

Eten in Europa

Verken de Europese Unie in 27 recepten



Bezoek
tentoonstelling
SUPERMARKT EUROPA
en win een
boodschappenpakket!

Eten in Europa



Eten doen we elke dag. We doen dat ook vaak samen. De maaltijd, het voedsel, brengt mensen samen. Dat geldt in zekere zin ook voor de landen die samen de Europese Unie vormen. Landbouw en voedsel speelde een belangrijke rol in het samenkomen van de landen van Europa.

Vijftig jaar geleden kwam deze Europese samenwerking tot stand. De Tweede Wereldoorlog lag nog vers in het geheugen. Honger als gevolg van een tekort aan voedsel wilden de mensen niet meer. Om dat te bereiken waren maatregelen nodig op Europees niveau.

Landbouw en voedsel bleven in Europa op de agenda staan. Maar wel met de nodige veranderingen. Al gauw was er geen sprake meer van tekort, maar van teveel. En nu is al langere tijd ook het teveel weer van de agenda. De laatste tientallen jaren is de aandacht gericht op kwaliteit. Nieuwe thema's kwamen op: hoe ons landschap er uitziet, hoe we kunnen zorgen dat we natuur en milieu in standhouden en hoe ons voedsel veilig genoeg is. En nu lijkt het of de cirkel weer rond is: recent komt toch weer de vraag op: hebben we wel genoeg voedsel in Europa?

Een interessante verandering in de afgelopen vijftig jaar is ook dat we anders zijn gaan eten. Naast aardap-

pelen en groente uit de eigen moestuin, kwamen, om maar eens wat te noemen, ook macaroni, knäckebröd, moussaka, paella of goulash op tafel. Dat wij anders zijn gaan eten, heeft onder te maken met het groeiende aantal landen dat lid werd van de Unie.

Op culinair gebied heeft de samenwerking in Europa ons veel goeds gebracht. Het voedsel dat we eten is veelzijdig, veilig, niet al te duur en vooral lekker. Door middel van de recepten in dit boekje kunt u – in uw eigen keuken – kennismaken met de grote verscheidenheid aan voedsel die de 'Supermarkt Europa' u heeft te bieden. En als toetje krijgt u de informatie over de geschiedenis van de Europese samenwerking.

Ik wens u smakelijk eten.

De minister van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit

Gerda Verburg

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Gerda', written over a white background.

1957 – 1972 De eerste zes landen

Wat voorafging Het ontstaan van de Europese samenwerking heeft dus veel met de Tweede Wereldoorlog te maken. De Europeanen wilden de verwoestingen en het bloedvergieten achter zich laten. De oorlog heeft wel tot gevolg dat Europa voorlopig in tweeën gesplitst wordt: Oost- en West-Europa.



Zes landen in West-Europa gaan op zoek naar een nauwe samenwerking: België, Duitsland, Frankrijk, Italië, Luxemburg en Nederland. Op 9 mei 1950 stelt de Fransman Robert Schuman daarvoor een plan op. Dit leidt tot een verdrag voor samenwerking op het gebied van de kolen- en staalindustrie (Europese Gemeenschap voor Kolen en Staal, EGKS, 1951).

het Verdrag van Rome

De zes genoemde landen gaan de samenwerking uitbreiden. Op 25 maart 1957 ondertekenen zij het Verdrag van Rome. Daarmee wordt naast de Europese Atoom Gemeenschap (Euratom) de Europese Economische Gemeenschap (EEG) opgericht. De

bedoeling is dat er een gemeenschappelijke markt komt. Dat betekent dat er sprake is van vrij verkeer van personen, goederen en diensten. Het zal nog even duren voor het helemaal zover is. Maar het begin is er en het economisch tij zit mee.

voedsel

Onderdeel van het Verdrag van Rome was een paragraaf over landbouw. De Nederlander Sicco Mansholt werkt dit in 1962 uit tot één landbouwbeleid voor de zes samenwerkende landen. Doel van dit beleid is dat de voedselproductie zal groeien, dat de boeren een goed inkomen zullen hebben en dat de consumenten dat voedsel voor acceptabele prijzen kunnen kopen.



België Geraardsbergse Mattentaart



In drie stappen

1 Matten

Breng 7 l volle melk (bij voorkeur direct van de boerderij) aan de kook. Voeg er op het kookpunt 2 l boerderijkarnemelk aan toe. De melk schift, het vocht wordt verwijderd door de massa in een neteldoek (kaasdoek) te scheppen. De vaste massa zijn de matten en die worden in de neteldoek opgehangen om te drogen. De gedroogde matten worden fijngemalen bijvoorbeeld door middel van een vleesmolen of een roerzeef.

2 Mattenbrij

1 kg matten, 8 eieren,
600 g griessuiker, waarvan
50 g voor de eiwitten.

Scheid de eieren. Meng, na het mengen van het eigeel en de suiker, de matten erin. Meng daarna het stijfgeklopt eiwit er zachtjes door.

3 afwerking

Plaats de de ronde taartvormpjes naast elkaar en spreid er een blad bladerdeeg over uit; druk dat goed tegen de wand aan om er nadien de mattenbrij in te spuiten of in te scheppen. Leg daarop weer een blad bladerdeeg en druk de onderkant met de bovenkant samen zodat de randjes goed gesloten zijn. Bestrijk het vervolgens met geklopt ei (dit geeft een goudglanzend aanzicht na het bakken). Geef met een schaar in het midden een knipje met als doel tijdens het bakken de dampen te laten ontsnappen, dat geeft na het bakken het bekende roosje op de taart. De ideale oventemperatuur is 220 °C en de baktijd bedraagt 35 minuten.



Duitsland



voorgerecht Berlijnse aardappelsoep

ingrediënten

500 g rundvlees voor bouillon, zout, soepgroente, 750 g aardappelen, witte peper, een snufje nootmuskaat, 0,5 theelepel majoraan, 50 g gerookte vette spek, 2 uien, half bosje peterselie en half bosje kervel.

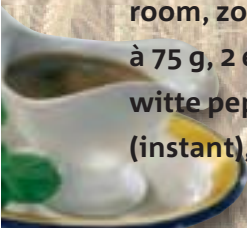


Rundvlees afspoelen en met 2 l water en zout in een grote pan doen. Negentig minuten afgedekt laten koken. Na 30 minuten afschuimen en de klein gesneden soepgroente toevoegen. Aardappels schillen, in 2 cm grote blokjes snijden en de laatste 30 minuten meekoken. Vlees eruit nemen en iets laten afkoelen; vet en kraakbeen verwijderen; in blokjes snijden en weer in de soep doen (deze moet nu smeugig zijn; als dit nog niet het geval is, dan nog met een garde de soep smeugig roeren). Met peper, nootmuskaat, majoraan en zout op smaak brengen. Spek in blokjes snijden, in een pan uitbakken, de gesnipperde uitjes toevoegen en bruin bakken. De peterselie en kervel fijnhakken. De soep in een terrine overdoen en kort voor het opdienen de spek, uien en kruiden erover verdelen.

hoofdgerecht Varkensfilet met roomkaaskorst en pepermuntsaus

ingrediënten

80 g droog brood, 2 eieren, 200 g roomkaas, 200 g slagroom, zout, 8 varkensoesters à 75 g, 2 el koolzaadolie, witte peper, 300 ml jus (instant), 40 g pepermunt.



Brood verkruimelen, met de eieren, roomkaas en 3 eetlepels slagroom door elkaar roeren, licht zouten. Varkensoesters met peper kruiden, in verhitte koolzaadolie aan beide kanten even laten braden, uit de pan nemen, met keukenpapier droog deppen en zouten. De roomkaasmassa gelijkmatig over het vlees verdelen en in een voorverwarmde oven bij 220 °C 10 minuten krokant bakken. De rest van de slagroom, de jus en 30 g gewassen en goed afgedroogde en fijngehakte pepermunt tot de helft laten inkoken en pureren. De varkensoesters met de saus opmaken. Met de rest van de pepermunt garneren. Als bijlage spaghetti met courgette- en wortelreepjes.

