



> Zeegroente-inspiratiesessie

Binnenkort organiseert Olijck zeegroenten een inspiratiesessie speciaal voor relaties van Horesca. Hierin leert u werken met zeegroenten. Olijck maakt hier een filmpje van dat u handig deelt via uw site en digitale nieuwsbrief. Meedoen? Meld u aan via uw Horesca horeca-adviseur.

VIER KLASSIEKERS MET ZEEWIER

In de wereldzeeën liggen enorme akkers vol lekkers: zeegroenten zoals wakame en dulse. Deze wieren zitten tjokvol smaak en vormen daarnaast een goede bron van gezonde voedingsstoffen. Belangrijker nog: afgeleide producten hiervan bieden inspiratie voor koks en een heerlijke healthy hap op het bord.

Zeewier eet je niet; dat zit tussen je tenen! Dat imago kleeft er aan dit ultragezonde groenvoer. Een drempel voor de horeca, beseft Remko Hol. Daarom bedacht de man achter Olijck zeegroenten vier herkenbare, klassieke producten met een verrukkelijke twist: ravioli, tagliatelle en twee burgers, alle vier met zeewier.

EIGEN SIGNATUUR AAN GEVEN

Weetjes en zeegeheimen

"Sommige wieren zien eruit als andijvie of hebben de kleur van rode kool. Andere ruiken naar truffel of smaken na bereiding naar eekhoorntjesbrood of spekjes", weet Remko inmiddels. Waar het zeewier een zoute smaak geeft, zit er in werkelijkheid hooguit 1 grammetje zout in. En een kopje zeewier bestaat uit slechts 30 calorieën en vele eiwitten. Prima gezondheidsclaims dus.

D'r zit (toekomst)muziek in

Zijn motivatie om te werken met zeegroenten? "Rond 2050 lukt het niet meer om veel mensen op de gebruikelijke manier eten te geven. Ik wil echter graag dat mijn kinderen dan ook nog genoeg hebben. Zeewier is er volop, is supergezond en smaakt nog eens lekker ook." Daarom zit er tot 35 procent zeewier in zijn producten. Eén nadeeltje: ze zijn weliswaar vegetarisch, maar niet veganistisch. "Testen zonder eiwit om de pasta's en burgers vegan te krijgen, mislukten; er zit dus wel ei-eiwit in voor de binding en voor luchtigheid van de burgers."



Zelf goochelen

Het mooie van de ready-to-eatproducten? "De chef van tegenwoordig is een kunstenaar die zijn eigen signatuur aan producten wil geven. Daarom vormen de ravioli, tagliatelle en burgers een bouwproduct waaraan we niet te veel smaakrichting geven. Ideaal dus om zelf mee aan de slag te gaan."

Let's twist

Bereiden gaat supersnel. Even koken en eventueel 'signeren' is voor de diepgevroren verse pasta's genoeg. En de diepgevroren en voorgedaarde zeegroenteburgers zijn in vier minuten klaar. "Zelf adviseer ik: leg standaard een paar burgers in de koeling. Dan bereid je ze in twee tot drie minuten. En maak je ze pas later klaar? Prima, want ze blijven in de koeling zeker drie dagen goed."

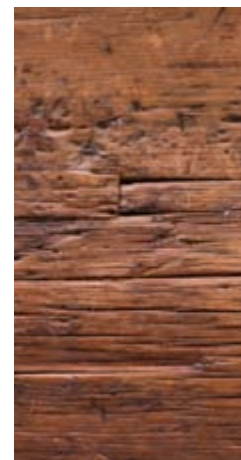
Vette valkuil

Bakken van de burgers vergt trouwens wel iets van de koks. "In onze burgers zit geen vet. Bak je ze net als een gewone vleesburger, bijvoorbeeld in een pan met boter, dan worden ze niet lekker. Kies liever zonnebloemolie met weinig smaak. Of een mooie olijfolie, zolang die niet extra vierge is."

Week van 't wier?

