

# JAMIE OLIVER

The Naked Chef is terug




K  
KOSMOS



**Andere titels van Jamie Oliver:**

The Naked Chef  
Happy Days met The Naked Chef  
De basis van het koken  
Jamie's Dinners  
Jamie's Italië  
Kook met Jamie  
Thuis bij Jamie



**Jamie Oliver**  
**The Naked Chef is terug**

  
KOSMOS

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen



KOSMOS

[www.kosmosuitgevers.nl](http://www.kosmosuitgevers.nl)

Achtentwintigste druk, 2008, vernieuwde editie

Oorspronkelijke titel: *The Return of the Naked Chef*

Uitgegeven door Penguin Books Ltd, 2000

© Jamie Oliver Ltd., 2000

Fotografie © David Loftus, 2000

Eerste Nederlandstalige editie:

© 2000, Kosmos Uitgevers B.V., Utrecht

Vertaling: Topics Mediaproducties, Jaromir Schneider

Omslagtypografie: Teo van Gerwen Design, Waalre

Opmaak: Michelangela, Utrecht

ISBN 978 90 215 1192 4

NUR 440

Alle rechten voorbehouden

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

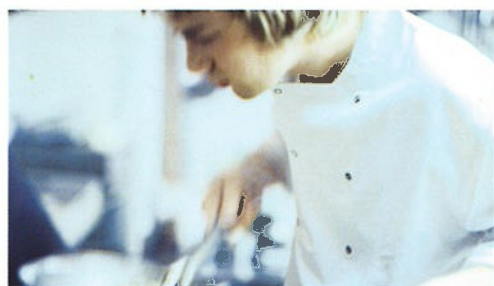
Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld.

Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Lees meer over Jamie op [www.jamieoliver.com](http://www.jamieoliver.com),  
voor exclusieve interviews, videoclips en het laatste nieuws

# Inhoud

- 10 Inleiding
- 14 Maak het leven gemakkelijk
- 16 Gek op kruiden
- 20 Ochtendglorie
- 36 Tapas, hapjes en snacks
- 52 Eenvoudige salades en dressings
- 82 Dikke en dunne soepen
- 94 Pasta en risotto
- 146 Vis, schaal- en schelpdieren
- 170 Vlees, wild en gevogelte
- 198 Groenten
- 220 Brood
- 238 Desserts
- 262 Drinkjes
- 274 Bouillons, sauzen, stukjes, beetjes, ditjes en datjes, van alles en nog wat
- 279 Register
- 286 Bedankt, was leuk, rondje voor iedereen, proost, complimenten, liefs





## Zelfgemaakte yoghurt

Ik vind het leuk om mijn eigen yoghurt te maken. Op de een of andere manier geeft het veel voldoening, ik weet ook niet precies waar dat aan ligt. Ik denk dat het komt doordat het zo ontzettend eenvoudig is om een liter melk in een liter yoghurt te veranderen. Dingen als yoghurt en brood zijn leuke dingen om te maken voor kinderen, laat hen het dus eens proberen.

