

AAN TAFEL BIJ VAN BOVEN



**Oof Verschuren
Emma de Thouars
Vanja van der Leeden
Enzo Pérès-Labourdette**

YVETTE
VAN
BOVEN

**borrelhap voor 8, voorgerecht voor 4,
of hoofdgerecht voor 2**

voor de fondue

25 gram boter
1 ui, gesnipperd
250 gram bospaddenstoelen, fijngehakt
1 eetl. verse tijmblaadjes
zeezout en versgemalen zwarte peper
500 gram kernhem
150 gram roquefort
1 ½ eetl. bloem
250 ml droge witte wijn

om te dippen

4 peren, klokhuis verwijderd en in parten
de gewassen stengels van 1 stronk bleekselderij
de losse blaadjes van witlof of little gemsla
worteltjes, radijs, allerlei rauwkost
en natuurlijk kan brood ook, krokant brood of vruchtenbrood is het lekkerst

ROQUEFORT & KERNHEM-FONDUE

Kaasfondue kan van allerlei soorten kaas natuurlijk, als het maar gemakkelijk smelt. Fans (ik!) van een beetje pittige kaas kunnen met dit recept hun hart ophalen. Ik maak dit ook weleens als borrelhap. Goed biertje en een tafel vol fijne vrienden erbij, en u bent de held van de avond. Ik waarschuw u vast, hoor. Heel verslavend. Eet er groente of stukken peer bij om mee te dippen. Ik vind alleen witbrood bij kaasfondue niet lekker voor de maag. En bovendien maakt een andere dipper deze kaasfondue extra feestelijk. En dat voor een gewone donderdagavond. Stelt u zich voor! Het is ook het perfecte borrelgerecht overigens.

Verhit de boter in een koekenpan en fruit hierin de ui met de bospaddenstoelen goudbruin. Bestrooi met tijmblaadjes, zout en peper.

Haal de korst van de kernhem en snijd de kaas in blokjes.

Verkruimel boven een kom de roquefort, schep de kernhem erdoor en bestrooi met de bloem.

Verwarm de wijn in een zware pan en laat hierin het kaasmengsel smelten tot een mooie, gladde saus. Roer het paddenstoelenmengsel door de fondue en serveer met partjes peer, toast en groente om erin te dippen.

YVETTE
VAN
BOVEN



dit recept komt uit *Easy*
Yvette van Boven
ISBN 978 90 388 1499 5

vegetarisch **bereiden** 20 minuten

YVETTE
VAN
BOVEN

galettedeeg

1 theel. zout
300 gram bloem
2 eetl. fijne kristalsuiker (optioneel, voor een zoete vulling)
150 gram koude boter, in blokjes
1 eidooier (optioneel, voor een grote galette)
ca. 2 eetl. ijswater gemengd met 1 eetl. azijn

voor 1 grote galette

1 portie galettedeeg
200 gram courgette
1 eetl. olijfolie, plus extra
1 rode ui, gesnipperd
fijngeraspte schil en het sap van 1 biologische limoen
zeezout en versgemalen zwarte peper
150 gram feta, verkruid
2 eetl. crème fraîche
50 gram pecannoten, fijngehakt
1 ei, losgeklopt



dit recept komt uit *Easy*
Yvette van Boven
ISBN 978 90 388 1499 5

GALETTE MET COURGETTE, LIMOEN & FETA

Een galette maak ik met grote regelmaat. Het fijne is, omdat hij zo plat is, hoeft u hem niet voor te bakken, zoals met een hartige taart. Let op dat u genoeg vocht toevoegt aan het deeg, er staat: ongeveer 2 eetlepels, neem dat als richtlijn, maar pas het aan naar eigen inzicht en laat het deeg echt goed rusten, zodat de vochtverdeling in het deeg rustig kan plaatsvinden en het goed uitrolbaar wordt.

