



AARDBEI BELEVING

AAN DE SLAG MET AARDBEIEN



COLOFON

Uitgave & samenstelling: Streekproducten Vlaams-Brabant vzw
Vormgeving: Streekproducten Vlaams-Brabant vzw
Druk: Drukkerij Steylaerts
Fotografie: Studio Pampas | Studio Wauters | Adobe Stock
Copywriting: Streekproducten Vlaams-Brabant vzw
Verantwoordelijke uitgever: Paul Vleminckx, voorzitter Streekproducten Vlaams-Brabant vzw, Provincieplein 1, 3010 Leuven
Contactinfo: Streekproducten Vlaams-Brabant vzw, Provincieplein 1, 3010 Leuven
 T: 016 26 72 27 | E: straffestreek@vlaamsbrabant.be - www.straffestreek.be

Deze brochure is met de grootste zorg samengesteld op basis van beschikbare informatie. Voor de juistheid van de gegevens kunnen de samenstellers echter geen verantwoordelijkheid nemen.

INHOUDSTAFEL

HET RODE GOUD 5

COCKTAILS 6

- Ritchie-Gin Cocktail met aardbei en tijm 8
- Frozen Gin & Strawberry, de aardbei daiquiri 10
- Strawberry Basil Gin, een zomerhit op tafel 12
- Mocktail met vlierbloesem en aardbei 14

GELEI & GEBAK 16

- Aardbeienconfituur met een twist 17
- Aardbeientaart op kruimeldeeg 18

DESSERTS 20

- Yoghurt met aardbei en crumble van speculaas 21
- Frozen Popsicles met verse aardbeien 22
- Aardbeienijs met volle room 24

STRAFFE STREEK 27



HET RODE GOUD

Wie kan weerstaan aan de charmes van onze aardbei, haar heerlijke geur, beeldschone kleur en fantastische smaak? Dit geschenk uit de Nieuwe Wereld onderging een eeuwenlange zoektocht naar mooiere, grotere en smakelijkere vruchten. Boeren in het Pajottenland begonnen met enkele plantjes, een geschenk van de kasteelheer. Hun boerinnen brachten te voet en later met de tram 'het rode goud' naar Brussel om er de stadsmensen mee te verleiden. Nu zijn er bijna het jaar rond aardbeien. Onze telers slagen erin prachtige en smakelijke vruchten te produceren, een voor een zorgvuldig met de hand geoogst. Onze aardbeien worden op milieuvriendelijke wijze geteeld en voornamelijk op de inlandse markt afgezet. De geringe ecologische voetafdruk betekent dat aardbeien van bij ons kopen, ook duurzaam consumeren is. Maar ook de culinaire troeven van aardbeien zijn onuitputtelijk. Laat je verleiden door de onweerstaanbare recepten met van deze lekkernij van eigen bodem. Krijg je al het water in de mond als je deze brochure doorbladert? Wij alvast wel!



WIST JE DAT...

- je aardbeien beter niet direct opeet als ze uit de koelkast komen? Laat ze een halfuurtje op kamertemperatuur komen, dan hebben ze de beste smaak en geur!
- er meer dan 20 soorten aardbeien en wel honderden verschillende rassen van geteelde aardbeien bestaan?
- ze vroeger aardbeisoep maakten voor pas getrouwden? Er werd een soep gemaakt van aardbeien, dunne zure room, bernagie en poedersuiker om de 'lust' op te wekken.
- weinig calorieën bevatten? Een schaalpje gevuld met 100 gram bevat slechts 29 Kilocalorieën. En zo heb je ook alweer de helft van de dagelijks aanbevolen hoeveelheid fruit binnen.
- aardbeien het enige fruit zijn met zaad aan de buitenkant? Een aardbei heeft gemiddeld zo'n 200 zaadjes.
- de aardbei haar naam dankt aan het feit dat ze dicht bij de aarde groeit? 'Bei' is ontleend aan het Franse woord 'baie' en betekent bes.