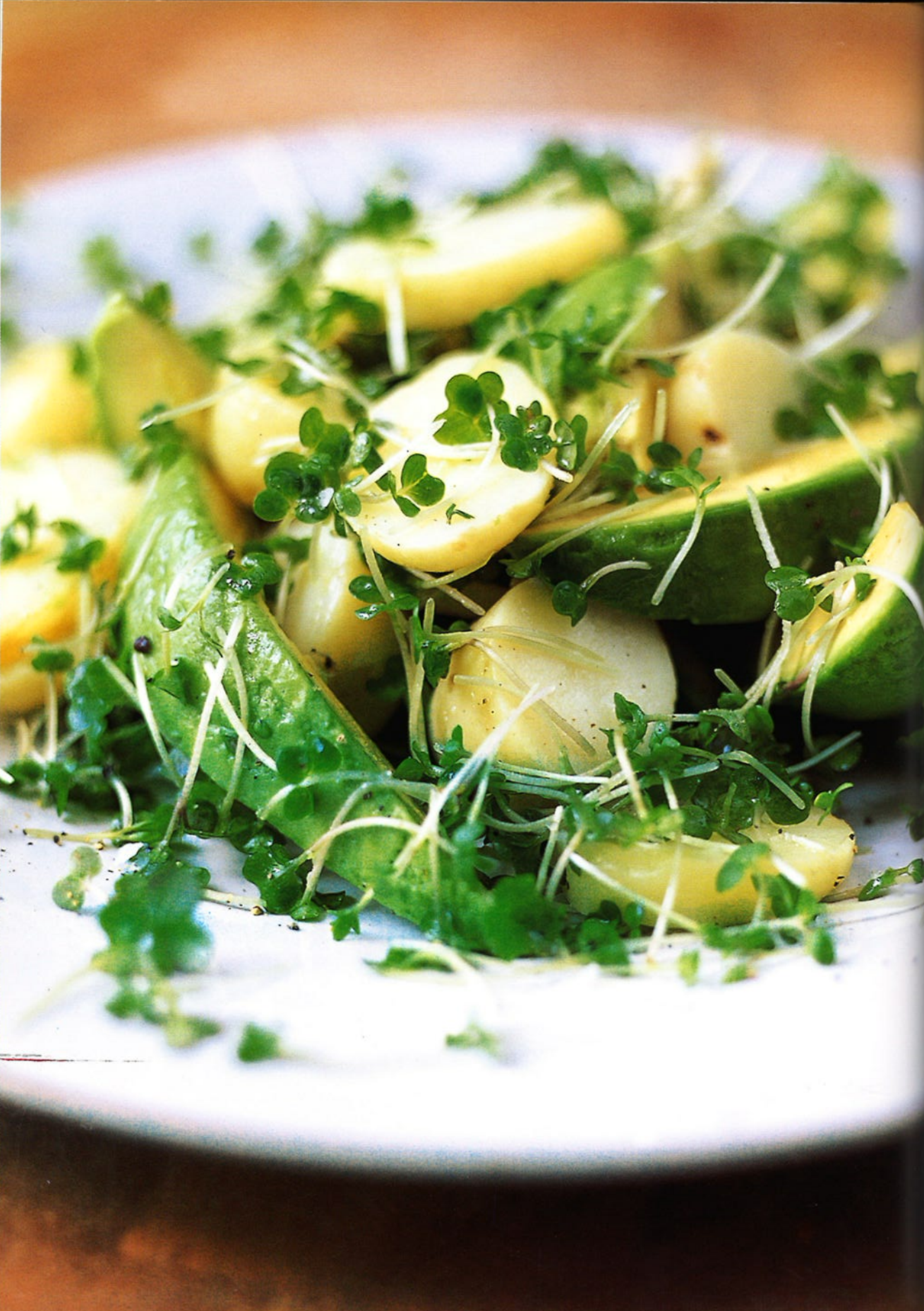
1 l volle melk, liefst biologische

1 potje van 5 dl biologische yoghurt

Breng de melk aan de kook in een pan met een dikke bodem en zet het gas uit. Laat de melk ongeveer 40 minuten staan of tot hij tot lichaamstemperatuur is afgekoeld. Gebruik je vinger om dat vast te stellen. Roer nu de yoghurt erdoorheen. Dek het mengsel af en laat het 6-8 uur op kamertemperatuur staan, waarna je tot je verbazing zult zien dat de melk in romige yoghurt is veranderd. Zonder nu meteen al te technisch te worden, de levende organismen in de yoghurt veranderen de natuurlijke suikers in de melk in zuren. Daardoor wordt de melk dikker en krijgt het een iets scherpe smaak. Verschillende yoghurtsoorten kunnen ook verschillend reageren, dat wil zeggen dat de ene soort soms dikker wordt dan de andere, maar in de regel is het resultaat fantastisch. Zet het mengsel in de koelkast om lekker koud te worden. De yoghurt blijft ongeveer een week goed.

Hier volgen een paar van mijn favoriete manieren om yoghurt te eten als ontbijt of dessert, maar vergeet niet dat yoghurt ook uitermate geschikt is voor in marinades (zie pagina 194) en dat een klodder ervan over een kruidige lamscouscous of curry met rijst lekker fris smaakt.

- Met vanillesuiker
- Met in balsamicoazijn gemarineerde aardbeien
- Met gemengd zacht fruit
- Met rozenwater, honing en pistachenootjes
- Met pukkolla
- Met vijgen en een scheutje brandy
- Met gebakken fruit





## Salade van gekookte aardappels, avocado en tuinkers

Ik moest deze salade wel in dit boek zetten, ook al is tuinkers waarschijnlijk een van de gewoonste dingen van de wereld. Ik ben er gewoon dol op en bijna verslaafd aan. Dit is mijn favoriete combinatie.

