

# Aubergine met groene tomaten en crème van parmezaan

recept vegetarisch



---

Van SONJA VAN DE RHOER

---

Bijna iedereen in Nederland (85 procent) eet te veel zout. We weten dat dit niet gezond is en zeker slecht voor onze nieren. Zout geeft smaak aan een gerecht, maar verse kruiden kunnen een uitstekende vervanger zijn. Wilt u minder zout eten, kijk dan eens op de site [www.nierstichting.nl/kruidenwijzer](http://www.nierstichting.nl/kruidenwijzer). De Nierstichting organiseert op 12, 13 en 14 maart voor de tweede maal de Restaurant Driedaagse, [www.restaurantdriedaagse.nl/](http://www.restaurantdriedaagse.nl/) waarbij een groot aantal goederrestaurants in Nederland laten zien dat zoutarm of minder zout eten heel erg lekker kan zijn.

Wij aten proef bij restaurant Boas in Deventer, waar eigenaar Peter van Emde Boas zich een echte gastheer toonde en chef-kok Pascal van Dijk ons verraste met een groen getint menu van seizoensgebonden regionale producten, puur en perfect zoutarm bereid.

Dit gerecht met aubergine was de topper voor ons. De graffiti aubergine is misschien iets minder bekend dan de 'gewone' paarse aubergine. Herkenbaar aan zijn gestreepte uiterlijk en heldere kleur met mooi wit en sappig vruchtvlees en een iets dunnere schil. Hij neemt minder vocht op dan de standaard aubergine. Ideaal om te bakken, te poffen en te stomen. Na bereiding krijgt de graffiti aubergine een volle, zacht kruidige en romige smaak. Ze zijn het hele jaar verkrijgbaar.

Laat de aubergine circa 30 minuten garen in het midden van een voorverwarmde oven van 180 graden, totdat hij zacht aanvoelt.

Ontvel voor de tomatentartaar de groene tomaten en verwijder zaad en vocht. Snijd de tomaten in blokjes (concassé). Pel de sjalot en knoflook en hak deze fijn, samen met de kappertjes. Breng op smaak met olijfolie, fijngehakte peterselie en peper. Verwarm het tomatenmengsel op een laag vuur.

Klop de parmezaanse kaas los met de witte wijn. Breng samen al roerende aan de kook. Voeg de room toe en laat zachtjes inkoken tot sausdikte. Breng op smaak met peper.

Serveren: snijd de aubergine aan de bovenkant in, duw open, leg de tomatentartaar in het midden en schenk de crème van parmezaan eroverheen.

Ingrediënten per persoon:

1 graffiti aubergine

voor de tomaten- tartaar:

2 groene tomaten

0,5 sjalot

0,5 teen knoflook

1 lepeltje kappertjes

1 eetlepel olijfolie

1 takje platte peterselie

peper, zout

voor de crème van parmezaan:

25 gram geraspte parmezaan

0,5 dl witte wijn

0,5 dl room

---