"STRAWBERRY FIELDS FOREVER" - THE BEATLES

INSPIRATIE

We geven je in deze brochure inspiratie voor 3 leuke cocktails en 1 mocktail, waar we telkens rond de aardbei hebben gewerkt als extra smaakmaker. We willen hiermee aantonen dat de aardbei een vrucht is waar je echt oneindig veel dingen mee kan doen in de keuken. Bij desserts is ze al erg goed ingeburgerd, maar ook bij cocktails kan je erg verrassend en smaakvol uitpakken met deze veelzijdige, rode vrucht uit eigen streek!

WE WILLEN MET DEZE BROCHURE UITERAARD GEEN ALCOHOLGEBRUIK VERHEERLIJKEN. GENIET VAN ZOWEL DE ZOEKTOCHT NAAR DE LEUKSTE INGREDIËNTEN, DE BEREIDING ÉN HET DRINKEN ERVAN - MAAR DOE HET VOORAL MET MATE.

GIN, EEN MUST?

De meeste cocktails in deze brochure vertrekken vanuit de basis van gin. Dat komt ook omdat we Vlaams-Brabant stilaan een ware ginstreek kunnen gaan noemen. Maar uiteraard kan je met een aantal van deze cocktails zelf wat experimenteren door het te vervangen door rum. Doe vooral ook wat je zelf lekker vindt, maar combineer er zeker de aardbei bij. Want zo zal je tijdens de zomer ongetwijfeld veel vrienden en familie kunnen verrassen met unieke smaken. Ontdek op www.straffestreek.be het mooie aanbod aan streekgins en andere sterke dranken uit Vlaams-Brabant.

AARDBEI ALS SMAAKMAKER

De aardbei staat centraal in al deze cocktails. Anders zou het ook geen aardbeibeleving zijn natuurlijk. Het is een vrucht waar we terecht trots op mogen zijn. Onze aardbei is gewoon van goudwaarde in de keuken. Het is een echte smaakmaker voor vele gerechten, maar via deze belevingsbrochure willen we ook aantonen dat je er ook unieke cocktails mee kan maken waar je verrassend mee uit de hoek kan komen in de zomer!



RITCHIE-GIN COCKTAIL

MET AARDBEI EN TIJM

VLAAMS-BRABANT RIJK AAN GIN

Het klinkt misschien wat vreemd, maar Vlaams-Brabant is een echte ginstreek geworden. Een paar distilleerderijen distilleren ondertussen effectief zelf de alcohol en produceren enkele fantastische gins. Het is de moeite om daar zeker 's op ontdekkingsstocht te gaan om al die smaken te ontdekken. Daarnaast zijn er ook heel wat lokale initiatieven die een gin naar eigen smaak afwerken door de alcohol aan te kopen en dan te gaan vermengen.

De zogezegde hype rond gin is nog niet ten einde en zal dat ook niet snel zijn. Gin blijft gewoon een ideaal aperitief en je kan er ontzettend veel variaties mee maken door het te gaan combineren met de talloze botanicals die je kan vinden.



INGREDIËNTEN

1/2 flesje Ritchie Lemon 🌿

4 cl gin uit de streek 🌿

1/2 limoen (naar eigen smaak)

4 aardbeien 🌿

enkele takjes tijm

enkele jeneverbessen

grote (ronde) ijsblokjes

BEREIDING

STAP 1

Kies een mooi, groot en rond glas uit voor deze gin, zodat je extra kan genieten van de aroma's bij het drinken.

STAP 2

Giet een aantal grote ijsblokjes in je glas. Voeg er dan 4 cl gin aan toe. Vul aan met de helft van het flesje Ritchie Lemon.

Wie graag toch nog die extra zurige toets heeft, kan nog een klein beetje limoensap erbij persen. Doe dit volledig naar eigen smaak, want ook de Ritchie geeft al een groot stuk zurigheid aan je gin.

STAP 3

Werk je glas verder af met een aantal schijfjes verse aardbei, enkele takjes tijm en een paar jeneverbessen. Even roeren en lekker fris serveren.

FROZEN GIN & STRAWBERRY

DE AARDBEI DAIQUIRI



INGREDIËNTEN

250 gr verse aardbeien uit de streek 🌱

4 cl gin uit de streek 🌱

4 cl Munt-Limoen Siro'nade (Stuckens) 🌱

100 gr crushed ice (of wat extra als je graag een dikkere blend hebt)

enkele muntblaadjes

BEREIDING

STAP 1

Neem een blender of mixer bij de hand en ls doe er alvast het crushed ice in.

