



Vers van het land

koken, bakken,
moestuinieren en
preserveren met
de amish



Wanda E. Brunstetter

ISBN 978 90 33824 23 4

NUR 441

VERS VAN HET LAND

© 2017 Ark Media

Donauweg 4, 1043 AJ Amsterdam

www.arkmedia.nl

Geschreven door Wanda E. Brunstetter

Fotografie door Richard Brunstetter, Shutterstock,
www.pixabay.com en Doyle Yoder Fotografie

Vertaald door Tobya Jong

Vormgeving door Corine Zwier

© 2016 Wanda E. Brunstetter

Originally published in English under the title *Wanda E. Brunstetter's Amish Friends Harvest Cookbook* by Shiloh Run Press, an imprint of Barbour Publishing, Inc, PO Box 719, Uhrichsville, OH 44683 USA. www.shilohrunpress.com

Ark Media is onderdeel van stichting Ark Mission. Ark Mission helpt het verhaal van de Bijbel te vertellen door uitgaven en projecten in binnen- en buitenland. Zie voor meer informatie: www.arkmission.nl.

De bijbelteksten in deze uitgave zijn ontleend aan de *Nieuwe Bijbelvertaling*,
© Nederlands Bijbelgenootschap 2004, tenzij anders vermeld.

Niets in deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Inleiding en dankwoord

Voor het schrijven van dit boek hebben we door middel van onze krant, *The Budget*, tips en inzichten verzameld van mensen uit verschillende gewone gemeenschappen, en daarnaast van mijn vele contacten binnen verscheidene amish- en mennonietengemeenschappen. Mede namens de staf van Barbour bedank ik iedereen die zijn of haar recepten en tuinertips met ons gedeeld heeft. Een bijzonder woord van dank aan Mary Alice Yoder, voor het vertellen van haar eigen verhaal over haar jeugd, en wat de familietuin voor haar betekend heeft.

We hebben dit kookboek geschreven om lezers aan te moedigen om zelf een moestuin aan te leggen, om te genieten van vers fruit en verse groente en om een deel van de oogst in te maken – om te gebruiken in seizoenen waarin verse streekproducten niet of nauwelijks verkrijgbaar zijn.

Laat je inspireren!

Wanda E. Brunstetter





Inhoud:

Wat een tuin voor de amish betekent	pag. 8
Advies van amish tuiniers	pag. 10
Saladerecepten	pag. 30
Soeprecepten	pag. 44
Hoofdgerechten	pag. 56
Bijgerechten	pag. 78
Desserts	pag. 104
Snacks en ander lekkers	pag. 142
Voedsel inmaken	pag. 158
Receptenregister op gerecht	pag. 222
Bijdragers aan dit boek	pag. 224



**Eet honing, mijn zoon, want dat
is goed, en honingzeem is zoet
voor je gehemelte.**

Spreuken 24:13

Desserts



Citroenmerengue op zijn allerlekkerst

Meng de maizena met 275 g suiker, citroensap en eidooiers. Voeg het koude water toe en roer tot een papje. Giet dit papje onder voortdurend roeren in het kokende water en blijf roeren tot het mengsel dik begint te worden. Verdeel over de taartbodem. Klop de eiwitten stijf; voeg 60 g suiker toe. Schep over het citroenmengsel. Bak 15 tot 18 minuten op 160°C, of tot de bovenkant bruin begint te kleuren.

Susanna Mast, Kalona, Iowa

Ingrediënten:

- 3 el maizena
- 275 g suiker
- 60 ml citroensap
- 3 eieren, eiwit en dooiers apart
- 60 ml koud water
- 360 ml kokend water
- 1 kant-en-klare taartbodem, afgebakken
- 60 g suiker



Repen met groene tomaat

Doe de tomaten met 225 g bruine suiker in een steelpan en zet die op het vuur. Laat koken tot de tomaten zacht en sappig zijn. Meng de rest van de suiker in een grote kom met de boter, tot er een romig mengsel ontstaat. Voeg bloem, baking soda, zout, havervlokken en noten toe. Vet een bakvorm van 22 bij 33 in. Bedek de bodem van de bakvorm met $\frac{3}{4}$ van het deeg en druk goed aan. Verdeel het tomatenmengsel, inclusief het sap, over de bodem. Strooi er de bessen overheen. Verkrumel het resterende deeg en verdeel over de bovenkant van de taart. Bak 30 tot 35 minuten op 190°C.

Door bessen te gebruiken, valt het groen van de tomaten minder op, waardoor de repen er wat aantrekkelijker uitzien. Vooral kinderen letten daarop. Zonder bessen zijn de repen echter net zo lekker!

