

BIJ BIJDENDIJK THUIS

*Voor Samuel en Jasha,  
dat jullie hier nog maar  
een mooie reeks recepten  
aan kunnen toevoegen*

BIJ BIJ

JORIS BIJENDIJK

DEN

DIJK

---

DAGELIJKE KOST  
VOOR IEDEREEN

---

MET BIJDRAGEN VAN  
JOËL BROEKAERT

---

THUIS



## 1 VOOR DE LUNCH 10

Koffie	12
Boter – door Joël	16
Boters met een smaakje	18
Broodjes	24
tartines met vis	26
nog meer tartines en sandwiches	34
onmisbare smeersels	40
tosti's	44
pie, pastei en quiche	48
ordinair wit	62
Zuur – door Joël	74
Vinaigrettes en salades	78
Soepen	102
Umami – door Joël	104
Kaasfondue	128



## 3 VOOR HET ONTBIJT EN ZOET 306

Zondagochtend	310
ei – door Joël	314
alles over ei	316
pannenkoeken en crêpes	321
hazelnootpasta	322
sapjes	328
jam maken	333
Brood bakken	338
bloem, meel en volkorenmeel	339
5 polishbroden	346
krentenbrood	350
Pâte feuilletée	355
bladerdeeg	358
croissant en pain au chocolat	362
brioche	366
Taarten en cake	368
Alles over suiker	369
suiker – door Joël	370
alles over deeg	398
Toetjes	404



## 2 VOOR HET DINER 130

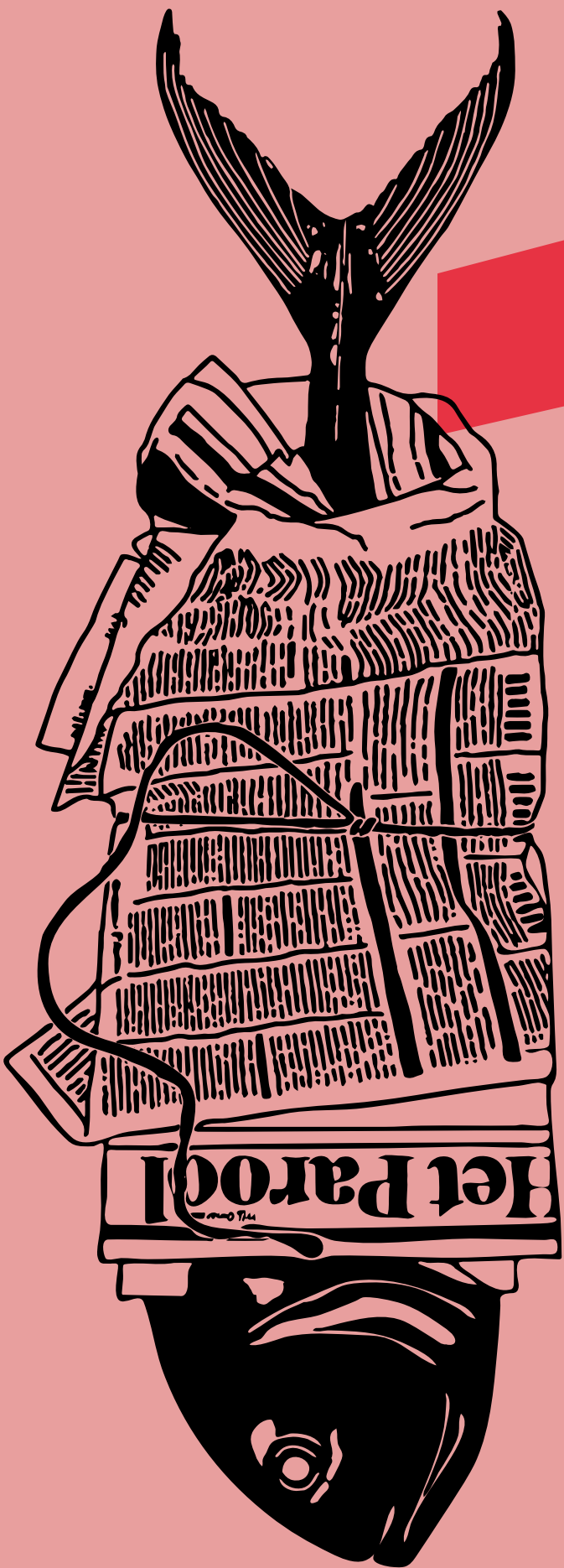
Apéro	138
Groentebereidingen	156
wokken, stoven, oven	157
carpaccio's van groenten	194
vuurbereidingen	202
Vuur – door Joël	200
Dagelijks avondmaal	229
aardappelgerechten	230
rijstgerechten	253
pastagerechten	272
Kokkels – door Joël	276
Weekend met vrienden	284
couscous en smen	285
Heri Heri	296
Indonesische tafel	301



