

Benoît d'Onofrio

SOBRELIËR

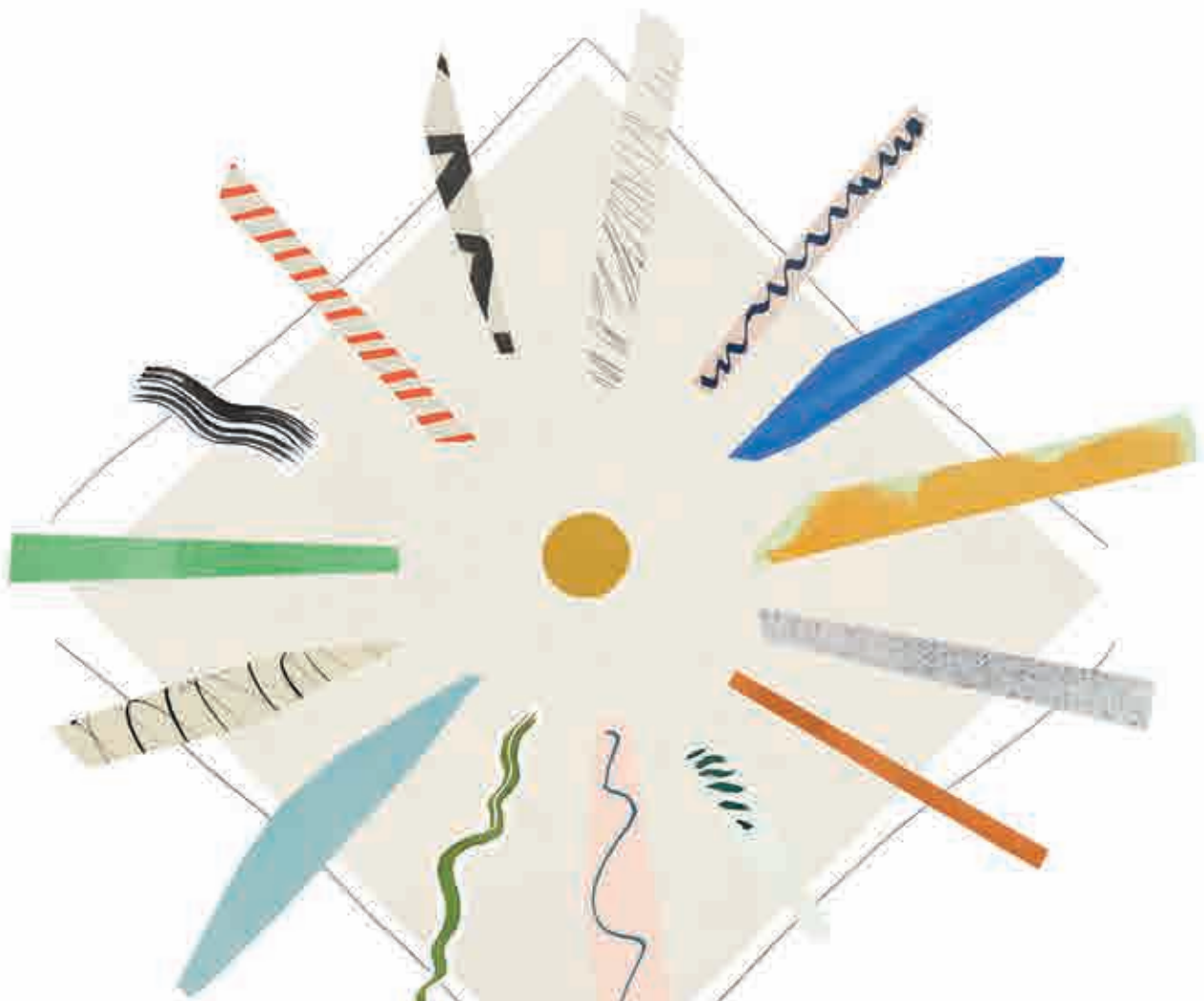
DE SOBERE SOMMELIER

EEN NIEUWE MANIER VAN FOODPAIRING
MET 45 RECEPTEN VOOR BIJZONDERE DRANKEN

FONTAINE UITGEVERS

INHOUD

9		INLEIDING
14		VOOR ELKE DORST WAT WILS
52		DE JUISTE INGREDIËNTEN
108		DE TECHNIEKEN
182		DRANKEN MET FRUIT
226		DRANKEN MET PIT
268		DRANKEN MET EEN KORREL
312		DRANKEN MET BUBBELS
358		DRANKEN MET EEN AIR
384		BIJLAGEN