Een druppel water toevoegen vlak voor het uitrollen en even kort doorkneden kan daarbij echt helpen. Vul hem met van alles, maar pas op dat de vulling nooit te nat is. Ik geef hier een lekker voorbeeld met courgette, limoen en feta en een zoete met lemoncurd, ricotta en frambozen.

Galettedeeg

Maak het deeg vlug, want hoe langer u kneedt, hoe meer u de glutenstrengen in het deeg versterkt waardoor het deeg niet meer bros wordt, maar stevig en taai. Soms voeg ik een eidooier toe, daar wordt het deeg extra stevig van. Dat is fijn voor een grote taart als de bodem niet te bros mag zijn en bij het snijden te makkelijk uit elkaar valt.

Meng het zout met de bloem (en de suiker voor een zoete galette). Wrijf met koude handen of twee messen de boter erdoor, tot het eruitziet als grof zand. Dit kan ook in de keukenmachine op de pulseerstand, dan hoeft u de boter niet aan te raken. Voeg de eventuele eidooier en zoveel vocht toe tot het deeg net samenhangt. Dat is doorgaans erg weinig, wees zuinig.

Kneed fluks tot een platte bal. Laat het zeker 1 tot 2 uur ingepakt in vershoudfolie in de koelkast rusten. Laat het 15 minuten of iets langer op het aanrecht tot iets onder kamertemperatuur komen om het gemakkelijk uit te rollen op een met bloem bestoven aanrecht. Het is nu klaar voor gebruik.

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Snij of schaf de courgette in zo dun mogelijke plakjes. Verhit de olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur en fruit de ui ongeveer 4 minuten. Schep de gebakken ui in een grote kom en meng met de courgette, limoenrasp en 1 eetlepel limoensap. Breng op smaak met zout en peper.

Het recept gaat verder op de volgende bladzijde.

VAN
BOVEN

YVETTE
VAN
BOVEN

YVETTE
VAN
BOVEN

voor 1 grote galette

1 portie galettedeeg (zie blz. hiervoor)
ca. 250 ml (ca. ½ pot, of zelfgemaakte) lemoncurd
125 gram ricotta
125 gram mascarpone
250 gram frambozen



dit recept komt uit Easy
Yvette van Boven
ISBN 978 90 388 1499 5

Mix in een andere kom de feta en crème fraîche tot een tamelijk egaal mengsel (er mag nog best een stukje feta in zitten) en breng op smaak met peper.

Rol het deeg uit tot een ronde lap van zo'n 35 centimeter doorsnede en leg op een vel bakpapier. Bestrijk met het fetamengsel, maar laat een rand van 5 centimeter vrij. Verdeel het ui-courgettemengsel erover. Bestrooi met de pecannoten en besprenkel met wat olijfolie. Vouw de randen van het deeg over de vulling en plooi de hoeken, het mag er robuust uitzien. Bestrijk de rand met losgeklopt ei en bak de galette 30 tot 35 minuten tot het deeg goudbruin is.

Lekker met een groene salade.

extra recept, niet in Easy

GALETTE MET LEMONCURD, RICOTTA & FRAMBOZEN

Ricotta is lichter, mascarpone veel zwaarder en vetter. Ik combineer ze graag, maar u kunt ook de dubbele hoeveelheid van de een of de ander gebruiken.

Maak het galettedeeg volgens het basisrecept en maak de rest terwijl het deeg op kamertemperatuur komt.

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Klop in een kom de lemoncurd, ricotta en mascarpone met een garde door tot een lichte luchtige crème. Proef of de verhoudingen naar uw smaak kloppen. Zet koud weg tot gebruik.

Rol het deeg uit tot een ronde lap van zo'n 35 centimeter doorsnede en leg op een vel bakpapier.

