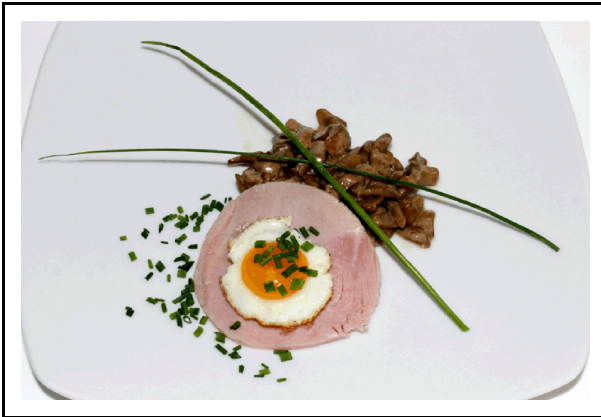




Fotoblad



Amuse: **Kwarteleitje met champignons**



Voorgerecht: **Avocado cocktail met rivierkreeftjes**



Tussengerecht: **Makreelmousse in citroensaus**



Soep: **Cantharellensoep**



Hoofdgerecht: **Gebraden hertenrug medaillon met vanille/chocoladesaus**



Nagerecht: **Citroen tiramisu**



Menu

Met dank aan de: 2^{de} vrijdagavond Brigade



Kwarteleitje met champignons



Avocado cocktail met rivierkreeftjes



Mousse van gerookte makreel in citroensaus



Cantharellensoep



Gebraden hertenrug medaillon met vanille/
chocoladesaus



Citroen tiramisu

▣ **Let op!** De receptuur is gemaakt voor **14 personen!** Bij een mindere *Brigade-sterkte* zullen hoofdingrediënten en duurdere bijproducten *aangepast* (lees: in mindering gebracht) worden bij het klaarzetten.

Sommige producten zullen er gewoon voor 14 personen liggen! Uw Chef zal u hierbij helpen.

(Berekening hoeveelheid: vloeistoffen en/of ingrediënten in de receptuur : 14. Dan x aantal Brigade personen = de te gebruiken hoeveelheid)

- ☞ ● (rode punt) Verwijst naar een bewerking of ingrediënt eerder gebruikt in de receptuur of het gerecht.
- ☞ ● (zwarte punt) Verwijst naar oven-, sous-vide en/of BBQ gebruik: dus éérs aanzetten !
- ☞ ① Verwijst naar de wetenswaardigheden in de CCN-Kook mu(s)t(s)jes . . .



Kwarteleitje met champignons

Amuse

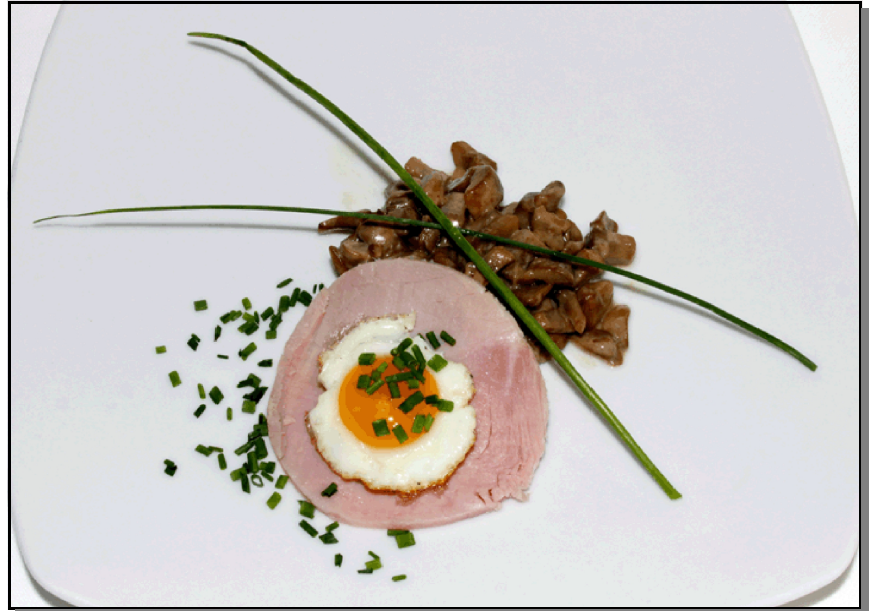
Benodigdheden



Bereidingswijze

Kleine warme bordjes gebruiken.

Zet 14 kleine bordjes in de warmkast.



Kwarteleitje met champignons

600 gr. kleine champignons
2 afgestr. eetl. bieslook
4 à 5 plakken gekookte ham, elk
2 mm. dik (afhankelijk van
de grootte van de plakken)

25 gr. boter
● champignonblokjes (zie boven)
1 dl. room
zout, peper uit de molen

14 kwarteleitjes
boter, om in te vetten

Borstel de **champignons** schoon en snijd ze in blokjes ter grootte van een doperwt. Knip de **bieslook** in 3 mm. lange stukjes. Steek met een steker van 7 cm. Ø 14 rondjes uit de **gekookte ham** plakken.

