



www.hbvl.be

Date : 16/06/2017

Page : --

Periodicity : Continuous

Journalist : Wyers, Marij

Circulation : 61976

Audience : 61976

Size : --

http://www.hbvl.be/cnt/dmf20170616_02927943/marij-kookt-limburgs-voor-kaasschotel-kan-je-perfect-limburgs-gaan

Marij kookt Limburgs: “Voor kaasschotel kan je perfect Limburgs gaan”

16/06/2017 om 15:16 door Marij Wyers, pebs

Het lijkt eerder een winterontbijt maar pannenkoeken smaken ook op een regenachtige ochtend. Boekweitkoek is nog zo'n traditioneel gerechtje uit de streek. Het Limburgs boekweitmeel van Frans Beckers uit Zutendaal is erkend als streekproduct.

Frans is de enige in Limburg die nog boekweit teelt, zo'n 5 hectare. Boekweit is geen graan maar een kruidachtige plant waarvan de boekweitkorrels de vruchten zijn. Het oude gewas komt bijna niet meer voor in ons land. “Na de Tweede Wereldoorlog is het verdwenen omdat het niet meer rendabel was. Het boekweitmeel dat je in de winkel vindt, wordt in de voormalige oostbloklanden geteeld”, vertelt Frans die zijn boekweitmeel enkel op zijn hoeve 't Gebroek verkoopt. Hij geeft nog mee dat boekweit zeer gezond is: het bevat veel magnesium, kalium en fosfor. En ideaal voor mensen met een glutenallergie want glutenvrij en licht verteerbaar. Het originele Limburgse recept voor boekweitkoek bevat ook hoevekamemelk en Ops-Ale. Die producten hebben we niet in huis dus we gaan voor de suikervrije versie van Frans zijn foldertje: 175 gram boekweitmeel, 200 ml melk, 1 ei, 1 tl bakpoeder, 1 tl bicarbonaat, snuifje zout. De Loonse stroop geeft deze stevige pannenkoek de nodige zoetheid.

Met het Limburgse boekweitmeel kan je ook moderne gerechtjes maken als brownies, boekweitwafeltjes met quinoa, wraps van boekweit met spinazie en geitenkaas. Frans kan je die recepten meegeven.

Beroemde koffie

Bij ons stevig ontbijt drinken we appelsap van de sapmobiël. Mijn ouders hebben een boomgaard en met de rijke appeloogst gaan ze naar de sapmobiël die in het najaar door de provincie trekt om appelsap te persen van de appeltjes. En bij pannenkoek hoort ook koffie. Een van mijn dorpsgenoten is zelfs een koffeologe. Experte Jeanne Gennar woont en werkt nu in Hasselt. In haar Kofca-academie geeft ze opleidingen en ze brandt op kleine schaal koffiebonen van de beste kwaliteit. Ze werkt met zeldzame variëteiten. Haar koffie staat op de kaart van het sterrenrestaurant Likoké van Piet Huysentruyt in de Ardèche. Koffie van Jeanne Gennar is ook te koop in de CRU belevingsmarkten van de Colruytgroep, in Gent, Wijnegem en Overijse, en bij Jeanne via haar website. Ik koop er deze week een bijzondere koffie Brazil Drunken Bird (Braziliaanse dronken vogel). De naamgeving komt van de naam van de boon 'Brazil Dutra Jacu' verwijzend naar de Jacu-vogel. En dronken omdat Jeanne de koffiebonen twee weken in een oud eiken jenevervat steekt. “Hierrond wikkel ik natte handdoeken opdat de aroma's van de jenever vrijkomen. Met regelmaat rol ik met het vat zodat de smaak zich kan verspreiden”, vertelt Jeanne. Jawel, ons kopje koffie van de dronken vogel smaakt in de ochtend best pittig en krachtig.

