



Stamppot met een twist! Lunchpauze Omroep Gelderland 1 februari 2021

Bij ons in de Achterhoek noemen we het potdeurmekare. Blote billetjes in het gras, hemel & aarde, hete bliksem, fietsebonen, oranje-wit, stimpstamp, blauwe Jan hoe je het ook noemt en wat je er ook in doet.....stampot eten we! Het is oerHollands & donderslekker. En supersimpel te maken: aardappelen met groenten samen koken, afgieten en dat door elkaar stampen. Boerenkool, andijvie, wortel, snijbonen, groene/witte kool/zuurkool, postelein, prei, koolraap, knolselderij, noem maar op. Wat smaakmakers & smeuïgmakers erbij. Boter, melk, zout, dat is het gewoonlijke. Maar er is meer en het kan anders. Hieronder een aantal tips voor stampot met een twist!

- vervang de aardappels (voor een deel) door pastinaak of zoete aardappel. Wat aardpeer erin is ook erg lekker. Kan meegekookt maar wat rauwe rasp erin is ook een feestje hoor.
- gebruik karnemelk i.p.v. van melk. Het is minder vet en het zuurtje in de karnemelk maakt de smaak wat complexer. Uiteraard gebruik ik echte karnemelk en niet de aangezuurde. Wil je het vegan neem dan eigengemaakte havermelk waarin paar druppels smaakazijn/citroen en/of geraspte zure appel.
- voeg in olie goudgebakken uien toe of wat gebakken paddenstoelen. Woopwoop.....umami!
- kruiding | specerijen. Nou hiermee kun je helemaal los gaan! Denk eens aan ras el hanout, komijn, rommelkruid, garam masala, vandouvan, chinees 5 kruidenpoeder. Kijk in je keukenkastje. Ruik & combineer.
- Bekende smaakmakers zijn mosterd of piccalilly. Andere smaakmakers: echt goud is een mooie geroosterde pompoenpitolie. Notenolie is ook heel fijn of sesamolie. Nog meer: sojasaus, oestersaus of bv een miso dressing is fantastisch. Of salsa verde / chimichurri. Wat wasabi of mierikswortel. Ingelegde pepertjes. Oeoe stampot met pit!
- Ik wil niemand aan de drank helpen maar tis wel heel lekker om een ietsepietsie te gebruiken. Wijn in bv zuurkool is wel bekend maar het kan in allerlei stampotten denk aan bv mirin, of donker (bock)bier of trappist of zelfs rum, whisky of cognac. Mijn favoriet: boerenjongens en – meisjes in bv zuurkool. Heerlijk lekker in combi met gebakken kabeljauw.
- en wat erbij? Rookworst is voor velen the all-time favourite. Als het over de rookmaak gaat en je wilt eens wat anders denk dan eens aan gerookte vis of tofu. Of gebruik bv wat gerookte knoflook of gerookt zeezout.
- Geen vlees maar vis of kaas. Vis gebakken of gepocheerd. Allerlei kazen combineren geweldig: een blauwschimmel, Parmezaan, jonge geitenkaas, kruidenkaas zoals brandnetel of daslook. Wat ikzelf echt zalig vind is een lopend eitje (gepocheerd eitje)
- En on top: croutons of broodsoldaatjes (van oud brood uiteraard!), geroosterde boekweit of speltkorrels of heel simpel wat gehakte wal- of hazelnoot of tamme kastanjes

Leef je uit! Stampot met twist!