Doe de **boter** in een koekenpan en laat hierin, op een niet te hoog vuur, de **champignonblokjes** licht kleuren en hun vocht verdampen. Doe er dan de **room** bij en laat dit even indikken. **Zout** en **peper** de champignons licht.

Breek elk **kwarteleitje** voorzichtig boven een metalen of plastic maatbekertje (*dit om ze straks snel na elkaar uit te kunnen gieten*).

Beboter een poffertjespan licht. Zet deze op een half hoog vuur. Giet de kwarteleitjes nu snel, na elkaar, in de poffertjes uitsparingen, te beginnen aan de buitenkant en dan snel naar het midden toe. Bak ze enkele minuten. De *dooier* moet *zacht* blijven!

Z.O.Z.



- *champignonblokjes* (zie boven)
 - *14 ham rondjes* (zie boven)
zout, peper uit de molen
 - *14 gebakken kwarteleitjes*
(zie boven)
 - *bieslook knipsels* (zie boven)
28 bieslook sprieten
- eventueel:
1 potje zalmeitjes



Serveren

Verdeel de **champignonblokjes** over de kleine, warme bordjes. Leg daar een **ham rondje** tegen aan. Leg op elk ham rondje een gebakken **kwarteleitje**. Kruid het met **zout** en **peper** uit de molen. Strooi er (*rijkelijk*) **bieslook knipsels** over en garneer het met **2 bieslook sprieten**. Verdeel *eventueel* wat **zalmeitjes** over het randje van het ham rondje. Serveer het direct uit.



Avocado cocktail met rivierkreeftjes

Voorgerecht

Benodigdheden



Bereidingswijze

Kleine bordjes gebruiken.

Zet 14 kleine bordjes op de werkbank.



Avocado cocktail met rivierkreeftjes

- 14 tros cocktailtomaatjes
(45-55 gr. per stuk)
- 1 afgestr. theel. Maldon
(zee)zout
- 0,7 dl. sherry-azijn
- 0,4 dl. olijfolie, extra vierge
- 500 gr. gekookte, gepelde rivier-
kreeftjes

- 7 rijpe avocado's ②
- tomaat/rivierkreeftjes mengsel
(zie boven)

- 14 halve, gevulde avocado's
(zie boven)
- 2 afgestr. dessertl. verse koriander-
derblaadjes, kleingesneden



Serveren

Leg een halve, **gevulde avocado** op een klein bordje (u kunt met een scherp mes een stukje van de onderkant snijden zodat de halve avocado beter blijft staan). Strooi er wat vers gesneden **koriander** over. Serveer de avocado's direct uit.

Makreelmousse in citroensaus

Tussengerecht

Benodigdheden



Bereidingswijze

Koude borden gebruiken.

Zet 14 borden naast de uitgifte balie.



Makreelmousse in citroensaus

- 3 grote blaadjes gelatine (21 gr.)
- 2 gerookte makrelen
- 1 ½ dl. visfond (uit een pot)
- 2 eiwitten, stijfgeslagen
- 0,7 dl. room
- 3 dl. room
- zout, peper uit de molen
- iets cayennepeper (voorzichtig)

Week voor de *makreelmousse* de **gelatineblaadjes** in ruim koud water. Maak de **gerookte makrelen** schoon, kijk de filets na op ongerechtigheden en haal het bruine vet weg. Pureer de filets mét de **visfond** in een cutter tot een gladde mousse. Zet er de stijfgeslagen **eiwitten** door. Wrijf deze mousse dan door een fijne zeef en vang het in een rvs-kom op.

Verwarm de **0,7 dl. room** en los daar de goed uitgeknepen gelatine in op. Roer dit door de makreelmousse. Klop de **3 dl. room** stijf en spatel die er dan doorheen. Breng het geheel op smaak met **zout, peper** uit de molen en iets **cayennepeper** (*voorzichtig*). Meng het door de makreelmousse. Zet de mousse nu ca. 2 uur in de grote koeling.

- 750 gr. crème fraîche
- 1 ½ dl. Aalborg Taffel Aquavit ①
- 2 citroenen, het sap ervan
- 1 koffiel. suiker
- 1 ½ dl. goede, witte wijn
- zout, witte peper uit de molen
- 3 pruimtomen
(70-100 gr. per stuk)
- ½ bosje peterselie

Roer voor de *citroensaus* de **crème fraîche** met de **Aquavit, citroensap, suiker** en de **witte wijn** tot een mooie, gladde saus. Breng ze op smaak met wat **zout** en **witte peper** uit de molen. Snijd de **pruimtomen** in de lengte doormidden en verwijder de pitjes en witte tussenschotjes. Snijd uit het vruchtvlees 42 dunne reepjes en zet die apart. Knip, tegen het uitserveren, 56 topjes uit het ½ bosje **peterselie**.