Kaasschotel

Voor een heerlijke kaasschotel hoeven we echt geen brie, camembert en comté in huis te halen. Limburg heeft voor bijna elke Franse of Italiaanse kaas een Limburgse variant. Met die Limburgse kaasjes op de plank, een stuk vers brood met hoeveboter en eventueel een glas wijn, dan voel ik mij als God in Frankrijk in mijn eigen tuin. Echt. We moeten Limburgse kazen kopen. Ik wil hier graag een pleidooi houden voor deze streekproducten. In de Franse supermarkten vind je geen Gouda en in Italië geen camembert. Waarom liggen onze winkels dan vol met Hollandse, Italiaanse en Franse kazen, zelfs Spaanse. Je moet zoeken naar een Belgisch product. Bij kaasmakerij Catharinadal in Achel vond ik alle types van kaas: zachte kaasjes, harde kazen, milde en krachtige smaak, zelfs kazen om te raspen. De Tomp bijvoorbeeld is zo'n harde kaas die je over een gerechtje schaaft. Het zachte ronde Emilieke is gewassen in Trappist van Achel. Ook de Burg-kaas heeft een Achels Trappist-bad gehad en daar heeft boer Boonen ook wat Trappist bij zijn koemelk gedaan. Dat gerstenat van de Achels broeders maakt er een goddelijk kaasje van. Eerder hadden we ook al Achelse blauwe, of Grevenbroecker, gebruikt in de gerechtjes. Limburg heeft dus ook zijn eigen blauwschimmelkazen. Witteberg is een harde kaas die mij een beetje doet denken aan de Comté uit het Jura-gebergte die ik tijdens skivakanties eet. En wie op de lijn let, kan er ook terecht voor dieetkazen. Andere kaasmakerij met naam is Breugelkaas in Kleine-Brogel (Peer). Ze produceren kazen van het type Gouda. Ze gebruiken minder zout en geven meer smaak aan de kazen. Oude Breugel is mijn favoriet. Maaseyker is een halfharde kaas, een ronde met witte korst waarop de broeder Van Eyck prijken. Het kaasje smaakt zacht met een specifieke smaak. En dan vraag je je af waar ze die maken... in West-Vlaanderen bij Belgomilk. Wat jammer toch. Goed dat het nog Belgisch is. Want er was al een Limburgs kaasje dat ik van mijn kaasplank heb verbannen: de echte Limburger. Een Limburgs stinkkaasje. Niet omdat het stinkt, heb ik dat vierkantje van de foto gehaald. Wel omdat die zachte kaas met gewassen korst in Herve wordt gemaakt. Dan noem je dat toch niet 'de echte Limburger'. Ik hou niet van bedrog. Liefhebbers van geitenkaas vinden in Limburg ook heel wat producten. Ik noem er lukraak een paar op: geitenboerderij Holhoornhoeve in Peer, geitencoöperatie De Levende Aarde in Alken, kaasmakerij Karditsel in Lummen...

Naast al die kazen ook nog even een woordje over onze Maaslandse rauwe ham, een erkend streekproduct van Slagerij Sloommaekers in Neerharen (Lanaken). De slager koopt hespen met heup en met been, echte boerenhespen. Hij wrijft ze in met zout en laat de hespen minstens 7 maanden drogen.

Vinaigrette van wijn

Om toch nog wat groentjes bij de lunch te eten, doe ik wat blaadjes warmoes en spinazie in een kommetje met nog een conference peer. Voor de dressing heb ik een nieuw product ontdekt van de Jambrouwerij in Riemst: vinaigrette Limburgse Parel. Die is gemaakt van de mousserende wijn Zwarte Parel van het wijnkasteel van Genoels-Elderen. Helaas is het niet meteen mijn smaak. Ik hou niet zo van zonnebloemolie en die zit er ook in verwerkt, en wat suiker om het te zoeten. De Jambrouwerij heeft ook een Limburgse stroopdressing. Die bevalt mij beter.

Bij bakker Kenis in Meeuwen vind ik nog op steen gebakken brood. Dat deeg is dus niet in een bakblik beland maar op de stenen vloer van de oven gebakken.



Foto: mw

Limburg heeft een groot assortiment aan vlaaien. Omdat we niet elke dag aan de vlaai wil zitten, kiezen we er eentje uit. Een bijzonder taartje, met een lange geschiedenis: de bakkemoezenvlaai. Ook ik dacht dat het zwarte pruimen waren, maar bij bakkerij Knapen corrigeren ze mij meteen. Het zijn gedroogde peren uit de oven. De naamgeving komt van gebakken en het feit dat de peertjes dan op muisjes lijken. Op de boerderijen baktten de moeders vroeger hun brood en taarten in het bakhuis. Wanneer in het najaar de peertjes rijp waren, droogden ze die in de oven van het bakhuis. Die verwerken ze tot perenmoes waarbij suiker en kruiden als kaneel een lekkere spijs geven. Die gebruikten ze dan voor op de vlaaien. Bakkerij Knapen bakt al generaties lang bakkemoezenvlaai en toevallig vorige week is ook erkend als streekproduct. Weer een nieuwe Limburgse trots, en ook eentje van mijn dorp Bocholt.

Bubbels

Om op vrijdagavond het weekend in te zetten, drinken we bubbels. Mousserende wijn van Schorpion in Vliermaal, erkend met het label streekproduct.

Het is een mooie voorjaarsavond dus we eten buiten. De tijd ontbreekt na het werk om de barbecue nog aan te steken, dus de gemarineerde kipfilet gaat de oven in. Kip van bij slager Lieben in Genk, gekend als gevogelte en wild-specialist. Om zeker te zijn dat het ook een Limburgse kip is, komt meneer Lieben er zelf even bij. De levende kippen komen van kwekers in de buurt, onder andere Meeuwen. In het slachthuis van Lieben worden ze geslacht en meteen verwerkt. Een korte keten dus, en onze filet smaakt opvallend mals.

