

Couscoussalade van een Weense sterrenkok

recept Vegetarisch



Van SONJA VAN DE RHOER

Houdt u van bergen, wandelen, lekker eten en heeft u nog een paar vakantiedagen over? Reis dan af naar Ischgl in het Oostenrijkse Paznauntal. Hier kun je voor het elfde jaar de Culinaire Jacobsweg lopen of fietsen. In vijf hutten op circa 2300 meter hoogte wordt een gerecht (15 euro per persoon) gekookt dat is bedacht door een bekende sterrenkok.

Zo kan er worden genoten van een - niet vegetarisch - gerecht van onze eigen tweesterrenkok Onno Kokmeijer van restaurant Ciel Blue. Kokmeijer is door Gault&Millau uitgeroepen tot chef-kok van 2019. Er is ook een vegetarisch gerecht van Paul Ivic, van restaurant Tian in Wenen (één Michelinster) en gerechten van Duitse, Franse en Engelse sterrenkoks. Wandelaars kunnen elke dag naar een andere hut lopen en alle gastronomische gerechten proeven.

Elke gast die minimaal één nacht in het Paznauntal verblijft, krijgt een pas waarmee het gebruik van kabelbanen en overige liften gratis is. De gerechten staan gedurende het hele wandelseizoen op het menu in de vijf hutten en zijn tevens te downloaden van ischgl.com (via het kopje 'Active' onder 'Menu'). Op 18 augustus zijn de vijf sterrencreaties te proeven in de Jamtalhütte tijdens het Zomerfestival.

Het recept van deze couscoussalade kreeg ik van Paul Ivic uit zijn nieuwe boek 'Vegetarische Sommerküche'.

Verwarm de groentebouillon. Hang de couscous in een zeef circa 1 minuut in de kokende bouillon. Laat de zeef uitlekken. Doe de couscous in een schaal en laat hem enigszins afkoelen. Roer de sesamolie er direct doorheen.

Meng de overige ingrediënten door de licht afgekoelde couscous en breng op smaak.

Liefhebbers van pittig kunnen er een paar druppels tabasco aan toevoegen.

Variatie: gebruik gierst in plaats van couscous. Kook de gierst in 25 tot 30 minuten beetgaar. Gierst is een graansoort rijk aan fosfor, magnesium en koper. Bovendien is het glutenvrij en vezelrijk.

Ingrediënten voor 2 personen:

80 g couscous

500 ml groentebouillon

1 el donkere sesamolie

40 g rode paprika in blokjes

40 g gele paprika in blokjes

40 g komkommer in blokjes

40 g cherrytomaatjes in kwarten

1 tl ras-el-hanout

azijn naar smaak, bij voorkeur chardonnay- of andere witte wijnazijn

zeezout

1 el fijngeknipte verse tuinkruiden als rozemarijn, tijm, kervel, koriander

tabasco