VOOR ELKE
DORST
WAT WILS

16 WAT IS SMAAK?

SMAKEN
AROMA'S
TEXTUREN

27 HOE PROEF JE EEN
DRANK?

KIJKEN
RUIKEN
PROEVEN

37 JE VERLANGENS
ONTLEDEN

VERLANGEN NAAR EENVOUD
VERLANGEN NAAR FRISHEID
VERLANGEN NAAR INTENSITEIT
VERLANGEN NAAR GENOT
VERLANGEN NAAR COMPLEXITEIT
VERLANGEN NAAR LICHTHEID

WAT IS SMAAK?

De zoektocht naar smaakgenot begint al in de samenstelling van de voedingswaren die de natuur ons biedt, zoals fruit, groenten, planten, graangewassen, wortels, kruiden en pitten: grondstoffen die door het zonlicht, het klimaat en de bodem zijn beïnvloed en die hun eigenschappen als geur, kleur en smaak tonen aan wie er aandacht aan besteedt. Elke hap, elke slok roept een eigen zintuiglijke herinnering op door geur, smaak, textuur en misschien geluid en temperatuur te combineren tot een unieke ervaring die je bijna autobiografisch zou kunnen noemen.

Om die smaak-, geur- en tastsensatie – die we samen als ‘smaak’ zullen benoemen – te versterken, zijn er verschillende bereidingsmethoden. Fermenteren, infuseren, afkoken, emulgeren en inkoken zijn er allemaal op gericht de zintuiglijke kenmerken van een ingrediënt naar boven te halen, te versterken of op elkaar af te stemmen door het te combineren met andere ingrediënten volgens principes van balans en contrast die je zijn aangeleerd, die je aanvoelt of die je ontdekt door te experimenteren. Smaak is er niet zomaar, smaak ontstaat, verfijnt en ontplooit zich.

Hoewel je wordt geboren met reeds gevormde zintuigen, bepaald door je genen (denk maar aan het aldehyde in koriander dat je ofwel als lekker ofwel als een zeepsmaak ervaart), kun je smaak niet reduceren tot een louter biologische kwestie. Het is als een taal die je leert onder invloed van je sociale, economische, culturele omstandigheden, en die de sporen draagt van je verleden, je leef-omgeving, je reizen en de groepen waartoe je behoort.

Smaak weerspiegelt in al zijn veranderlijkheid de vele dimensies van ons bestaan: smaak vertelt over je geografische verplaatsingen, de sociale weg die je hebt afgelegd, je esthetische voorkeuren, je emotionele staat en je relatie met anderen. Voedingskeuzes zijn verre van neutraal, het zijn stilzwijgende maar belangrijke indicaties van je verlangens, je staat van zijn, je waarden en je tegenstellingen. Elk bord, elk glas is zo een spiegel van je veranderende identiteit.

Daarom is smaak nooit onveranderlijk. Hij evolueert op het ritme van je lichaam, je hormonen, je levenscyclus, je reizen, je zintuiglijke en emotionele ervaringen. Een zwangerschap bijvoorbeeld kan de hiërarchie van je voorkeuren overhoop gooien: die zoetigheden waarop je zo dol was, maken je nu misselijk, terwijl een zoet, kunstmatig drankje onweerstaan-



RUIKEN

De geuranalyse gebeurt in de neus, die bij volwassenen ongeveer tienduizend verschillende geuren kan waarnemen. Je kunt geuren onderverdelen in deze categorieën: bloemig, fruitig, citrusachtig, kruidig, balsemachtig, houtachtig, dierlijk, zeeïg, zwavelachtig, branderig en plantaardig. Aan de hand van die categorieën herken je geuren gemakkelijker en kun je ook beter onder woorden brengen welke geur je waarneemt. Je kunt uiteraard nog andere categorieën gebruiken of toevoegen, maar deze omvatten de meest gebruikelijke basisgeuren in de oenologie (de studie van de wijnproductie), gastronomie en de zintuiglijke waarneming.

