



## Koken

### Jonathan Karpathios

Hoe kook je op topniveau met alleen maar groente? Groentekok Jonathan Karpathios (34) van gelauwerd restaurant Vork en Mes in Hoofddorp leert ons in 12 bijzonder fijne plats de résistance hoe. Véeel opwindender dan vlees, vindt Karpathios.



**LESSEN IN LEKKERS: GROENTE (11)** COURGETTE MET BASILICUM, ZURING EN JONGE GEITENKAAS

# Courgette met liefde



Foto Rein Janssen

- 1 Als je echt kleine courgettes hebt (zoals op de foto), kun je ze heel laten (dan heb je er wel 4 nodig, 1 per persoon). Als je grotere hebt: snijd de courgettes in schijfjes. Bestrijk ze lichtjes met olijfolie. Laat een grillpan goed heet worden en grill de schijfjes kort aan beide kanten. Bestrooi met zout en laat afkoelen.
- 2 Scheur met je handen gelijkmatige stukjes van de blaadjes basilicum, zuring, courgettebloemen en eikenbladsla.
- 3 Meng alles goed in een kom, hussel door elkaar en voeg een flinke scheut olijfolie en grof zeezout toe. Verdeel over de borden en brokkel de jonge geitenkaas eroverheen.

#### 1 Ingrediënten (voor 4 personen)

2-3 kleine courgettes  
3 dl olijfolie  
handjevol zuring  
handjevol basilicumblaadjes  
half kropje eikenbladsla  
4 courgettebloemen (en eventueel stelen van de courgetteplant)  
100 gram jonge geitenkaas  
zout

**H**oi Jonathan! Een kleurrijk lentege-recht? 'Nou, dit is alweer een beetje het begin van de zomer, al zou je dat van het weer niet zeggen. Deze salade draait om courgette. Dat vind ik een mooie groente, want je kunt bijna de hele plant eten: de bloem, de stengels en de courgette zelf natuurlijk. De stengels staan niet op de foto, maar die kunnen er heel goed bij. De draden eraf trekken,

net als bij bleekselderij en dan heel dun snijden.'

#### Om bloemen en stengels te hebben, moet je ze wel zelf telen.

'Courgette is supergemakkelijk. Je hoeft er niks aan te doen en het groeit als een gek. Ik snap niet dat niet iedereen dat in de achtertuin heeft staan.'

**Ik vind courgette nogal flauw.** 'Het is geen groente met een heel

krachtige smaak. Maar daardoor kun je er wel veel mee doen. Roosteren vind ik lekker. Dan wordt-ie ook wat zoetig en komt er een bittertje in omhoog.'

#### De courgette verwerk je hier in een salade met eikenbladsla en groene kruiden. Maakt het nog uit wat voor kruiden?

'Basilicum vind ik er altijd wel lekker bij. Dat geurt al als je er langs strijkt, geweldig. Zuring is ook lekker. Dat

staat overal in Nederland in het wild. Elke goede wei heeft zuring. De stelen van het blad zijn vaak rood. Wat je op de foto ziet, is bloedzuring, daarvan zijn de nerven ook rood. Zevenblad staat niet op de foto, maar dat kan er ook goed in. Dat woekert nu in alle tuinen.'

**Voor de foto hebben we de blaadjes heel gelaten; dat ziet er mooier uit. Maar je schrijft in het recept dat je de**

**blaadjes met je handen moet scheuren. Waarom moet dat?** 'Als je ze scheurt, komen de aroma's beter vrij. Maar het is ook lekker om met je handen in een kom te zitten. Dat geldt ook voor de geitenkaas: niet in blokjes snijden, maar gewoon met je handen brokkelen. Dan stop je er liefde in.'

**Mac van Dinther**