekbare wok of hapjespan en bak bruin en gaar op middelhoog vuur. Schep af en toe om.
4. Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Haal de worst uit de pan en leg op een bordje. Bak de ui en knoflook in het vet van de worsten.
5. Breng alvast een brede pan water met zout aan de kook voor de asperges.
6. Schep, als de ui glazig is, de orzo erdoor en blus af met de balsamicoazijn. Laat verdampen en voeg ca. de helft van de bouillon toe (tot de orzo onder staat). Dek af en kook zachtjes tot de bouillon is opgenomen (schep af en toe om). Voeg nieuwe bouillon bij de orzo wanneer dat nodig is. De orzo heeft ongeveer 12 minuten nodig om gaar te worden (de bouillon hoeft niet op).
7. Verwijder de onderste ca. 2 cm (het houterige deel) van de asperges. Snij in stukken van 2 cm en kook in 5 à 7 minuten beetgaar. Giet af.
8. Hak de rucola grof.
9. Zorg dat de orzo nog een beetje vochtig is maar niet té. Roer de aspergesteeltjes, aubergineblokjes, worst, rucola erdoor. Check op peper en zout en serveer met de topjes van de groene asperges.

[RECEPT ONLINE](#)



Regenboogbowl met gegaarde kip van 1906 en linzen

Hoofdgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

360 gram kippdij gegaard
500 gram zoete aardappelen paars
400 gram wortel geel
2 stuks puntpaprika
1 bosje radijs
2 stronkjes roodlof
50 gram rucola

IN HUIS

200 gram linzen groen
olie om te bakken
2 teentjes knoflook
2 el wittewijnazijn
2 el mosterd (Dijon)
4 el balsamicoazijn
4 el olijfolie extra vierge

*de **IN DE BOX** en **IN HUIS** lijsten zullen online iets afwijken

1. Haal de kip vast uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 220 graden.
2. Bereid de linzen volgens de instructies op de verpakking.
3. Schil de zoete aardappelen en wortel. Snij in halve maantjes van 1 cm dik. Snij de puntpaprika's in repen. Doe in een mengkom met olie, peper en zout. Verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat. Leg de knoflook (in de schil) ertussen en bak ca. 20 minuten in de oven tot de groenten gaar zijn. Zet een wekker op 12 minuten, dan gaat de kip erbij.
4. Snij de radijs in partjes (zie tip) en laat marineren in de wittewijnazijn.
5. Verwijder uiteinde en (eventueel) het hart van de roodlof. Snij de roodlof en rucola grof.
6. Maak de vinaigrette in een serveerschaal. Meng de mosterd met de balsamicoazijn, olijfolie extra vierge, peper en zout. Druk straks de gepofte knoflook uit de schil en prak fijn met een vork. Meng door de vinaigrette.
7. Leg de kip nog ca. 8 minuten in de oven (de kip is al gaar). Snij vervolgens in dunne plakjes.
8. Giet de radijsjes af. Meng de radijsjes, linzen, groenten uit de oven, roodlof en rucola door de vinaigrette. Serveer met de plakjes kip en eventueel een lepel pesto.

Tip: Maak pesto van het loof van de radijs. Was het radijsloof en schud even uit. Doe met 6 el milde olie en een klein teentje knoflook in het bakje van de staafmixer. Maal fijn. Voeg als nodig nog een scheutje olie toe. Breng op smaak met peper, zout en een kneep citroensap. Lekker bij dit gerecht, of bewaar het voor de lunch bv. op een boterham met kaas.

[RECEPT ONLINE](#)



Salade d'endives met volkorencouscous, blauwe kaas, peer en walnoten

Hoofdgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

2 stronkjes witlof
2 stronkjes roodlof
2 stuks peer
1 stuks venkel
150 gram blauwschimmelkaas
1 bosje dille en dragon

IN HUIS

optioneel: 80 gram walnoten
4 tl sinaasappel(sap)
250 couscous volkoren
2 el (witte) balsamicoazijn
4 el (milde) olie
2 tl mosterd (Dijon)
olie om te bakken
1 pakje zwarte bonen

*de **IN DE BOX** en **IN HUIS** lijsten zullen online iets afwijken

1. Optioneel: rooster de walnoten voor meer smaak, of voeg ze straks rauw toe om tijd te besparen.
2. Rasp de sinaasappel, hou apart. Pers het sap van de (hele) sinaasappel in een klein steelpannetje en kook zachtjes tot de helft in (ca. 10 minuten). Laat het even afkoelen.
3. Bereid de couscous volgens de instructies op de verpakking.
4. Verwijder het uiteinde en hart van de wit- en roodlof. Snij in grove stukken. Snij de peer in kleine blokjes. Zet apart.
5. Doe 2 el (bij 2p) van het ingekookte sap, de azijn, (milde) olie, mosterd en sinaasappelrasp in een grote mengkom. Klopt tot een egale vinaigrette en breng op smaak met peper en zout.
6. Verwijder loof en onderkant van de venkel en snij in grove parten. Verwarm olie in een koekenpan. Bak de venkel op hoog vuur een paar minuten stevig aan. Bak vervolgens nog een paar minuten op middelhoog vuur. Breng op smaak met peper en zout.
7. Laat de zwarte bonen uitlekken en brokkel de blauwe kaas in een bakje.
8. Hak de verse kruiden fijn. Roer door de couscous, samen met een flinke scheut olijfolie extra vierge.
9. Meng alle groenten, de peer en zwarte bonen goed door de vinaigrette. Serveer met de couscous en verdeel de kaas en optioneel walnoten erover.