STAP 2

Spoel de aardbeien kort even onder zacht stromend water, ontdoe ze van hun kroontje en doe ze samen met de gin en munt-limoen Siro'nade in de blender bij het ijs. Heb je de munt-limoensiroop niet? Dan kan je uiteraard ook zelf met wat limoen- of citroensap de zuurtebalans wat in evenwicht brengen. Doe dit vooral ook wat naar eigen smaak.

STAP 3

Laat maar blenden, die handel! Mix het geheel tot je die typische ijsblend hebt en giet het lekker fris in een aangepast (en eventueel voorgekoeld) glas. Werk het geheel nog even af met wat muntblaadjes en een volle aardbei op de rand en je hebt een heerlijke cocktail!



STRAWBERRY BASIL GIN

EEN ZOMERHIT OP TAFEL



BEREIDING

STAP 1

Haal je cocktailshaker maar boven als je er eentje hebt! Plet met een stamp-er 2 aardbeien - ontdaan van het kroontje - in de shaker. Voeg er de gin en munt-limoen Siro'nade bij (hier kan je ook werken met wat limoensap als je de siroop niet hebt). Steek ook een blaadje basilicum mee in de shaker.

STAP 2

Shake it like a polaroid picture! Schenk nadien alles uit met een zeefje zodat de pulp van de aardbeien niet mee in je glas komt. Garneer je cocktail nog met enkele basilicumblaadjes en zwarte peperbolletjes! Wil je een suikerrandje op je glas? Ga dan even met een geperste limoen over je glas en zet het ondersteboven in een laagje suiker.

INGREDIËNTEN

- 2 verse aardbeien 🍓
- 4 cl gin uit de streek 🍷
- 4 cl munt-limoen Siro'nade (Stuckens) 🍷
- een aantal blaadjes verse basilicum
- een aantal zwarte peperbolletjes
- een beetje suiker (voor afwerking van het glas)

TIP!

DIT IS EEN FIJNE COCKTAIL OM METEEN VOOR EEN AANTAL PERSONEN TE MAKEN EN IN EEN KANNETJE OP TAFEL TE ZETTEN. VOORZIE WAT EXTRA IJS, RIETJES, AARDBEIEN, ZWARTE PEPER EN BASILICUMBLAADJES EN LAAT IEDEREEN ZIJN EIGEN GLAS NAAR WENS GARNEREN.





MOCKTAIL

MET VLIERBLOESEM EN AARDBEI

BEREIDING

STAP 1 • _____

Haal je blender maar boven want dit is weer een pak makkelijker als je de machine het werk laat doen. Doe alle ingrediënten - behalve het ijs (!) - in de blender en mix het geheel.

STAP 2 • _____

Vul een aantal leuke glazen met ijsblokjes en verdeel je mengsel over de glazen door het er rustig in uit te gieten.

STAP 3 • _____

Garneer je glas nog met een muntblaadje en een aardbeitje op de rand. Nog een leuk herbruikbaar of papieren rietje erin en je bent klaar voor de zomer!

INGREDIËNTEN VOOR 4 MOCKTAILS • _____

250 gr aardbeien uit de streek 🌱

150 ml vlierbloesemsiroop (JB) 🌱

200 ml bruisend water uit de streek 🌱

enkele ijsblokjes

enkele muntblaadjes



AARDBEIENCONFITUUR

MET EEN TWIST

TIPS

1) WIL JE CONFITUUR MAKEN ZONDER SUIKER, VERVANG DE SUIKER DAN DOOR 2 EETLEPELS HONING. LET WEL OP, WANT ZO ZAL JE DE CONFITUUR MINDER LANG KUNNEN BEWAREN.

2) ALS JE JE GLAZEN POTJES EN DEKSELS EERST STERILISEERT (10 MIN. IN KOKEND WATER), KAN JE DE CONFITUUR LANGER BEWAREN.

INGREDIËNTEN

500gr aardbeien uit de streek 🌱

500gr kristalsuiker

1 citroen (sap)

150ml kriekbier 🌱

BEREIDING

STAP 1

Snij de kroontjes van de aardbeien en snijd ze in kleine stukjes. Neem dan een ruime kookpot en doe alle versneden aardbeien erin. Voeg er de suiker, het sap van 1 citroen en het kriekbier bij.