Z.O.Z.



- *citroensaus* (zie boven)
- *makreelmousse* (zie boven)
- *42 dunne reepjes pruimtomaat* (zie boven)
- *56 peterselie topjes* (zie boven)



Quenelle maken



Serveren

Schep wat **citroensaus** op een koud bordje en verdeel dit, als een grote komma, mooi over de bordspiegel. Maak met 2 dessertlepels telkens 2 quenelles van de **makreelmousse** en leg die in de saus.

(Quenelles maken: Zet een schaalje met lauwwater klaar. Dompel even 2 dessertlepels in het lauwe water. Schep met 1 dessertlepel mousse uit de schaal. Zet de 2^{de} dessertlepel er tegen aan. Schep de mousse, om en om, in de lepels tot de gewenste vorm. Zie foto).

Garneer het met **3 reepjes pruimtomaat** en **4 peterselie topjes**. Serveer het direct uit.

Cantharellensoep

Soepen

Benodigdheden

30 gr. gedroogde cantharellen
2 ½ dl. lauw water

Warme soepborden gebruiken.



Bereidingswijze

Knip de **gedroogde cantharellen** klein.
Laat ze in het **lauwe water** tot gebruik weken.

Zet 14 soepborden in de warmkast.



Romige cantharellensoep

1 soepkip
1 winterwortel, zonder kern
1 flinke prei, het wit ervan
2 stelen bleekselderij
2 flinke uien
wat boter en olijfolie
3 dl. droge, witte wijn
2 liter koud water
100 gr. champignons
2 kruidnagels
3 teentjes knoflook
1 stukje foelie
3 peterselietakjes
2 laurierblaadjes
1 takje tijm
6 gr. peperkorrels, gekneusd

500 gr. mooie, verse cantharellen
3 sjalotjes, fijngesneden
6 lente-uitjes, in ringetjes
100 gr. boter

Was de **soepkip** en hak die klein. Snijd de **winterwortel**, **prei**, **bleekselderij** en de **uien** zeer klein. Bak de stukken kip in een snelkookpan met de **boter** en de **olijfolie** aan. Verwijder het vet. Voeg de kleingesneden groenten toe en fruit alles goed aan zonder het te laten kleuren. Giet er de **witte wijn** bij en laat die tot de helft inkoken. Voeg het **koude water** toe en breng het geheel tegen de kook. Schuim het goed af.

Voeg dan **champignons**, **kruidnagel**, **knoflook**, **foelie**, **peterselietakjes**, **laurier**, **tijm** en **peperkorrels** toe. Sluit de pan en laat het geheel 60 minuten gaan. Neem de pan van het vuur, spoel ze koud en open het deksel. Zeef de bouillon door een neteldoekse lap. Laat deze bouillon nu tot 2 liter fond inkoken. Zet ze apart.

Maak de verse **cantharellen** schoon, maar was ze NIET (*smaak verlies*). Houd 14 hoedjes apart voor de garnering. Hak de rest in kleine stukjes. Snijd de **sjalotjes** heel klein en snijd de **lente-uitjes** in dunne ringetjes. Smelt de **boter** in een soeppan.

Z.O.Z.



- 2 teentjes knoflook
- 3 dl. Madeira wijn
- 2 liter kippenfond (zie boven)
- 14 cantharellenhoedjes
(zie boven)
- geweekte cantharellen (zie boven)
- 2 ½ dl. weekvocht (zie boven)
zout, peper uit de molen
- 3 eierdooiers
- 1 dl. room

Krijp de **knoflook** boven de soeppan uit en fruit dit, samen met de sjalot en de lente-uitjes, tot het goudgeel is. Voeg dan de kleingesneden, verse cantharellen toe en laat het geheel ca. 7 minuten, zonder kleuren, smoren. Voeg, als het vrijgekomen vocht is verdampt, de **Madeira wijn**, de **kippenfond** en de **cantharellenhoedjes** toe. Voeg nu ook de **geweekte cantharellen** en het door een koffiefilter gezeefde **weekvocht** toe. Breng het aan de kook en laat het zachtjes pruttelen tot de cantharellenhoedjes gaar zijn (*ca. 5 minuten*). Haal de 14 cantharellen hoedjes uit de soep en zet die apart. Breng, nét voor het uitserveren, de hete soep op smaak met **zout** en **peper** uit de molen. Maak een liaison van de **eierdooiers** en de **room**. Roer, al kloppend met een garde, scheutje voor scheutje, 2½ dl. van de hete soep bij de liaison. Roer dan deze liaison door de hete soep (*niet warmer dan 80° C. en steeds omkloppend !*). Klop, met korte tussenpozen, de soep ca. 10 minuten lang tot deze gaat binden.

