



de Wijntherapeut

Mensen laten genieten van wijn.

Winter 2021

Vier-seizoenen-wijnabonnement

Ermelo, 18 december 2021

Lieve Wijnvrienden,

Nu de horeca op halve krachten draait is onze focus weer wat meer naar de thuisconsument verschoven. Dat betekent extra aandacht voor **onze webshop** met het aanbod van **culinaire pakketten met mooie wijnen voor thuis**. Zeker met de feestdagen in het vooruitzicht zijn veel mensen daarin geïnteresseerd. Lekker thuis koken met familie en vrienden is voor veel mensen een welkome ontspanning. De moeite waard om even op onze site rond te snuffelen, misschien zit er iets voor je bij: <https://www.dewijntherapeut.nl/proefpakket/culinair/>

Dit keer hebben we ook het seizoenpakket helemaal in het teken gezet van een **culinair avondje thuis**. Het pakket is zo samengesteld dat je een volledige culinaire avond kunt verzorgen voor familie of vrienden. **Duik de keuken in en ga aan het 'kokkerellen' rondom deze wijnen.**

We starten de avond uiteraard met een **mooie bubbel**, met lekkere amuses. Dan gaan we over naar **'fris wit'** om via **'vol wit'** naar **'soepel rood'** over te gaan. Het hoofdgerecht wordt begeleid door **'stevig rood'** en we eindigen met een lekker Spaans **zoetje voor bij het dessert**. Uiteraard staat het een ieder vrij om naar harte lust te switchen tussen de wijnen of te experimenteren.

We wensen jullie fijne feestdagen en veel plezier in de keuken,

Met een hartelijke wijngroet en tot volgend jaar,

Erik van Duijn & Arjen van Duin



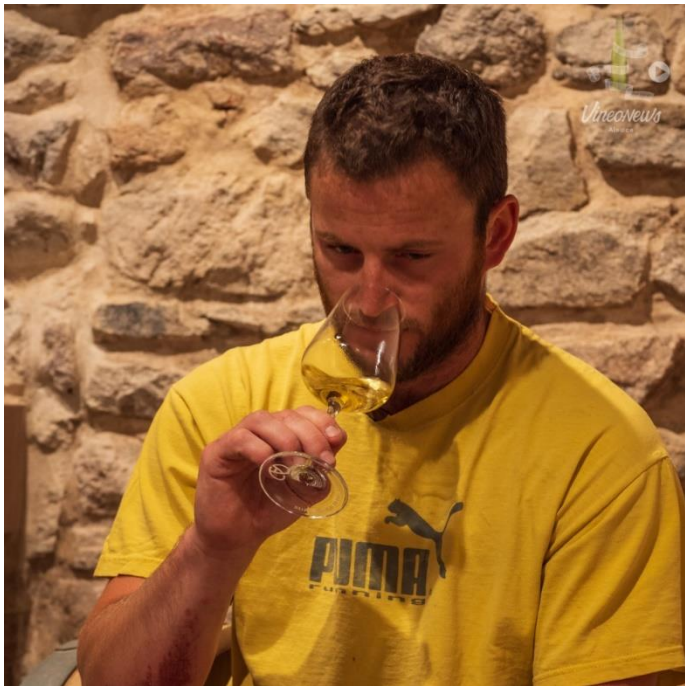
We blijven **het seizoenpakket ook aanbieden in onze webshop**. Om kennis te maken met het vier-seizoenen concept kunnen jullie het dus aanbevelen bij **familie en vrienden**. Men kan het pakket dan eenvoudig en éénmalig online bestellen. Of wellicht is het een leuk idee om eens een seizoenpakket cadeau te geven. Stuur deze mail met de beschrijvingen dus gerust door.

PS: abonneenthouders kunnen de wijnen met 10% korting nabestellen. Gebruik dan op de webshop deze code: SZ10



DE WIJNEN

Domaine Hubert Meyer (Frankrijk - Elzas - Blienschwiller)



Ook bij Meyer hebben we te maken met een echt familiebedrijf van klassieke wijnmakers uit de Elzas. De Meyer-wijnfamilie kent een generatie van wijnmakers sinds de 17^e eeuw. In 1976 volgde Hubert zijn vader André op als hoofd van het domein. Hij is de eerste in de lange traditie die zelf begint met bottelen en niet slechts zijn druiven verkoopt aan de coöperatie. In de jaren tachtig vergezelde Jocelyne haar man Hubert en zij bracht een tweede vernieuwing.

