

Het wordt weer aspergetijd en dan is het leuk om te kijken hoe je ze kunt bereiden en waarmee je ze kan combineren. Dat laatst is vrij makkelijk want ze passen overal bij.

Ik weet dat er leden zijn die niks van asperges moeten weten. Dus voor hen is dit niet geschreven.

Asperges zijn al heel lang bekend. In de tombes van Sakkara zijn al afbeeldingen gevonden van asperges.



In Perzië zijn ze ook beschreven onder de naam: “Sperega” wat speer betekend. De Grieken zijn ze Asparagus gaan noemen en betekent “hetgeen omhoog komt”. De Romeinen waren er ook gek van en bouwden zelfs boten om ze uit den vreemde (Egypte) op te halen. In de oudheid werden de asperges vooral gezien als een medicinaal kruid en als een soort aphrodisiacum. Alleen daarover zijn al boeken geschreven oa vanuit de eerst medische school in Salerno (Schola Medica Salernitana). Aanvankelijk was er alleen de groene asperge maar later ontdekte men ook de witte asperge en die werd vooral gebruikt als een delicatessen aan oa het Franse hof. De ontdekking geschiedde door een monnik die zich verdiepte in de plantensoort.

Langzamerhand zijn ze via Italië en Frankrijk naar het noorden gekomen. In Nederland werden ze al langer geteeld in Groningen en later was het Westland een bekende locatie. Pas na de tweede wereldoorlog is de teelt in Limburg op gang gekomen en is in Horst het Nederlandse aspergecentrum opgericht om de asperges te promoten en te veredelen. Op de zandgronden in Brabant en Limburg vindt je grote aspergevelden en ook veel verkooppunten.

De aspergeplanten leveren kleine zaden die in maart gezaaid worden. Het jaar daarop zijn die uitgegroeid tot klauwen en die kunnen definitief in een bed geplaatst worden op 25 cm diepte.



In dat jaar komen ook de eerste asperges uit de grond maar die worden niet gestoken. De plant moet eerst groeien en een wortelstelsel maken. Het tweede jaar mag er voorzichtig gestoken worden en vanaf het derde jaar kan er volop geoogst worden tot de 23<sup>e</sup> juni: het feest van St. Jan. Daarna groeien de asperges door en gaat het kopje open en komen er stengels tot 1 meter hoog.

Dat betekent niet dat de teler daarna rust heeft want in juli en augustus komen de aspergekevers die de plant in korte tijd kunnen ruïneren zoals ik gemerkt heb in mijn aspergebed waar de helft van de planten dood zijn!



In november worden de gele stengels verwijderd en gaat de plant in rust.

Het aspergesteken is op zich niet zo moeilijk en je gebruikt daar een aparte steker voor.

Eenmaal gestoken worden de asperges gespoeld en een tijdje bewaard in koud water. Daarna kunnen ze gebruikt worden.

Er zijn verschillende maten. Voor de keuken gebruiken we voornamelijk AA of AAA (duimdik).

Het schillen heeft tot doel het vliezig vel te verwijderen en ze mooi in gelijke dikte te krijgen. Gebruik de klassieke dunschiller. Daarmee begin je met schillen van het kopje maar de onderkant. Vervolgens uit het midden naar de onderkant en dan nog het laatste kwart. Hiermee zijn ze mooi gelijk van vorm. Vervolgens leg je ze met de kopjes gelijk neer en snijdt een stukje van de harde onderkant af.

De schillen en de kontjes kun je vast koken om de smaak er uit laten trekken. Hiermee zorg je dat later de smaak uit de asperges niet in het vocht gaat zitten (osmose)

Nu zijn ze klaar om ze te bereiden. Dat kan op verschillende manieren

#### 1. Koken

- a. Je kunt de schillen onder in de pan leggen en ruim water toevoegen. De asperges wikkel je dan in een uitgespoelde theedoek en leg ze er boven op. Zo hebben we het geleerd maar is omslachtig en onhandig. Je kunt beter even de schillen en kontjes apart koken gedurende 20 minuten. De boel zeven en in dat vocht de asperges garen.

Het koken zelf is in de loop der tijd wel verandert. Als je in oude boeken kijkt dan staan er lange kooktijden in. Door de veredeling is de kooktijd veel korter geworden. Het rustigste gaat het door de asperges twee tot drie munten te koken en dan verder te laten garen in het kookvocht (dus warmtetoevoeging uit). Ze zijn goed als je ze een beetje kunt buigen of als een vork meteen beetje kracht er in gaat. Hierna kun je ze direct uitserveren of bewaren en later in het kookvocht langzaam op warmen.

#### 2. Bakken

- a. Merijn Engelen heeft ons ooit een fraai recept laten maken van gebakken asperges met zalm. Met enige oefening (vooral rust en geduld) kun je asperges fraai bakken zonder dat ze verkleuren. Snijdt de asperges 10 cm onder het kopje dwars door. Hierna probeer je ze te halveren. Begin daarmee aan het kopje en dan naar onder. Zijn ze dan nog dik dan kun het doorsnijden nog een keer herhalen.
- b. Het bakken zelf doe je in boter die je smelt en zorgt dat die niet te warm wordt en verkleurd. Hierin laat je de asperges langzaam garen dat duurt ongeveer 6 minuten. Als je er met een vork in kunt prikken zijn ze gaar. Ze mogen niet verkleuren. Daarna afkoelen op keukenpapier.

#### 3. Stomen

- a. Stomen van de asperges gaat prima en hebben we ook gedaan op de demo voor de Thermomix. De gaartijd is dan ongeveer 13 minuten

#### 4. Sous vide

- a. Dit hebben we dit jaar gedaan en dat is een heel fraaie en rustige methode. Samen met een klontje boter op 88 graden ongeveer 50 minuten. Kan thuis ook prima in plastic zip zakje en water constant op een temperatuur houden.

5. Frituren

- a. Dit geeft wel een bijzonder effect. En smaak.

6. IJs

- a. Asperge-ijs maken roept bij velen matige herinneringen op. Toch lukt het als je een beetje experimenteert. Verzamel voldoende aspergevocht zonder schillen. Neem voldoende suiker en wat room.

Een aantal recepten met asperges is enorm. In het Limburgse schreven Wiel van Basten en Herman van Ham een drietal kookboeken. Herman was chef-kok Hostellerie de Hamert in Wellerlooi (intussen failliet) waar we als kookvereniging lang geleden een weekend te gast waren.

Klassiek worden de asperges gekookt en opgediend met een saus van boter, ham en ei.

Een bijzonder fraai gerecht was de cocktail Aleander ontworpen door Herman Ham. Fris, lekker en ziet er mooi uit. Inmiddels in vele variaties bekend.

In de bijlagen vinden jullie alle aspergerecepten die we de eerste 10 jaar in de vereniging gekookt hebben. Ze zijn verzameld en bewerkt door Merijn Engelen en ondergetekende. Dan heb je elke week in het aspergeseizoen een fraai gerecht.

Veel kookplezier.

Jos