Bestrijk met het lemoncurdmengsel, maar laat een rand van 5 centimeter vrij. Vouw de randen van het deeg over de vulling en plooi de hoeken, het mag er robuust uitzien. Bestrijk de rand met losgeklopt ei en bak de galette 30 tot 35 minuten tot het deeg goudbruin is. Laat afkoelen en verdeel dan de frambozen erop. Zet op een feesttafel en steek er verjaardagskaarsjes in ter verhoging van de feestvreugde.

vegetarisch **bereiden (excl. deeg)** 15 minuten **bakken** 35 minuten

YVETTE
VAN
BOVEN

voor 4 personen

- 1 bos waspeen, schoongemaakt met stukje loof er nog aan (ca. 600 gram schoon gewicht)
- 3 eetl. granaatappelmelasse (o.a. verkrijgbaar bij grote supermarkten) of vervang door gerijpte balsamicoazijn
- 2 eetl. olijfolie, plus 80 ml zeezout en versgemalen zwarte peper
- 150 gram feta, verkruid
- 300 gram mungbonen, 1 nacht geweekt in ruim water
- 1 theel. korianderzaad
- 1 theel. komijnzaad
- ¼ theel. chilivlokken
- 70 gram bruine amandelen, kort geroosterd in een droge koekenpan en grof gehakt

voor de bonen crème (niet in Easy)

- 800 gram witte bonen uit blik of pot, afgespoeld en uitgelekt
- fijngeraspte schil en het sap van 1 biologische citroen
- 1 eetl. olijfolie

Pureer in een keukenmachine of blender (of in delen met een staafmixer) de witte bonen met de citroenrasp en het -sap (voeg eerst de helft toe en proef, voeg meer toe naar smaak) en olie tot een gladde puree. Voeg 1 eetlepel water toe en blijf dit doen tot een mooie, gladde crème ontstaat.



dit recept komt uit Easy
Yvette van Boven
ISBN 978 90 388 1499 5

YVETTE
VAN
BOVEN

MUNGBONENSALADE MET WASPEEN, AMANDEL & FETA OP WITTEBONENCRÈME

Mungbonen zijn kleine, stevige, heel licht verteerbare boontjes, die hartstikke rijk zijn aan eiwit. Met mijn specerijenolie brengen ik ze in één klap op smaak. Zoete geroosterde worteltjes en zoute kaas erbij: echt een knaller van een bijgerecht. Lekker bij een barbecue als onderdeel van meerdere gerechten op tafel of bij een gebraden kippetje. Ik voeg hier wittebonen crème aan toe (staat niet in *Easy*), dan is het ineens een borrelhap. Zo makkelijk gaat dat dus.

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Snij de wortels in de lengte doormidden, de dikke wortels in kwarten. Verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel met de granaatappelmelasse, 2 eetlepels olijfolie, zout en peper. Rooster in het midden van de oven tot de randjes donker kleuren, ongeveer 20 minuten.

Verdeel na 15 minuten de helft van de feta erover en rooster de laatste 5 minuten mee.

Kook intussen de geweekte mungbonen in 30 minuten beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Geen mungbonen? Dan kunnen (le puy-)linzen ook. Die hoeven niet te worden voorgeweekt. Scheelt u weer tijd.

Rooster het koriander- en komijnzaad met de chilivlokken 2 minuten in een droge koekenpan tot ze gaan geuren. Voeg 80 milliliter olijfolie toe en zet het vuur uit.

Giet de mungbonen af en schep om met de specerijenolie. Proef en breng eventueel verder op smaak met zout en peper.

Lepel de wittebonen crème in een grote serveerschaal en smeer uit met de bolle kant van een lepel. Schep de mungbonen en geroosterde wortels op de crème. Top af met de rest van de feta en de amandelen.

vegetarisch **bonen weken** 1 nacht **bereiden** 30 minuten **roosteren** 20 minuten

PASTASALADE PESTO

Pastasalade staat **ALTIJD** op een verjaardagsbuffet. Deze allemansvriend is makkelijk, goedkoop en hij vult. Maar! Vaak is zo'n pastasalade een teleurstelling: flauwe doorgekookte pasta die aan elkaar plakt, hier en daar een doperwt en een blokje ham. Dat kan beter! Kook de pasta al dente in goed gezouten water en meng de saus er vlak voor het serveren door – hoe langer de pasta staat, des te meer saus hij opneemt. Daarom heeft pastasalade lekker veel saus nodig. Zo blijft hij lekker smeug. Een pesto is daarom ideaal.