In 2009 arriveert een nieuwe generatie Meyer op het landgoed met de komst van Pierre. Na zijn studie wijnbouw en oenologie in Rouffach, investeerde hij in het familiedomein door de ontwikkeling van nieuwe wijnen (Riesling Grand Cru Winzenberg en een Crémant Rosé) die in 2012 op de markt werden gebracht. Pierre weet zijn vader te overtuigen

om over te gaan op biologische wijnbouw en inmiddels zijn ze zover dat ze volledig biologisch werken. Ook maakt Pierre veel drogere wijnen dan zijn vader en hiermee zien we de invloed van de nieuwe generatie, die veel meer openstaat voor de ontwikkelingen in de wijnwereld. Eén van de specialiteiten van Pierre is het maken van Crémant d'Alsace, welke kan wedijveren met menige Champagne.

De wijnen van Pierre Meyer stralen finesse en elegantie uit en brengen de traditie van de familie Meyer en het historische Elzasser dorp Blienschwiller tot uitdrukking.

Crémant d'Alsace blanc

Deze heldere en frisse Crémant d'Alsace is gemaakt van 100% Pinot Blanc, gevinifieerd volgens de Traditionele Methode, met 18 maanden rijping sur latte. Hubert Meyer oogst zijn Pinot Blanc-fruit bestemd voor zijn Crémant vroeg om een optimale zuurgraad vast te houden. De wijn heeft een delicate neus van vlierbes, peer en steenfruit, zeer puur en zuiver, met hints van honing en frisse minerale (kalk) tonen. Harmonisch uitgebalanceerd, het beste om hem jong en vers te drinken, maar de wijn kan een paar jaar worden bewaard om extra rijkdom in de mond te ontwikkelen. Deze veelzijdige en droge Crémant is een heerlijk gekoeld aperitief.

Pinot Blanc | 18 maanden sur lie | dosage 6gr/l

Serveersuggestie: Apéritief, met Oesters en klassieke Franse "hors-d'oeuvres"¹.

Serveertemperatuur: 10°C Niet te koud.



¹ hors d'œuvre = "buiten het hoofdgerecht"

Frauwallner (Oostenrijk - Steiermark - Straden)



Walter Frauwallner

Weingut Frauwallner is een klein familiebedrijf gelegen in het Zuid-Oostenrijkse Steiermark-Vulkanland. Hier maakt de familie Frauwallner opvallende aromatische en fruit-gedreven wijnen die tot de beste van de regio behoren. In 2014, 2017 en 2018 is Frauwallner uitgeroepen tot wijnhuis van het jaar in Steiermark. In 2018 zijn ze (op verzoek) toegetreden tot de "Gruppe der Steirischen Terroir- und Klassikwinzer (STK)", een club van 12 wijnboeren die tot de beste domeinen van Steiermark behoren.

Het wijnbedrijf werd vijftig jaar geleden opgericht door Hilda en Josef Ruckstuhl, de ouders van Emmi, zij trouwde met Willi Frauwallner en zo komt het wijndomein aan zijn huidige naam. Inmiddels staat Willi's zoon Walter, samen met zijn vrouw Petra, aan het roer. Dat doen zij met veel passie en toewijding. Sinds 2014/2016, met de overname door Walter en Petra, worden de wijnen van Frauwallner tot de top van Steiermarken gerekend.

Die kwaliteitsslag dankt de familie onder andere aan de ruime en moderne kelder die in 2008 werd gebouwd. Hierdoor hoeven de wijnen minder snel de kelder uit om plaats te maken voor een nieuwe oogst. In de woorden van Walter: "er is nu ruimte voor tijd". Hij laat zijn wijnen sindsdien langer gisten en rijpen op de fles voordat ze de kelder verlaten naar de consument. Volgens Walter zijn er drie componenten van belang bij het maken van goede wijn: ervaring, geduld en tijd.

De wijngaarden liggen op vulkanische, steile hellingen tot 475 meter boven de zeespiegel. Er heerst een uniek microklimaat met koele nachten en hete dagen in de lente. Dit zorgt voor toegankelijke, fruitige wijnen met een vurige mineraliteit (zout en ijzer) en complexiteit van de vulkanische bodem.