- cantharellensoep
(zie boven)
- 14 cantharellenhoedjes
(zie boven)
- 4 takjes tijm, de blaadjes



Serveren

Giet de warme **cantharellensoep** met een maatbeker in de warme borden uit.

(Let op: *er zullen cantharellen-stukjes onderin blijven zitten; verdeel die alsnog over de borden*)

Garneer elk bord met één **cantharellenhoedje** en bestrooi de soep met wat **tijmblaadjes**.

Serveer het direct uit.



Gebraden hertenrug medaillon met vanille/ chocoladesaus

Hoofdgerecht

Benodigdheden



Bereidingswijze

Groot of ovaal bord gebruiken.

Zet 14 grote of ovale borden in de warmkast.



Gebraden hertenrug medaillon men vanille/chocoladesaus

- 1 dl. olijfolie
- 1 runderschenkel
- 2 kg. wildbotten en -afsnijdsels
- 2 dl. Madeira wijn
- 5 dl. rode wijn

- 50 gr. vers, vet spek in blokjes
- 1 winterwortel, zonder kern
- 1 ui
- 1 steel bleekselderij
- 1 blikje tomatenpuree
- 2 teentjes knoflook
- 1 ½ liter koud water
- 2 jeneverbessen
- 1 afgestr. dessertl. gedroogde salie
- 2 takjes tijm + 2 blaadjes laurier
- ½ theel. zwarte peperbolletjes, geplet
- 2 vleestomaten, zonder pitjes

Doe de **olijfolie** in een snelkookpan. Zet die op het vuur. Voeg de **runderschenkel** en de **wildbotten** toe. Zet alles aan door het regelmatig te keren. Voeg dan de **wildafsnijdsels** toe en laat alles mooi bruin kleuren. Giet het vet af. Deglaceer het met de **Madeira wijn** en voeg de **rode wijn** toe. Kook het geheel even goed op.

Smelt intussen het **vet spek** in een pan op een zacht vuur uit. Snijd de **winterwortel**, **uien** en **bleekselderij** klein. Doe dit in de pan bij het spek en zet het goed om. Voeg dan de **tomatenpuree** en de **knoflook** aan het uitgebakken spek toe en laat het, onder goed omzetten, ontzuren. Doe alles over in de snelkookpan, voeg het **koude water** toe. Breng het langzaam aan de kook. Schuim het regelmatig af. Voeg dan de **jeneverbessen**, **salie**, **tijm**, **laurierblad**, **peperbolletjes** en de **vleestomaten** toe. Sluit de pan en laat het 90 minuten gaan. Spoel de pan koud, open het deksel en zeef de wildbouillon. Kook het tot 4 dl. wildglace (= *ingekookte fond*) in.

Z.O.Z.



1 flinke sjalot
1 dessertl. olijfolie
1 ½ dl. goede rode wijn
● 4 dl. wildglace (zie boven)
1/4 vanillepeul, opengesneden
60 gr. pure chocolade, 72%
60 gr. koude boter (in klontjes)

60 gr. panko
1 dessertl. gemengde specerijen:
jeneverbes, steranijs en
kruidnagel (in gelijke delen
malen in een koffiemolen en
zeven)
20 gr. popcorn, licht gezouten

1,3 kg. hertenrug filets (14x 90 gr.)
zout, peper uit de molen
wat boter + olijfolie

500 gr. krielaardappeltjes,
geschild
100 gr. gerookt spek, in plakjes

7 stronkjes mini witlof
(= chiconette)
wat boter
3 eetl. honing
1 romanesco kool

- hertenrug filets (zie boven)
wat olijfolie
- panko/popcorn mengsel
(zie boven)
- spek/krielaardappeltjes
(zie boven)
- romanesco kroontjes (zie boven)
- vanille/chocoladesaus (zie boven)
Tahoon Cress

Zweet, voor de *vanille/chocoladesaus*, de fijn gesnipperde **sjalot** in de **olijfolie** aan en blus het met de **rode wijn** af. Kook het in en voeg de **wildglace** en de opengesneden **1/4 vanillepeul** toe. Kook het tot sausdikte in en voeg dan de (*fijngehakte*) **pure chocolade** toe. Roer het goed door tot de chocolade opgelost is. Monteer de warme saus, tegen het uitserveren, met de koude **boterklontjes**. Houd de saus warm.

● Verwarm een oven voor tot 180° C.
Rooster de **panko** even in de voorverwarmde oven. Vermeng het met de **gemengde specerijen**. Voeg de **popcorn** (*eventueel zelf poffen*) toe en maal het geheel nog even tot grove kruimels.

● Verwarm een oven voor tot 180° C.
Kruid de **hertenrug filets** met **zout** en **peper** uit de molen. Doe wat **boter** en **olijfolie** in een koekenpan en maak het goed warm. Schroei de hertenrug filets rondom dicht in het boter/olijfolie mengsel. Haal de hertenrug filets uit de koekenpan en verpak het vlees in aluminiumfolie. Laat het vlees 15 minuten in de folie rusten. Warm het voor het uitserveren in de voorverwarmde oven op.

