Dit menu is tot stand gekomen in samenwerking met Max Havelaar n.a.v. de campagne 'Genieten van eerlijke chocolade tijdens de Feestdagen'. Voor meer informatie over eerlijke chocolade en het Fairtrade keurmerk. zie: www.maxhavelaar.nl/eerlijkechocolade

Door MAN.EAT.PLANT.
www.maneatplant.com
Tekst & fotografie - Lisette Kreischer
Recepten - Maartje Borst

A Soulful Golden Christmas Party

Met eerlijke chocolade en plantaardige ingrediënten

Recepten

Moonwalk Through A Vegetable Garden

Evergreen Chocolate Delight

Magic & Gold Dust Chocolate Feast

Moonwalk Through A Vegetable Garden

Terwijl de biet in vol ornaat ten tonele verschijnt, vervullen de Fairtrade chocolade, zwarten linzen en verwarmde salie een essentiële bijrol in dit schitterende schouwspel van plantaardige smaaksensaties.

Voor 4 personen

Ingrediënten

Bieten
- 8 kleine bieten, liefst verschillende soorten zoals chioggia, gele biet en rode biet.

Linzen
- 2 el olijfolie
- 1 ui, gesnipperd
- 150 g zwarte gedroogde linzen (niet uit blik)
- 300 ml water
- 5 salieblaadjes
- ½ pijpje kaneel
- 1 teen knoflook, fijngehakt

Puree van knolselderij, roggebrood en cacao
- 100 g knolselderij, schoongemaakt en in dobbelsteentjes gesneden
- 150 ml water
- 1 teen knoflook, gepeld en geplet
- ½ tl zout
- 125 g roggebrood
- 1 el olijfolie
- 1 el sojasaus/shoyu
- 1tl Fairtrade cacao

Gezouten chocolade-balsamico fudge dressing
- 75 ml balsamico
- 50 ml bietensap
- 1 teen knoflook, gepeld en geplet
- 3 salieblaadjes
- 15 g pure vegan Fairtrade chocolade snuf zout

Saliekrokantjes
- 12 blaadjes salie
- olijfolie

Om af te maken
zeezout, versgemalen zwarte peper en rode peperkorrels

Bereidingswijze

Bieten
Verwarm de oven op 200 °C. Boen de bieten schoon. Verpak ze in gerecycled aluminiumfolie en pof ze ca. 1 uur in de oven. Haal ze daarna uit het folie en pel het schilletje er af (dit gaat heel makkelijk met behulp van een mesje). Snijd de bieten in tweeën of vieren afhankelijk van de grootte.

Linzen
Fruit ui in olijfolie tot ze glazig zijn. Voeg linzen samen met water toe en breng aan de kook. Voeg salieblaadjes, kaneel en knoflook toe en laat ongeveer 25 minuten koken. Breng het mengsel tegen het einde van de kooktijd op smaak met zout en peper. Als het goed is hebben de linzen na zo'n 25-30 minuten al het vocht opgenomen.

Puree van knolselderij, roggebrood en cacao
Doe knolselderij met water, knoflook en zout in een pan en breng aan de kook. Draai het vuur laag zodra het kookt en houd het deksel op de pan. Kook de blokjes in 10-15 minuten gaar. Verkruimel vervolgens het roggebrood boven de pan en kook even kort mee. Voeg vervolgens olijfolie, sojasaus/shoyu en cacao toe. Pureer alles met een staafmixer of in een keukenmachine tot een gladde puree. Houd warm in de pan.

Gezouten chocolade-balsamico fudge dressing
Doe balsamico, bietensap, knoflook en salieblaadjes in een steelpan. Reduceer het mengsel op matig vuur tot ongeveer de helft van de oorspronkelijke hoeveelheid over is. Draai het vuur uit en voeg de chocolade toe en laat smelten. Meng met een garde tot een gladde saus en voeg als laatste nog een snuf zout toe.

Salie
Verhit een laagje olie in een koekenpan. Doe de salieblaadjes in de pan en bak ze zachtjes en kort tot ze krokant zijn. Laat uitlekken op keukenpapier.

Opmaak
Schep wat puree op de (liefst voorverwarmde) borden. Schik de bieten in de puree, alsof het een soort tuintje is. Schep er wat van de linzen bij en druppel de dressing erover. Garneer met de salieblaadjes, zeezout, peper en rode peperkorrels.

Evergreen Chocolate Delight

De den, symbool van het licht. Rozemarijn, een kacheltje voor het lichaam. Beide kunnen ze een tango dansen met chocolade. Maak dit recept met een van deze twee kruidige evergreens, spike it met wat rum en voel het magische tintelende effect van deze bijzondere eerlijke chocolademelk.

Voor 2 personen

Ingrediënten

- 300 g Fairtrade ruwe rietsuiker
- 300 ml water
- een stukje dennentak of een paar takken rozemarijn
- 400 ml haver- of sojamelk
- 3 tl Fairtrade cacaopoeder
- 1 vanille peul, merg eruit geschraapt
- 1 tl maizena, losgeroerd met wat koude havermelk
- 4 blokjes vegan Fairtrade pure chocolade
- vegan slagroom, zelf opgeklopt (van Alpro of Nature's Charm bijvoorbeeld) of een spuitbus van bijvoorbeeld Soyatoo
- eventueel: een scheutje rum of whisky
- extra: wat vegan Fairtrade chocoladerasp of cacaopoeder

Bereidingswijze

Begin met het maken van de aromatische siroop. Doe hiervoor de suiker en het water in een pan samen met de dennentak of rozemarijn. Breng het mengsel aan de kook zodat de suiker helemaal oplost. Laat nog ca. 20 minuten op laag vuur pruttelen. Doe het mengsel (mét de takken) in een schone pot of fles. Laat afkoelen.