Frauwallner - Grünweiss Vulkanland Steiermark 2020

Grünweiss 2020 is een blend van Morillon (meer dan andere jaargangen), Welschriesling en Sämbling (Scheurebe). Dit jaar zit er geen Weisburgunder in de blend. Dit geeft een wijn met een zeer aromatisch en tropisch aroma. De geur van mango en passievrucht komt je tegemoet. Ook in de mond veel tropisch fruit en abrikoos. Medium body en toch zeer fris en heel opwekkend!. Een ogenschijnlijk ongecompliceerd glas wijn maar met genoeg spanning om een echte wijnliefhebber te bekoren.

De wijn heeft een prachtig zoet-zuur spel: Restzucker: 2,8 gr/l | Säure: 5,9 gr/l



Ried Stradner Rosenberg

De stokken van de druivensoorten staan aangeplant in op heuvels rondom Karbach. De bodem bestaat uit kalkrijke vulkanische resten met tertiaire sedimenten. Er wordt voornamelijk met de hand gewerkt in de wijngaard. Daarnaast worden de opbrengsten bewust laag gehouden en vindt er na de oogst een zorgvuldige selectie plaats. Het sap wordt vergist met geselecteerde gisten. Vervolgens wordt de wijn gerijpt in stalen tanks tot de botteling plaatsvindt. Het resultaat is een vrolijke en frisse wijn die het best jong gedronken kan worden.

Serveersuggestie:

De wijn vraagt om gerechten met een klein 'zoetje'. Die vind je veel in de Aziatische keuken. Andere suggesties: Ceviche van Zalm, met mango, of andere ceviche's met fruit bijvoorbeeld Ceviche van zeebaars met perzik. Of gerechten met avocado. Als hoofdgerecht: Tong Picasso en als je daar geen budget voor hebt neem je scholfilet.

Serveertemperatuur:

Niet te koud, rond de 8 - 10°C.

Domaine Alzipratu (Frankrijk - Corsica - Zilia)



Pierre Acquaviva

Domaine Alzipratu bevindt zich in de AOC 'Vin de Corse Calvi'² op het noordwesten van het eiland, gevangen tussen de zee en de hoge bergen. Hier is het klimaat ideaal voor wijnbouw: mediterraan, met ruim voldoende zonuren, maar tegelijkertijd ook de verkoelende aanwezigheid van de zee en van de hoge bergen. Corsica is het meest bergachtige eiland van de Middellandse zee, met twintig bergtoppen hoger dan 2000 meter, met als hoogste berg de Monte Cinto (2706m). Domaine 'Alzipratu ligt aan de voet van de Monte Grusso (1937m).

Binnen de AOC 'Vin de Corse Calvi' wordt veel rode wijn geproduceerd, een klein beetje wit maar veruit het meest rosé, dat is ongeveer 50% van de totale productie. Nu wordt er vaak met een lichte minachting over rosé gedacht en gesproken, maar in dit gebied is dat zeer zeker niet het geval. In Corse Calvi neemt men rosé uiterst serieus. En dat merk je: één slok van de 'Alzipratu' Rosé overtuigd zelfs de grootste rosé-tegenstander. Het is gewoon een fantastische wijn en ja, toevallig ook rosé. Verassend genoeg heeft de wijn ook wat bewaarpotentie, dat komt door de druif Niellucciu. Veel rosé wordt gemaakt om binnen het jaar te consumeren maar de 'Pumonte Rosé' 2018 bijvoorbeeld is nu prachtig op dronk. Maar naast prachtige Rosé's en Rood maakt Pierre Acquaviva ook een paar bijzondere en overheerlijke witte wijnen, van Vermentino en de inheemse druif Biancu Gentile, waaronder deze Fumeseccu.

² Op Corsica worden negen verschillende AOC's onderscheiden, dat is inclusief de AOC die geldt voor het gehele eiland: 'Vin de Corse'. Landwijn - 'Vin de Pays' in Frankrijk - heet als het van Corsica komt 'Vin de Pays de l'Île de Beauté'.

Het Franse eiland Corsica ligt op 170 kilometer ten zuidoosten van de Franse kust, 90 kilometer ten westen van Italië en slechts 11 ten noorden van Sardinië. In wijnboeken wordt Corsica vaak met de Provence meegenomen. Dat is wat misleidend want de wijnen neigen, net als de locatie en de taal (Corsicaans), haast meer naar Italië dan naar Frankrijk.