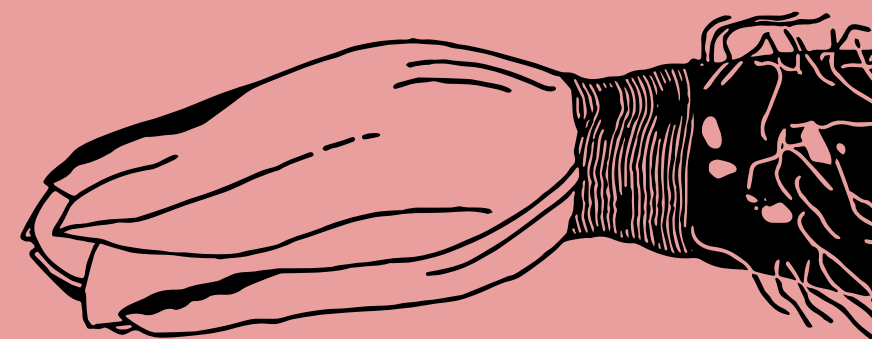
## INTERVIEWS

Semora: broodje pom	66
Ivan en Yascha: RIJKS	146
Olobunmi: jollofrijst	268
Nadia: couscous	286
Ira: Heri Heri	294
Boudewijn en Marianne: tikkeltje tikkeltje	300
Elsa: appeltaart	383
Noah: spacecake	391

Habanos	412
Dank	419
Register	420
Geraadpleegde literatuur	431



# VOOR DE LUNCH



HOOFDSTUK 1 – VOOR DE LUNCH	
Koffie	12
Boter – door Joël	16
Boters met een smaakje	18
Broodjes	24
tartines met vis	26
nog meer tartines en sandwiches	34
onmisbare smeersels	40
tosti's	44
pie, pastei en quiche	48
ordinair wit	62
Zuur – door Joël	74
Vinaigrettes en salades	78
Soepen	102
Umami – door Joël	104
Kaasfondue	128

#### HANDIG OM TE WETEN

1 eetl. = 15 gram/ml

1 theel. = 5 gram/ml

1 bosje kruiden = 80 gram

Maandagochtend. De week begint, het is druk, rennen, vliegen, springen om de kinderen op tijd op school te krijgen. Ze ontbijten simpel, een kom met melk en granen, maar voor hun lunch sta ik in principe elke ochtend warm te koken. Daar staat mijn vrouw Elsa op, dat moet *the French way*.

Zelf heb ik hooguit tijd voor een kop filterkoffie en met geluk hark ik wat ontbijtgranen naar binnen. Eetplezier komt op andere momenten in de week. Mijn eerste maaltijd van een doordeweekse dag is meestal de lunch, daar heb ik met mijn werkritme vaak meer tijd voor. Een lekker broodje, pastei, quiche, een goede salade of bijvoorbeeld soep. Het hoeft niet ingewikkeld te zijn, als je maar de juiste spullen in huis haalt en een aantal technieken kent, zoals lekkere boter, smeersels en brood maken, de juiste vinaigrette bij de juiste sla kiezen of een goede bouillon trekken – de oerkracht van goede soep. Maar de lunch kent ook snellere varianten, je vindt het allemaal in dit hoofdstuk.

Een uitgebreid ontbijthoofdstuk volgt achter in dit boek, maar voor we aan de lunch beginnen, deel ik wel graag alvast hoe je een goede kop filterkoffie zet. Met dank aan Jeroen Veldkamp.

