

Sperziebonen



Bijgerecht

Groente

4 personen

Land: Frankrijk

Bereidingstijd: 20 minuten

Seizoen: hele jaar door, grootste aanvoer uit Nederland van juni t/m augustus



Ingrediënten

- 800 gram sperziebonen
- 50 gram roomboter
- 1/2 teen knoflook ragfijn gesnipperd
- handje gehakte peterselie
- zout

Bereidingswijze

1. Breng een grote pan water met flink zout aan de kook. Sperzieboontjes hoef je tegenwoordig niet meer af te halen, althans niet voor de draden die je vroeger had. Snijd de steelaanzet eraf, laat aan de andere kant het puntje zitten als het niet verdroogd is. Kook ze net aan gaar op hoog vuur, zonder deksel, in 8 à 15 minuten.

2. Giet grondig af en smoor ze een paar minuten na met de boter, de knoflook en de peterselie. Sommige Fransen vinden dat er een paar druppels azijn bij moet.

Tenslotte

Dunne sperziebonen noemen wij haricots verts, alsof het een aparte soort zou zijn. Nu houden de Fransen van dun, maar elke sperzieboon is een haricot vert. En de ware, glorieuze vout le voyage smaak is gewoon roomboter, peterselie en een vleug knoflook. Er zijn veel soorten sperziebonen. De kleur kan variëren van lichtgroen tot geel en donkergroen. Koop geen slappe doffe boontjes. De sperzieboontjes kun je niet rauw eten, maar gekookt of gestoofd zijn ze heerlijk. Ook als je ze laat afkoelen, bijv. door de salade. Je kan ze een paar dagen bewaren in de ijskast. Voor **Sperziebonen met Tomaat** maak je 600 gr sperziebonen schoon zoals beschreven. Breng een grote pan water met zout aan de kook en doe er de boontjes in. Kook ze beetgaar - de tijd varieert van acht tot vijftien minuten en dus moet je proeven. Giet ze af en bewaar. Bak 1 grote gesnipperde ui op halfhoog vuur glazig in een scheutje olijfolie. Voeg 2 gehakte tenen knoflook toe, bak nog een minuut en doe er 400 gr tomatenblokjes uit blik, 2 tl komijnpoeder (djinten), 2 tl ketoembar, 2 el Thaise vissaus en misschien nog wat zout bij. Laat, nog steeds op halfhoog vuur, in een minuut of vijf indampen tot een saus. Doe er de boontjes bij, meng en eet. Je kunt ook een **Sperziebonenstampot** maken. Schil daarvoor 1 kilo aardappels en kook in 20 minuten gaar. Maak 500 gr sperziebonen schoon (voor zover nodig), snijd ze in panklare stukken (voor zover nodig) en kook ze in 10 minuten gaar. Neem een koekenpan. Doe er een scheut olijfolie in. Plet twee of drie tenen knoflook en snijd ze fijn. Bak ze in de olie tot ze goudbruin kleuren en haal ze er dan razendsnel weer uit. Bak daarna in dezelfde olie 100 gr spekblokjes mooi bruin -niet te snel. De boel moet niet verbranden. Voeg 2 el azijn toe en laat die een paar minuten meekoken, tot hij nauwelijks nog naar azijn ruikt. Stamp of pureer intussen de aardappelen, beetje melk erbij, royaal boter toevoegen of, voor een iets lichtere versie, een scheut olijfolie. Klop eventueel luchtig met de garde. Doe er een beetje zout bij, heel wat versgemalen zwarte peper, en een handje fijngesneden peterselie. Schep de bonen door de puree en giet het sausje met spek eroverheen. Nu

Sperziebonensalade. Was 500 gram sperziebonen en haal af. In pan met weinig water en zout sperziebonen in ca. 10 minuten beetgaar koken. Intussen 1 grote vastkokende aardappel schillen en wassen. Aardappel in lengte halveren en in plakjes van ca. 3 mm dik snijden. In pan met weinig water en zout aardappelplakjes in ca. 5 minuten beetgaar koken. 2 bosuitjes schoonmaken en in dunne ringetjes snijden. 12 zwarte olijven zonder pit fijnhakken. In slaschaal doen: 2 el witte wijnazijn, 2 tl mosterd, 2 tl majoraan, zout, peper en 5 el olijfolie. Tot sausje roeren. Gehakte olijven erdoor roeren. Aardappelplakjes en sperziebonen afgieten en warm door dressing scheppen. Salade laten afkoelen en en ca. 1 uur in koelkast zetten. Voor serveren bosui-ringetjes door bonensalade scheppen. Garneren met hele olijven. Voor **Sperziebonensalade uit Frankrijk** moet je in een lege jampot een dressing maken van 2 tl mosterd, 2 el witte wijnazijn, 7 el olijfolie, 1 gesnipperde sjalot, 1/2 teen fijn gerapte knoflook, zeezout en peper. Flink schudden. Giet deze dressing over 600 gr schoongemaakte, gekookte, uitgelekte en nog warme sperziebonen. Bestrooi met kervel. Serveer lauwwarm.