(© foto en tekst: CMA-Bestes von Bauern)

Frankrijk Graankip met Champagne



Volaille de Bresse

Ingrediënten

1 in stukken gesneden kip van 1,5 kg, 50 g boter, 3 sjalotjes, 1 blik gesneden champignons van 250 g, 1 likeurglas Cognac, 0,5 fles Champagne, 1 eetlepel aangemaakte boter (1 dessertlepel bloem + 1 dessertlepel boter), 2 dl zure room, 2 eierdooiers, zout, peper.



Kip uit Bresse. Foto: © www.bresse.info



Druivenoogst bij Verzenay, Marne in Champagne. © Pascal Xlcluna-
<http://photo.agriculture.gouv.fr>

Braad de stukken kip aan in een pan met hete boter, samen met de schoongemaakte sjalotten. Flamberen met de Cognac, de uitgelekte champignons en de Champagne toevoegen, het geheel binden met de aangemaakte boter en zachtjes laten sudderen. Roer de dooiers door de zure room en doe dit 5 minuten voor het opdienen bij de kip. Laat de saus, al roerend met een houten lepel indikken tot een samenhangende massa. Indien nodig nog even op smaak brengen. Dan alles in een diepe schaal scheppen en onmiddellijk opdienen.

Kip van stand

Frankrijk is een grote producent van pluimveevlees met keurmerk. De 'poulet de Bresse' wordt zelfs de 'koningin onder het gevogelte' genoemd! Niet verwonderlijk dat de prijs er ook naar is, tussen 35 en 75 euro per kip. Maar, er zijn ook andere graankippen met keurmerk!

Italië



voorgerecht Geroosterd brood (Bruschetta)

ingrediënten

ciabattabrood, 1 grote tomaat, 50 g geraspte Parmezaanse kaas, 2 teentjes knoflook, olijfolie, enkele verse basilicumblaadjes.

Snijd de tomaat in stukjes. Meng hierdoor de Parmezaanse kaas, de fijngehakte knoflook, 2 el olie en wat basilicum. Snijd het ciabattabrood in plakken en smeer beide zijden van iedere plak in met olijfolie. Bak het brood in enkele minuten tijd goudgeel in een voorverwarmde oven. Schep de tomatenmix op het brood en serveer.

hoofdgerecht Parmezaanse aubergineschotel (Parmigiana di melanzane)

ingrediënten

3 grote aubergines, 250 g mozzarella, 700 g gepelde tomaten, 2 teentjes knoflook, 4 basilicumblaadjes, 50 g geraspte Parmezaanse kaas, 4 eetlepels olijfolie, zout.

Snijd de aubergine in plakken van een halve centimeter dikte. Spreid, om het vocht aan de aubergine te onttrekken de plakken laag over laag uit in een schaal. Breng zout aan tussen de lagen en laat het geheel een uur staan. Verwijder daarna het zout. Dep de aubergineplakken droog en frituur ze in een koekenpan met olijfolie. Snijd de knoflook in blokjes en frituur ze op een laag vuur in de olijfolie. Voeg de gepelde tomaten toe en laat het geheel gedurende tien minuten op het vuur staan, zodat een deel van het kookvocht kan verdampen. Voeg na afloop de basilicumblaadjes toe. Spreid de aubergineplakken laag voor laag uit in een schaal. Giet over iedere laag twee eetlepels tomatensaus. Strooi over iedere laag wat Parmezaanse kaas en leg daarop plakjes mozzarella. De bovenste laag van het gerecht moet bestaan uit louter tomatensaus zonder kaas. Zet de schaal gedurende 45 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven. Het gerecht lauw serveren.



Luxemburg

Varkenshals met tuinbonen (Judd mat gaardebounen)



Wijnbouw in de Moezelstreek.

Grensgebied Ardennen / Eifel.



Ingrediënten

1,5 kg gezouten en gerookte varkenshals, 2 prei, 3 wortels, 1 stuk selderij, 3 teentjes knoflook, 2 laurierbladen, 1 kruidnagel, peperkorrels, bonenkruid, 2 l water. Voor de saus: 50 g boter, 50 g bloem, 4 uien, bonenkruid, 1 l bouillon, 2 dl witte wijn, 1 potje tuinbonen, room, gehakte peterselie, zout, peper.



Week het vlees een nacht lang in water. Kook het samen met de prei, wortels, selderij, knoflookteentjes, laurier, kruidnagel, enkele peperkorrels en bonenkruid. Laat alles 2 uur op een zacht vuur pruttelen.

Smelt de boter in een pan (deze mag niet bruin worden). Gooi de bloem er in een keer bij. Roer het mengsel goed door met een garde. Laat 2 à 3 minuten koken. Doe de ui en het bonenkruid erbij. Leng het mengsel aan met de bouillon en de witte wijn. Laat deze saus een half uur zacht koken. Doe de tuinbonen en de room erbij. Voeg zonodig wat zout en peper toe. Snijd het vlees in plakken.

Voor het opdienen

Leg het vlees op een schaal en giet er een beetje saus overheen. Doe de tuinbonen erbij. Serveer met aardappels en gebakken spekjes.

Nederland

Moderne hollandse erwtensoep



ingrediënten

3 l water, 300 g groene (diepvries) erwten, 200 g spliterwten, 500 g schouderkarbonades, in blokjes gesneden, zout of 2 groentebouillon-tabletten
1 selderijknol, in blokjes gesneden, 2 bossen bladselderij, 3 of 4 prei, in plakjes gesneden, 1 of twee rookworsten, in plakjes gesneden

Laat de erwten en spliterwten minstens een halve dag weken in ruim water. Gooi het weekwater niet weg, maar giet dit in een grote pan. Voeg de erwten en het vlees toe.

Breng de massa geleidelijk aan de kook. Houd de soep ongeveer twee uur tegen de kook aan. Haal met een schuimspaan het schuim regelmatig van de soep. Voeg het zout of de bouillontabletten en de prei toe. Wrijf de hele erwten met een houten lepel tegen de wand van de pan fijn. Laat de soep op laag vuur doorsudderen en voorkom door regelmatig roeren dat er een korst op de bodem van de pan ontstaat. Roer als de soep mooi glad is de bladselderij erdoor. Lekker met roggebrood met katenspek.

Snert

Met 'snert' wordt erwtensoepp van de tweede dag bedoeld. Erwtensoepp van een dag oud is veel lekkerder. Afgekoeld is het een vaste brij, waarin de lepel gemakkelijk rechtop blijft staan). Warm de snert op een lage hittebron langzaam op, onder voortdurend roeren en voeg eventueel wat water toe. Voorkom koekvorming.

1973 – 1980 De West-uitbreiding

Uitbreiding Op 1 januari 1973 wordt de EU een flink stuk groter. Dan treden het Verenigd Koninkrijk, Ierland en Denemarken als landen toe. In deze periode gaat Europa zich met een aantal nieuwe onderwerpen bezighouden.

Zo ontwikkelt de EU wetgeving op milieugebied. Uitgangspunt daarbij is: de vervuiler betaalt. Ook geeft de Unie steeds meer aandacht aan achterblijvende gebieden binnen de lidstaten. Het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling is er het gevolg van. Deze vorm van structurele steun gaat een groot deel van het EU-budget uitmaken. Een nieuwe ontwikkeling in deze periode is ook dat in 1979 er voor het eerst rechtstreekse verkiezingen voor het Europees Parlement worden gehouden.