Gezien de geschiedenis is dat ook niet gek, want Corsica was van de 13e tot de 18e eeuw onderdeel van de republiek Genua. Pas na het verdrag van Versailles, in 1768, kreeg Frankrijk het eiland in handen. Dat is één jaar voor de geboorte van de bekendste Corsicaan aller tijden: Napoleon Bonaparte. Hij werd geboren in Ajaccio, een plaats in het zuidoosten van Corsica en de hoofdstad van het zuidelijke deel: 'Corse du Sud'. Vanaf zijn vroege jeugd was het zijn droom het eiland te bevrijden van het Franse regime, maar uiteindelijk werd hij zelf het middelpunt van het Franse regime en is Corsica nooit bevrijd. Maar we gaan het niet hebben over Napoleon of over 'Corse du Sud'. We gaan vanuit Ajaccio, langs de westkust een stuk naar het noorden, naar 'Haut-Corse' en komen uit in het plaatsje Zilia in het hart van de Balagne nabij de kustplaats Calvi.

Domaine Alzipratu - Fiumeseccu Blanc 2019

De witte Fiumeseccu wordt gemaakt van Vermentino en Biancu Gentile. Biancu Gentile is een oude inheemse Corsicaanse druif, ooit zo goed als vergeten en verdwenen, en produceert heerlijke wijnen, met tonen van rijp wit fruit, verse abrikoos, gekonfijte sinaasappel, honing en boter.

Deze wijn wordt gekenmerkt door een boeket van bloemen-, appel- en amandelaroma's, met een mooie mineraliteit in de mond en tonen van venkel en anijs. De druiven komen van 2 percelen van elk 3 hectare waarvan de wijnstokken 8 en 12 jaar oud zijn. De wijn rijpt op de lie en wordt twee keer overgestoken, waarna de wijn 5 tot 8 maanden na de oogst in de kelder wordt gebotteld.

Serveersuggestie: Lekker met alles uit de zee en dan op mediterrane wijze bereid, met venkel, tomaat en paprika. En kruiden zoals dragon en kervel.

Serveertemperatuur: 12 °C Niet te koud.



de Wijntherapeut

Mensen laten genieten van wijn.

Thierry Michaud (Frankrijk - Loire - Touraine - Noyers-sur-Cher)



Wij werken al meer dan 15 jaar met de wijnen van Thierry Michaud en nog geen enkele jaargang heeft ons teleurgesteld. Thierry levert altijd kwaliteit, ook in moeilijke jaren. Het domein ligt in het gehucht 'Les Martinières' vlakbij Noyers-sur-Cher, in de buurt van het geweldige Chateau Chenonceau. De wijnen uit de streek zijn onderdeel van de appellatie Touraine.

Thierry is een derde generatie wijnmaker. De wijnstokken zijn al oud, nog door zijn overgroot vader geplant. De wijngaarden bevinden zich op de oevers van de Chêr waar de bodem uit kiezelsteen en kalkhoudende kleigrond bestaat. Thierry produceert eerlijke wijnen. Zuiver, vol van smaak en altijd met een mooie frisheid. Wat ons betreft de beste prijs / kwaliteit verhouding uit de streek. Je krijgt altijd veel 'waar voor je geld'.

Zijn Crémant de Loire, zijn witte Touraine Sauvignon en zijn rode 'Ad Vitam' winnen elk jaar weer diverse prijzen. Veel van de expertise voor het maken van de crémant komt van Thierry's vrouw Dorothee, zij is dochter van een Champagne-producent. Maar ook deze eenvoudige Gamay is in zijn categorie perfect uitgevoerd. Beter kun je een Gamay de Touraine haast niet krijgen, zeker niet in deze prijsklasse.

Thierry Michaud - Touraine Rouge - Gamay 2020

100% Gamay. In het glas een diepe robijnrode kleur. In de neus aroma's van rood fruit en bessen. In de mond heerlijk fruitig met morello kers aroma's. Een lichte en sappige rode wijn.