Remko ziet dat Nederland wel achterloopt op België en andere Europese landen als het gaat om gezond eten. Tegelijkertijd groeit het aantal veganisten en flexitariërs (die af en toe vlees eten) in ons land. Wat vraagt dit van de horeca en zijn zeegroenteproducten? "Leg niet te veel nadruk op het vleesloze imago. Laat de pasta's en burgers gewoon proeven. Dat is meteen je beste manier van reclame maken. Een actie of themaomgeving helpt natuurlijk ook. En organiseer eens iets als de week van het zeewier", suggereert de bedenker tot slot.

LAAT DE
PASTA'S GEWOON
PROEVEN



REMKO HOL VAN OLIJCK ZEEGROENTEN

Recept Olijcke Vasco zeegroenteburger

Snijd aubergine in dunne plakken. Bak in grillpan tot ze mooie strepen hebben. Snijd vier knapperige (volkoren)broodjes open. Hak circa vijftien takjes peterselie, vijftien takjes koriander en twee muntblaadjes. Meng met vier eetlepels yoghurt en vier eetlepels mayonaise. Voeg naar smaak peper en zout toe. Snijd twee tomaten in dunne plakken. Bak vier Vasco-burgers in pan met hete olijfolie aan beide kanten in drie minuten goudbruin. Smeer op beide helften van de broodjes flink kruidenmayo. Beleg met plakjes aubergine, sla en hete burger. Top af met geroosterde paprika (uit pot), tomaat en extra sla.



Vier keer zeewier

Olijcke Amerigo: tagliatelle/zeegroentepasta met wakamewier. De wakame geeft de pasta zijn groenige kleur.

Variatietip: Serveer als koude pastasalade naast visfilet. Vul aan met zwarte olijven, geroosterde tomaatjes en knoflook om de ziltigheid te benadrukken. Of bak heel dunne blokjes gedroogde chorizoworst kort uit in een koekenpan voor een crunchje door de pasta.

Olijcke Marco: ravioli gevuld met wakame, dulsezeewier, paksoi, witte kool en ricotta. De lerse dulse is paars, net als gekookte rode kool. Na het koken ontstaat een wat zoete én zoutige smaak, als bij gebakken spekjes. Ideaal voor het middensegment horecagelegenheden dat wel met wat kant-en-klare producten werkt als die bijzonder goed zijn. Prima product om zelfstandig te serveren.

Variatietip: Doe drie tot vier raviolikussentjes in kokend water. Laat vier minuten koken. Dan even uitlekken en in een kommetje overgieten met verse limoengeste, verse rode peper of gezouten botersaus. Garneer met een cressje (zoals salicornia cress) en beetje parmezaan. Resultaat? Een fantastisch voorgerecht.

Vasco burger: 'instapburger' met wakame, witte bonen en venkel. Dé burger waar elke chef mee kan doen wat hij wil. Standaard prima op een zacht bolletje, vanwege het krokantje uit de panko/paneerlaag. Bereiding: in de frituur, op de bakplaat, op de barbecue/grill (liefst indirect verwarmen), in de heteluchtoven.

Variatietip: Geef hem een Aziatische insteek met rode paprika, bosuitjes, taugé, ketjap asin en seroendeng op een witte sesambol. Of een Italiaanse twist met tomaat, mozzarella, rucola, mayonaise en pesto op een ciabattabroodje.

Olijcke Henry: zeegroenteburger met wakame, linzen, walnoten en champignons. Bijzonder voedzaam vanwege onder meer omega 3 en 6. Wordt zelfs vaak in ziekenhuizen geserveerd, omdat hij zo gezond is. Bereiding: op de bakplaat, op de barbecue/grill (liefst na indirect verwarmen), in de heteluchtoven.

Variatietip: Maak er een stapelburger van met frisse sla, tomaat, geroosterde courgette of aubergine. Afronden met frisse yoghurt dip. Serveer de zachtere structuren op een hard bolletje. ■