*Voldoende voor 4-6 personen*

700 g schoongeboende nieuwe aardappeltjes

1 grote rijpe avocado

3 bakjes tuinkers, gewassen

olijfolie

sap van 1-2 citroenen

zout en zwarte peper uit de molen

Kook de nieuwe aardappeltjes gaar in gezouten kokend water en giet ze af. Snijd de avocado doormidden en haal de pit eruit. Schil de avocado en snijd hem in de lengte in dikke plakken of brokken (of hoe je wilt, eigenlijk) en leg ze in een kom. Snijd de wat grotere aardappels in tweeën, zo komt het vruchtvlees in aanraking met de olijfolie en het citroensap. De kleintjes kun je heel laten. Doe ze erbij in de kom. Voeg bijna alle tuinkers toe en naar smaak olijfolie en citroensap. Breng de salade op smaak, schep hem om en serveer hem op een groot bord met de rest van de tuinkers erover gestrooid. Deze salade is subliem bij kip, vis of als salade op zich, vooral 's zomers.



## Gebakken forel en aardappels met een saus van crème fraîche, walnoten en mierikswortel

Forel is een fantastische, gemakkelijk verkrijgbare vis. De combinatie van scherpe mierikswortel, walnoten en romige crème fraîche is te gek bij forel, maar ook (en meer voor de hand liggend) bij rund- en lamsvlees.

*Voldoende voor 4 personen*

500 g aardappels, geschild en in dunne plakken gesneden

olijfolie

zout en zwarte peper uit de molen

4 hele forellen à 400-450 g, geschubd en leeggehaald

1 volle eetlepel geraspte verse mierikswortel

250 g crème fraîche

2 handen vol verse walnoten, gedopt en fijngestampt

sap van 1 citroen

*Desgewenst*

wat verse tijm, alleen de blaadjes

1 citroen, in plakjes

Verwarm de oven voor op 240 °C/gasovenstand 9. Dep de plakjes aardappel droog met keukenpapier en hussel ze door wat olijfolie, zodat ze een vettig laagje krijgen. Bestrooi ze met zout en peper en leg ze in een enkele laag in een grote braadslee. Zet de braadslee laag in de oven en rooster de plakjes aardappel ongeveer 15 minuten, tot ze krokant en goudbruin zijn. Dep intussen de forel droog en snijd de vissen met een scherp mes aan beide kanten enige malen diagonaal in, hierdoor dringen de hitte en de smaak van de kruiden beter in de vis door. Wrijf de forellen in met olijfolie en zout en peper. Voor extra smaak kun je de vissen met geurige kruiden vullen. Ik gebruik daarvoor graag tijm en ook een paar schijfjes citroen. Bak ze in ongeveer 12 minuten boven in de oven krokant en goudbruin.

Maak intussen de saus. Verse mierikswortel, die je moet schillen en raspen, is lekkerder, maar je kunt ook de mierikswortelsaus gebruiken die in potjes te koop is. Niet zo scherp, maar toch best lekker. Meng de mierikswortel in een kom met de crème fraîche en de walnoten en breng de saus goed op smaak met zout en peper. Roer er nog wat citroensap naar smaak door.

Serveer de vis en de aardappels naast elkaar met een flinke schep van de romige saus. Echt heel lekker met een groene salade, wat beboterd brood en een glas bier.

## Aziatische marinade

- 2 stengels citroengras, geplet en gekneusd
- 1 handjevol limoenblaadjes, in stukjes gescheurd
- 2 eetlepels sojasaus
- 2 tenen knoflook, geplet
- stuk gemberwortel van 5 cm, geschild en gehakt
- 1 verse rode peper, fijngehakt
- 2 limoenen, gehalveerd, uitgeperst,  
de schil gekneusd
- 10 scheuten olijfolie

Prak de hele boel door elkaar in een kom en haal je vlees erdoor. Is ook heel lekker voor vis.

## Yoghurt-, munt- en limoenmarinade

- 5 dl biologische yoghurt
- 2 flinke handen vol verse munt, gehakt
- schil en sap van 2 limoenen
- 1 eetlepel korianderzaadjes, geplet
- zout en zwarte peper uit de molen
- een paar scheuten olijfolie

Meng de ingrediënten door elkaar, smeer het vlees ermee in en laat het marineren.