Rauwe koolrabi

Voor de aardappelsalade heb ik nog aardappelen van hoevewinkel Pannenbakkershof in Bree. Die aardappelen krijgen een goede wasbeurt. Want ik schil nooit aardappelen, enkel voor puree. Aardappelen met schil bespaart veel tijd en het is nog gezond ook. Mijn aardappelblokjes kook ik in kippenbouillon, geen verse, een blokje. Voor meer smaak. Een tip van ex-collega Liliane. Op het einde gooi ik er ook de fijngesneden ui bij. De smaak van ui vind ik anders te scherp. Wanneer de aardappelblokjes nog lauwwarm zijn, meng ik ze onder mayonaise met verse kruiden, peterselie, bieslook... eventueel een augurkje.



Voor een salade heb ik nog wat verse kropsla vanuit de moestuin van mama, zelf heb ik al een beetje snijbiet in mijn groentebakken, net als verse basilicum. Mijn laatste koolrabi uit het groentepakket van Het Vrije Veld snijd ik heel fijn zodat die daar rauw bij kan. Rauwe koolrabi smaakt een beetje als radijs maar dan minder scherp. De verse salade kan met mayonaise of met de Limburgse Zwarte Parel dressing.

Eenvoudig dessert

Om onze 'koude schotel' lekker traditioneel af te werken, maak ik nog gevulde eitjes. Eitjes koken en het eigeel prakken met mayonaise en verse kruiden uit de tuin, om het eiwit daarna weer met dit mengsel op te vullen. Een lekkere klassieker en het presenteert mooi.

Onze Limburgse week sluiten we af met een eenvoudig dessert. Net die eenvoud zorgt ervoor dat de smaken voluit tot hun recht kunnen komen. Vers ijs van rauwe melk van de Tievishoeve met aardbeien.

Laat de zomer maar beginnen en ga zelf ook eens op zoek naar lekkere producten van Limburgse bodem. Je vindt een ruim assortiment in de winkel Lekker Limburgs in Hasselt en meerdere supermarkten hebben een hoek met streekproducten. Check maar even op de website www.puur limburg.be.

Verder willen we nog even meegeven dat er buiten de gebruikte producten nog veel meer hoeve winkels, warme bakkers, hoeveslagers, kaasmakers, groenteboeren en andere verkopers van streekproducten zijn. In elke hoek van Limburg kan je ze nog vinden. Smakelijk.

Eten

-Ontbijt

Boekweitpannenkoek met Loonse stroop

Appelsap uit boomgaard ouders van sapmobiel

Koffie van Jeanne Gennar

-Lunch



Foto: mw

Grijs brood gebakken op steen van bakkerij Kenis met Maaslandse rauwe ham en een groot assortiment van kazen: Maaseyker, Emilieke, Witteberg, Burg, Oude Breugel

Salade van warmoes, spinazie en confèrence peer met vinaigrette Limburgse Parel van Jambrouwerij