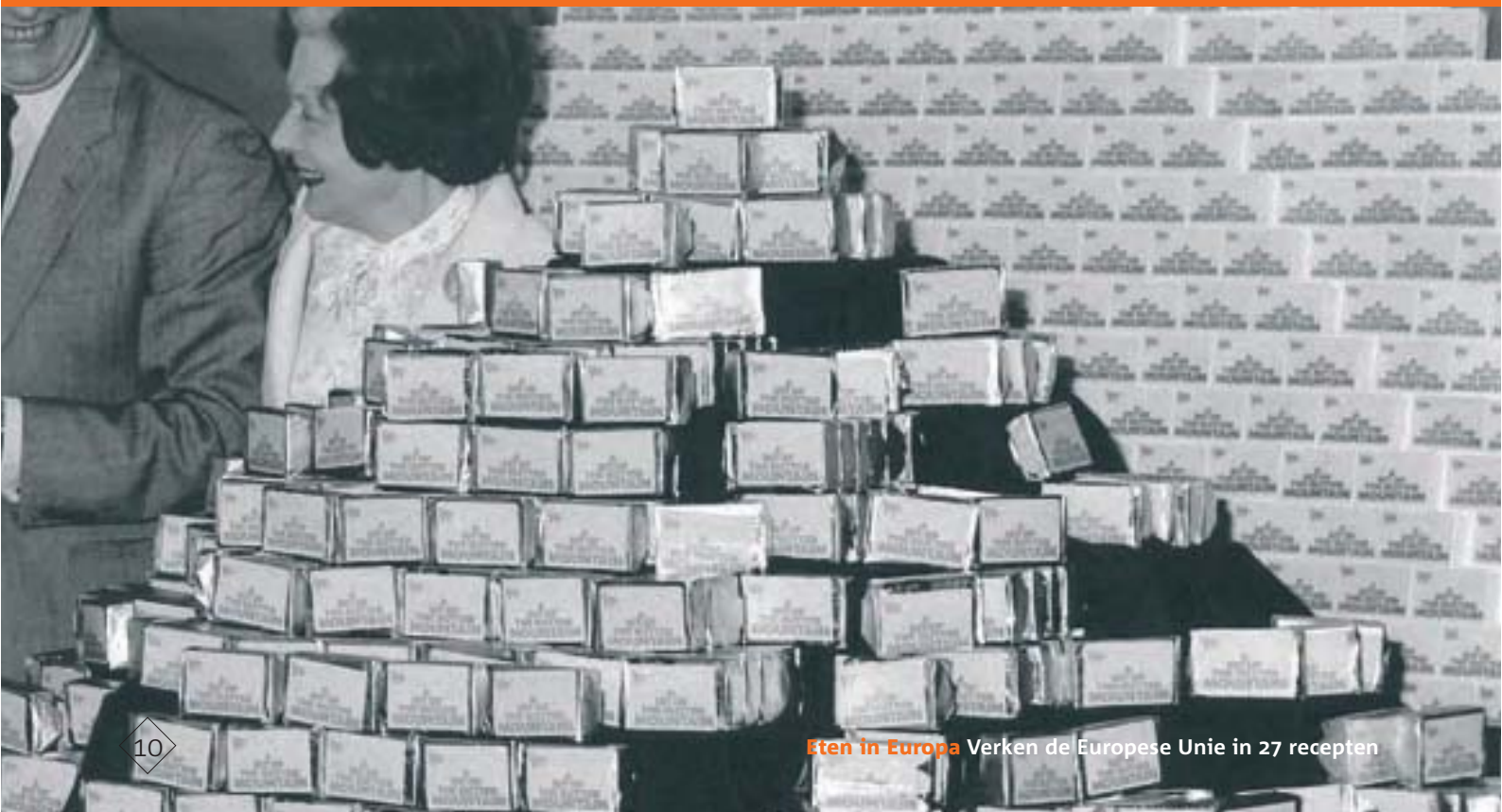
Een mini-boterberg illustreert de productieoverschotten op een Engelse beurs in 1973.

oliecrisis

De Europese economie krijgt een gevoelige tik door de eerste oliecrisis die het gevolg is van oorlog tussen Israël en Arabische landen in oktober 1973. De olieprijs stijgt fors en de benzine gaat op de bon.

landbouw

Het landbouwbeleid bereikt rond 1980 het doel dat Europa zelfvoorzienend is. En meer dan dat. Legendarisch zijn de boter-, rundvlees- en graanbergen, de wijnmeren en olijfolieplassen. Gelukkig behoren deze inmiddels al vijftien jaar tot het verleden.



Denemarken



Kabeljauw met Deense blauwschimmelkaas

Ingrediënten

1 halve bos krulsl, 1 venkelknol, 2 el notenolie, 1 el azijn, 4 kabeljauwfilets, 100 g Deense blauwschimmelkaas, 2 el bloem, 2 eiwitten, 3 el parneermeel, 2,5 dl notenolie

Maak de sla schoon, verdeel ze in stukken. Snijd de venkel in fijne reepjes. Meng de sla en de reepjes venkel, giet er de notenolie en de wijnazijn overheen, voeg peper en zout naar smaak toe. Maak inkervingen in de vis en vul deze met driekwart van de kaas. Kruid de vis vervolgens met peper en zout. Klop de eiwitten los. Wentel de vis eerst door de bloem, daarna in het eiwit en daarna door het parneermeel. Verhit de olie en bak de kabeljauw in circa 2 keer 5 minuten gaar. Verdeel de krulsla over de borden, leg de filet erop en verdeel de rest van de blauwe kaas.

Serveren met volkorenbrood of aardappelpuree.





Ierland

voorgerecht Ierse visschotel

Ingrediënten

200 g garnalen in schaal,
100 g gerookte Ierse wilde
zalm, 100 g krab (uit blik),
kruidendressing, een paar
sneetjes donkerbruin brood.
Dressing: 125 ml mayonaise,
125 g zure room, 1 teentje
knoflook (fijngeperst),
4 el peterselie (fijngehakt),
2 ansjovis (fijngemalen tot
pasta), 1 el citroensap,
1 el azijn, zout en verse
zwarte peper.

Doe alle ingrediënten bij elkaar in een kom en meng het tot een luchtige massa.

Zet de kom in de koelkast. Doe de garnalen in kokend water en kook ze 10 min. Daarna het water afgieten en de garnalen in koud water onderdompelen. Verdeel de garnalen over een aantal schalen met de krab en de gerookte zalm. Doe de luchtige dressing over in de schalen en serveer met sneetjes donkerbruin brood.

hoofdgerecht

Ingrediënten

1 kg runderfilet, wat zout,
zwarte peper en balsemik
azijn, groenten: 2 courget-
tes, 1 rode en 1 gele paprika,
1 pond peultjes. Dragon
dressing: 100 ml olijfolie,
0,5 el Dijon mosterd,
0,5 theelepel kappertjes,
1,5 knoflook (fijngemalen),
zout en zwarte peper.

Geroosterd Iers runderfilet met gegrilde groenten en dragon dressing

Verwarm de oven op 200 °C. De runderfillets 20 minuten grillen. De groenten grillen en er vervolgens de olijfolie overgieten en kruiden. Het vlees in stukken snijden, serveer met de groenten, wat Ierse nieuwe aardappeltjes en de dressing.

(Foto en recept © Iers Voedsel Agentschap)

Verenigd koninkrijk



Pastei van gehakt van lamsvlees (rundvlees mag ook) Sheperds' Pie/Cottage Pie

Er wordt gezegd dat het recept bedacht is door schaapherders' vrouwen in Cumbria en het Lake District waar het beste lamsvlees vandaan komt.

Ingrediënten

25 g braadvet of reuzel,
1 grote ui (fijngesneden),
1 wortel (in dobbelsteentjes
gesneden), 450 g lams- of
rundergehakt, 1 theelepel
tomatopuree, 1-2 geperste
knoflookteentjes (indien
gewenst), 15 g bloem,
300 ml bouillon, ietsje
Worcestershire-saus,
1 el gehakte peterselie, zout
en verse zwarte peper naar
smaak. Voor bovenlaag:
450 g aardappelen, 2 el
crème, 115 g ongezouten
boter, ietsje nootmuskaat.