## Rozemarijn-, knoflook- en citroenmarinade

- 2 flinke handen vol verse rozemarijn, gestampt
- 6 tenen knoflook, geplet
- 10 scheuten olijfolie
- 3 citroenen, gehalveerd, uitgeperst en de schil  
gekneusd
- zwarte peper uit de molen

Meng alles door elkaar en wrijf het in het vlees. Laat het vlees erin marineren tot je het gaat bakken.



## Heet en geurig mengsel

- 2 eetlepels venkelzaad
- 2 eetlepels komijnzaad
- 2 eetlepels korianderzaad
- 1/2 eetlepel fenegriekzaad
- 1/2 eetlepel zwarte peperkorrels
- 1 kruidnagel
- 1/2 kaneelstokje
- 2 kardemonpitten
- zout en zwarte peper uit de molen

Rooster alle ingrediënten kort in een pan op een laag pitje. Stamp ze vervolgens fijn. Met dit mengsel kun je het vlees royaal insmeren.



## Venkelzaad-, tijm- en knoflookmengsel

- 4 eetlepels venkelzaad
- 2 flinke handen vol verse tijm
- 2 tenen knoflook
- 1 blaadje laurier, in stukjes gescheurd
- zout en zwarte peper uit de molen

Stamp dit alles fijn en wrijf het vlees ermee in.



## Cajunkruidenmengsel

- 2 eetlepels paprikapoeder
- 2 eetlepels cayennepeper
- 1 eetlepel zwarte peperkorrels, gemalen
- 2 tenen knoflook, gepeld en geplet
- 3 eetlepels uisnippers
- 2 eetlepels gedroogde oregano
- zout

Stamp alle ingrediënten tot ze verpulverd zijn en wrijf het vlees ermee in.



## In balsamicoazijn gemarineerde aardbeien

*Voldoende voor 4 personen*

2-3 bakken aardbeien

ongeveer 5 eetlepels suiker, naar smaak

10 eetlepels balsamicoazijn

1 vanillestokje, gespleten, het merg eruit geschraapt

400 g mascarpone

4 of 5 blaadjes verse munt of basilicum, fijngesneden

Haal, wanneer de aardbeien op hun best smaken en zo sappig zijn als ze horen te zijn, de kroontjes eraf. Doe de aardbeien in een kom en bestrooi ze genereus met suiker en daarna met balsamicoazijn. Roer ze om en laat ze maximaal 2 uur marinieren. Meng het vanillemerg door de mascarpone. Breng het mengsel op smaak met een beetje suiker. Vergeet niet dat je met het vanillestokje een potje suiker een lekker smaakje kunt geven. Schep een grote klodder mascarpone op een bord en leg daar een flinke berg aardbeien op. Giet er de smakelijke balsamicoazijn over. Een blaadje verse munt of basilicum erop geeft een fris effect.

P.S.: als je blijft zitten met een restje aardbeien en marinade kun je die door elkaar prakken en 2½ uur in de diepvries zetten. Dan heb je een heerlijke frappé (pagina 261).



# DE SUPERBESTSELLER

Na *The Naked Chef* werd ik wat kritischer als het over het maken van een boek ging. Dus ging ik me meer met het creatieve proces bemoeien: het design en de lay-out. In dit boek kwam ik bovendien met behoorlijk ongebruikelijke hoofdstuktitels, zoals een ontbijthoofdstuk dat *Ochtendglorie* heet naast de gewone hoofdstukken over salades en pasta's.

Het resultaat is een kookboek dat naar mijn mening nog steeds vernieuwend is. Er staan een aantal echte klassiekers in – van de *Te gekke vistaart* waar iedereen enthousiast over blijft, naar het minder beroemde *Nachtelijk koekenpanontbijt*, de favoriet na al de uitgelopen repetities met mijn band. *Enjoy!*

**'Proef zijn recepten  
– meer aanprijzingen zijn overbodig.'**  
– *de Volkskrant*

**'The hottest thing in town.'**  
– *Elle Eten*



  
KOSMOS

NUR 440  
Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen  
[www.kosmosuitgevers.nl](http://www.kosmosuitgevers.nl)

ARCHIEFE  
LATEN ST