De stokken staan aangeplant op de rechteroever van de Chêr. Hier bestaat de bovenlaag uit arme zand- en steengronden en de onderlaag uit kalksteen. Na de oogst wordt de druiven vergist. Een deel traditioneel en het andere deel volgens de 'methode carbonique', een techniek waarbij de hele druiventrossen door toevoer van koolzuur vergisten. Dit proces gebeurt om 25-30°C en duurt ongeveer 6-8 dagen en geeft wijnen met weinig tannine en een uitgesproken fruitig karakter. De wijnen worden apart gevinificeerd en 6-7 maanden gerijpt in roestvrijstalen tanks. Hierna worden de wijnen gefilterd, geassembleerd en gebotteld. Het resultaat is een heerlijke soepele, fruitige en sappige Gamay die het best in z'n jeugd gedronken kan worden.

Serveersuggestie: Heerlijk voor de borrel of bij een eenvoudige maaltijd met gegrilde groentes, salades en bij de BBQ. Als je hem in het kerstmenu wilt inzetten denk dan eens aan een tussengerecht met gegrilde tonijn of een klein gerechtje met gevogelte, zoals een salade met gerookte eendenborst: Rode kool salade met gerookte eendenborst.

Serveertemperatuur: Licht gekoeld 14 à 15°C



de Wijntherapeut

Mensen laten genieten van wijn.

Château d'Aydie (Frankrijk - Sud-Ouest - Cahors - Aydie)



Château d'Aydie werd in 1927 opgericht door Frederic Laplace. Tegenwoordig staat het bedrijf onder leiding van Marie, Jean Luc, François en Barnard Laplace. Zij zijn de 3e generatie wijnmakers en hopen dat hun kinderen³ of kleinkinderen de 4e generatie worden. Het bedrijf heeft in totaal 58 hectare aan wijngaarden in bezit, binnen de herkomstbenamingen Madiran (49ha) en Pacherenc du Vic Bilh (9ha), in de uitlopers van de Pyreneeën met klimaatinvloeden van de Atlantische oceaan. De bodem bestaat voornamelijk uit quartz-zand in een kleirijke, goed drainerende bodem, met kiezel en kalksteen (galets roulés, d'argilo-calcaires et de gravettes).

Door het zeeklimaat en de Pyreneeën in de buurt zijn de winters koud, de lentes gematigd en nat, de zomers heet en de herfst zonnig. Deze weersomstandigheden zijn ideaal voor het maken van karaktervolle wijnen. Dit gecombineerd met de diverse grondsoorten geven de wijnen de typische smaak van het herkomstgebied (terroir) van de Madiran.

De meeste aanplant bestaat uit Tannat, de autochtone druif uit de streek Gascogne. Rijk aan tannine heeft Tannat anti-oxidatieve eigenschappen en brengt de druif een rijk palet van aroma's van rood-, zwart- en gekonfijt fruit. De wijnen moeten vaak lang rijpen voordat ze op dronk zijn en kunnen zeer goed ouderen. De familie Laplace maakt gelukkig ook een paar zeer toegankelijke en drinkbare wijnen van deze spannende druif, naast een paar top cuvées.

Als aanvulling op de Tannat (Madiran) maakt de familie een fantastische lijn huiswijnen in de appellation Gascogne, naast nog prachtige Pacherenc de Vic-Bilh, zowel droog als moeuxeux, van de druiven Petit en Gros Manseng.

³ Zie ze hier op de foto

Château d'Aydie - Odé d'Aydie Madiran 2016



Deze wijn, van 100% Tannat, is diep, intens rood. Elegant in de neus, met aroma's van zwart fruit (bosbessen en bramen) en een hint van kruiden. Een opmerkelijke volheid in de mond, met merkbare, maar zachte tannines en desondanks een onverwachte rondheid. De lange afdronk heeft een delicate toon van vanille. Een heerlijke wijn, zowel krachtig als elegant. Hij is nu te drinken, maar gemakkelijk 8 tot 10 jaar houdbaar.

De druiven zijn afkomstig van wijnstokken die zijn geplant op hellingen die:

- klei-kalkhoudend zijn: Terroir de Saint Lanne
- een kleiachtig bodem hebben met ronde kiezelstenen: Terroir de Moncaup

Handmatig oogsten. Gescheiden vinificatie van de percelen. Koude pre-fermentatie / maceratie (10 tot 12°C) gedurende 3 tot 5 dagen in houten kuipen. Lange maceratie gedurende 30 dagen. Vinificatie bij 25°C. Extractie door over te pompen. De wijn rijpt in eiken vaten en houten fouders (12 tot 15 maanden). Botteling vindt plaats na 20 maanden rijping.