Meng voor de chocolademelk plantaardige melk met cacaopoeder, vanillemerg en losgeroerde maizena. Voeg hier 2 eetlepels van de dennen- of rozemarijnsiroop aan toe. Breng het mengsel aan de kook onder voortdurend doorroeren. Laat kort doorkoken en draai het vuur uit. Smelt de chocoladeblokjes in de melk en roer tot ze volledig gesmolten zijn. Doe de chocolademelk in mooie bekers of hittebestendige glazen. Voor een extra kick kun je er een scheutje rum of whisky doorroeren. Serveer met een flinke toef plantaardige slagroom en garneer met wat chocoladerasp of een snuf cacao.

Magic & Gold Dust Chocolate Feast

Warm gele crème verrijkt met kurkuma, diep donkere chocolade taart en glinsterende gouden sprinkles maken deze bijzondere drie-laagse vegan taart een wel heel sprankelend spektakel op een feestelijke desserttafel.

Voor 1 grote taart

Ingrediënten

Taart
- 350 g bloem
- 125 g Fairtrade cacaopoeder
- 250 g Fairtrade ruwe rietsuiker
- 1 zakje bourbon vanillesuiker
- ½ tl zout
- 20 g bakpoeder (ca 2,5 tl)
- 150 ml sterke koffie of espresso
- 175 ml rijstolie
- 375 ml rijstmelk

Golden milk advocaat
- 400 ml Fairtrade kokosmelk
- verse kurkuma van ca. 1 cm, in schijfjes (of ¼ tl gedroogde kurkuma)
- verse gember van ca. 2 cm, in schijfjes
- 1 steranijs
- 1 kaneelpijpje
- 3 kardemom peulen, licht gekneusd
- schil van een halve biologische sinaasappel, alleen het oranje gedeelte
- 1 vanille peul, merg eruit geschraapt
- 40 g maizena + een scheutje koud water
- 25 g suiker
- 75 ml rum

Slagroom
- 1 pakje Alpro slagroom
- 2 el suiker
- 1 el citroensap

Ganache
- 100 g Fairtrade vegan pure chocolade
- 150 ml Fairtrade kokosmelk

Decoratie (verkrijgbaar bij bakwinkels of online)
- eetbaar goudpoeder
- eetbare gouden glitters

Bereidingswijze

Taart
Verwarm de oven voor op 175 °C. Bekleed 3 lage taartvormen van ca. 23 cm doorsnede met bakpapier, of vet ze in met plantaardige boter. Meng alle droge ingrediënten in een ruime beslagkom. Meng alle natte ingrediënten in een andere kom of maatbeker. Voeg de natte en droge ingrediënten samen en meng kort en goed door tot een egaal mengsel. Roer niet te veel, anders rijst de taart minder mooi. Verdeel het mengsel over de drie taartvormen en bak in ca. 25 minuten gaar. Laat de taarten afkoelen alvorens op te maken.

Golden milk advocaat
Doe kokosmelk, kurkuma, gember, steranijs, kaneel, kardemom, sinaasappelschil, vanillemerg en lege vanillepeul in een pan en breng zachtjes aan de kook. Zet een deksel op de pan en laat op laag vuur ca. 15 minuten zachtjes trekken. Zorg ervoor dat de melk niet verdampt. Zeef de melk en doe terug in de pan. Roer de maizena los met een scheutje water en de suiker. Voeg dit papje al roerend toe aan de kruidige kokosmelk. Het mengsel gaat nu binden. Kook nog enkele minuten zachtjes door onder voortdurend roeren. Doe het mengsel over in een bakje, dek af met huishoudfolie en laat afkoelen. Doe het mengsel vervolgens over in een mengbeker en voeg de rum toe. Pureer met een staafmixer tot een gladde, vla-achtige massa.

Slagroom
Klopt de slagroom stijf samen met de suiker en het citroensap.

Ganache
Hak de chocolade in kleine stukjes en doe over in een hittebestendige kom. Breng de kokosmelk aan de kook en giet zodra het kookt over de chocolade. Roer af en toe kort door tot de chocolade helemaal gesmolten is. Laat een klein beetje afkoelen (maar niet helemaal koud en stijf worden), zodat de ganache wat dikker wordt en makkelijk smeerbaar is.

Opmaak
Haal de taarten uit hun vorm en plaats een taart op een mooi bord. Besmeer deze taart met ½ van de golden milk advocaat. Breng vervolgens de helft van de slagroom hierop aan. Dek af met de tweede chocoladetaart en weer ½ deel van de advocaat en de slagroom. Dek vervolgens af met de laatste chocoladetaart en besmeer de bovenkant met de ganache. Decoreer de taart door er met een zeefje een mespuntje goudpoeder over te verdelen en verdeel er nog wat eetbare glitters over.