Kook de **krielaardappeltjes** beetgaar. Halveer ze. Bak de plakjes **gerookt spek** krokant. Laat ze afkoelen en breek ze in kleine stukjes. Schep die voorzichtig door de krielaardappeltjes.

Snijd de stronkjes **mini witlof** in de lengte in tweeën. Stooft ze in een koekenpan met wat **boter** langzaam op de *bolle kant*. Doe er, tegen het einde van de stooftijd (*naar eigen idee*), de **honing** bij. Keer ze nu een paar keer en laat de halve stronkjes licht karameliseren. Kook de kroontjes van de **romanesco kool** beetgaar. Houd alles warm.



Serveren

Haal de **hertenrug filets** uit de oven en snijd er dwars 2 kerven in. Strooi in elke inkerving wat van het **panko/ popcorn mengsel**. Leg op elk warm bord een hertenrug filet, een torentje (*met een ring op het bord gemaakt*) **spek/krielaardappeltjes**, **2 romanesco kroontjes** en 2 halve, gekarameliseerde **witlof stronkjes**. Nappeer er wat **vanille/chocoladesaus** bij. Garneer het met enkele blaadjes **Tahoon Cress**. Serveer het direct uit.



Citroen tiramisu

Nagerecht

Benodigheden



Bereidingswijze

koude dessertbordjes gebruiken.

Zet 14 dessertbordjes in de koeling.

28 gr. witte gelatine (= 4 blaadjes)
700 gr. bitterkoekjes
4 eetl. citroensap
1 dl. "Di Fiorito" Limoncello
wat water + suiker
2 citroenen, de zeste (1) ervan
2 citroenen, de schil (2) ervan
castor suiker + water

2 citroenen, de rasp (3) ervan
+ het sap van de 6 citroenen
250 gr. poedersuiker
500 gr. mascarpone
4 dl. room

1 = zeste/dunne reepjes zónder het wit
2 = schil/brede repen zónder het wit
3 = rasp



Citroen tiramisu



Week de **gelatine** in ruim koud water.

Leg de **bitterkoekjes** naast elkaar in een r.v.s. dekschaal met een opstaande rand van ca. 6 cm. Mix de 4 eetlepels **citroensap** met de "Di Fiorito" **Limoncello**.

Besprenkel de bitterkoekjes hiermee.

Breng wat **water** met wat **suiker** aan de kook.

Haal met een zesteur **zeste** (zie op foto: 1) van **2 citroenen**.

Haal met een dunschiller brede repen van de **schil** (zonder het wit) van **2 citroenen** (zie op foto: 2) en snijd die in stukjes.

Haal **rasp** van **2 citroenen** (zie op foto: 3).

Laat de citroen-zeste en de citroenstukjes in het suikerwater konfijten. Zet dan alles apart.

Pers het **sap** uit de **6 citroenen**.

Roer de **poedersuiker** door het **citroensap** (van de 6 citroenen) en verwarm het tot de poedersuiker opgelost is. Knijp de gelatine goed uit en laat het in het warme citroen/poedersuiker mengsel oplossen. Laat het dan wat afkoelen. Roer het citroensap door de **mascarpone**.

Spatel er nu de stijfgeslagen **room** en de **citroenstukjes** (zie hierboven 3) door. Schep dit mengsel over de bitterkoekjes. Strijk de bovenkant glad en zet de citroen tiramisu **ca. 2 à 3 uur (!)** in de (grote) koeling.

Z.O.Z.



- *citroen tiramisu* (zie boven)
poedersuiker
- *gekonfijte citroen-zeste*
(zie boven)



Serveren

Snijd de rand van de **citroen tiramisu** met een mesje los. Leg een plateau op de dekschaal en keer het geheel *in één keer* om. Verwijder de dekschaal voorzichtig. Snijd de tiramisu in 14 stukken.

Leg op elk koud bordje een stukje citroen tiramisu.

Bestrooi de citroen tiramisu én het bord ruim met **poedersuiker**. Garneer het met wat gekonfijte **citroen-zeste**.



CCN - KOOK MU(s)T(s)JES . . . November



Deense
aquavit

pag. 4 ① **Aquavit:** (ook *Akvavit* of *akevitt* in het Noors) is een gearomatiseerde 'geest'. (Geest (Latijn: *spiritus*) is een begrip uit de alchemie waarvan de betekenis soms onhelder is. In het algemeen duiden alchemisten er dampen en gassen mee aan, waarmee het tegenover *lichaam* staat, dat zwaardere substanties aanduidt. Een term die hierbij aansluit is *ziel*, de meest abstracte van de drie. Mogelijk duidt het op een (re)vitaliserend principe van materie. Concrete specificaties ontbreken bij dergelijke termen in alchemistische teksten). Aquavit is een drank die hoofdzakelijk wordt geproduceerd in Scandinavië, waar het sinds 15^{de} eeuw wordt gedistilleerd. Aquavit krijgt zijn kenmerkende smaak door kruiden en specerijen. Het hoofdkruid behoort (volgens de Europese Unie) karwij of dille te zijn. Aquavit bevat 40% alcohol per volume. De EU heeft minimaal 37,5% alcohol vastgesteld voor aquavit, als zodanig genoemd.