Smelt het braadvet en voeg uien en wortelen (zachtgekookt) toe. Dan het lams(runder)gehakt toevoegen en 2 minuten bakken. Daarna tomatopuree, de knoflook en de bloem toevoegen. Goed doorroeren, bouillon toevoegen en koken (15 minuten). Als het gerecht wat is ingedikt, Worcestershire-saus, peterselie, zout en peper toevoegen. Alles in een ovenschotel doen (850 ml) en laten afkoelen. Ondertussen de aardappelen schillen, koken in gezout water. Maak puree van gekookte aardappelen, crème, zout, peper en nootmuskaat. Doe de puree op het gehakt en zet de schotel 10 minuten in de oven 180 °C (gas nr. 4).

1981 – 1994 De Zuid-uitbreiding

uitbreiding De groei van de EU heeft niet alleen economische betekenis, maar bevordert ook de democratie. Om te kunnen toetreden, geldt als voorwaarde dat de kandidaat-lidstaten een democratische rechtsorde kennen.

In Portugal komt in 1974 een einde aan het regime van Salazar en in 1975 overlijdt generaal Franco in Spanje. Dat is het einde van de laatste rechtse dictaturen in West-Europa. Spanje en Portugal treden in 1986 toe. In 1981 is Griekenland al aan de beurt; daar week in 1974 het militaire bewind.

val van Berlijnse Muur

Een gebeurtenis van ongekende betekenis is de val van de Berlijnse Muur in 1989. De val van de muur leidt een nieuw tijdperk in. De Duitse hereniging is al binnen een jaar een feit. Het Verdrag van Maastricht uit 1992 legt vast dat de Europese samenwerking verdiept zal worden.

interne markt

In 1968 zijn weliswaar binnen de gemeenschappelijke markt de invoerrechten afgeschaft, maar van een volledig vrije handel is nog geen sprake. Die komt pas langzamerhand van de grond. Per 1 januari 1993 is er sprake van vrij verkeer van goederen, diensten, personen en kapitaal. Deze mogelijkheid tot onbelemmerde handel heeft de Nederlandse agrosector groot gemaakt. De interne markt zorgt er ook voor dat er eenduidige eisen komen voor de hele

Unie op het gebied van voedselveiligheid, milieu, plant- en diergezondheid, en dierenwelzijn.

hervormingen

In deze periode vindt een forse verandering van het landbouwbeleid plaats. Die is nodig om de productie in te tomen en de kosten te drukken. Sinds 1984 kan elke boer maar een bepaalde hoeveelheid melk (quotum) aan de zuivelfabriek leveren. Als hij meer levert, betaalt hij een hoge boete: de superheffing. De bergen van boter en magere melkpoeder verdwijnen daardoor. De hervormingen in 1992 (MacSharry) betekenen een daling van de prijs die de boer krijgt voor granen en rundvlees. Ter compensatie krijgt hij nu een directe betaling. Het gevolg is dat ook de graan- en rundvleesbergen verdwijnen.

natuur en milieu

Het Europees natuurbeleid krijgt in deze tijd vorm door een richtlijn ter bescherming van belangrijke planten- en diersoorten (Habitatrichtlijn). Sinds 1979 is er al een richtlijn voor de bescherming van vogels. De Nitraatrichtlijn dwingt de lidstaten –en zeker Nederland– de overbesteding aan te pakken.

Griekenland



voorgerecht Feta psiti

ingrediënten

500 g harde Feta (gesneden in 5 vierkante plakken), 2 groene paprika's (in ringen gesneden), 2 rode paprika's (in ringen gesneden), 2 tomaten (in plakken gesneden), zout, peper, snufje oregano, een beetje olijfolie.

Verwarm de oven voor op 300 °C. Bedek elk stuk aluminiumfolie met een aantal plakken tomaat dat overeenkomt met de grootte van een plak Feta. Leg daarop de Feta-kaas. Meng de paprikaringen en plaats die bovenop de Feta. Besprenkel dit alles met een beetje olijfolie, bestrooi e.e.a. met peper, zout en oregano en maak een pakketje door het aluminiumfolie zodanig dicht te vouwen dat er geen vocht uit loopt. Plaats de pakketjes gedurende een kwartier in de hete oven op een rek; draai de pakketjes halverwege om. Open vervolgens de pakketjes, sprenkel op de inhoud een drupje tabasco en serveer het gerecht in het aluminiumfolie. Ingeval een (aardenwerken) oven-schaalschotel (i.p.v. aluminiumfolie) wordt gebruikt, dan wordt die onafgedekt in de oven geplaatst (20 minuten).

hoofdgerecht Kip met aardappelen in de oven

ingrediënten

1 verse kip, 1 kg aardappelen, 3 el boter, 2 citroenen, zout en peper.

Verwarm de oven voor op 300 °C. Verwijder de organen, was en droog de kip. Wrijf de buitenzijde in met citroen en vervolgens met zout en peper (strooi ook zout en peper aan de binnenkant). Plaats het gevogelte in de ovenschaal. Schil de aardappelen en snijd grote aardappelen in stukken. Bestrooi vervolgens de gewassen en uitgelekte aardappelen met zout en peper en schik deze rond de kip in de pan. Smelt daarna de boter en giet die over de kip. Pers een citroen en giet het sap over de aardappelen in de schaal. Braden bij een temperatuur van 180 – 200 °C gedurende 90 minuten.





Portugal

hoofdgerecht Stokvis allá Gomes de Sá

Ingrediënten

750 g stokvis, 1 kg aardappels, 4 uien, knoflook, peper, 12 olijven zonder pit, eieren, peterselie.

Week 750 g stokvis een etmaal. Giet er vers water over en kook een kwartier. Laat 1 kg aardappelen meekoken. Verwijder vel en graten en snijd de vis in stukjes. Fruit 4 uien zacht, doe er knoflook, de vis en aardappels, peper, 12 ontpitte zwarte olijven en het stoofvocht bij en laat even sudderen. Serveren met plakjes gekookte eieren en peterselie.

nagerecht Zoete rijst (Arroz doce)

Ingrediënten

250 g rijst, 7,5 dl melk, 150 g suiker, 2 stukjes citroenschillen, 3 eidooiers, 0,5 glas witte port, kaneelpoeder.



Breng de melk samen met de gewassen rijst en de suiker aan de kook. Voeg de citroenschil toe en laat de rijst op een klein vuur, volgens de aanwijzingen op de verpakking, gaar koken. Klop de eidooiers met een snufje zout schuimig. Neem de pan van het vuur en roer het eidooiermengsel door de rijst. Giet de port erbij en verwarm het geheel al roerend zachtjes tot de massa begint te binden. Stort de rijstpudding in grote of meerdere kleinere vormpjes. Laat de pudding een beetje afkoelen en strooi er vlak vóór het opdienen wat kaneel over.

Spanje Valenciaanse paella



Ingrediënten

400 g konijn (in stukjes),
1 halve kip (in stukjes),
8 gamba's, 150 g garnalen,
200 g witte bonen,
40 g snippers van groene
olijven, 10 geweldde krenten,
1 ui, 4 teentjes knoflook,
5 tomaten, 12,5 dl kippen-
bouillon, 0,5 gram koriander,
0,5 g rozemarijn, 500 g rijst,
beetje witte wijn, zout en
peper, olijfolie.



Kook de bonen tot ze gaar zijn
in water met een beetje wijn.
Bestrooi met peper, koriander en zout,
zeevrucht, konijn en kippenbout.

Ga de knoflook heel fijn snijden.
Probeer uw vingers te vermijden.
Braad dan gamba en garnaal.
Met knoflook smaakt het allemaal.

Neem dan een braadpan of een wok
en braadt als goede kok
de kip en konijn
tot ze mooi bruin zijn.

Doe het vlees uit de pan
zodra het kan.
Braad daarin dan ui en tomaat.
Zorg dat het niet aanbranden gaat.

Dan kunnen kip, konijn, gamba en garnaal,
olijvensnippers, ui, rozemarijn, wijn, allemaal
in de kokende bouillon bij elkaar.
Na tien minuten is alles gaar.