Perentaart met zure room

Roer 115 g suiker door de stukjes peer. Voeg het ei toe, gevolgd door een eetlepel bloem, de zure room, het vanille-extract en het zout. Meng voorzichtig door elkaar. Schep in de taartbodem. Bak 25 minuten op 160°C. Meng de rest van de suiker met 50 g bloem en 60 g boter tot een kruimelig deeg. Verdeel over de taart, en bak nog eens 30 minuten.

Mary Ellen Wengerd, Campbellsville, Kentucky

Ingrediënten:

- 900 g groene tomaten, in kleine stukjes
- 450 g bruine suiker
- 170 g boter op kamertemperatuur
- 210 g bloem
- 1 tl baking soda
- 1 tl zout
- 250 g havervlokken
- 40 g noten, fijngehakt
- 110 g bosbessen, vers of uit de diepvries (optioneel)

Ingrediënten:

- 450 g rijpe peren, geschild en in stukjes
- 225 g suiker
- 1 losgeklopt ei
- 1 el bloem
- 240 ml zure room
- 1 tl vanille-extract
- Snufje zout
- 1 taartbodem van taartbodemmix
- 50 g bloem
- 60 g boter, op kamertemperatuur



Tafelzuur van gemengde groenten #1

- 2 kg limabonen
- 2 kg sperziebonen, in stukjes
- 1 kg kidneybonen
- 1 kg selderij, in stukjes
- 1,5 kg wortel, in stukjes
- 6 rode paprika's, in stukjes
- 6 groene paprika's, in stukjes
- Roosjes van 2 grote bloemkolen, in hapklare stukken gesneden
- Zout
- 2 kg komkommers, in stukjes
- 1 kg ui, in kleine stukjes
- 1 kg schelpjesmacaroni, gekookt
- 2250 g suiker
- 960 ml azijn
- 1920 ml water
- 1 tl kaneel
- 4 tl selderijzaad
- 2 el kurkuma
- 2 el maizena

Kook de bonen, de selderij, de wortels, de paprika's en de bloemkool in afzonderlijke pannen beetgaar, in een laagje water met een beetje zout. Giet af. Meng de gekookte groenten met de stukjes komkommer en ui en de gekookte macaroni. Maak pekelnat door de suiker te mengen met azijn, water, kaneel, selderijzaad, kurkuma en maizena. Giet dit mengsel over de groenten en vul er weckpotten mee. Sluit af met een deksel, zet in heet water en kook gedurende 30 minuten.

Esther Keim, Ashland, Ohio

Tafelzuur van gemengde groenten #2

- 4,5 kg komkommer, in stukjes
- 4,5 kg wortel, in stukjes
- 4,5 kg paprika, in stukjes (groen, rood, geel)
- 4,5 kg kool, in smalle reepjes
- 2 kg sperziebonen
- 1 kg kidneybonen
- 1 kg witte bonen
- 1 kg ui, fijngesneden
- 2 kg maiskorrels
- 2 stronken selderij, in kleine stukjes
- 500 ml water
- 1 l appelficerazijn
- 2250 g suiker
- 2 el kurkuma
- 3 el mosterdpoeder
- 4 tl zout
- 140 g bloem

Kook alle groenten in afzonderlijke pannen beetgaar. Meng ze vervolgens in een grote, schone emmer en roer goed door. Zet een grote pan klaar en meng daarin het water met de azijn, de suiker, de kurkuma, het mosterdpoeder en het zout. Breng aan de kook. Meng de bloem met water tot een papje, vloeibaar genoeg om in het kokende mengsel te kunnen gieten; roer goed door en breng opnieuw aan de kook. Giet de saus over de groenten en roer goed door. Verdeel het groentemengsel over 1 liter-potten. Bevestig het deksel, zet in heet water en laat 45 minuten koken

Lydia C. Yoder, Chetopa, Kansas

Courgette met gemengde groenten

- 4 kg ongeschilde courgette, in blokjes
- 6 middelgrote uien, fijngesneden
- 300 g wortel, gekookt en in stukjes
- 225 g selderij, gekookt en in stukjes
- 2 bloemkolen, in roosjes, gekookt
- 4 rode paprika's, in stukjes
- 140 g zout
- 1125 g suiker
- 1½ tl kurkuma
- 1½ tl selderijzaad
- 1 tl knoflookzout
- 480 ml azijn
- 240 ml water

Bestrooi de groenten met zout en meng ze door elkaar. Dek af en laat op kamertemperatuur 3 uur rusten. Giet af. Meng de suiker met de kurkuma, het selderijzaad, de knoflook, het zout, de azijn en het water, giet over de groenten en kook 5 minuten door. Verdeel over potten, zet in heet water en verzegel.

Joni Miller, Brown City, Michigan