Etymologie: Het woord *aquavit* is afgeleid van Latijnse woord *aqua vitae*, hetgeen 'water van het leven' betekent. In een niet authentiek verhaal wordt ons voorgehouden dat *aquavit* eigenlijk betekent "water uit de wijnstok", een leuke volksmythologie, afgeleid door de samenvoeging van Latijnse woord: *vitae* (van *vita* = water) met de Italiaanse woord: *vite* (wijn druiven - gebruikt als poëtisch synoniem van "wijn").

Drinkcultuur: • Aquavit is een belangrijk onderdeel van de Scandinavische drinkcultuur, waar het dikwijls gedronken wordt tijdens feestelijke bijeenkomsten, zoals kerstdiner en bruiloften en als aperitief. • In Zweden, Denemarken en Duitsland wordt aquavit afgekoeld en wordt ze langzaam uit een klein shotglas gedronken. Dit wordt gewoonlijk toegeschreven aan de traditie. • De aquavit wordt meestal direct na een liedje genoten, genaamd een 'snapsvisa'. Het meest bekende nummer is "Helan Går". • In Finland en Zweden wordt aquavit, ook met een shotglas genuttigd, vaak geassocieerd met crayfishpartijen, die traditioneel in eind augustus gehouden worden. • In Noorwegen, waar de meeste aquavit in eikenvaten verouderd wordt, wordt de drank bij kamertemperatuur in tulpvormige glazen of een shotglas geserveerd. Aquavit wordt vaak voorafgegaan door of samen gedronken met een biertje.



Shotglas

Productie: Aquavit, net zoals vodka, wordt gedistilleerd uit graan of aardappelen. Na distillatie wordt het gearomatiseerd met kruiden, specerijen of fruitolie. Veel voorkomende smaken zijn karwij, kardemom, komijn, anijs, venkel, citroen- en/of sinaasappelschil. Dille en paradijskorrels worden ook gebruikt. De Deense distilleerderij Aalborg maakt een akvavit met ambergris (= versteende geurstof uit potvissen) gedistilleerd. Er zijn smaakverschillen tussen de 'landen', maar karwij is meestal de dominante smaak. Aquavit heeft meestal een geelachtige tint, maar dit kan variëren van helder tot lichtbruin, afhankelijk van hoe lang het is gelagerd in (eiken) vaten (Noorwegen) of de hoeveelheid kleurstof die gebruikt wordt. Normaal gesproken duidt een donkerdere kleur op een hogere leeftijd of het gebruik van jonge vaten, alhoewel kunstmatige karamelkleuring toegestaan (?) is.

Dergelijke aquavit heet *taffel*. Het is meestal in oude vaten die de 'afgewerkte geest' niet kleuren of ouder maken.

Oorsprong en traditionele varianten: De vroegste bekende verwijzing naar "aquavit" is te vinden in een brief van 1531 van het Deense Lord of Bergenshus castle, Eske Bille naar Olav Engelbrektsson, de laatste Rooms Katholieke aartsbisschop van Noorwegen. In de brief, gedateerd 13 april, vergezeld van een pakket, biedt de aartsbisschop "wat water aan dat 'Aqua Vite' heet en een hulpmiddel is voor allerlei ziekte die een mens zowel intern als extern kan hebben". Hoewel deze aanspraak op de medicinale eigenschappen van het drankje nogal ongeblazen kan zijn, wordt aquavit populair geacht de vertering van rijk (= vet) voedsel te vergemakkelijken. In Denemarken is het traditioneel geassocieerd met kerst- en paaslunches. In Noorwegen wordt het bij feesten gedronken, met name Kerstmis, Pasen of 17 mei (Noorse Grondwet dag). In Zweden is het een stapelvoedsel van het traditionele midsummer-feestdiner, meestal gedronken tijdens het zingen van een van de vele drinkliedjes. Het wordt meestal gedronken als snaps tijdens de maaltijden, vooral tijdens het voorgerecht, samen met gepekeld haring, kreeft, lutefisk (= lucht-gedroogde kabeljauw) of gerookte vis. In dit opzicht wordt er bij aquavit populair gezegd: '*Laat de vis in de buik zwemmen*'. Het wordt ook regelmatig gedronken op de traditionele Noorse kerstmaaltijden, waarbij geroosterde rib van varkensvlees en pinnekjøtt (= schapenracks).

