



COMPTOIR

LIBANAIS

TONY KITOUS
& DAN LEPARD

TERRA

INHOUD

TONY KITOUS

DIT IS COMPTOIR LIBANAIS

MEZZE: SALADES

Tabouleh	24
Comptoir tomatensalade met halloumi	26
Comptoir tomatensalade met halloumi, stap voor stap	28
Bulgursalade met verse erwten en munt	30
Fattoush met granaatappelmelasse-dressing	32
Gevulde wijnbladeren	34
Gegrilde aubergines met olijfolie, knoflook en munt	36
Gebakken courgettes, met yoghurt, tahin en knoflook	38
Salade met lamstong	40
Verse vijgen of peren met halloumi en rucola	42
Gebakken aubergine met granaatappelmelasse	44
Prei met tahin	46
Gedroogd rundvlees met kaas	48
Octopussalade met chili	50

MEZZE: DIPS AUSJES

Labneh	56
Labneh met zwarte olijven en munt	56
Labneh met groenten	58
Labnehballetjes in olijfolie	60
Labneh met za'atar (of kruiden)	62
Labneh met bietjes	64
Warme linzenpuree met uien	66
Comptoir hummus	70
Comptoir hummus, stap voor stap	72
Gerookte auberginepuree met knoflook, tahin en munt	74
Geroosterde paprika met noten, chili en komijn	76

8 MEZZE: BAKKEN EN FRITUREN 78

Deeg voor sambusak of fatayer	82
Sambusak gevuld met kaas en munt	84
Rakakat met kip en sumac	86
Fatayer met kaas en spinazie	88
Sambusak met aardappel en kaas	90
Lamsvleesvulling voor kibbeh	92
Lamskibbeh	94
Pompoenkibbeh	96
Falafel	98
Falafel, stap voor stap	100
Gekruide gebakken aardappeltjes	102
Gekruide gebakken aardappeltjes, stap voor stap	104

MEZZE: WARME GERECHTEN 106

Inktvis in een amandelkorstje met sumac-mayonaise	110
Gebakken kippenlevertjes met granaatappel	112
Beignets gevuld met gekruid lamsgehakt	118
Courgettebeignets	120
Geitenkaas met munt in een jasje van sesam en zwarte komijn	122
Moussaka met tahin	124
Gegrilde aubergine met feta	126

GRILL & BARBECUE 128

In de pan gebakken shoarma	132
Lamskofta met pistache	136
Kipvleugeltjes	138
Comptoir kofta hotdog	140
Comptoir kofta hotdog, stap voor stap	142
Kwartel in kaneelmarinade	146
Jumbogarnalen in chilimarinade	148
Zalm in granaatappelmarinade	150

TABKHAT

Gekruide vis uit de oven	156
Gebakken aubergine met yoghurt, krokante uitjes en geroosterd pitabrood	158
Gekruid lamsgehakt met tomaat, courgette en aubergine	160
Rijst met vermicelli	162
Aardappeltjes met een tomaatkorstje	164
Gehaktballen	168
Gesmoorde kip met sperziebonen	170
Gebakken zeebaars met tahin en rijst	174
Gevulde aubergines	176
Gesmoorde lamsnek met komijn en baby okra	178

ONTBIJT

Omelet met feta en za'atar	186
Comptoir Libanese za'atar mix	186
Uitgebreed Libanees ontbijt	190
Libanese tortilla met worst	192
Tuinbonendip	194

BROOD

Pitabrood	200
Pitabrood, stap voor stap	202
Tahinbroodjes	204
Saj-brood	208
Platbrood met halloumi en zwart sesamzaad	210
Kleine platte broodjes met lamsgehakt	212
Platbrood met za'atar	214

152

SOEPEN, SAUZEN & INGEMAAKTE GROENTEN

Linzensoep	222
Pompoensoep	226
Knoflooksaus	228
Tahinsaus	228
Tahinpasta	230
Yoghurtsaus, chili en gedroogde munt	232
Chilipasta	234
Natuurlijk pekelnat	236
Ingemaakte komkommer	236
Ingemaakte koolraap en biet	238