De rijst was natuurlijk al klaar!
En daarom kan nu alles in de pan bij elkaar:
rijst en alle ingrediënten
en eindelijk de tien krenten.

Als het nog iets te vochtig is,
laat je het sudderen tot het droog is.
Ik hoop dat uw gasten er al zijn
en wens u een smakelijk eetfestijn!

Sint

1995 – 2003 De Noord-uitbreiding

uitbreiding Met de toetreding van Finland, Oostenrijk en Zweden zijn bijna alle landen van West-Europa lid van de Europese Unie.

De meerderheid van de Noorse bevolking maakt tot twee keer toe (1972 en 1994) in een referendum duidelijk niet tot de EU te willen behoren. Ook de Zwitserse bevolking wijst het EU-lidmaatschap af. Maar met beide landen is er wel een sterke economische samenwerking. Dat geldt ook voor IJsland en Liechtenstein.

euro

Als kroon op de totstandkoming van de interne markt komt er één munt: de euro. Op 1 januari 2002 komen de eurobiljetten en -munten in omloop. Denemarken, Verenigd Koninkrijk en Zweden doen (voorlopig) niet mee.

landbouw, natuur, platteland, voedsel

De hervormingen van het landbouwbeleid (uit 1992) gaan verder. De prijzen die

de boer krijgt uitbetaald, dalen verder. Ter compensatie krijgen de boeren directe betalingen.

In deze periode komt er meer aandacht voor het plattelandsbeleid, het wordt een apart onderdeel van het landbouwbeleid. In het Verdrag van Amsterdam (1997) staat dat duurzame ontwikkeling en milieubescherming belangrijk zijn voor de Europese samenwerking.

Met name de dierziekten die ook gevolgen kunnen hebben voor de mens, zoals de gekkekoeienziekte (BSE), vragen om een zeer streng beleid op het gebied van voedselveiligheid. In 1997 heeft Nederland het eerste BSE-geval. Een en ander leidt in 2002 tot de vaststelling van Algemene Levensmiddelen Wetgeving op Europees niveau.

Oostenrijk Wiener Schnitzel



De echte Wiener Schnitzel kan men alleen maar in Wenen eten. Er zijn koks in Wenen, die de Schnitzels, vóór ze worden opgediend, even op een doek laten uitlekken, gedachtig aan de Weense zegswijze, dat een Wiener Schnitzel zo weinig vet mag zijn, dat een dame het aandurft om er met haar mooiste avondjapon op te gaan zitten.

Ingrediënten

4 kalfsschnitzels van ieder circa 180 g, circa 5 mm dik (dwars op de draad van het been gesneden), zout, 2 eieren, 100 g bloem, 150 g paneermeel, 250 g varkensvet of olie, 1 citroen.

Was de schnitzels, dep ze droog. Klop ze voorzichtig wat uit en bestrooi ze met wat zout. Klop de eieren los op een bord en schep ook de bloem en het paneermeel apart op een bord. Haal de schnitzels door de bloem en schud de overtollige bloem af. Wentel de schnitzels vervolgens door het losgeklopte ei, laat ze uitdruipe en haal ze tenslotte door het paneermeel. Verhit het varkensvet, of de olie in een grote pan. Het vet moet zo heet zijn dat het gaat sissen als u er een vochtige vork in prikt. Doe de schnitzels over in de pan en zorg ervoor dat ze elkaar en de rand van de pan niet raken. Bak ze eventueel met 1 of 2 tegelijk. Frituur de schnitzels circa 4 minuten aan iedere kant en prik tijdens het keren niet in het vlees. Draai tijdens het bakken de pan herhaaldelijk rond zodat het vlees en vet in beweging blijven. Was de citroen met heet water, dep hem droog en snij hem in vieren. Dep de gefrituurde schnitzels zorgvuldig af met keukenpapier en schik ze, met de in vieren gesneden citroen, op een voorverwarmde schaal. Hierbij past een aardappelsalade of een komkommersla.



(© <http://people.zeelandnet.nl/vdwindt> n.a.v. Koken in de Wereld, Oostenrijk © 1994 Time-Life Books B.V.)

Finland



voorgerecht

ingrediënten

een forefilet, grof zout; marinade: 5 dl water, 2,5 dl suiker, 2-3 peentjes in dunne reepjes gesneden, 1 ui in ringen gesneden, een stuk prei, 10 pimentzaadjes, paar kruidnagels, een laurierblaadje, 1,5-2 l azijn, 2 of 3 stukjes mierikswortel.

Regenboogforel

Breng het water met de suiker aan de kook en voeg de kruiden en groente toe. Voeg net zoveel azijn aan de marinade toe totdat je wangen tintelen wanneer je het proeft. Laat het afkoelen en voeg de mierikswortel toe; dat zal het water helder houden.

Zout de vis licht en laat die 2 à 3 uur liggen. Snijd het daarna in vingerbrede reepjes en giet de koude marinade erover heen. Laat de vis ten minste een paar dagen in de marinade staan. Vis op deze manier bereid, blijft in de koelkast een lange tijd goed. Serveren met gekookte aardappels.



hoofdgerecht Rendierkalfschouder met aardappelpuree

ingrediënten

600-800 g rendierkalfschouder, boter om bruin te bakken, 6 dl duimnagelgrote stukjes peen, knolselderij en pastinaak, 2 gesneden uien, 3 laurierblaadjes, paar twijgjes rozemarijn en tijm, liefst vers, 8-10 jeneverbessen, 8-10 hele zwarte pepers, water.

Droog het vlees en bak het bruin, voeg de groenten toe en bak deze mee.

Verdeel de groenten en de helft van de kruiden op de bodem van een ovenschaal en leg het stuk vlees erbovenop gevolgd door de rest van de groenten en kruiden. Doe wat koud water in de pan en giet alles over het vlees zodat het voor tweederde bedekt is. Bedek de schaal met een stuk aluminiumfolie en doe de schaal in een oven op 100 °C voor 3 à 4 uur totdat het vlees zacht en gaar is.



Zweden



hoofdgerecht Zweeds rundvlees (Biff à la Lindström)



ingrediënten

500 g rundergehakt,
100–200 ml (0,5–1 kom)
water, 3 eierdooiers, halve
ui, 150 g rode bieten in sap,
35 g kappertjes, zout,
witte peper.

Hak de ui fijn en de rode bietjes in blokjes. Vermeng het gehakt met de eierdooiers, wat water, plus zout en peper totdat het een smeuïge massa is. Voeg hieraan de uien, de kappertjes en de bietjes met een beetje sap toe. Maak er kleine ronde hamburgertjes van. Doe wat boter in de koekenpan en bak de hamburgertjes snel aan beide kanten tot ze goudbruin van kleur zijn. Zorg ervoor dat ze van binnen niet al te doorbakken zijn.

nagerecht Rozebottelsoep (Nyponsoppa)

ingrediënten

100 g gedroogde rozenbot-
tels, 1 l water, 1 theelepel
aardappelmeel, 40 g suiker



Zet de rozenbottels in de helft van het water een paar uur weg. Kook ze dan in hetzelfde water tot ze zacht zijn. Dit kan wel 20 tot 30 minuten duren al naar gelang hun grootte. Doe alles in een mixer en druk het mengsel door de zeef. Breng de rest van het water aan de kook. Maak een papje van aardappelmeel en wat koud water en voeg dit er aan toe. Breng het water opnieuw aan de kook en voeg hierbij de gepureerde rozenbottels. Voeg wat suiker toe naar smaak en laat het afkoelen.

(Foto's gerechten: © Pål Allen / www.imagebank.sweden.se)

2004 – heden De Oost-uitbreiding

uitbreiding Tijdens de Top van Kopenhagen in 1993 besluit de EU dat de nieuwe democratieën in Oost- en Zuid-Oost Europa zich kunnen aansluiten.