#### voor 2 koppen

30 gram (medium geroosterde) koffiebonen  
500 gram water (ca. 500 ml)

**ook nodig**  
goede (Chemex-)kan met filterhouder  
koffiefilter  
koffiemaler



## Koffie

's Ochtends drinken wij thuis altijd filterkoffie. Bij restaurants RIJKS en Wils krijg ik namelijk al voldoende coffies gezet met een espressomachine, die zijn mij te geconcentreerd. Bovendien heb je voor filterkoffie niet veel nodig en kun je met een paar handige tools tot in de precisie jouw favoriete kop koffie zetten. Ik gebruik een Chemex-kan, een mooi ontwerp met slanke taille, net een zandloper.

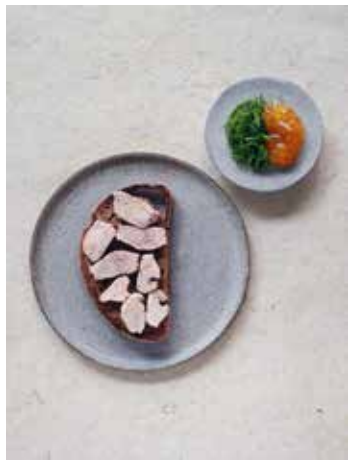
Het schijnt vooral in Amerika populair te zijn, de kan heeft zelfs een plekje in the MoMA te New York. Iconisch ding dus. Het voordeel van filterkoffie is dat hij zacht is, maar vol van smaak. En de papieren filters zijn zo fijngeweven dat al het maaisel daarin blijft hangen en je dus niet dat bittere gruis in je kopje hebt zitten.

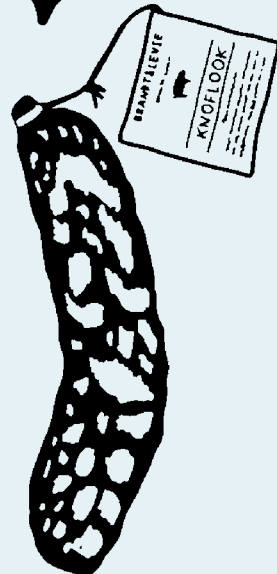
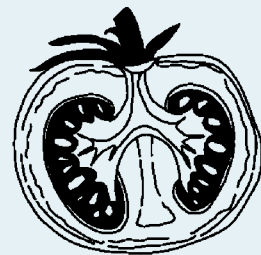
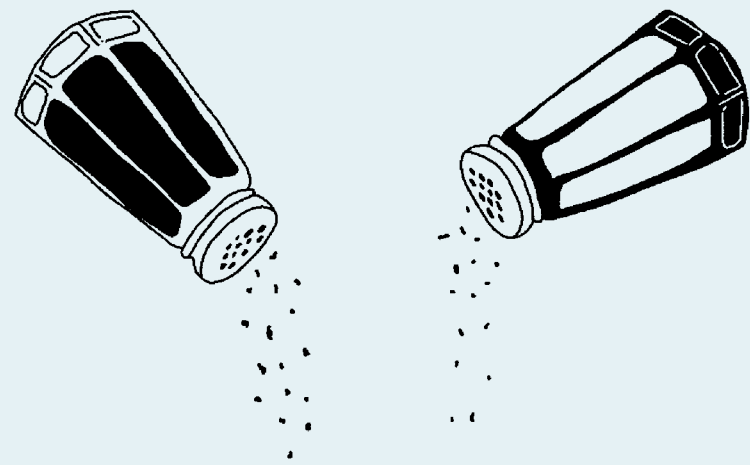
Een Chemex-kan werkt hetzelfde als een decanteerkan voor wijn: de vloeistof loopt langs het glas naar beneden en door het brede oppervlak onderin krijgt het een stoot zuurstof. Dat heeft een positieve invloed op de smaak, die mild en fruitig wordt.