[RECEPT ONLINE](#)



Pasta met venkel, groene asperges en rucola-pesto

Hoofdgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

500 gram groene asperges
1 stuks venkel
1 stuks gele ui
50 gram rucola

IN HUIS

6 el olijfolie extra vierge
60 gram parmezaanse kaas
40 gram pijnboompitten
400 gram pasta

1. Verwarm de oven op 200 graden.
2. Snij de harde onderkant van de asperges en snij ze in stukken van 4 a 5 centimeter. Halveer zo nodig dikkere exemplaren in de lengte.
3. Verwijder het loof en het kontje van de venkel en snij in plakken. Halveer de ui en snij in ringen.
4. Doe de groenten in een mengkom. Voeg olijfolie, peper en zout toe en hussel goed om. Leg op een met bakpapier beklede bakplaat en rooster voor ca. 20 minuten in de oven.
5. Rasp de kaas.
6. Maak de pesto. Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan. Pureer de rucola, pijnboompitten, de helft (!) van de kaas en olijfolie extra vierge in het bakje van de staafmixer. Breng op smaak met peper.
7. Kook de pasta volgens de instructies op de verpakking.
8. Giet de pasta af en meng met wat olijfolie. Serveer met de geroosterde groente, een flinke schep rucola-pesto en wat kaas.



Broodje pulled oesterzam met ingelegde venkel

Lunchgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

300 gram oesterzwammen
1 stuks venkel
4 sneetjes houthakker maanzaad

IN HUIS

olie om te bakken
2 el sojasaus
1 el ketjap manis
chilipoeder naar smaak
1 teentje knoflook
6 el wittewijnazijn
150 ml water
2 el suiker
olijfolie extra vierge

1. Verwarm de oven voor op 200 graden.
2. Meng in een kom de olie, sojasaus en ketjap manis. Breng op smaak met chilipoeder, zout en peper. Hak de knoflook fijn en voeg toe.
3. Scheur de oesterzwammen in repen. Voeg toe aan de marinade en hussel goed. Spreid uit over een bakpapier beklede bakplaat en rooster in de oven voor 25 tot 30 minuten.
4. Maak de ingelegde venkel. Zet een steelpannetje op met de witte wijnazijn, het water en de suiker en warm zachtjes op. Verwijder intussen het loof, de onderkant en het hart van de venkel. Snij in dunne reepjes. Draai het vuur uit als de suiker is opgelost en voeg de venkel toe. Laat staan tot gebruik.
5. Besprenkel het brood met water en leg bij de oesterzwammen in de oven. Bak af in 10 tot 13 minuten.
6. Snij vier sneetjes van het brood. Besprenkel de sneetjes met wat olijfolie extra vierge en beleg met de oesterzwammen en de ingelegde venkel.



Gegrilde aubergine met geitenkaas Bijgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

2 stuks aubergine
100 gram blauwschimmelkaas
peterselie naar smaak

IN HUIS

olijfolie om in te smeren

1. Snij de aubergines in de lengte in plakken van ongeveer een halve centimeter dik.
2. Bestrijk beide kanten van de plakken met olijfolie en bestrooi met een beetje zout en peper.
3. Verhit een grillpan of een gewone koekenpan op middelhoog vuur en grill de aubergine in delen. Grill elke kant ongeveer 3-4 minuten tot de plakken mooie grillstrepen hebben en zacht zijn.
4. Leg de warme aubergineplakken op een schaal. Verkruiemel de blauwschimmelkaas erover.
5. Bestrooi eventueel met fijngehakte peterselie voor een frisse touch.



Zoete aardappel frietjes met varkensbraadworst en salade Hoofdgerecht



BENODIGDHEDEN 4 PERSONEN

IN DE BOX

600 gram zoete aardappel
300 gram wortel
4 stuks varkensbraadworst
2 stuks witlof
2 stuks roodlof
1 stuks peer

IN HUIS

olie om te bakken
1 tl paprikapoeder
1 el witte wijnazijn
1 tl mosterd (Dijon)
3 el olijfolie extra vierge

1. Verwarm de oven voor op 220 graden.
2. Schil of was de zoete aardappel en wortel en snij in frietformaat. Doe in een mengkom, voeg de olie, paprikapoeder, peper en zout toe en meng goed. Leg op een met bakpapier beklede bakplaat. Bak ca. 25 minuten in de oven. Hussel halverwege.
3. Verwarm olie in een afdekbare wok of hapjespan en bak de worsten in ca. 10 minuten gaar op middelhoog vuur. Draai af en toe om.
4. Maak de salade. Maak in een slakom een vinaigrette van de wittewijnazijn, mosterd, olijfolie, peper en zout. Snij de witlof en roodlof grof in ringen. Schil de peer en snij in stukjes. Meng witlof, roodlof en peer door de dressing.
5. Serveer de zoete aardappel friet samen met de worstjes en salade.