De kruiden en de alcohol zijn bedoeld om de maaltijd te verteren, die zeer vetrijk is.

Merken: De belangrijkste merken zijn Løiten, Lysholm en Gilde uit Noorwegen, Aalborg uit Denemarken en OP Anderson uit Zweden. Terwijl de Deense en Zweedse varianten normaal gesproken licht van kleur zijn, worden de meeste Noorse merken gedurende ten minste een jaar verouderd en voor sommige merken zelfs 12 jaar lang, waardoor ze in het algemeen donkerder van kleur zijn. Terwijl leden van alle drie de naties kunnen aantonen dat hun "stijl van aquavit" het beste is, hebben de Noren, als een kwestie van nationale trots, de Noorse *aquavit* onderscheidend met de meest overweldigende smaak en diepste kleur door hun verouderingsproces.

Løiten Linie Aquavit: Eigenaardig aan de Noorse traditie zijn *Linie Aquavits* (zoals "Løiten Linie" en "Lysholm Linie"). Linie Aquavit is vernoemd naar de traditie om eiken vaten aquavit te verzenden met schepen van Noorwegen naar Australië en weer terug, waardoor de equator twee keer over de fles wordt 'gelopen'. De constante beweging, hoge luchtvochtigheid en fluctuerende temperatuur zorgen ervoor dat de 'geest' meer smaak opneemt en bijdraagt tot versnelde rijping (??). Noorse aquavit-distilleerders Arcus hebben een test uitgevoerd waar ze de schommeling van de vaten aan boord van de "Linie"-schepen uit probeerden, terwijl de eikenvaten aan de weersomstandigheden werden onderworpen, zoals ze aan boord zouden hebben van een schip.



Z.O.Z.

Noorse Linie aquavit



Het eindproduct was volgens Arcus verre van de smaak die een goede 'lijn aquavit' zou moeten hebben. Daarom worden boten geladen met "Linie Aquavit" om van Noorwegen naar Australië en weer terug te varen voordat ze op de fles werden en worden gebotteld en verkocht als onderdeel van de Noorse Kerstradities. Een traditie die Engelse wijnkooplieden vroeger ook hanteerden met hun Madeira-wijnschepen. De Engelsen begonnen hiermee vanaf 1750. Niet bekend is wie er als eerste deze overtochten maakten, maar vermoedelijk hebben de Noren dit van de Engelsen afgekeken.

Pag. 7 ② Avocado: De avocado (*Persea americana*) is een boom uit Centraal-Amerika. Hij is bekend om zijn gelijknamige, voor consumptie geschikte, vrucht die ook wel *advocaatpeer* of (als hij eet-rijp is) "Solange" genoemd wordt. De naam avocado komt van het Nahuati-woord (Mexicanen/Azteken) *ahuacatl*, dat overigens ook 'teelbal' betekent. Mexico is een belangrijke exporteur van avocado's. Talrijke boomgaarden worden aangetroffen in de streek rond de stad Uruapan

Botanische beschrijving: De avocado, groeit alleen in Centraal-Amerika, is een tot 20 meter hoge, koude-gevoelige boom. Het is een groenblijvende plant, hoewel sommige planten hun bladeren verliezen vlak voor of tijdens de bloei. De boom draagt spiraalsgewijs ingeplante bladeren, van sterk variabele, ovale en langwerpige vorm. De bladeren staan op korte steeltjes. De avocado is eenhuizig, de bloemen zijn vrij klein (tot 1,3 cm. Ø) maar komen in groten getale voor. De boom wortelt zeer oppervlakkig. Typisch is ook dat de wortels zeer weinig wortelhaartjes hebben. De avocadoboom is bijgevolg slecht in staat om water op te nemen en heeft een grote behoefte aan een reguliere watertoevoer. Stilstaand water rond de wortel werkt wortelrot in de hand, de plant gedijt dus het best op een goed doorlatende bodem. De avocado (normaliter bestoven door insecten) beschikt over een bijzonder mechanisme om inteelt te beperken. De avocado heeft twee soorten bloemen: type A en type B. Individuele planten hebben ofwel A-bloemen ofwel B-bloemen. De stempels van A-bloemen kunnen enkel op één specifieke ochtend stuifmeel ontvangen. De meeldraden van dit type bloemen zijn pas rond de middag van diezelfde dag in staat om hun stuifmeel te verspreiden. Bij B-bloemen is het zo dat de stempels op juist één namiddag in staat zijn om stuifmeel te ontvangen. Hun meeldraden kunnen het stuifmeel pas tijdens de morgen van de volgende dag verspreiden.

Op deze manier kunnen A-bloemen enkel bestoven worden door B-bloemen, zelfbestuiving wordt zo bemoeilijkt.