218

ZOETIGHEID, DESSERTS & JAMS

182

Dadels met rozenmarsepein en yoghurt	244
Comptoirs frozen yoghurt	246
Pompoentaart met sesam en labneh	250
Kwarktaart met pruimen	252
Libanese dadelkoekjes	254
Dadeljam	256
Vijgenjam	258

240

196

DRANKJES

Granaatappel-oranjebloesem- limonade	264
Verse citroen-limoenlimonade	266
Rozenlimonade	268
Libanese wijn en arak	272
Libanese koffie	276
Muntthee	276

262

DE AUTEURS REGISTER

278

282





The image shows the interior of a restaurant. In the foreground, there are several white tables with white chairs. On the tables, there are small decorative items, including a small portrait of a woman. In the background, there is a bar area with a wooden counter and a display of various items. The walls are decorated with a large mural of a woman's face on the left and a patterned metal railing. A yellow text box is overlaid in the center of the image.

EEN INTRODUCTIE IN DE WERELD VAN

COMPTOIR

LIBANAIS

EEN FEEST VAN HOME-COOKING
IN LIBANEES-MEDITERRANE STIJL





Tony Kitous

Ik ben geen chef-kok en wil me ook niet als zodanig voordoen. Ik ben gewoon een autodidacte, gepassioneerde thuiskok die dol is op Libanees eten, en die voorliefde is vrij simpel te verklaren. Ik houd ervan om eten te delen: eten dat niet alleen gezond en lekker is, maar vooral ook eenvoudig en eerlijk. En daar gaat dit boek dan ook over. Ik wil mijn passie graag delen en ben ervan overtuigd dat jij, als je de Libanese keuken eenmaal goed hebt leren kennen, ook verkocht bent en samen met familie en vrienden van de gerechten zult genieten

JE HOEFT GEEN CHEF-KOK TE ZIJN om Libanese gerechten klaar te maken. Het zijn gerechten om thuis van te genieten: eenvoudig, leuk en gemakkelijk. Ik hoop dat je deze manier van eten in je hart zult sluiten en deel van je leven zult maken. De gerechten zijn aangenaam, overwegend vegetarisch en, heel belangrijk, betaalbaar. Als ik terugdenk aan toen ik 14 of 15 was, had ik eigenlijk geen dromen voor de toekomst. Ik was een echte straatjongen. Het type dat naar het strand lifte, op ongeveer een uur rijden van waar ik woonde. Tegen

mijn vader zei ik dat ik bij familie van de burens op bezoek ging, en hij was zo naïef dat te geloven. Eenmaal bij het strand belde ik naar huis en zei dat de burens vroegen of ik een week of twee bleef logeren. Soms belde ik mijn vader nog een keer om te zeggen dat ze wilden dat ik langer bleef, soms wel een maand, terwijl ik in werkelijkheid bij vrienden in kraakpanden logeerde.

Vakanties waren voor mij een groot avontuur, en ik ben altijd een jongen geweest die het leven optimaal wilde ervaren. Mijn vader kwam uit een arme familie en op



zakgeld hoefde ik als kind niet te rekenen omdat hij het simpelweg niet voor me had. Ik groeide op naast een van de grootste voetbalstadions van Algerije, en in die tijd behoorde het team dat er speelde tot de beste van het land, zodat de wedstrijden steevast uitverkocht waren. Op wedstrijddagen stond ik daarom vaak vroeg op, kocht 50 of 60 kaartjes, en verkocht ze om wat geld bij te verdienen. Ik was op straat opgegroeid en wilde leren overleven. Tijdens de wedstrijden verkocht ik soms ook sandwiches met merguez, frietjes en een likje harissa, die mijn moeder hielp maken zonder dat mijn vader het wist, omdat hij

niet wilde dat mensen zouden weten dat zijn zoon straatverkoper was. Ik ben altijd zelfstandig geweest en heb diverse vakantiebaantjes gehad. Op mijn vader hoefde ik niet te rekenen.

