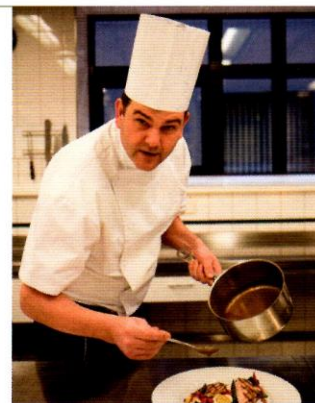


mijn zorgrecept

Wat zijn de favoriete recepten van koks in de zorg? Dit keer vroegen we het aan Jelle Ferwerda, hoofd voeding bij de Sint Maartenskliniek in Nijmegen.



Jelle Ferwerda

Productie Dennis van Asselt Beeld Jasker Kamp

HOOFDGERECHT

Gepelkele en gegrilde ribeye van het (streek)varken met bonne femme van lentegroenten, puree van aardappel en waterkers en appeljus

De ribeye:

Maak pekewater van:

100 gram zout

1 liter water

1 steranijs

1 laurierblad

10 peperkorrels

Leg daarin voor één nacht:

1,1 kilo (streek)varkensribeye, in z'n geheel

Spoel het vlees af, dep droog en wrijf in met peper en:

5 gram honingmix (twee sneden witbrood roosteren, fijnmaken met 1 lepel honing en 50 gram boter)

Braad aan in:

20 gram bakboter

Gaar in een oven op 78 °C tot een kerntemperatuur van 71°C.

Daarna in z'n geheel nog even grillen.

De saus:

Karamelliseer licht:

20 gram basterdsuiker

Blus af met:

1 liter appelsap

Reduceer tot een kwart en voeg toe:

½ eetlepel verse tijm

½ liter vleesjus

Schil, snij in blokjes, bak aan en voeg als laatste toe:

4 appels

De puree:

Schil en kook gaar:

1 kilo aardappelen

Stoom droog en passeer door een passe-vite.

Breng aan de kook en voeg toe aan de hete aardappelen:

90 gram boter

100 gram room

100 gram melk

Was, pluk en meng door de aardappelpuree:

100 gram waterkers

Breng op smaak.

TIP!

Koop kwaliteit. Zonder kwaliteit wordt het niks, dan eten de gasten het niet.



**dit recept
kost slechts
3,50 euro
+per persoon**

ESCOFFIER

Nee, de foto van de boekenkast hieronder heb ik niet genomen in een zaak die zich gespecialiseerd heeft in kookboeken. Het had heel goed gekund, maar nee.

Deze liefde voor eten staat in het kantoor van de keuken van Jelle Ferwerda in de Sint Maartenskliniek in Ubbergen. En Ferwerda kent z'n klassieken, blijkt uit de aanwezigheid van Escoffier (de koning van de koks) in deze culinaire bibliotheek. Ik was onder de indruk.