#### BASISRECEPT FILTERKOFFIE

Naast een goede kan en eventueel een filterhouder heb je een waterkoker, keukenweegschaal en koffiefilters nodig. Tot slot een simpele maler en je maakt met versgebrande bonen de perfecte kop koffie. Ik gebruik medium geroosterde bonen en maal voor elke pot vers. Dat mag best grof, zoals fijn zeezout. Mijn doel is 60 gram koffie per liter water, voor het gemak 1000 gram water. Voor 2 koppen doe ik 30 gram koffie op 500 gram water. Het zetten duurt ongeveer 4 minuten.

Spoel de filter even van tevoren onder koud stromend water om de papiersmaak kwijt te raken. Kook water terwijl je de koffie maalt. Het water moet net van de kook zijn voor gebruik. Zet je kan op de weegschaal en zorg dat de weegschaal op 0 staat. Schep 30 gram gemalen koffie in de filter. Schenk daar eerst ongeveer 100 gram water overheen, zodat alle koffie nat is en even kan ontgassen. Laat 30 seconden staan. Schenk nog eens 200 gram water over de koffie en wacht tot het 2 centimeter is gezakt. Herhaal tot het water op is en er dus 500 gram water is uitgeschonken. Het duurt ongeveer 3 minuten voordat al het water is doorgelopen. Als het sneller doorloopt is dat een teken dat je de koffie fijner moet malen. En roer vooral niet in de filter, laat het water op eigen snelheid doorlopen. Gooi de filter weg en schenk jezelf een lekkere kop koffie in. Of schenk het, als je écht goed wilt proeven, in een wijnglas. Een tip van Jeroen. Geloof me, proef maar eens aandachtig, beter kan de dag niet beginnen. ZO! Nu de kinderen op school droppen, naar het werk scheuren en het is al bijna tijd voor de lunch.





#### voor 1 portie

- 2 dunne sneden zuurdesembrood
- 2 eetl. (kewpie) mayonaise
- 1 eetl. ketchup
- 1 eetl. chili-jam
- 1 theel. mosterd
- versgemalen zwarte peper en zout
- snuf gedroogde oregano
- 2 plakjes Boeren Goudse Oplegkaas van 24 maanden
- ¼ droge worst, in dunne plakjes
- ¼ komkommer, in dunne plakjes
- 1 tomaat, in dunne plakjes
- 1 hardgekookt ei, in plakjes
- 1 eetl. kappers of cornichons
- 1 blaadje kropsla

## Sandwich der sandwiches, broodje Joris

In principe zijn er niet echt regels voor broodjes, maar het ene brood matcht gewoon beter met bepaald beleg dan het andere. Uiteindelijk creëert iedereen zo z'n eigen lekkere broodreceptjes. Als ik vroeger op woensdagmiddag vroeg uit was van de basisschool dekte ik thuis met mijn moeder de tafel vol met lekkere dingen en dan smeerde ik de allerdikste sandwich met alles erop en eraan. Een broodje Joris, ben ik het maar gaan noemen.

Toast de sneden zuurdesembrood en besmeer die als volgt met de onmisbare smeersels (zie blz. 40-41): 1 snee met mayonaise en ketchup, de andere snee met chili-jam met daaroverheen mayonaise. De mosterdliehebber doet wat mosterd door de mayonaise. Bestrooi met versgemalen zwarte peper, zout en oregano.

Beleg 1 snee met dunne plakjes kaas, worst, komkommer, tomaat en plakjes ei. Garneer met wat kappertjes of cornichons en een blaadje kropsla. Druk de andere snee brood er stevig op en snijd kruislings in 4 stukken, zodat je 4 driehoekjes hebt. Genieten!

# Groentebereidingen

Als de witte asperges er weer zijn, snuffel ik alle kratjes af voor de aller-, allerdikste jongens. Veel mensen willen die niet, maar ik vind hoe dikker, hoe beter. Zo doe ik dat met alle groenten die ik koop. Als het er goed uitziet: gewoon meepakken. Een avond uitgebreid dineren met groenten in de hoofdrol is easy! Gewokt, gekookt, gefrituurd, gegratineerd, rauw of uit het vuur, keuze te over.

