

RECEPT SHIITAKEBOUILLON (DASHI) UIT HET VOEDSELBOS

***Dashi** is een Japanse smaakmaker die gemaakt wordt van kombu (zeewier) en bonito flakes (gedroogd, gerookte en gefermenteerde tonijn) op smaak gemaakt met miso, shoyu. Maar wij maken het met shiitakes in plaats van tonijn. Maar wat maakt dashi nou zo ontzettend lekker? Dat is de smaak umami. Deze aanduiding is pas sinds 1908 naast zout, zoet, zuur en bitter opgenomen in ons smakenpallet. Umami betekent in het Japans 'heerlijke smaak' en het is het best te omschrijven als hartig. Dashi wordt gemaakt van alleen maar umami ingrediënten.*

Ingrediënten shiitake-bouillon

- ½ shiitake per persoon
- Een flinke strip kombu (voor 2 liter water);
- 2 liter water;
- Stukje gember naar smaak;
- Shoyu (of zout of bouillonpoeder) naar smaak (evt. sparrenzout uit de voedselbos-productenmand)
- Wildpluk, daslook, lente-ui voor garnering
- Brandnetelzaad (sparrenzout uit de voedselbos-productenmand);

Bereiding:

Zet twee liter water op met een flink strip kombu. Snijd shiitakes in plakjes en voeg dat toe met de shoyu en het stukje gemberwortel. Laat het aan de kook komen en 15 minuten trekken. Voeg de wildpluk, brandnetelzaad en-of lente-ui toe en serveer met in elke kop nog wat fijngeknipt groen.



Foto: Madeleine plukt shiitakes van de eikenstammetjes (door Jan Buwalda)