Om de aroma's die je ruikt onder woorden te brengen, doe je een beroep op je zintuiglijk geheugen. Dit gebeurt in twee stappen:

- 1.** Vul een glas met een voet voor een derde met een drank en houd het glas alleen vast bij de voet om ongewenste geuren en vlekken op het glas te vermijden. Het gaat bij die eerste keer ruiken om een eerste indruk van het drankje; daarop baseer je je beslissing of je zult doorgaan met het proeven of niet. Die eerste geur is vluchtig, broos: je ruikt alleen de meest vluchtige, vaak bloemige of fruitige, aroma's en de geur hangt ook sterk af van de temperatuur van de drank. Een te koud of te warm glas kan die eerste indruk verstoren.
- 2.** Wals de drank in het glas om zuurstof toe te voegen. Door daarna een tweede keer te ruiken, herken je de drie soorten aroma's waarover ik eerder sprak en die je linkt met geuren uit de natuur, namelijk:
 - primaire aroma's: afkomstig van de gebruikte ingrediënten (bijvoorbeeld druiven voor wijn, theeblaadjes voor thee, koffiebonen voor koffie);
 - secundaire aroma's: veroorzaakt door de fermentatie of transformatie (bijvoorbeeld zuivel, amyl, branderig);
 - tertiaire aroma's: ontwikkeld tijdens de rijping door oxidatie of reductie (bijvoorbeeld accenten van eikenhout, leer, gedroogd fruit).

De tweede keer dat je ruikt, neem je een veel rijkere en vollere geur waar, waarin de zwaardere en vaak complexe verbindingen worden onthuld, die zich alleen dankzij de

toegevoegde zuurstof voluit tonen. Tijdens die tweede keer ruiken kun je echt alle geuren van een drank in kaart brengen.

Opgelet: in welk glas je een drank beoordeelt is van groot belang, in het bijzonder het materiaal waarvan het is gemaakt, de dikte van de wanden, de grootte van de opening, de diepte en de helderheid. Voor een optimale beoordeling van een drankje moet je dus aandacht besteden aan het kiezen van het juiste glas. Natuurlijk is een glas nooit helemaal neutraal en kan het afhankelijk van de vorm en het materiaal bepaalde kenmerken extra laten uitkomen of juist verhullen. Het glas stuurt een drank als het ware, het leidt de geuren, het regelt de temperatuur en het bepaalt de verwachting van de proever. In een smal glas blijft een parelende drank langer parelen, een lange steel zorgt ervoor dat je hand ver van de vloeistof blijft en die dus niet opwarmt, een grote kelk zorgt voor een goede zuurstoftoevoer en wordt daarom aanbevolen voor drankjes waarvan de smaak en de aroma's zich pas goed ontwikkelen als zuurstof wordt toegevoerd. Een smallere kelk stuurt het drankje naar het puntje en de zijanten van je tong, waardoor zachtheid meer opvalt en je toch heel goed de zuurte van een drank proeft. In een dikker glas blijft warme drank langer op temperatuur en de oneffenheden in een niet-geglazuurde, aardewerken drinkbeker geven dikkere dranken zuurstof, waardoor ze soepeler worden. In sommige culturen is het voorwerp waarin een drank wordt geserveerd onlosmakelijk verbonden met het ritueel van het drinken van die drank, en van de smaak zelf, zoals de kopjes waaruit men in Japan matcha drinkt of de kalebassen waaruit traditioneel maté wordt gedronken.

PROEVEN

Nu je neus heeft waargenomen, is je mond aan de beurt. Dit doe je in drie stappen:

1. De aanzet vooraan in je mond is de eerste indruk die de eerste elementen van de structuur van een drank onthult, namelijk de intensiteit van de smaak, de temperatuur van de drank, de textuur (dun, taai, wrang), de zoetheid en de zuurtegraad. Deze eerste indruk is heel kort, maar vaak wel van doorslaggevend belang.

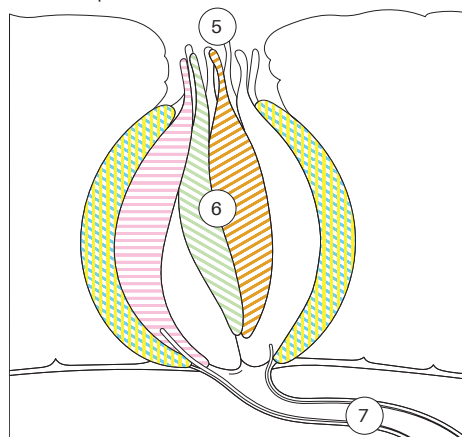
2. In het midden van je mond ontwikkelen de smaken zich en kun je de tannines, wrangheid en evenwichtigheid van de drank analyseren. Je gaat op zoek naar harmonie tussen de verschillende smaak- en tastelementen: in een evenwichtige drank overheerst zoetheid noch zuurte. De textuur ervan (vol, zijdeachtig, smeug, fijn, krachtig, sober) bepaalt mede het oordeel in het midden van de mond.