Deze Top formuleert daarvoor wel heldere voorwaarden. Een tijd van intensief onderhandelen met de kandidaat-lidstaten begint. Ook rijpt het besef dat de vormgeving van de EU mee zal moeten veranderen als zoveel landen lid worden. De onderhandelingen leiden er toe dat Estland, Hongarije, Letland, Litouwen, Polen, Slovenië, Slowakije en Tsjechië plus Cyprus en Malta op 1 mei 2004 toetreden en Bulgarije en Roemenië op 1 januari 2007. Nu is nog in discussie hoe en wanneer de landen in het vroegere Joegoslavië en Turkije kunnen toetreden.

internationale politiek

Met de toetreding van de Midden- en Oost-Europese landen is de scheiding tussen Oost en West in Europa opgeheven. Wereldwijd doen zich echter nieuwe spanningen voor. Als op 11 september 2001 terroristen de 'twin towers' van het World Trade Centre in New York binnenvliegen, leidt dat tot geheel nieuwe vragen op het gebied van buitenlands- en veiligheidsbeleid.

landbouw, duurzaamheid

Het landbouwbeleid ondergaat vanaf 2003 opnieuw een flinke verandering. De steun neemt verder af. De boer moet zich meer oriënteren op de markt en tegelijkertijd ook duurzamer produceren. De directe betalingen aan boeren

komen nu helemaal los te staan van wat hij daadwerkelijk produceert. De EU bekijkt in 2008 of de hervormingen ver genoeg zijn gegaan. Duidelijk is dat het Gemeenschappelijk Landbouwbeleid steeds meer rekening houdt met de nieuwe eisen die de samenleving stelt.



Met name het dierenwelzijn wordt belangrijker. Maar ook brengen onderwerpen als energie en klimaat veranderingen teweeg. De economische groei van China en India leidt tot een stijgende vraag naar landbouwproducten. De vraag stijgt ook door het gebruik van voedselgewassen voor brandstofproductie. Al met al stijgen de prijzen van landbouwproducten daardoor flink.



Varkensfilet met honing, puree van knolraap en champignonsaus

Ingrediënten

varkensfilet: 800 g varkensfilet, 50 g honing, 50 g knoflook, 4 el sojasaus
knolrapenpuree: 2 knolrapen (van 300 g), 50 g boter
champignonsaus: 300 g champignons, 100 g uien, 30 g boter, 2 el bloem, 0,5 l bouillon van champignons, 250 g zure room.

Maak de marinade van honing, geplette knoflook en sojasaus. Wrijf de varkensfilet in met de marinade en laat anderhalf uur staan. Schil de knollen voor de puree en snijd ze in tweeën. Schraap de knol leeg en maak er vier kommen van. Verwarm de inhoud van de knol in water met zout tot het zacht is en pureer het. Voeg er boter aan toe en klop alles door elkaar. Kook de uitgeholde knollen zachtjes in kokend water en laat ze uitlekken. Vul ze met de puree. Leg het vlees met de gevulde knollen in een ovenschaal en zet alles ongeveer een half uur in de oven bij een temperatuur van 200 °C.

Voor de saus: verwarm de champignons en fijngehakte ui in boter tot de ui glazig wordt. Voeg de bloem toe en laat het geheel sudderen. Giet er al roerend de bouillon bij in kleine hoeveelheden. Voeg op het laatst de zure room toe en breng alles aan de kook.



Letland



hoofdgerecht Grijze erwten met spek



ingrediënten

200 g grijze erwten, 60 g
gerookte spek, 40 g ui, zout.

Week de erwten en bedek ze vervolgens met heet water en kook ze totdat ze zacht zijn geworden. Snijd de gerookte spek en ui in dobbelsteentjes en bak of braad het snel.

Dien de uitgelekte erwten in aparte aardenwerken kommetjes. Voeg het gebakken spekmengsel eraan toe en dien het op met karnemelk.

nagerecht Stijfgeklopte cranberries met melk (Debessmanna)

ingrediënten

75 g cranberries (of andere
bessen), 200 g water, 50 g
suiker, 30 g griesmeel.



Spoel de cranberries, vermaal ze en pers het sap eruit. De restanten worden onder water gezet en in een (steel)pan gekookt en afgegoten. Voeg er suiker aan toe. Voeg de griesmeel er langzaam aan toe en blijf ondertussen roeren. Blijf het verwarmen totdat de griesmeel dik wordt, voeg dan het cranberrysap eraan toe. Giet de cranberrymix in een kom en laat het snel afkoelen. Klop deze mix totdat het licht wordt en qua volume zich ver(drie)dubbeld heeft. Dien het op in diepe desertkometjes met koude melk.

(Foto's gerechten: © www.li.lv (c) Andris Tone / The Latvian Institute.
Foto landschap: © [www.li.lv@Gatis_Indrevics/the latvian institute](mailto:www.li.lv@Gatis_Indrevics/the_latvian_institute))

Litouwen



voorgerecht Litouwse koude bietensoep (Saltibarsciai)

ingrediënten

8 kopjes koude karnemelk,
1 komkommer, gesneden
(dikke 'lucifershoutjes'),
3 rode bieten, gekookt,
geschild en gesneden (dikke
'luciferhoutjes'), 2 eieren,
hardgekookt, langvormig
gesneden, kwart kopje
sjalotjes, gehakt, 1 el verse
dille, gehakt, zout en peper.
Versiering: gesneden verse
dille.

Klop de karnemelk in een diepe kom, en voeg vervolgens de overige ingrediënten eraan toe. Men kan er koud water of ijsblokjes naar smaak aan toevoegen, indien de soep te dik is geworden.

(© http://kuchnia.gazeta.pl/kuchnia/2,54041,,,5408184,P_KOBIETA_PRZEPISY.html)



Kernavė, Unesco werelderfgoed.
© Lithuanian State Department of Tourism

hoofdgerecht Cepelinai

ingrediënten

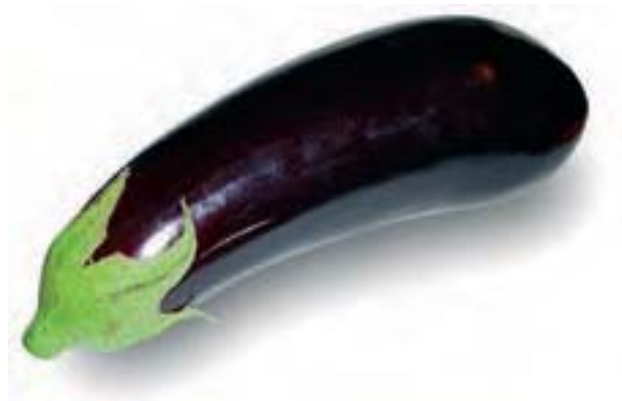
1 kg ongekookte aardappelen,
3 of 4 gekookte aardappelen,
gemalen rundvlees.



Schil en rasp de ongekookte aardappelen. Pers er vervolgens het teveel aan vocht uit via een doekje of ander materiaal. Van het vocht zal een gedeelte als zetmeel later op de bodem liggen. Dit zetmeel kan men toevoegen aan de massieve ongekookte restanten van de aardappelen. Schil en stamp de gekookte aardappelen, voeg deze vervolgens toe aan de geraspte aardappelen. Voeg wat zout toe en kneed het goed. Maak vervolgens bolletjes in ei-vormige pasteitjes. Plaats dan de vulling in het binnenste van de pasteitjes. De vulling bestaat uit gemalen rundvlees, droge boerenkaas of champignons met zout en specerijen. Sluit de pasteitjes. Leg ze vervolgens in gekookt water, voeg er zout aan toe en kook ze ongeveer al roerend 30 minuten. Cepelinai worden gegeten met spek of gesmolten zure room.

Malta Gevulde Aubergines

(Brungiel Mimli)



Ingrediënten

2 aubergines, 200g varkens-, runder- of gemengd gehakt, wat geraspte kaas, wat griesmeel, 1 ui, 2 eieren, 1 el tomatenpuree, zout, peper.