Breng een ruime pan met water aan de kook en zout het flink.

Verwijder de houtige onderkant van de asperges en snijd de stelen in dunne schijfjes. Laat de toppen intact. Kook de asperges en de doperwten in een paar minuten beetgaar in het kokende water. Neem uit de pan met een schuimspaan, spoel koud zodat ze hun frisgroene kleur behouden en doe over in een ruime kom (bekken).

Kook de pasta al dente in het groentewater.

Vermaal het oude brood in een keukenmachine. Voeg de kruiden toe en terwijl de machine loopt achtereenvolgens het ijswater (dit zorgt ervoor dat de pesto langer groen blijft), de knoflook, de olie, de parmezaan en het citroensap. Proef en breng op smaak met peper en eventueel meer zout of zuur, zoals jij het lekker vindt.

Schep de al dente pasta met een schuimspaan uit het kokende water bij de groenten in de kom. Voeg de pesto toe en een kleine eetlepel pastawater om de saus 'los' te maken. Maak draaiende bewegingen met de kom zodat de pasta goed mengt met de saus.

Doe de pasta over in een mooie schaal en bestrooi eventueel met eetbare bloemetjes om het extra feestelijk te maken.

vegetarisch **bereiden** 15 minuten

voor 8-10 personen

- 500 gram groene asperges
- 200 gram doperwten
- 400 gram pasta (bijv penne, orecchiette)
- 80 gram oud brood
- 200 gram basilicumblaadjes (of een mix van kruiden zoals basilicum, dille, dragon en peterselie, pesto is ideaal om restjes kruiden op te maken)
- 6 eetl. ijswater
- 1 knoflookteen, gepeld
- 250 ml lekkere olijfolie, plus wat extra
- 175 gram geraspte Parmezaanse kaas
- 4 eetl. citroensap
- versgemalen zwarte peper
- zout
- handvol eetbare bloemetjes (optioneel)



dit recept komt uit *Italopop*
Vanja van der Leeden
ISBN 978 90 388 0979 3

EMMA

voor zeg 8 personen

2 kilo krieltjes
 8 eieren
 6 kropjes little gem
 3 citroenen
 scheut olijfolie
 Maldon-zout
 flinke handvol verse kruiden, bijvoorbeeld dille en bieslook
 3 blikken sardientjes
 200 gram taggiasche olijven
 crackers naar keuze
 pul biber naar smaak

voor het liefdeselixer

45 gram zachte kruiden,
 bijvoorbeeld basilicum en bladpeterselie
 3 tenen knoflook
 200 ml olijfolie
 zout

voor de tahinmayo

1 ei
 sap van 1 citroen
 3 eetl. tahin
 250 ml zonnebloemolie
 zout en versgemalen zwarte peper

EMMA



dit recept komt uit *Solo* (verschijnt september 2024)

Emma de Thouars

ISBN 978 90 388 1497 1

FEESTELIJKE BORDJESBAR

Als ik voor veel mensen kook, maak ik het mezelf het liefst zo makkelijk mogelijk. Sowieso moet alles klaar zijn voordat de bel gaat, maar het liefst laat ik mijn gasten nog alles zelf opscheppen ook. Los van dat het mij werk scheelt, draagt het bij aan de gezelligheidsfactor. Lekker een beetje over elkaar heen leunen om dingen te pakken of elkaar aan te geven. En ik vind het leuk om elke keer weer opnieuw te bedenken wat je nu weer op je bordje zal scheppen.