3. De laatste stap in het proeven gebeurt na het inslikken of uitspugen van de drank: de afdronk. Je beoordeelt de lengte van de afdronk, dus de tijd waarin de aroma's zich blijven ontplooiën terwijl de drank zelf niet langer aanwezig is. Je meet de lengte van de afdronk in seconden of 'caudalie', waarbij 1 seconde afdronk gelijk is aan 1 caudalie. Een lange afdronk wijst vaak op kwaliteit. Tijdens de afdronk kunnen retronasale aroma's (vaak tertiaire aroma's) terugkeren, produceer je soms meer speeksel en/of is er een aanhoudende tastwaarneming (fris, droog, warm enzovoort).

Tijdens de laatste stap van het proeven beoordeelt je reukstelsel de aromatische kenmerken in de mond. Dat is de retro-olfactie of retronasale reuk.

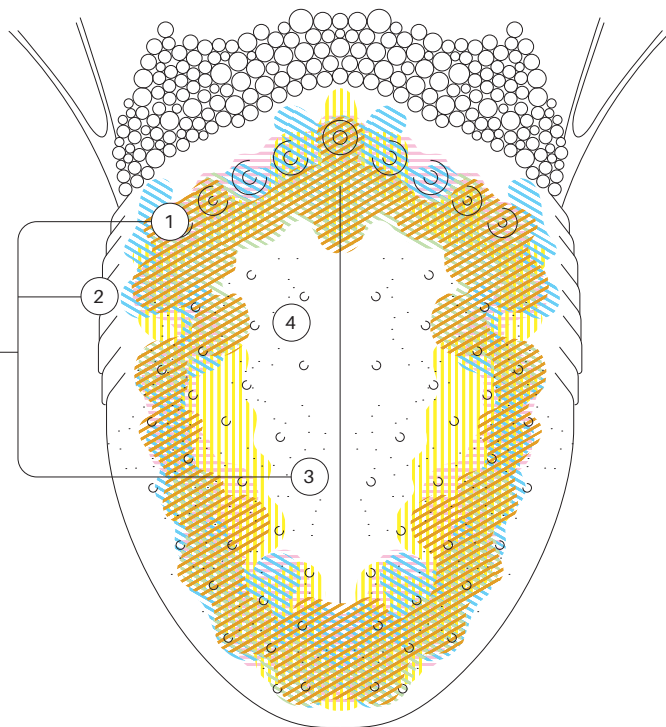
Smaakreceptoren

Smaakknop (doorsnede)



- | | |
|-------------------------------------|---------------------|
| 1. bekervormige smaakpapillen | 6. smaakreceptorcel |
| 2. bladvormige smaakpapillen | 7. zenuw |
| 3. paddenstoelvormige smaakpapillen | |
| 4. draadvormige smaakpapillen | |
| 5. smaakporie | |

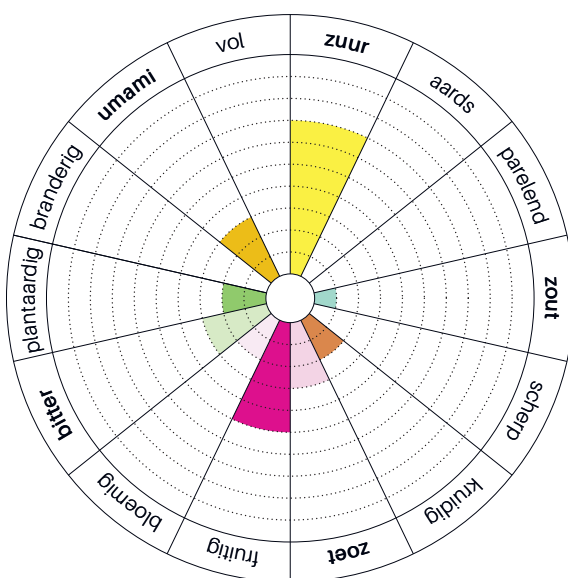
- | |
|----------|
| ■ zuur |
| ■ zout |
| ■ zoet |
| ■ bitter |
| ■ umami |



VELVET ACID

Citroen/dadel/munt/oranjabloesemwater

De frisheid van dit drankje, subtiel door de dadels aangevuld met accenten van honing of zelfs karamel, past uitstekend bij een plakje geroosterd zuurdesembrood besmeerd met verse geitenkaas.