STAP 2

Doe het deksel op de pot en zet het op een middelhoog vuur voor een 10-tal minuutjes. Haal daarna de pot van het vuur, roer alles nog 's goed door en breng aan de kook op een hoger vuur.

STAP 3

Zodra de confituur de gewenste dikte heeft (na enkele minuten koken), schep je met een schuimspaan het schuim van de confituur en giet je het in enkele confituurpotjes. Heb je geen schuimspaan, gebruik dan een lepel of blijf gewoon roeren tot het schuim terug verdwenen is. Doe de potjes meteen dicht na het vullen, draai ze om (zo worden ze vacuüm getrokken) en laat ze zo afkoelen.

AARDBEIENTAART

OP KRUIMELDEEG

INGREDIËNTEN

125gr hoeveboter 🌿

90gr bloedsuiker

5 eieren (1 voor het kruimeldeeg / 4 voor de vulling)

30gr amandelpoeder

250gr tarwebloem 🌿

snuifje zout

5dl hoefemelk 🌿

50gr puddingpoeder

100gr suiker

1 blaadje gelatine

2,5dl room

400gr verse aardbeien 🌿

eventueel bloedsuiker en munt voor afwerking



KRUIMELDEEG MAKEN

Weeg de ingrediënten eerst nauwkeurig af alvorens te beginnen. Zet je boter al even uit de koelkast zodat je ze mals in je mengmachine kan doen. Laat de mengmachine (met de hand kan uiteraard ook als je je de pols 's goed wil trainen) al rustig draaien met de boter en voeg kort erna de bloedsuiker toe. Als alles goed vermengd is, kan je ook het ei erbij doen. Daarna voeg je het amandelpoeder toe. Laat bij dit alles de mengmachine continu draaien. Na een minuut mag je de 250 g bloem toevoegen. Doe dit schepje voor schepje. Voeg nog een snuifje zout toe bij het geheel en laat de machine nog even draaien. Schep het deeg uit de mengkom en kneed het kort tot een bol. Verpak het deeg in vershoudfolie en laat het zeker nog een half uurtje rusten in de koelkast alvorens het te gebruiken.

Verwarm de oven voor op 180°C. Vet een gekartelde taartvorm (van +/- 18 cm) in met wat boter. Bepoeder de vorm ook nadien nog met een laagje bloem zodat de taart later makkelijk loskomt na het bakken. Strooi wat bloem op je werkblad en rol het gekoelde en uitgeruste deeg uit tot één grote lap van ongeveer 5mm dikte. Leg deze lap van kruimeldeeg over de taartvorm en druk deze stevig aan in de randjes. Snij het overbodige deeg van de rand weg. Bedek de bodem en randen van de taartvorm met bakpapier en zorg voor baklinzen of -gewichtjes op de bodem, zodat het deeg tijdens het bakken niet omhoog komt. Zet de taartbodem in de voorverwarmde oven van 180°C en laat deze een 20-tal minuten bakken tot je een goudbruine en krokante bodem hebt. Verwijder daarna de baklinzen en haal de taartbodem uit de vorm om te laten afkoelen.