Serveersuggestie: Niet alleen bij traditionele Franse streekgerechten uit de Cahors zoals, rosé gebraden eendenborst (Canard à l'orange, Confit de canard of d'oie, of Cassoulet) of een boerenlam uit de Quercy, maar ook bij lang gerijpte rib-eye Black Angus rund. Aan het einde van de maaltijd combineren met rulle, brokkelige harde kazen.

Serveertemperatuur: 16 à 17 °C

Garriguella (Spanje - Emporda - Garriguella)



Garriguella is een coöperatie van boeren in het Noord Oosten van Spanje, opgericht in 1963, in de regio Alt Emporda. De coöperatie heeft op dit moment 55 leden en een totale oppervlakte van 160 hectare aan eigen wijngaarden. Het totale arsenaal aan wijngaarden van de aangesloten leden beslaat iets meer dan 541 hectare aan grond, een flinke jongen dus! Dit doet niets af aan de kwaliteit. De prijzen staan scherp in de markt en men werkt met druiven van de allerhoogste kwaliteit.

Garnatxa de L'Empordà Robi - 50cl



De regio Empordà staat bekend om zijn dessertwijnen gemaakt van de grenache druif. Deze wijn is afkomstig van druiven uit de vlakte van Garriguella. Maceratie (in dit geval de gedeeltelijke fermentatie) van de most vindt plaats op 22 ° C tot ongeveer 10% natuurlijke alcohol is bereikt. Dan vindt de toevoeging van wijnalcohol tot 15% vol. plaats, waardoor de natuurlijke suikers van de ongegistte druiven overblijven. Minimale oxidatieve rijping van 24 maanden in Franse eikenhouten vaten.

Aroma's van gedroogd fruit, noten en koffie - complex en elegant. 110 gr restsuiker per liter.

Serveersuggestie: Chocolade, noten, oude kaas, koekjes en desserts op basis van chocolade.

Serveertemperatuur: Licht gekoeld 14 à 15°C

Vier recepten

Eén

Ceviche van zalm met mango

Ingrediënten voor 4 personen:

- 1 zalmfilet van ca. 300 g
- 1 rijpe mango
- het sap van 1 sinaasappel
- het sap van ½ grapefruit
- het sap van 1 limoen
- preischeuten (kiemen) (ik gebruik een andere cress, bv tuinkers)
- sesamzaad
- olijfolie



Snijd de zalmfilet in plakken van 4 mm. Schil de mango en snijd hem in plakken. Verdeel de plakken over vier borden. Schik de plakken vis naast de mango. Meng het sap van de sinaasappel, de grapefruit en de limoen en giet dit over de zalm en de mango.

Verdeel de preischeuten over de borden en bestrooi met sesamzaad. Breng op smaak met zout en peper en een scheut olijfolie.

TIP

Gebruik een heel scherp mes voor het snijden van de rosbief. Na het marineren kan het vlees 24 uur in de koelkast bewaard worden. Gegrilde rosbief op deze manier bereid is heerlijk met mierikswortelsaus.

Het recept 'Ceviche van zalm met mango' is afkomstig uit het kookboek "Ceviche" van Fiona Taïeb © Good Cook

Wijnsuggestie: Frauwallner - Grünweiss 2020

Twee

Tonijn met tomaten en serranoham

Ingrediënten voor 4 persoon:

- 4 dikke tonijnsteaks à 150 g
 - 4 plakken serranoham
 - 4 eetlepels olijfolie
 - 1 rode ui, in halve ringen
 - 2 teentjes knoflook, kleingesneden
 - 2 tomaten, elk in 6 stukken
 - sap van 1 citroen
-



Bedek de zijken van de tonijnsteaks rondom met de serranoham. Zet eventueel vast met een prikkertje.

Bak de vis in 1 eetlepel van de olijfolie aan weerszijden goudbruin (totaal ca. 3 minuten).

Haal de tonijnsteaks uit de pan en houd ze warm onder een stuk aluminiumfolie.

Giet de rest van de olie in de pan en bak hierin de ui, knoflook en tomaten even aan. Meng er het citroensap door.

Leg de tonijn op vier borden en verdeel het ui-tomaatmengsel erover.