De vrucht: De vrucht van de avocado is peervormig tot rond, 7 tot soms 20 cm. lang en kan tot 2,3 kg. wegen.

De kleur varieert van groen tot donkerbruin en paarsachtig. De schil van de vrucht is min of meer oneffen of bobbelig. Het zachte, romige, vruchtvlees is groen of geel van kleur en smaakt nootachtig; rijp is het vruchtvlees vrijwel zo zacht als boter. De avocadovrucht is bijzonder voedzaam. In tegenstelling tot de meeste vruchten bevat de avocado zeer veel olie (5 tot 23 gr. per 100 gr. vruchtvlees). De olie in de vrucht bestaat voornamelijk uit onverzadigde vetten en heeft dus een gunstige invloed op het cholesterolgehalte. De avocado bevat ook veel mineralen zoals ijzer en kalium en is tevens rijk aan proteïne. Midden in de vrucht bevindt zich een grote houtige pit, die voor consumptie verwijderd wordt. Bij rijpe vruchten ligt de pit los en kan men, bij het schudden van de vrucht, de pit horen rollen.

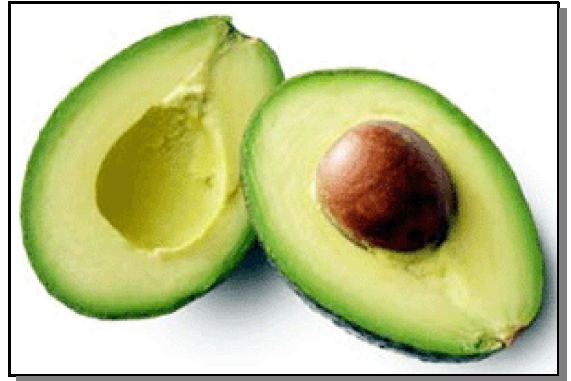
Avocado's worden ook veel gebruikt in schoonheidsmaskers, omdat ze goed voor de huid zijn. **Rassen:** Er worden drie ecologische rassen van de avocadoboom onderscheiden:

1/ Het Mexicaanse ras: dit ras is het meest koudebestendig (tot -8°C) en heeft de grootste overeenkomst met de wilde voorouder. Het wordt aangetroffen op tropische hoogvlakten in Mexico. **2/ Het Guatamalteekse ras:** dit ras is minder bestand tegen koude (tot -4°C). **3/ Het West-Indische ras:** een ras met een grotere behoefte aan warmte dan de andere en ook minder bestand tegen koude (tot 0°C). Verder verschillen de rassen onder andere ook in bloeiseizoen, grootte en groeiperiode van de vrucht. Alle rassen kruisen vlot met elkaar; de meest geteelde vormen zijn namelijk hybriden tussen de verschillende rassen. Zo is bijvoorbeeld de 'Fuerte' een kruising tussen het Mexicaanse en het Guatamalteekse ras. Dit is tevens het meest verbouwde ras. Van de wilde vorm wordt in de teelt nog slechts de onderstam gebruikt om de veredelde rassen op te enten. Hoewel er circa 400 geteelde vormen bestaan, zijn er in Nederland en Vlaanderen over het algemeen vier verkrijgbaar. **'Fuerte':** een peervormig ras met een gladde, heldergroene schil. **'Ettinger':** met een dikke hals en een gladde, heldergroene schil. **'Hass':** een klein peervormig ras met een ruwe, bobbelige schil, die tijdens het ripen van groen naar bijna zwartbruin verkleurt. **'Nabal':** een dik bijna rond ras met een donkergroene/bruine schil.

Consumptie: Avocadovruchten worden voornamelijk rauw gegeten. Net als bij appels kleurt na het schillen het vruchtvlees snel bruin door blootstelling aan de lucht (enzymatische bruinkleuring). Dit kan worden tegengegaan door het toevoegen van citroensap. De avocadovrucht speelt een belangrijke rol in bepaalde Centraal-Amerikaanse keukens: In Mexico wordt de vrucht bijvoorbeeld gebruikt als basis voor guacamole, door het vruchtvlees fijn te maken. Deze avocadomoes werd op de Antillen gemengd met alcohol tot een geel drankje. Door zeevaarders werd dit meegebracht naar Nederland, maar door gebrek aan avocado's ging men het drankje hier maken met eieren omdat die dezelfde kleur hadden.

Zo is in Nederland de likeur met de naam 'advocaat' ontstaan.

Avocado en gezondheid: De avocado heeft relatief gezien een hoog gehalte aan goede voedingsstoffen en kan daardoor ook, met mate, als gezond bestempeld worden. Zo bevat de avocado een goede dosis kalium, vitamine B en foliumzuur. Tevens dragen ze bij via de goede omega-3-vetten. De avocado bevat veel vezels (4,3 gr. per 100 gr.), die een gunstige werking hebben op het spijsverteringsstelsel.



Opengesneden avocado vrucht



Avocado vruchten