

RADILICIOUS

Dat koken met groente en fruit absoluut niet saai is, bewijst Radilicious wel. Sterker nog, gevuld met 100 uiteenlopende gerechten en prachtige beelden, laat dit kookboek zien dat er op culinair hoog niveau gewerkt kan worden met plantaardige ingrediënten. In Radilicious geven topchefs hun geheimen prijs aan ieder die de kookkunst al goed onder de knie heeft. Eén van deze topchefs is Luc Kusters, medeoprichter van Dutch Cuisine. Dutch Cuisine zet de Nederlandse eetcultuur op de kaart als iets om trots op te zijn.

Tekst: Auke Beeke Recepten: uit Radilicious Foto's: Wim Demessemaekers

Als meesterkok werkt Luc Kusters veel met groente en fruit, het liefst uit de tuin van zijn restaurant Bolenius op de Amsterdamse Zuidas. Voor hem is dat heel gewoon. "Werken met vooral groente en fruit vind ik heel logisch. Je kan er zoveel interessante dingen mee doen. De klassieke keuken maakt veel gebruik van vlees en vis, maar je kan zoveel meer met plantaardige ingrediënten. Het toepassen van groente en fruit creëert meer verschil en zorgt dat het niet allemaal zo op elkaar lijkt. Lokale producten gebruiken, verrijkt een menu en zorgt voor een lagere, ecologische voetprint. Wanneer ik wel met vlees werk, is dit altijd van goede kwaliteit en lokale herkomst. Ook is het niet het hoofdbestanddeel op mijn menu's."

PLANT-BASED SAUS

Een simpele manier om minder dierlijke producten te gebruiken, is door ge-

rechten te begeleiden met plant-based sauzen. De meeste zijn gemaakt op basis van room of bouillon. Maar dat kan ook anders, vertelt Kusters: "In het restaurant blijft altijd wel brood over. Dat is zonde om weg te gooien. Zo kwamen we bij het idee om brood te fermenteren. Hieruit ontstond een no-waste gefermenteerde broodsous. Door te proberen kom je op nieuwe ideeën. Bovendien zijn planten veelzijdiger. Dat maakt het ook leuker; er zijn zoveel smaken te ontdekken."

DURVEN VERANDEREN

Als je zelf meer plantaardig wilt koken, hoeft dat helemaal niet moeilijk te zijn volgens Luc Kusters. "Begin eigenwijs voor jezelf. Hoe leuk is dat? Gooi al je recepten weg en daag jezelf uit. Je moet wel durven veranderen en fouten willen maken. Misschien is het de eerste keren iets minder lekker of mislukt er wel eens iets. Dan begin je opnieuw en zo word je er steeds beter in. Het plezier komt dan vanzelf."

WIE IS LUC KUSTERS?

Luc Kusters opende in 2010 zijn eigen restaurant Bolenius op de Amsterdamse Zuidas. In 2012 verkreeg hij de SVH Meesterkok-titel en in 2016 ontving het restaurant een Michelinster. Bolenius is toonaangevend in de wereld van duurzame gastronomie en werd hiervoor tevens beloond met een Groene Michelinster in 2021. Daarnaast staat Bolenius op de 18e plaats in de We're Smart TOP100 van 2023, de lijst met de beste gastronomische groenterestaurants ter wereld. Enkele criteria waaraan een restaurant moet voldoen om in aanmerking te komen voor vijf radijzen (de hoogste score, ook Luc Kusters is vijf radijzen chef) zijn dat minimaal 80% van de maaltijden moeten bestaan uit groente en fruit en dat er sociale en ecologische verantwoordelijkheid wordt genomen in de lokale omgeving.

A man with a shaved head, wearing a light green button-down shirt and dark trousers, stands in a garden behind a chain-link fence. He has his hands in his pockets and is looking towards the camera. The garden is filled with various green plants and flowers. In the foreground, the handlebars and seat of a bicycle are visible, slightly out of focus. The background shows a building with large windows.

‘Begin eigenwijs voor jezelf. Hoe leuk is dat?’

Gekonfijte en in de open vlam geroosterde knolselderijspies

Voor 4 personen

KNOLSELDERIJSPIES

- 1 grote knolselderij

Maak de knolselderij schoon en snijd in lange blokken van 4 cm hoog en 4 cm breed. Bewaar de afsnijdsels voor de bouillon. Verwerk tot dunne plakken van 2 mm dik met behulp van een mandoline of snijmachine. Weeg het totale gewicht van de plakken (je hebt 65 g per persoon nodig). Doe er 2 procent zout op en meng goed, zodat het zout goed verdeeld is. Vacumeer alles en laat 1 nacht pekelen. Weeg 65 g van de plakken af, vouw dubbel, stapel op en rijg aan een spies.

KNOLSELDERIJSAP

- Afsnijdsel van knolselderij

Maak sap van alle restanten van de knolselderij met een sapcentrifuge.

BOUILLON

- 200 g knolselderijsap
- 5 druppels groene tabasco
- 2 g zout
- 15 g onrijp druivensap
- xantana

Kook het knolselderijsap op en passeer door een fijne doek of koffiefilter. Breng op smaak met de overige ingrediënten. Bind licht af met de xantana.

BLADSELDERIJOLIE

- 2 bosjes bladselderij
- 500 g zonnebloemolie

Stop alles in de blender en draai op volle snelheid. Verhit tot 80 °C. Zeef de olie door een doek of koffiefilter.

ENGELENHAAR VAN BLEEKSELDERIJ

- 2 stengels bleekselderij

Snijd met een dunschiller over de lengte van de bleekselderij. Snijd ragfijn en leg een halfuur op ijswater tot het gaat oprullen.

GARNITUUR

- Pluk de jonge geelgroene blaadjes uit de kern van de bleekselderij.

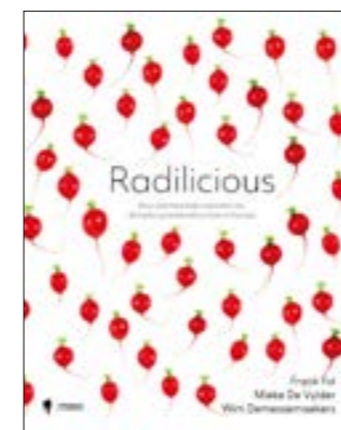
AFWERKING

Konfijt de knolselderij in olie van 120 °C gedurende 5 minuten. Rooster de gekonfijte knolselderijspies licht met een gasbrander.

Meng 3 delen bouillon met 1 deel bladselderijolie.

Laat het engelenhaar uitlekken en maak licht aan met de bladselderijolie.

Plaats de knolselderij in het midden van het bord. Leg een nestje engelenhaar bovenop en garneer met de jonge gele blaadjes van de bleekselderij. Schenk de bouillon aan tafel eromheen.



OVER RADILICIOUS

In dit indrukwekkende boek nemen twintig topchefs je mee op een opwindend, culinair avontuur in de plantaardige keuken. Radilicious brengt hun inspirerende en revolutionaire verhalen en serveert de grenzeloze smaken en mogelijkheden van puur plantaardig in 100 heerlijke recepten. Dit boek, dat tot stand kwam in samenwerking met We're Smart, gaat verder dan een kookboek met wat recepten. Laat je inspireren door meer dan 400 pagina's creativiteit en een toekomst waarin groenten en fruit de hoofdrol spelen. Laat je zinnen prikkelen door de beste groentechefs van Europa!

Boek Radilicious
Auteur Mieke De Vylder
Fotograaf Wim Demessemaekers
Prijs € 64,99
ISBN 9789464788075
Uitgever Borgerhoff & Lambergts