Als ik alleen ben en geen zin heb om te koken maak ik altijd 'bordje'. Bordje houdt in dat je gewoon wat dingen bij elkaar legt waarbij je nauwelijks hoeft te koken. Dat kunnen crackers zijn met wat blikvis, een lepel crème fraîche, een gekookt ei en wat little gem. Of kikkererwten, feta, olijven, komkommer en tomaat met wat olijfolie en za'atar eroverheen. Of ik leg restjes groente die ik nog heb op een bord met wat labneh of yoghurt en platbrood of pita. 'Bordje' betekent niet dat je je best niet doet. Als je goede ingrediënten gebruikt en dingen goed combineert, kan 'bordje' ontzettend feestelijk zijn. Het concept is dan ook heel goed te vertalen naar een feestsetting. Maak gewoon van alles wat extra, serveer het in mooie schalen en laat iedereen zijn eigen bordje opscheppen. Zo makkelijk kan een feestje soms zijn.

Doe de krieltjes in een grote pan met gezouten water, breng aan de kook en kook in 12 tot 15 minuten gaar.

Hak intussen de liefdeselixerkruiden grof en doe samen met de knoflook, olijfolie en een snuf zout in een kleine keukenmachine of beker van een staafmixer en pureer.

Doe voor de tahinmayo het ei, citroensap, de tahin en een paar eetlepels zonnebloemolie in de beker van een staafmixer en pureer. Breng op smaak met zout en peper. Giet de zonnebloemolie er in een straaltje op terwijl je blijft mixen. Doe dit tot de olie op is en er een dikke mayonaise ontstaat. Door de tahin kan de mayonaise iets dikker worden, leng aan met wat water om de saus te verdunnen. Proef nogmaals en breng eventueel nog op smaak met zout.

Haal de krieltjes uit het water en kook in hetzelfde water de eieren 6 minuten. Giet af en laat schrikken in ijswater of onder de koude kraan. Pel de eitjes.

Kneus de krieltjes een klein beetje door er zachtjes in te knijpen. Meng de krieltjes met het liefdeselixer.

Trek de bladeren van de little gem en leg in een grote schaal. Besprenkel met citroensap en olijfolie. Maak af met Maldon-zout. Hak de kruiden fijn en strooi over de sla.

Trek de blikken sardientjes open, doe de olijven en tahinmayo in bakjes en leg de crackers op een bord. Halveer de eieren en leg op een schaal. Doe de pul biber in een klein kommetje en of strooi een klein beetje over de eitjes of de mayo. Zet alles op tafel en laat iedereen zelf opscheppen.

vis **bereiden** 30 minuten

CHOCOMOUSSE À LA SNOB

Na een lange maaltijd in Frankrijk wordt een kaasplankje vóór het dessert geserveerd. Mensen die zichzelf te serieus nemen, vinden dat volwassenen voor de kaas horen te kiezen, en dat het dessert meer iets is voor kinderen. Een dessert moet dus wel echt de moeite waard zijn om hardop te durven zeggen dat je geen kaas wilt.

Deze mousse au chocolat is stiekem heel simpel te maken, maar door de toevoeging van een subtiele koffiesmaak en crème anglaise met whisky is-ie net iets verfijnder van smaak. Dit kan zelfs een Franse snob, die zijn neus zou ophalen voor een 'kindertoetje', niet weerstaan.

Smelt de chocolade au bain-marie. Maal de zijdentofu, sojaroomb, poedersuiker en het vanille-extract in een krachtige blender tot een glad mengsel. Voeg de gesmolten chocolade en espresso toe en mix nog even kort. Giet de mousse in een kom en zet een aantal uur in de koelkast. Als je de mousse net als ik aan tafel serveert, kies dan voor een mooie kom.

Maak vlak voor het serveren de crème anglaise. Meng in een steelpan de sojamelk en maizena met een garde. Voeg de vanille, suiker en whisky toe en verwarm op laag vuur terwijl je blijft roeren tot het mengsel kookt. Klop nog een paar tellen stevig door en schenk in een kleine schenkan.