Blancheer aubergines (4 minuten in kokend water), goed uit laten lekken en laten afkoelen. Afgekoeld in de lengte doorsnijden en uithollen. Hak de ui en meng die met het gehakt. Fruit het mengsel in een koekenpan. Voeg de helft van de auberginepulp en de eetlepel tomatenpuree toe. Laten sudderen tot het gaar is. Van het vuur halen. Voeg de losgeklopte eieren toe. Breng op smaak met met peper en zout. Vul de aubergines met het mengsel. Doe de gevulde aubergines in een ovenschaal met een beetje olie. Strooi er kwistig de kaas en de griesmeel overheen. Plaats 30 minuten in een hete oven (200 °C).

(© restaurant Rubino in Valletta, Malta)



Maltezer Kruis, symbool van kruisriders van de Soevereine Militaire Orde van Sint Jan van Jeruzalem en Malta.

Satellietopname van Malta (r) en de eilandjes Gozo en Comino. Foto NASA.



Cyprus Gevulde paprika en tomaten

(Piperjès kè Ntomates yemistès)

Ingrediënten

330 g olijfolie, 1 kg half-om-half-gehakt, 2-3 uien (fijngehakt), 9 rijpe middelgrote tomaten, 9 groene paprika's, 3 el verse peterselie (fijngehakt), 2 theelepels suiker, zout en peper, 250 g rijst, 1 maggiblokje in water opgelost, 330 ml tomatensap.

Snijd met een scherp mes de top af van de tomaten en de paprika's (niet weggooien). Haal de zaadjes uit de paprika's (weggooien) en snijd het centrum uit de tomaten (dit fijn snijden en bewaren). Zet de tomaten en paprika's in een diepe ovenschaal en bestrooi die van binnen met zout en peper (naar wens). In de tomaten ook een beetje suiker. Bak de uitjes in olie in matige hitte tot ze glazig worden. Doe het gehakt erbij en nog 10 minuten bakken. Doe de rijst, de peterselie, oregano, zout en peper en het fijngesneden binnenste van de tomaten erbij. Voeg er 250 ml water aan toe en kook alles samen ca. 10 minuten. Oven voorverwarmen op 180 °C. Vul de paprika's en de tomaten voor ongeveer driekwart met de vulling (de rijst gaat uitzetten). Zet de eerder afgesneden topjes weer op de tomaten en de paprika's. Maak de saus door het maggiblokje met het tomatensap te vermengen en giet dit over de gevulde groenten. De ovenschaal met folie bedekken. Zet de schaal 40 minuten in de oven (matige hitte), dan folie eraf halen en nog eens 20 minuten in de oven plaatsen tot de rijst gaar is.



Hongarije



Met kalfsvlees gevulde flensjes in romige paprikasaus

Ingrediënten

flensjes: 150 g bloem,
2 eieren, 4 dl melk, zout,
0,5 dl olie (plus olie voor
het bakken); **vulling:** 400 g
kalfspoelet, 0,5 dl olie,
1 gesnipperde ui, 10 g
paprikapoeder, zout;
saus: 3 dl zure room, 1 dl
room, 10 g paprikapoeder,
halve el bloem, zout.

flensjes

Meng de bloem, eieren, melk, olie en zout door elkaar tot een glad flensjesbeslag. Bak de flensjes aan beide zijden bruin. Vulling: Snijd het vlees fijn tot een grof gehakt. Fruit de ui in olie en voeg het vlees toe. Voeg een scheutje water toe en breng het op smaak met zout en paprikapoeder en laat het geheel gaar stoven zoals bij een goulash.



saus

Meng intussen de room, zure room, bloem met de paprikapoeder en maak er een sausje van. Verwarm het zachtjes een paar minuten op klein vuur. Vul de flensjes met het gestoofde kalfsvlees; giet het sausje daarover. Serveer ze warm.



Slovenië



hoofdgerecht Gebakken gans met 'mlinci' en rode kool



ingrediënten

gans of eend

1 gans of eend, zout, karwijzaad, majoraan, peper, 5 appels, 200-250 g gare kastanjes, 6 sjalotten, 50 g boter, 1 dl witte droge wijn, braadvocht, 0,5 dl brandewijn (van droesem).

gestoofde rode kool

1 kleine rode kool (ca. 1 kg), 2 middelgrote zure geschilde appels, een paar druppels appel- of wijnazijn, 1 ui, 1 theelepel karwijzaad, zout, peper, sap van 1 citroen, 50 g boter, 1 eetlepel suiker, 1/8 l water, 1 dl rode wijn, 2 eetlepels cranberries.

mlinci

400 g tarwemeel (wit), 2 eieren, water, 50 g spekkaantjes of reuzel.

De schoongemaakte gans of eend van binnen en buiten zouten, van binnen met peper, majoraan en gekneusd karwijzaad bestrooien. De buikholte van de gans (eend) vullen met hele appels en de gare kastanjes die van tevoren nog snel zijn gesmoord in de boter. Maak de gans (eend) dicht en leg hem in een beboterde braadslede en voeg de wijn toe.

Verwarm de oven voor op 180 °C en zet de braadslede erin. De gans (eend) tijdens het braden regelmatig omkeren en bedruipen met braadvocht. Smeer de gans (eend), voordat die helemaal gaar is, in met brandewijn zodat hij een mooie bruine en knapperige korst krijgt.

Rode kool in dunne repen snijden en in een kom doen, vervolgens geraspte appel, karwijzaad, peper, citroensap en zout toevoegen, alles goed doorroeren en minstens 2 uur in laten trekken. De boter smelten en de suiker karameliseren, de in ringen gesneden uien toevoegen en goudbruin laten worden. Enkele druppels azijn en de gemarineerde rode kool toevoegen. Het water erbij doen en de kool stoven. Na enige tijd de rode wijn toevoegen en naar wens eventueel de gepureerde cranberries en nog even laten stoven.

Meng het meel, de eieren en het water in een kom en maak hiervan een wat hardere massa. Het deeg uitrollen tot meerdere kwadraten. Op een bakplaat leggen en in de oven meer laten uitharden dan bakken zodat beide kanten goudbruin zijn. De afgekoelde 'mlinci' in stukken breken, in een kom doen, met gekookt water overgieten en 5-10 minuten laten staan. Vervolgens afgieten en de 'mlinci' beleggen met de spekkaantjes of besmeren met de reuzel.

(Recept: © dr. Janez Bogataj, Proef Slovenië, Uitgeverij Darila Rokus, Ljubljana 2007. Foto gerecht: © dr. Janez Bogataj en Tomo Jeseničnik)

Polen



voorgerecht Bietensoep (Barszcz)

ingrediënten

0,5 - 0,6 kg bieten, 250 g soepgroenten, 20-30 g gedroogde paddestoelen, 20 g boter, citroensap, bouillonkruiden, zout, suiker, peper.

Paddestoelen wassen en nat maken met koud water. De gewassen soepgroenten toevoegen en 30-40 minuten koken. Dit zeven en het vocht mengen met de geraspte bieten en de kruiden. Na het koken van de bieten, de soep zeven en zuurder maken met een lepel citroen en op smaak maken met zout, peper en bouillonkruiden.



hoofdgerecht Stoofpot van vlees en zuurkool (Bigos)

ingrediënten

kop(pen) savooiekool of witte kool, 2 stuks worst (mag gerookt zijn), 300 g gehakt, 300 g blokje(s) spek, 1 handje(s) champignons of andere paddestoelen, 1 ui, 1 glas rode wijn, 1 bouillonblokje, peper en zout, 1 blik(ken) tomaatconcentraat, scheutje paprika-poeder, scheutje tarwebloem, vet (olie of andere), 4 blaadjes laurier.