BANKETBAKKERSROOM MAKEN EN AFWERKING TAART

Verwarm 5 dl melk in een pannetje op een zacht vuur. Snijd het vanillestokje overlangs in twee en schraap er de zaadjes uit. Doe deze zaadjes en de peul in je melk. Laat je melk even opwarmen tot tegen het kookpunt zodat de vanillesmaak goed kan doorkomen. Scheid 4 eieren en doe de dooiers ervan in een mengkom. Weeg exact 100 g suiker af en doe dit bij de dooiers in de mengkom en laat de machine alles rustig enkele minuten mengen tot alle suikerkorrels zijn opgelost. Voeg een zakje puddingpoeder (50 g) toe en laat de machine alles goed mengen. Schenk een klein deel van de melk bij het eiermengsel en roer nog even door met de garde. De vanillepeul mag je uit het melkpannetje halen. Giet de hele inhoud van de mengkom met eiermengsel bij de rest van de warme melk. Blijf hierbij op een zeer zacht vuur roeren met je garde tot je een mooie, gebonden pudding krijgt. Let erop dat je pudding niet aanbrandt. Bedek je banketbakkersroom die je nu hebt verkregen met vershoudfolie om geen velletje te krijgen en laat de pudding verder even afkoelen. Week een blaadje gelatine in een beker met koud water. Klop de volle room half op tot je een luchtig mengsel krijgt. Knijp het gelatineblaadje dat je liet weken uit en verwarm een klein beetje room in een pan en los het gelatineblaadje erin op. Schenk de room met gelatine bij de half opgeklopte room en roer goed door met je garde. Schep de afgekoelde banketbakkersroom geleidelijk aan bij de opgeklopte room. Blijf ondertussen goed roeren tot je een luchtige vanillecrème hebt. Giet deze crème netjes in de taartvorm en laat ze opstijven voor een tweetal uren. Werk tenslotte de taart netjes af met 400 g aardbeien. Verwijder het kroontje ervan en bedek de gevulde taartbodem rijkelijk met halve of hele aardbeien om het door jouw gewenste effect te bekomen. Enkele muntblaadjes of bloedsuiker erbij kunnen de taart nog wat extra kleur en smaak geven.

DESSERTS



YOGHURT MET AARDBEI & CRUMBLE VAN SPECULAAS

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

500 gr yoghurt uit de streek 🌱

1 el streekhoning 🌱

1 à 2 speculaasjes uit de streek 🌱

250 gr aardbeien uit de streek 🌱

BEREIDING

Meng de yoghurt met de honing. Spoel de aardbeitjes, verwijder het kroontje en snij ze in kleine stukjes. Hou een 4-tal aardbeitjes apart voor de afwerking. Verkruiemel wat speculaas (hoeveelheid naar eigen smaak). Vul glazen met een laagje aardbeitjes, vervolgens een laag yoghurt, dan opnieuw wat aardbeitjes, enzoverder. Vul zo verder tot het glaasje vol is. Eindig met de verkruiemelde speculaas en eventueel 1 aardbei in zijn geheel. Laat dit een paar uur in de koelkast staan alvorens te serveren.

FROZEN POPSICLES

MET VERSE AARDBEIEN

WAT IS HET?

Zo'n frozen popsicle is niets minder dan een vormpje dat je kan vullen naar je eigen smaak en daarna laat je de diepvriezer zijn werk doen. Eens alles is bevroren en uitgehard, kan je de lolly uit zijn vormpje halen en daarna is het smullen geblazen. Frozen popsicles zijn een echte aanrader om met kinderen te maken. Maar ook voor volwassenen kan je er een kleurrijk dessertje of verkoelmomentje mee op tafel toveren. De mogelijkheden zijn eindeloos. Wedden dat je eens je de smaak te pakken hebt, je een zomer lang zal spelen met smaken?

BEREIDING

STAP 1

Spoel je aardbeien kort onder licht stromend water en verwijder het kroontje. Snij er eentje in dunne plakjes en pureer de rest van de aardbeien.

STAP 2

Meng de yoghurt bij de gepureerde aardbeitjes, zodat je een mooie roze kleur krijgt. Of breng wat variatie in je popsicles door er enkele te voorzien van enkel yoghurt met gesneden stukjes aardbei in vermengd. Enkele sliertjes lopende honing erover geeft ook extra kleur en smaak aan het geheel.

STAP 3

Werk de popsicle eventueel nog af door er hele stukjes aardbei in te verwerken of dunne schijfjes bovenop aan te leggen alvorens de popsicle te sluiten en in de diepvriezer te leggen. Wacht geduldig af tot alles hard is, haal de popsicle uit de vorm en serveer meteen!

INGREDIËNTEN

500gr yoghurt uit de streek 🌱

250gr aardbeien uit de streek 🌱

SMAAKMAKERS

sliertjes honing of caramel

stukjes of crumble speculaas

stukjes aardbeien

stukjes chocolade

EXTRA SMAAKVOL

Gebruik bij yoghurt extra smaakmakers als honing, caramel, citroensap of crumble wat speculaas. Of combineer een appelsap met wat zwarte bessen.