Het recept 'Tonijn met tomaten en serranoham' is afkomstig uit het kookboek "Tonijn" van Thea Spierings © Caplan Books

Wijnsuggestie: Thierry Michaud - Touraine Rouge - Gamay 2020

de wijntherapeut
Mensen laten genieten van wijn.

Drie

Confit de canard

Ingrediënten voor 6 personen

- 3 jeneverbessen, gekneusd
- 2 laurierbladeren, fijngesneden
- 6 teentjes knoflook, geperst
- 2 eetlepels rozemarijnaaldjes, fijngesneden
- 5 eetlepels tijm, fijngesneden
- ¼ theelepel gemalen foelie of versgeraspte nootmuskaat
- 12 eendenbouten
- 2 kg eendenet of ganzenvet
- 4 teentjes knoflook, fijngesneden
- 2 eetlepels tijm, fijngesneden



BEREIDEN

Meng de kruiden en specerijen met 1 eetlepel zout en 1 eetlepel versgemalen zwarte peper. Wrijf hiermee de eendenbouten in. Leg ze in een schaal en zet deze afgedekt 12-48 uur in de koelkast.

Spoel de eendenbouten af onder de kraan en dep ze zorgvuldig droog met keukenpapier. Laat het eenden- of ganzenvet onder af en toe roeren smelten in een grote braadpan. Voeg de knoflook en tijm toe. Leg de eendenbouten in het vet en verwarm ze 2½-3 uur, tot ze volledig gaar zijn. Leg ze in een schaal van niet-reagerend materiaal (geen metaal) en laat ze afkoelen.

Zeef het vet zodra dit iets afgekoeld is (de uitgezeefde vleesflinterjes kunnen verwerkt worden in een groene salade). Schenk het vet uit over de eendenbouten, zodat ze volledig bedekt zijn. Bewaar de gekonfijte eendenbouten ten minste 15 dagen in de koelkast of op een koele plaats. Onder het vetlaagje zijn ze 2 tot 3 maanden houdbaar.

Neem de eendenbouten kort voor het serveren uit het vet en verwarm ze 15-20 minuten in een op 180 °C voorverwarmde oven. Serveer ze warm met linzen en gebakken appel.

OPMERKING

Door de eend te konfijten wordt hij gaar in zijn eigen vet en blijft het vlees langer houdbaar. Zo kun je het hele jaar door genieten van dit gerecht. Dit recept is ook geschikt voor het konfijten van ganzenbouten..

Het recept 'Confit de canard' is afkomstig uit het kookboek "Slow cooking, lekker langzaam koken" van Joanne Glynn © Uitgeverij Terra.

Wijnsuggestie: Château d'Aydie - Odé d'Aydie Madiran 2016

Vier

Avocado-chocoladetaart

Ingrediënten voor 1 taart

- 200 g geroosterde hazelnoten
- 250 g gedroogde vijgen
- 2 volle eetlepels kokosvet
- 300 g chocolade (min. 70% cacao)
- 5 à 6 rijpe avocado's
- 1 limoen



BEREIDEN

Blend de noten, de vijgen en het kokosvet in een blender tot een grove mix. Bedek de bodem en de zijkant van de taartvorm met bakpapier. Leg het notenmengsel erin en druk stevig aan. Zet weg in de koelkast.

Laat de chocolade rustig smelten au bain-marie. Mix het vruchtvlees van de avocado's en meng met een beetje sap van de limoen. Meng de gesmolten chocolade onder de avocadopuree. Lepel het chocolademengsel over de noten in de taartvorm. Laat minstens 20 minuten afkoelen in de koelkast.

Haal de taart vlak voor het serveren uit de koelkast. Doe de sluitring open en verwijder de zijkant van de vorm. Verwijder de bodem en leg de taart op een dienbord; verwijder nu pas het bakpapier. Geniet van dit heerlijke dessert!

EXTRA BENODIGD

Blender, taartvorm (springvorm), bakpapier

OPMERKING

Er is geen extra suiker, vet, eieren of meel gebruikt voor deze taart, daarom is ze licht verteerbaar.

Het recept 'Avocado-chocoladetaart' is afkomstig uit het kookboek 'Puur Pascale', het nieuwe boek van Pascale Naessens in een groter en luxueuzer formaat. © Uitgeverij Lannoo.

Wijnsuggestie: Garriguella - Garnatxa de L'Empordà Robi - 50cl