Op mijn 18de ging ik op vakantie naar Londen, en nu, 25 jaar later, voelt het nog steeds als vakantie. Ik ben gewoon gek op wat ik doe, en hoewel ik vanaf de eerste dag dat ik in Londen aankwam heb gewerkt, ervaar ik die jaren als een lange vakantie.

Mensen vragen me vaak of ik in eerste instantie niet geschokt was door de Britse

keuken, maar ik was juist blij verrast door de gerechten die ik bij de mensen thuis voorgeschoteld kreeg. Ik was immers op vakantie. Ik genoot met volle teugen, was net als iedere student op zoek naar mezelf, en probeerde tijdens mijn ontdekkings- tochten door de grote stad gerechten uit diverse keukens. In het begin heb ik her en der gewoond, een poosje in noord, een tijdje in zuid, maar uiteindelijk ben ik in het westen van de stad neergestreken.

Ik arriveerde in Londen met £ 70 op zak, en met dat geld heb ik een baantje gezocht en een carrière opgebouwd. Ik heb het geen moment als moeilijk ervaren. Ik arriveerde zonder enige verwachting; het was gewoon een vakantie. Ik herinner me de eerste dag in Londen nog goed, en dat geldt zeker ook voor de eerste nacht... die ik op Victoria Station doorbracht. Wat me nog het meest bijstaat is dat er op het station gratis chocoladerepen werden uitgedeeld. Dat was bij ons ondenkbaar: gratis chocola weggeven op straat? De gedachte alleen al. Mijn vriend en ik kregen allebei een enorme tas vol, waar we een paar weken op geleefd hebben, en de daaropvolgende weken at ik vrijwel uitsluitend kebabs uit Turkse restaurants in Noord-London. Terugkijkend lijkt het vrij absurd, maar dat is wel waar mijn fascinatie voor voedsel en restaurants begonnen is. Sommige dingen vond ik niet echt lekker, maar ik probeerde alles en een stemmetje in mijn hoofd zei dan altijd: 'Dat kan ik beter'. Misschien was het de invloed van mijn moeder waardoor

ik dacht dat je je gasten door middel van inzet en heerlijke gerechten aan je kon binden. Daar heb ik altijd naar gestreefd. Vanaf dag 1 in Londen is het voor mij altijd werk, werk, werk geweest. Maar wel verrukkelijk werk!

In dit boek laat Tony Kitous je kennismaken met zijn flitsende en eenvoudige benadering, en met de indringende smaken en verfijnde texturen van de mooiste gerechten uit de regio.

Voor mijn dierbare vader, Haj Chabane Kitous 'Allah Yarhamak'. Rust in vrede. Ik hoop alleen maar dat je elke dag naast me staat. Ik mis je verschrikkelijk. Dit boek is voor jou. Je zoon. **TK**

Moussaka met TAHIN

Moussaka bil tahina

In Europa wordt moussaka meestal op Griekse wijze geserveerd, dat wil zeggen, als oven-schotel met vooral aubergine en gehakt, bedekt met een rijke bechamelsaus. Maar er bestaan ook andere versies, zoals dit traditionele recept uit de Levant, dat vaak als warme of koude mezze geserveerd wordt. Deze versie is puur vegetarisch en is wat lichter dan zijn Griekse tegenhanger. Laat de tahinsaus vooral niet achterwege: de smaak van de sesamzaadjes en de verkoelende yoghurt contrasteert op weergaloze wijze met het gerecht zelf en vult het perfect aan.

VOOR 4 PERSONEN

2 aubergines

2 eetlepels olijfolie, plus een beetje extra om te kwasten en te sprenkelen

1 grote ui, fijngehakt

4 tenen knoflook, geperst

400 g gehakte tomaten

1 eetlepel tomatenpuree

6 tomaten, in plakjes

1 blik kikkererwten (400 g), uitgelekt

zout en zwarte peper uit de molen

voor de tahindressing

125 g yoghurt

40 g tahin

paar snuffje za'atar

bladpeterselie, gehakt

Snijd een van de aubergines in kleine stukjes, leg ze op een bord, strooi er een laagje zout op en laat ze 15 minuten staan om het bittere sap eruit te trekken. Snijd de andere aubergine in plakjes, bestrooi ze met zout en zet ze opzij. Blokjes en plakjes moet je op verschillende manieren bereiden.