Schep de mousse in kleine kommen en laat de gasten naar wens de warme crème anglaise over hun toetje schenken. Ik vind de combinatie van koude mousse en warme crème anglaise heerlijk. Maar je kunt er natuurlijk ook voor kiezen de anglaise eerder te maken. Om te voorkomen dat het helemaal stolt, kun je de warme anglaise in een kom doen die je in een grotere kom met ijs of koud water zet. Roer regelmatig. Zo koelt de anglaise gelijkmatig af en blijft hij ook op lagere temperatuur mooi vloeibaar. Dek de bovenkant af met een stukje vershoudfolie en bewaar maximaal 1 dag op kamertemperatuur.

vegan **bereiden** 15 minuten **opstijven** 2-3 uur

voor 8 porties

voor de mousse

400 gram pure chocolade-couverture
(te vervangen door vegan pure chocolade die je in stukken hakt)
600 gram zijdentofu
75 gram sojaroomb
40 gram poedersuiker
1 theel. vanille-extract
75 ml verse espresso, zo sterk mogelijk

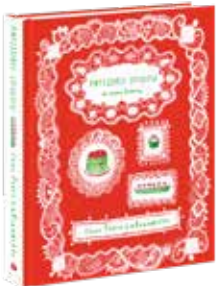
voor de crème anglaise

250 ml ongezoete sojamelk, koud
2 theel. maizena
merg van ½ vanillepeul of 1 theel. vanille-extract
15 gram kristalsuiker
2 theel. whisky of andere sterkedrank naar keuze

ENZO

ENZO

ENZO



dit recept komt uit *Pâtisserie Coucou*
Enzo Pérès-Labourdette
ISBN 978 90 388 1272 4

**OOF****voor de sushirijst**

750 gram kortkorrelige sushirijst
65 gram fijne kristalsuiker
10 gram zout
140 ml rijstazijn

voor erop

potje zalmeitjes
keuken(kook)sake
mirin (zoete kookrijstwijijn)
sojasaus
kempyo (ingelegde kalebas, Aziatische supermarkt)
600 gram knetterverse visfilet, zoals tonijn, zalm, makreel, dorade of zeebaars (het liefst 3 verschillende soorten)
4 eitjes
zonnebloemolie om in te bakken
5-6 shisobladeren (Aziatische supermarkt)
zakje furikake (Aziatische supermarkt) of beter zelfmaken: geroosterd sesamzaad, geroosterde boekweitzaadjes, fijngemalen nori, zout,
1 gedroogde shiitake zonder voetje: alles in de blender)
1 pak norivellen (20 x 20 cm)

keukenspul

rijstkoker/pan om de rijst in te koken
hangiri/platte, niet-metalen opdienschaal
maatbeker voor sushi-azijnmix
spatel voor de rijst
snijplank
mes
lepel
moribashi = eetstokken
koekenpan

dit recept komt uit *Homakase*
Oof Verschuren
ISBN 978 90 388 0983 0



CHIRASHIZUSHI OF 'SCATTERED SUSHI'

Chirashizushi (ook wel barazushi) betekent 'verspreide sushi'. Deze vorm van sushi is eigenlijk hetzelfde als een donburi. Dat is een kom gewone rijst met een of meerdere toppings. Chirashizushi is dat ook, alleen dan met sumeshi (afkorting van sushi meshi = aangemaakte sushirijst) waarop sashimi en zeevruchten liggen. Dit lijkt heel eenvoudig, maar met een beetje moeite en wat ervaring worden het prachtige creatief opgemaakte borden of bentoboxen. Chirashizushi eet u niet altijd met stokjes. U schept de vis en rijst met een lepel op kleine velletjes nori en eet die dan uit het vuistje, net als een taco.

Was de rijst in een vergiet totdat het spoelwater helder is en alle zetmeel van de rijst gewassen is. Kook de rijst 11 minuten op middelhoog vuur en laat haar dan 20 minuten stomen zonder het deksel van de pan te halen. U kunt ook een elektrische rijstkoker gebruiken.

Los de suiker en het zout al roerend op in de rijstazijn. Schep de warme rijst in een wijde, niet-metalen kom.