## GESTOOFDE SPINAZIE MET AVOCADO EN AMANDEL

---

### voor 2 personen

- 40 gram witte amandelen
- 3 eetl. olijfolie
- 1 avocado, in 8 parten
- 1 teen knoflook, fijngehakt
- 300 gram wilde spinazie, gewassen
- versgemalen zwarte peper en zout

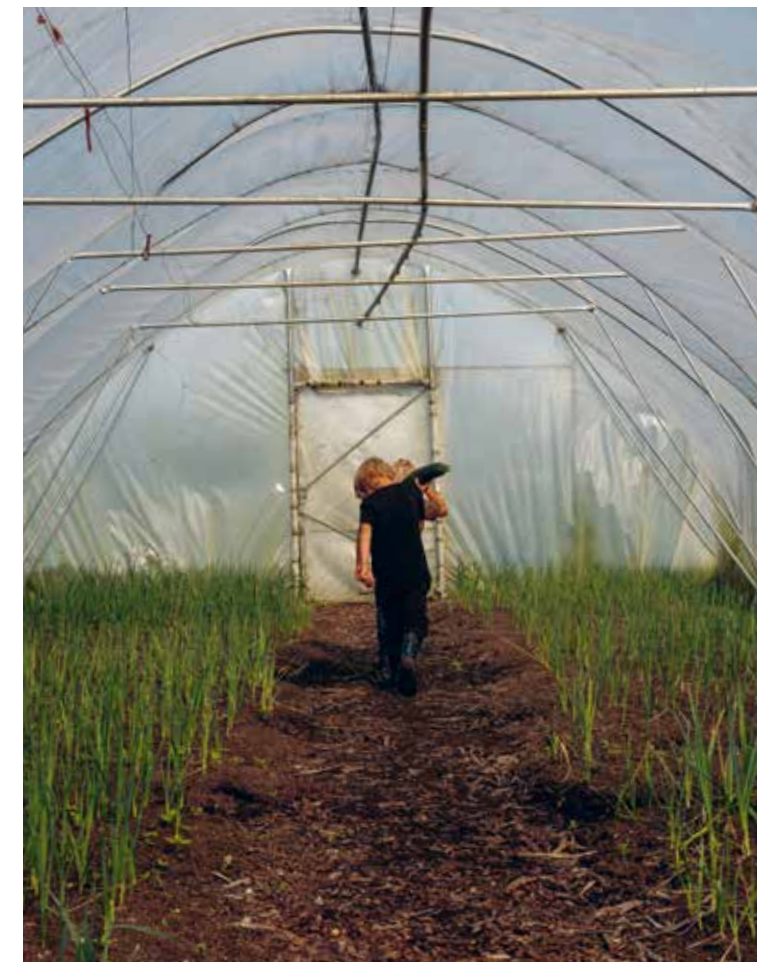
Bak in een pan de amandelen in de olijfolie goudbruin en voeg dan de avocado toe. Laat meebakken en een beetje kleur krijgen. Fruit de knoflook kort mee. Stoof de spinazie mee en maak af met peper en zout.







De dierbaarste herinneringen uit mijn jeugd en basisschooltijd zijn denk ik toch wel de schooltuinmomenten en het werken in onze eigen moestuin. Vooral in oogsttijd. Dat moment waarop je ziet waarvoor je het hele jaar hebt gewerkt...





voor 2 personen

---

25 gram boter
45 gram ansjovis in olie
4 witte uien, in halve ringen
1 rode chilipeper, in dunne ringen
2 takjes tijm
2 tenen knoflook
100 ml zonnebloemolie
1 broccoli

---

## Broccoli met uienstoof

Verhit de boter in een pan op laag vuur en smelt de ansjovis inclusief de olie hierin. Voeg de uien, chilipeper en tijm toe. Laat op laag vuur ongeveer 30 minuten garen en roer regelmatig.

Snijd de knoflook in flinterdunne plakjes. Leg ze in een pan met de zonnebloemolie en zet het vuur middelhoog aan. Schep de knoflookplakjes uit de pan als ze goudbruin zijn. Laat uitlekken op keukenpapier. De knoflookplakjes zijn nu krokante chipjes.

Snijd de broccoli in de lengte doormidden en kook in een pan met ruim water tussen de 4 en 6 minuten beetgaar.