Maar ook het oog wil wel wat, dus probeer ook met stukjes aardbei tegen de randen leuke effecten te bekomen. Denk ook aan een leuke schaal met ijsblokjes om ze eventueel te presenteren tijdens een feestje!

TIP!

HEB JE NIET VEEL VORMPJES LIGGEN OM FROZEN YOGHURT IJSES MEE TE MAKEN? GEBRUIK DE REST VAN JE YOGHURT DAN OM HET DESSERTJE MET YOGHURT, AARDBEIEN, HONING EN CRUMBLD SPECULAAS TE MAKEN (ZIE PAG. 20).



AARDBEIENIJS

MET VOLLE ROOM



IJS ZELF MAKEN OF KOPEN?

Je kan makkelijk en snel zelf een vorm van aardbeienijs maken met wat volle room, zoals het in dit recept staat. Maar onze streek biedt ook heel wat ambachtelijke ijsproducenten met heerlijk aardbeienijs. Ga op ontdekking naar een lokale hoeve of ijsproducent op www.straffestreek.be en koop daar je ijs als je voor die echte volle ijssmaak wil gaan. Afwerken thuis kan je dan uiteraard ook met verse aardbeitjes en wat muntblaadjes.

Elke zomer is er bovendien ook een Tour de Crème waar je heel wat hoeves zelf kan gaan bezoeken en het verse ijs proeven!



INGREDIËNTEN

- 500 gr** verse aardbeien uit de streek 🌱
- 4 el** honing 🌱
- 5 dl** volle room
- enkele** verse muntblaadjes

BEREIDING

STAP 1

Hou enkele aardbeitjes al even apart in de koelkast voor de afwerking op het einde. De overige aardbeien spoel je kort even af onder zacht stromend water. Verwijder het kroontje en steek ze in een afgesloten zakje in de diepvries.

STAP 2

Na een aantal uurtjes kan je de bevroren aardbeien uit de diepvriezer halen. Voeg ze samen met de volle room en honing in een blender en mix het geheel tot je een mooie crèmige substantie hebt. Enkele stukjes aardbei erin mag zeker ook nog. De structuur kies je daarin zelf naar eigen smaak.

STAP 3

Serveer je zelfgemaakte roomijs in een leuke coupe en werk alles af met de verse aardbeien uit je koelkast en enkele muntblaadjes.



STRAFFE STREEK

De een ontwerpt bitterzoete pralines, de ander teelt druiven in een serre. De een brouwt bier naar een recept van zijn overgrootouders, de andere start een kaasmakerij op zijn boerderij. Er is zoveel verschil in wat streekproducenten doen. Dat heeft voor een groot stuk te maken met de streek waarin ze wonen. Je vindt nu eenmaal geen lambiekbrouwers in het Hageland en je zal niet snel een Hagelandse wijnbouwer vinden in het Pajottenland. Maar of het nu gaat om aardbeitelers, wijnboeren, koffiebranders, bakkers, chocolatiers, bierbrouwers, imkers, slaggers of witlooftelers, ze hebben één belangrijk ding gemeen: streekproducent zijn is geen beroep, het is een passie!



De vzw Streekproducten Vlaams-Brabant is een coördinatie-, overleg- en actieplatform van, voor en door Vlaams-Brabantse streekproducenten, uitbaters van streekhoekjes en -winkels, horecazaken en logies. Ook heel wat Vlaams-Brabantse gemeentebesturen sluiten zich aan bij onze werking met het label 'Straffe Streek Gemeente'. Als vzw ondersteunen en promoten wij onze streekeigen producten uit de Groene Gordel, het Hageland en Kunststad Leuven. De werking van de vzw wordt onder meer financieel ondersteund door de provincie Vlaams-Brabant.

**ONTDEK ALLE PRODUCTEN & PRODUCENTEN
OP WWW.STRAFFESTREEK.BE**

VZW STREEKPRODUCTEN VLAAMS-BRABANT

PROVINCIEPLEIN 1, 3010 LEUVEN | TEL. 016 26 72 27
STRAFFESTREEK@VLAAMSBRABANT.BE | WWW.STRAFFESTREEK.BE



**ONTDEK ONZE
STRAFFE STREEK**



**STREEKPRODUCTEN
VLAAMS-BRABANT**