Giet de azijnmix zo gelijkmatig mogelijk over de warme rijst en schep de rijst met een spatel of platte lepel voorzichtig om, zodat alle korrels bedekt worden met het azijnmengsel. Doe dit met wat aandacht en probeer de rijstkorrels niet te pletten.

Zet de rijst even opzij met een schone doek over de kom.

Open het potje met de zalmeitjes en leeg het boven een vergiet.

Spoel de eitjes zachtjes af onder koud stromend water en marineer ze in een mix van sake, mirin en sojasaus 1:1:1. Bijvoorbeeld 2 eetlepels van elke vloeistof. Bewaar in de koeling tot gebruik.

Leg de visfilets met de kant waar de huid aan vast zat naar boven, staartkant kan naar links, op een schone snijplank.

Houd uw scherpste mes onder een redelijk platte hoek boven de vis en snijd de visfilets in schuine, zo dun mogelijke plakjes. Begin aan de staartkant en werk naar de kopkant van de filet toe. (Als u rechtshandig bent, anders moet alles andersom). Bewaar de vis in de koeling tot gebruik.

Het recept gaat verder op de volgende bladzijde.

**OOF**

Kluts 2 eitjes met 1 eetlepel sake en 1 eetlepel mirin plus een snuf zout en bak van dit mengsel een dun omeletje in een drup olie in de koekenpan.

Laat het ei niet bruinen, probeer het op laag vuur mooi lichtgeel te houden.

Herhaal dit met de andere 2 eitjes zodat u 2 mooie dunne omeletten heeft.

Rol deze op als een pannenkoek en snijd er smalle reepjes van ongeveer een halve centimeter van. Zet opzij.

Haal de kempyo uit de verpakking en snijd de repen in stukken van ongeveer 2 centimeter als dat al niet gedaan is.

Rol de shisobladeren op als een sigaar en snijd deze dan in zo dun mogelijke reepjes van ongeveer 2 millimeter breed.

Schep de helft van de sushirijst in een mooie schaal en verdeel hem gelijkmatig over de bodem. Beleg de rijst gelijkmatig met de kempyo en strooi er 2 eetlepels furikake overheen. Leg nu de rest van de rijst over de kempyo zodat de schaal mooi gelijkmatig is bedekt met rijst.

Leg de plakjes vis netjes en losjes over de rijst. Wissel gelijkmatig de verschillende soorten vis af met de reepjes omelet. Probeer alle ingrediënten in eenzelfde richting te leggen zodat er een mooi gelijkmatig patroon ontstaat. Schep nu de viseitjes uit de marinade en verdeel over de rijst en vis. Besprenkel de schaal met reepjes shiso en wat furikake.

Knip de vellen nori in vierkantjes en serveer deze naast de schaal met *Chirashizushi*.

Schep met een lepel een hoopje sushi op de nori en serveer met wat sojasaus om te dippen.

vis **bereiden** 45 minuten

Neem plaats aan de enorme eettafel van culinair schrijver, kok, illustrator en tv-presentator Yvette van Boven. In de theaterkookshow *Bij Van Boven aan tafel* nodigt ze bezoekers én haar liefste eetvrienden uit om samen op het podium een maaltijd te bereiden. Yvette en haar vrienden laten al kokend zien wat zij op tafel zetten voor een grote groep gasten, beantwoorden vragen uit het publiek en zorgen dat iedereen met een buik vol nieuwe kennis, een paar goeie verhalen én de recepten naar huis gaat.

Dit boekje verschijnt ter gelegenheid van de theatershow *Bij Van Boven aan tafel*.

Zondagavond 26 mei Tivoli, Utrecht
met Emma de Thouars & Enzo Pérès-Labourdette

Zondagmiddag 02 juni DeLaMar, Amsterdam
met Vanja van der Leeden & Oof Verschuren



HET VAN BOVEN SCHORT
en méér merch op
yvettevanboven.com/shop

Het prachtige servies op de tafel op het podium is van Yvon Boerema:
YvonCeramics op Etsy. Zoveel dank, lieve Yvon!