Schep wat uienstoof in een bord, leg de halve broccoli erop en strooi wat knoflookchips eroverheen.

### UIENFAMILIE

---

Tomaat mag dan de populairste groente ter wereld zijn, voor mij is dat de hele uienfamilie: uien, prei en dan vooral knoflook. Ik kan mij een keuken zonder het geslacht *Allium* nauwelijks voorstellen. Ik las dat ui zelfs de meest geconsumeerde groente in Nederland is, waar of niet, ik begrijp het wel.

Kenmerkend aan de smaak van de uienfamilie zijn de zwaveltonen. Dat heeft zowel ui, prei als knoflook. Extra goed te ruiken als de uiensoort beschadigd, doorgesneden of gekneusd is. Maar er is ook onderscheid. Uien zijn wat appelachtig, prei meer koolachtig en knoflook is gewoon mega krachtig. Waar uitjes je aan het huilen kunnen maken, kan knoflook ervoor zorgen dat je behoorlijk uit je giecheltje gaat ruiken, vooral een paar uur na de maaltijd. Die stinkdierenwalm komt vooral omhoog vanuit de maag. Vandaar ook die heerlijke geuren na een avond stappen met dat broodje shoarma als kers op de taart. Rauwe appel en salade schijnen er wel iets tegen te doen...

Hoe je knoflook snijdt of bereidt heeft veel invloed op de smaak. Rauwe knoflook is pittig. Door hem in te leggen in zuur wordt de smaak veel milder. Wil je de zoete en nootachtige tonen naar boven halen, blancheer je een gepelde knoflookteen drie keer, tot hij gaar en zacht is. Ideaal om vervolgens in saus of soep te verwerken waar je deze knoflooktonen in wilt hebben, zoals een ajo blanco. Meer karameltonen krijg je als je de knoflook fijnhakt en met voldoende olie of boter verhit. Door de hoge hoeveelheid suikers wordt knoflook dan wel heel snel bruin. Verbrande knoflook is echt niet lekker en overheerst ook direct je hele gerecht.

Door dat hakken gaan je handen sterk ruiken. De beste truc daartegen is om je handen tijdens het wassen met zeep langs de roestvrijstalen wasbak of kraan te halen. Daarmee verdwijnt direct de sterke geur. Wil je geen risico op geuren dan moet je in het voorjaar het bos in rennen, want dat is het seizoen van daslook! Een mooi groen blad van de uienfamilie dat je van 100 meter afstand al ruikt, maar waar je niet zo ongelooflijk van uit je mond gaat ruiken.

voor 4 personen

400 gram versneld bladerdeeg  
(zie blz. 360), uitgerold tot een lap  
van 25 bij 40 cm

250 gram ricotta

versgemalen zwarte peper en zout

1 courgette

6 minicourgettes met bloem

100 gram jonge geitenkaas, verkruimeld

1 eidooier

100 gram tuinbonen

50 gram oude geitenkaas

## Courgettetaart met tuinbonen en geitenkaas

Verwarm de oven voor tot 180 °C.

Leg het bladerdeeg op een bakplaat bekleed met bakpapier, duw met je vingers eventueel een mooi patroon in de rand. Prik met een vork gaatjes in de bodem. Verdeel de ricotta erover, maar houd 2 centimeter van de randen vrij. Breng op smaak met peper en zout.

Snijd de grote courgette in dunne schijfjes en leg ze op de ricotta. Snijd 3 courgettebloemen doormidden en verdeel ze over de taart, samen met de jonge geitenkaas. Besmeer de vrijgelaten randen van de taart met eidooier.

Bak de taart 30 minuten.

Breng intussen een grote pan met goed gezouten water aan de kook en kook de tuinbonen in 2 tot 3 minuten gaar. Giet af en dubbeldop ze, zodat je alleen de boon zelf overhoudt. Halveer de tuinbonen.

Snijd de minicourgettes in plakjes. Snijd de rest van de courgettebloemen in vieren. Verdeel de tuinbonen, minicourgettes en bloemen over de taart. Rasp als laatste de oude geitenkaas erover en breng op smaak met peper en zout.

