

RECEPT VAN DE MAAND

MAART

WITTE BONEN IN PAPRIKASAUS

WIJN: I MURI, PRIMITIVO
PUGLIA, ITALIË, 2021

BENODIGDHEDEN

Voor de witte bonen:

500 gram verse witte bonen
of 800 gram bonen uit en pot

Voor de saus:

6 rode paprika's of 1 pot
gegrilde paprika
4 el tomatenketchup
2 el zoete paprikapoeder
1 el gerookte paprikapoeder
150 gr amandelmeel
1 rode peper
3 grote tenen knoflook
1 scheut olijfolie
2 sjalotten
4 el paneermeel
2 dashes Worcestersaus
scheut witte wijn
peper en zout

BEREIDING

Witte bonen:

Leg 500 gram witte bonen 12 uur in de week in koud water. Controleer regelmatig of de bonen nog wel onder water staan. Ze zuigen het vocht op. Kook ze daarna in 1,5 uur gaar in zout water. Als je dat te veel gedoe vindt, kun je ook een pot of blik bonen kopen. Maar zelf gekookte bonen zijn veel lekkerder! Je moet alleen een dag eerder bedenken dat je ze wilt eten. Spoel de bonen uit een pot wel af, anders wordt het een kleffe zooi. Let bij de koop van de pot op het z.g. uitlek gewicht; dat moet toch wel 800 gram zijn.

Saus:

Verwarm de oven voor op 180 graden of grillen, stand 3. Snijd de paprika's doormidden en haal de zaadlijsten eruit. Leg ze met de bolle kant naar boven op een bakplaat met bakpapier. Pof de paprika's in een hete lucht oven op 180 graden, samen met de bol knoflook. De paprika's zijn klaar als het vel zwart kleurt. Haal uit de oven en leg afgedekt 15 minuten weg. Haal dan de vellen eraf en leg het vruchtvlees in een blender. Voor de luie koks is er een heel goed alternatief: een pot gegrilde paprika's. Die kunnen na uitlekken zo de blender in. Rooster het amandelmeel kort in een droge pan, let op het verbrand snel, blijf schudden! Schil de sjalotten en snijd in stukken. Snijd de knoflook grof en voeg toe aan de paprika. Snijd de rode peper in de lengte doormidden. Voeg dan de rest van de ingrediënten toe en draai tot een gladde emulsie. Gebruik eventueel een scheutje olijfolie als de massa in de blender niet goed vermengt met elkaar. Breng tenslotte op smaak met peper en zout. Deze basissaus is te gebruiken voor vele gerechten, in de pasta, met bruinen bonen, als soep met een stukje gegrilde kabeljauw etc. Etc. Etc.

Dit gerecht kan gecombineerd worden met vis, kip, karbonade, lamsvlees (kleine gehaktballetjes) en rood vlees. Ik heb hier een combinatie gemaakt met een Hollandse biefstuk. Drink de I Muri Primitivo op 18 graden, heerlijk!

Eet smakelijk, Ab Tamis, chefkok van de Wijnproevers.



RECEPT VOOR
6 PERSONEN