Snijd verse savooiekool of witte kool in reepjes. Doe die in een grote pot met een beetje water, laurierblaadjes en paddestoelen. Laat op klein vuur koken met deksel erop (af en toe roeren). Snijd de worst in blokjes. Maak van het gehakt balletjes. Worst, gehaktballetjes en spek samen laten bakken in de pan met beetje vet tot alles een beetje bruin is. Doe er dan de ui bij, gesneden in blokjes. In savooiekool blokje bouillon met beetje peper, zout en paprika toevoegen (naar eigen smaak). Doe het vlees (worst, spek etc.) in de stampot en voeg er dan een glas rode wijn aan toe. Doe er vervolgens het tomaatconcentraat bij (dit hoeft niet per se). Alles rustig laten koken tot alles gaar is. Neem een pan en doe er vet in. Doe, als het vet warm is, er 4 eetlepels tarwemeel in. Meng (bakken op klein vuur) de bloem tot die goudbruin wordt en voeg die dan voorzichtig aan de stampot toe. Meng ondertussen de savooiekool. Nog even laten koken en klaar!

Slowakije



Pannenkoeken

(Lokse)



Ingrediënten

1 kg gekookte aardappelen, 300 g bloem, zout, pruimenjam, maanzaad, poedersuiker.

Schil de aardappelen. Zeef de bloem. Stamp de 300g bloem en wat zout met de aardappelen samen tot deeg. Rol pannenkoekjes van dit deeg. Bak de pannenkoeken in een droge (of heel weinig boter) koekenpan. Doe wat pruimenjam in het pannenkoekje. Zeef er de poedersuiker en het maanzaad over.

Lokše



Meer bij het Tatra gebergte, onderdeel van de Westelijke Karpaten.



Normaliter wordt er in Slowakije gans bij dit gerecht gegeten maar je kunt er alles op of in doen.

Tsjechië **Wilde paddestoelen**

(Houbová Smazenice)



Ingrediënten

400 g verse wilde paddestoelen, 1-2 uien, 4 eieren, boter, geplet karwijzaad, zout, peterselie.

Snijd de ui(en) in stukjes en verhit de boter. Voeg de gesneden uien, paddestoelen, de karwijzaadjes en het zout toe en laat het zachtjes sudderen. Voeg, als het water verdampt is en de paddestoelen zacht zijn geworden, de geklutste eieren toe. Roer dit mengsel totdat de eieren zijn gestold. Strooi er, ten slotte, wat peterselie overheen. Eet dit gerecht met aardappelen of brood.



Poort van de brouwerij van Pilsner Urquell, het beroemde bier uit de stad Plzeň in West-Bohemen.



Bulgarije



© Anne van der Sluis

voorgerecht Shopska salade

ingrediënten

4 grote (of 6 medium) tomaten, 1 kleine gehakte ui, 1 komkommer (middelgroot), 4-5 paprika's, 4 theelepels olie, 1 theelepel azijn, 4 koffiekopjes geraspte kaas (witte kaas), 4 pepers, 1 theelepel peterselie.

Bereiding: Snijd de tomaten en geschilde komkommer in kleine blokjes. Verwijder de zaadjes en zaadlijsten uit de paprika en snijd deze in lange repen. Voeg de gehakte uitjes toe. Meng dit alles en besprenkel met zout, olie en azijn. Verdeel de salade in een soort piramides over kleine borden. Bestrooi met de geraspte kaas. Steek een peper in iedere salade en decoreer met peterselie.

hoofdgerecht Panagyurski eieren op yoghurt

ingrediënten

8 eieren, 0,5 l yoghurt, 120 g geraspte kaas (wit), 100 g gesmolten boter, 1 theelepel, paprikapoeder, 1 el azijn, zout

Kook 2 kopjes water in een steelpan en voeg de azijn toe. Breek de eieren één voor één in een schaal en gooi ze vervolgens voorzichtig over in de steelpan. Breek de dooier niet. Bedek de steelpan en kook op een laag vuur totdat de eieren gaar zijn.

Meng de yoghurt met de geraspte kaas en verdeel dit over de borden. Gebruik een schuimspaan om de eieren uit het water te halen en leg er 2 op ieder bord. Bestrooi met paprikapoeder en zout. Schenk de gesmolten boter over de eieren.



Roemenië Kleine sausijsjes (Mititei or Mici)



ingrediënten

1 kg varkensgehakt, (runder- of half-om-half-gehakt mag ook gebruikt worden mits het niet te mager is), 6 teentjes knoflook, zo fijn mogelijk gehakt of geplet, 6 theelepeltjes vleesnat of mineraalwater met koolzuur, halve theelepel bakpoeder, halve theelepel gedroogde tijm, halve theelepel koriander, halve theelepel jeneverbes, halve theelepel bonenkruid, kwart theelepel zwarte peper (of meer, indien gewenst), zout naar smaak.

Meng de geplette knoflook met het water of vleesnat. Gebruik een grote kom en kneed alle ingredienten goed met de hand door elkaar. Bedek de kom en laat deze voor een paar uur in de koelkast staan (voor een goed resultaat één nacht). Rol het vlees met natte handen en één theelepel per keer, tot kleine balletjes. Druk de balletjes in een cilindervorm van 8-10 cm lang en 2,5 cm dik. Verhit een grillpan (indien beschikbaar, is het zelfs beter als het gerecht op een barbecue-grill wordt gemaakt). Braad de mititei en draai ze regelmatig totdat ze goed gegrild en bruin zijn. Heet serveren met mosterd en brood. Een glas koud bier smaakt hier prima bij.

Dames en heren,

Supermarkten hebben graag meege- werkt aan de verspreiding van dit boekje ter gelegenheid van '50 jaar Europa'. De Europese Unie zal niet het eerste zijn wat in u opkomt als u in de supermarkt uw dagelijkse boodschappen doet. Toch heeft Europa een groot stempel gedrukt op alles wat u om u heen ziet als u in de winkel bent. Door de open grenzen kunnen supermarkten volop producten aanbieden die u vroeger alleen maar op vakantie at, en dat tegen betaalbare prijzen. U kunt van de kwaliteit op aan want door Europese wetgeving voldoen alle producten aan de strengste normen. Supermarkten zien daar ook zelf scherp op toe door van boeren en tuinders en fabrikanten alleen gecertificeerde producten in te kopen. Ook hier werken supermarkten en leveranciers binnen Europa samen.

Tentoonstelling 'Supermarkt Europa' gaat over 50 jaar landbouw en voeding en wordt georganiseerd in het kader van 50 Jaar Verdrag van Rome. Het Nederlandse Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit en het Vlaamse beleidsdomein voor Landbouw en Visserij namen het initiatief. De tentoonstelling bevindt zich in het stadhuis van Den Haag van 9 november tot en met 18 januari 2008. Openingstijden: maandag t/m vrijdag 7 – 19 uur (donderdag tot 21.30 uur) en zaterdag van 9.30 – 17.00 uur (zondag gesloten). Website: www.supermarkt-europa.com

December 2007

Maar bovenal hebben de supermarkten en de mensen die er werken Passie voor Food. En wij laten dat graag aan u zien. Denk aan de duizenden lekkere en gevarieerde producten, de keur aan gezonde producten, biologische producten en fair-trade producten. Ook besteden supermarkten steeds meer aandacht aan dierenwelzijn, milieu en arbeidsomstandigheden in ontwikkelingslanden. Als u de tentoonstelling 'Supermarkt Europa' in het stadhuis in Den Haag bezoekt, kunt u een boodschappenpakket ter waarde van 40 euro winnen met de lekkerste huismerkproducten van verschillende supermarkten. Wij nodigen u graag uit!

Klaas van den Doel
Voorzitter Centraal Bureau
Levensmiddelenhandel

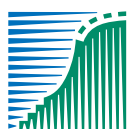


<i>Uitgave</i>	Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit Directie IZ (Europese Samenwerking) Bezuidenhoutseweg 73 Postbus 20401 2500 EK Den Haag
<i>Productie</i>	IFZ Bedrijfsuitgeverij
<i>Ontwerp</i>	Trossen Los ^o Rotterdam
<i>Drukwerk</i>	Roto Smeets Utrecht

Het copyright op de recepten, de foto's en de teksten berust bij het Ministerie van LNV, de auteurs en de fotografen.



landbouw, natuur en
voedselkwaliteit



landbouw, natuur en
voedselkwaliteit