Soep van koolrabi

Kraantjeswater

-Vieruurtje

Bakkemuizentaartje met Maes koffie

-Diner



Foto: mw

Aperitief: mousserende wijn

Gemarineerde kip van slachterij Lieben in Genk

Zelfgemaakte aardappelsalade

Gevulde eitjes

Salade van jonge kropsla met snijbiet en koolrabi

Dessert



Foto: mw
Hoeveijs van Tievishoeve met aardbeien

Kostprijs

- Boekweitmeel: Limburgse prijs: 4 euro/kilo, supermarktprijs: 3,06 euro per kilo, onze kost: 4 euro, verkoper: 't Gebroek Zutendaal, aantal afgelegde kilometers: 75.
- Grijs brood gebakken op steen, Limburgse prijs: 2,15 euro, supermarktprijs: 1,79 euro, verkoper: bakkerij Kenis Meeuwen, aantal afgelegde kilometers: 26.
- Loonse stroop (280 gram), Limburgse prijs: 8,5 euro/kilo, supermarktprijs: 5,73 euro/kilo, onze kost: 2,4 euro, verkoper: Gebroeders Bleus Borgloon gekocht bij Lekker Limburgs, aantal afgelegde kilometers: 84.
- Koffie Brazil Drunken Bird (250 gram), Limburgse prijs: 36 euro/kilo, supermarktprijs: 13 euro/kilo (fairtrade), onze prijs: 9 euro, verkoper: Jeanne Gennar Hasselt, aantal afgelegde kilometers: 82.
- Bakkemuizentaartje, Limburgse prijs: 1,35 euro, supermarktprijs: niet in het assortiment, verkoper: Bakkerij Knapen Bocholt, aantal afgelegde kilometers: 1.
- Maaslandse rauwe ham, Limburgse prijs: 3,4 euro, supermarktprijs: 3,99 euro, verkoper: slagerij Sloopmaekers in Neerharen gekocht bij Lekker Limburgs, aantal afgelegde kilometers: 84.
- Oude Breugel (belegen kaas), Limburgse prijs: 13,49 euro/kilo, supermarktprijs: 18,90 euro/kilo (oude Gouda), onze kost: 3,1 euro, verkoper: Kaasmakerij Breugelkaas in Kleine-Brogel gekocht bij Lekker Limburgs, aantal afgelegde kilometers: 84.
- Maaseyker (half zachte kaas), Limburgse prijs: 20,89 euro/kilo, supermarktprijs: 15,90 euro/kilo (Damme), onze kost: 2,55 euro, verkoper: Melkerijwinkel in Bocholt, aantal afgelegde kilometers: 1.
- Tomp (harde raspkaas), Limburgse prijs: 19,50 euro/kilo, supermarktprijs: 18,10 euro/kilo (parmigiano), onze kost: 4,19 euro, verkoper: kaasmakerij Catharinadal in Achel, aantal afgelegde kilometers: 24.
- Witteberg (harde kaas), Limburgse prijs: 19,20 euro/kilo, supermarktprijs: 21,90 euro/kilo (Comté), onze kost: 3,84 euro, verkoper: kaasmakerij Catharinadal in Achel, aantal afgelegde kilometers: 24.



- Emielieke (zacht kaasje), Limburgse prijs: 19,50 euro/kilo, supermarktprijs: 19,84 euro/kilo (Chaumes), onze kost: 2,73 euro, verkoper: kaasmakerij Catharinadal in Achel, aantal afgelegde kilometers: 24.
- Burg (zacht kaasje), Limburgse prijs: 18,50 euro/kilo, supermarktprijs: 18,31 euro/kilo (Brugse Blomme), onze kost: 1,57 euro, verkoper: kaasmakerij Catharinadal in Achel, aantal afgelegde kilometers: 24.
- Warmoes, spinazie, koolrabi, Limburgse prijs: 20 euro, supermarktprijs: niet als dusdanig in het aanbod verkrijgbaar, verkoper: groentenpakket Het vrije Veld in Zutendaal, aantal afgelegde kilometers: 74.
- Vinaigrette Limburgse Parel (250 ml), Limburgse prijs: 44 euro/liter, supermarktprijs: 8,71 euro/liter (dressing sinaas-rozemarijn Didden), verkoper: Jambrouwerij in Riemst gekocht in Tievishoeve winkel, aantal afgelegde kilometers: 84.
- Gemarineerde kipfilet, Limburgse prijs: 11,95 euro/kilo, supermarktprijs: 8,98 euro/kilo, onze prijs: 6,27 euro, verkoper: Slagerij Lieben in Genk, aantal afgelegde kilometers: 57.
- Koffie Maes Meestermengeling, Limburgse prijs: 19,5 euro/kilo, supermarktprijs: 6,20 euro/kilo (dessert), onze kost: 1,95 euro, verkoper: Maes koffie Hasselt, aantal afgelegde kilometers: 84.
- Mousserende wijn Schorpion Vliermaal (Goud Brut nature), Limburgse prijs: 23,25 euro, supermarktprijs: 29,84 euro (Piper Heidsieck), verkoper: Schorpion Vliermaal gekocht in Carrefour Maaseik, aantal afgelegde kilometers: 44.
- Aardappelen, Limburgse prijs: 0,65 euro/kilo, supermarktprijs: 1,39 euro/kilo, onze kost: 6,5 euro, verkoper: hoevewinkel Pannenbakkershof Bree, aantal afgelegde kilometers: 8.
- Hoeveijs, Limburgse prijs: 8 euro/liter, supermarktprijs: 3,87 euro/liter (Carte d'Or), onze kost: 8 euro, verkoper: Tievishoeve Opglabbeek, aantal afgelegde kilometers: 36.
- Aardbeien (bakje), Limburgse prijs: 2,25 euro, supermarktprijs: 2,49 euro/kilo, verkoper: Hoevewinkel Pannenbakkershof, aantal afgelegde kilometers: 8.

600 kilometer

Om alle Limburgse producten te gaan kopen heb ik in een week tijd bijna 600 kilometer afgelegd. Natuurlijk ben ik maar één keer naar elke producent gereden vanuit Bocholt.

De totaalprijs van mijn aankopen is met 352 euro meer dan het dubbele van een normale week, maar de hoeveelheid is ook groter dan wat we met z'n tweeën in een week consumeren.

Wil u ook Limburgs eten?

Surf naar www.hartenboer.be en www.puur limburg.be.

ARTICLE WEB