De blokjes: verhit 1 eetlepel olie in een grote pan en sauteer de stukjes ui ongeveer 10–15 minuten, of tot ze beginnen te karamelliseren. Spoel de blokjes aubergine onder de kraan af en doe ze met de resterende eetlepel olijfolie in de pan met de uitjes. Bak de blokjes onder af en toe roeren in ongeveer 10 minuten zacht en goudbruin. Roer de knoflook erdoor en laat het mengsel een paar minuten bakken tot het begint te ruiken. Voeg de gehakte tomaten en de tomatenpuree toe, breng zachtjes aan de kook, leg een deksel op de pan en laat het mengsel 15 minuten op laag vuur pruttelen.

De plakjes: spoel het zout eraf, verwarm de grill voor op 200 °C/ gasstand 6 en vet een bakplaat in met olie. Kwast de plakjes royaal in met olie en rooster ze aan beide kanten goudbruin.

Schep een laagje van de auberginesaus in een ovenschaal, leg de plakjes tomaat, de kikkererwten en ten slotte de geroosterde plakjes aubergine erop en sprenkel er nog wat extra olijfolie over. Breng op smaak met peper en zout.

Zet de moussaka 20 minuten in de oven tot hij pruttelt en zich een goudbruin korstje heeft gevormd. Roer voor de dressing de yoghurt, tahin en za'atar naar smaak door elkaar. Bestrooi de moussaka met de gehakte peterselie en serveer hem met de tahindressing.



PompoenSOEP

Shorbat lakten

Deze soep is zo fluweelzacht dat het lijkt alsof er room in zit, maar het is echt alleen een mengsel van gezonde groenten, waarbij de romige textuur puur afkomstig is van de pompoen. De soep wordt gekruid met diverse Libanese specerijen, maar als je, net als ik, van een beetje pit houdt, kun je een gedroogd pepertje met de bouillon meekoken. Het is niet traditioneel, maar geeft de soep wel pit.

VOOR 6–8 PERSONEN

2 eetlepels olijfolie, plus een beetje extra voor erbij

1 ui, fijnggehakt

1 teen knoflook, geperst

1 stengel bleekselderij, fijngehakt

1 kleine wortel, fijngehakt

900 g pompoen of muskaatpompoen, geschild, zonder zaadjes, in stukjes

zaadjes uit 3

kardemompeulen,

fijngestampt

snufje kaneel

snufje geraspte nootmuskaat

1,2 liter hete groente- of kippenbouillon

zout en zwarte peper uit de molen

voor erbij

scheutje tahin of olijfolie

snufje za'atar (kant-en-klaar of zie blz. 186 voor een recept)

klein handje gehakte

bladpeterselie

geroosterd brood

Verhit de olie in een pan met dikke bodem, voeg de ui, knoflook, bleekselderij en wortel toe, bestrooi met een flinke snuf peper en zout en laat de groenten 10–15 minuten op laag vuur bakken tot ze zacht zijn en goudbruin beginnen te worden.

Roer de stukjes pompoen en de kardemom, kaneel en nootmuskaat erdoor. Laat ze een paar minuten meebakken om de pompoen op te warmen en de specerijen te roosteren.

Giet de bouillon erbij en breng hem met deksel op de pan aan de kook. Laat de groenten ongeveer 15 minuten pruttelen tot ze zacht zijn. Laat ze een beetje afkoelen, giet de inhoud van de pan in een blender en maak er een gladde soep van. Giet hem terug in de pan, proef of hij voldoende op smaak is en warm hem heel rustig op.

Verdeel de soep over de kommen, sprenkel er wat tahin en olijfolie over en strooi de za'atar en peterselie erop. Serveer het geroosterde brood er apart bij.