INGREDIËNTEN VOOR 1 LITER

4 onbespotten citroenen
2 gedroogde dadels
1 liter water
10 muntblaadjes
4 theel. oranjabloesemwater

BENODIGDHEDEN

1 kleine kom
1 citruspers
3 grote kommen
1 keukenmachine
1 fijne zeef
1 kleine soeplepel
1 zeefdoek
1 trechter
1 beugelfles of fles met
kroonkurk van 1 liter

BEREIDINGSTIJD

20 minuten

HOUDBAARHEID

3-4 dagen in de koelkast



Stap 1

Schil de citroenen met een dunschiller. Bewaar de schil in de kleine kom.



Stap 2

Snijd de citroenen in vieren.



Stap 3

Pers de citroenen met de citruspers uit in een grote kom.



Stap 4

Verwijder de pitten uit de dadels.



Stap 5

Mix 300 ml van het water, de schil en het sap van de citroenen, de ontpitte dadels, de muntblaadjes en 2 theelepels van het oranjebloesemwater in de keukenmachine.



Stap 6

Zeef het citroendrankje door de fijne zeef in de tweede grote kom en druk goed aan met de achterkant van de kleine soeplepel om al het sap eruit te drukken.



Stap 7

Mix het residu uit de zeef met 300 ml van het water en de overige 2 theelepels oranjebloesemwater in de keukenmachine.



Stap 8

Zeef het gemixte residu door de schoongemaakte fijne zeef bij het citroendrankje in de grote kom en druk goed aan met de achterkant van de kleine soeplepel om al het sap eruit te drukken.



Stap 9

Voeg de overige 400 ml water toe aan de grote kom en roer goed.



Stap 10

Zeef het drankje door de fijne zeef met daarin de zeefdoek in de derde grote kom om de vloeistof helderder te maken.



Stap 11

Giet het drankje door de trechter in de fles van 1 liter.



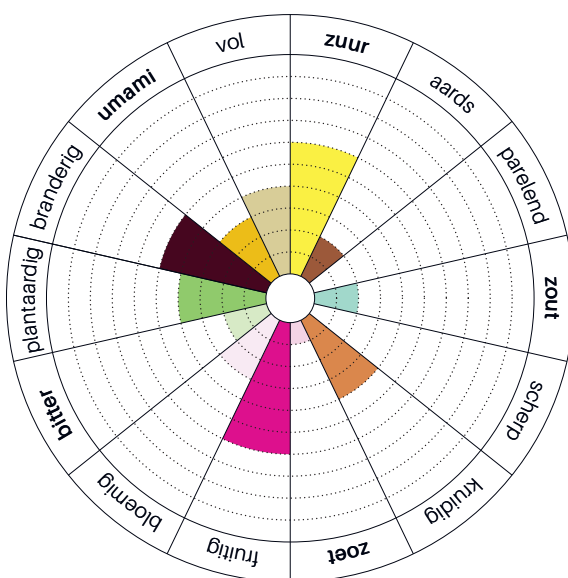
Stap 12

Sluit de fles af. Bewaar in de koelkast en serveer koel.

APRICOT THYME RIZZ

Abrikoos/witte rijst/tijm

De kruidige, bijna peperachtige frisheid van de Apricot Thyme Rizz, de vrijpostige zuurte en de accenten van gebakken geel fruit spannen samen tegen de romigheid van een polenta, terwijl de moutachtige, gekaramelliseerde afdronk van het drankje de 'nootachtige' accenten van het gerecht versterkt.



INGREDIËNTEN VOOR 1 LITER

200 g abrikozen
1 liter water
100 g witte camarguerijst
(langkorrelrijst)
4 takjes tijm

BENODIGDHEDEN

2 grote kommen
1 fijne zeef
1 kleine soeplepel
1 grote steelpan
of 1 grote kookpan
1 grote drankdispenser of
1 weckpot van 2 liter
1 trechter
1 zeefdok
1 beugelfles of fles met
kroonkurk van 1 liter

BEREIDINGSTIJD

4 uur

RUSTTIJD

2 uur

FERMENTATIETIJD

5 dagen

HOUDBAARHEID

3-4 dagen in de koelkast



Stap 1

Halveer de abrikozen en verwijder de pitten. Knijp met je handen in een grote kom het sap uit de abrikozen.



Stap 2

Zeef de helft van de uitgeknepen abrikozen door een fijne zeef boven de kom met de rest van de abrikozen. Druk goed aan met de achterkant van de soeplepel om er zo veel mogelijk sap uit te drukken.



Stap 3

Schep het residu van de abrikozen uit de zeef in de grote kookpan, voeg de liter water toe en kook 45 minuten op laag vuur af. Zet het vuur uit en laat het afkooksel 1 uur afkoelen.



Stap 4

Verwarm de oven voor tot 200 °C. Spreid de rijst uit op een bakplaat. Rooster 25 minuten in de oven en roer na een kwartier door de rijst.



Stap 5

Zeef het afgekoelde afkooksel door de fijne zeef in de grote kom met het abrikozensap.



Stap 6

Haal de rijst uit de oven en voeg die ook toe aan de kom met het abrikozensap.



Stap 7

Dek de kom af met een theedoek en laat 2 uur macereren.



Stap 8

Zeef het maceraat door de schoongemaakte fijne zeef in de tweede grote kom en druk het residu goed aan met de achterkant van de kleine soeplepel om al het sap eruit te drukken.



Stap 9

Giet de gezeefde drank in de drankdispenser, voeg de tijm toe en roer goed met een lepel.



Stap 10

Dek de drankdispenser af met een theedoek, maar sluit niet hermetisch af. Laat 1 dag op kamertemperatuur rusten om de fermentatie op gang te brengen.



Stap 11

Verwijder de theedoek 24 uur later en sluit de drankdispenser hermetisch af. Laat nog twee dagen fermenteren. Giet de gefermenteerde drank daarna door de trechter met daarin de zeefdoek in de fles van 1 liter.



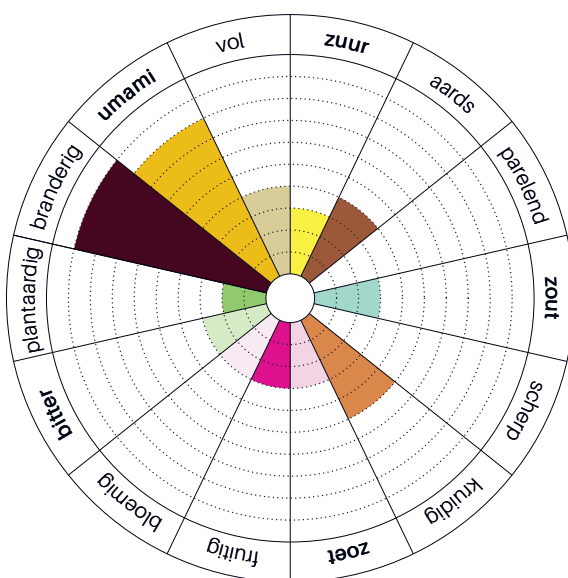
Stap 12

Sluit de fles af en laat de fermentatie nog twee dagen op kamertemperatuur doorgaan. Bewaar daarna in de koelkast en serveer koel.

PUMPCOFFEE

Pompoenpitten

Geserveerd bij een Franse comté die 18 maanden heeft gerijpt of bij een époisses uit Bourgondië, versterkt dit licht melkachtige drankje met accenten van cacao en gedroogd fruit de aroma's die de twee kazen met het drankje gemeen hebben.



INGREDIËNTEN VOOR 250 ML

20 g pompoenpitten
250 ml water

BENODIGDHEDEN

1 grote koekenpan
1 kom
1 koffiemolen of keukenmachine
1 koffiefilterhouder
1 koffiefilter

BEREIDINGSTIJD

20 minuten

HOUDBAARHEID

3-4 dagen in de koelkast





Stap 1

Rooster de pompoenpitten 10 minuten al roerend in de grote koekenpan op hoog vuur.



Stap 2

Laat de pompoenpitten 5 minuten afkoelen in de kom.



Stap 3

Maal de pompoenpitten in de koffiemolen of de keukenmachine fijn.



Stap 4

Zet de koffiefilterhouder met de koffiefilter klaar, indien nodig op een grote kop. Schep de gemalen pompoenpitten in de filter.



Stap 5

Verhit het water tot 85 °C en giet het langzaam in een cirkelvormige beweging van de buitenkant van de filter naar het midden over de gemalen pompoenpitten.



Stap 6

Laat het water door de gemalen pompoenpitten lopen tot de kop vol is. Drink meteen.

