Bijgerechten

Gefermenteerde knoflookhoning

Rauwe teentjes knoflook gesuspendeerd in rauwe honing en drie tot zes weken bij kamertemperatuur laten gisten. De honing wordt dunner en donkerder tot amber, de knoflook wordt zacht tot een bijna gekonfijte, zachte zoetheid, en beide worden getransformeerd door de langzame alchemie van wilde fermentatie.

Tijd 60480 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 40 delen verse teentjes knoflook (geschild, heel en volledig droog)
- ☐ 100 delen Rauwe, ongefilterde honing (lokaal, niet hittebehandeld)

Zo maak je het.

01 Dit recept is afhankelijk van de natuurlijke wilde gisten en enzymen in zowel de rauwe honing als de knoflookschillen. Pel de teentjes knoflook voorzichtig en zorg ervoor dat ze volledig intact blijven; eventuele blauwe plekken zullen ervoor zorgen dat ze groen worden (een onschuldige maar visueel onaantrekkelijke reactie). Zorg ervoor dat de kruidnagels volledig droog zijn; een enkele druppel water kan ongewenste bacteriën introduceren. Doe de knoflookteentjes in een schone, droge glazen pot (gesteriliseerd, zonder zeep- of waterresten). Giet rauwe honing over de knoflook zodat alle teentjes onder water staan, maar laat bovenaan 2 cm ruimte vrij. Roer voorzichtig met een schone, droge lepel om luchtbellen te verwijderen.

02 Sluit de pot losjes af (niet luchtdicht afsluiten – CO2-gas moet kunnen ontsnappen). Zet op een warme plek bij kamertemperatuur (18–25°C), uit de buurt van direct zonlicht. Draai de pot de eerste 1 à 2 weken dagelijks ondersteboven om ervoor te zorgen dat de knoflook onder water blijft en de honing gelijkmatig wordt verdeeld. Laat de pot elke 1 à 2 dagen boeren door het deksel kort los te draaien, zodat eventueel opgehoopt CO2 vrijkomt. Na 2 weken kan het dagelijks omdraaien stoppen.

03 Ga door met fermenteren gedurende in totaal 4-6 weken en proef vanaf week 3 wekelijks de honing (niet de knoflook). De honing is klaar wanneer deze is verdund tot ongeveer de consistentie van warme ahornsiroop, een diepe amberkleurige tot bruine kleur heeft gekregen en een complexe smaak heeft ontwikkeld: nog steeds zoet, maar met een zachte smaak, een warme gefermenteerde diepte en heldere knoflook- en honingtonen die met elkaar zijn verweven. De knoflook is klaar als een teentje, geproefd, het grootste deel van zijn scherpe rauwe scherpte heeft verloren en zacht, licht zoet en bijna gekonfijt smaakt.

04 Zet in de koelkast wanneer de gisting de gewenste smaakdiepte heeft bereikt. De kou stopt de gisting en stabiliseert het product. Gebruik de gefermenteerde honing als glazuur voor geroosterd vlees en groenten, in saladedressings, als zoetstof in cocktails, of direct vanaf een lepel gegeten als gezondheidsmiddel. De knoflookteentjes kunnen in hun geheel worden gegeten, in charcuterieplankjes worden gesneden, in samengestelde boter worden gehakt of in sauzen worden gemengd. Gebruik altijd schoon, droog keukengerei om kruidnagels te verwijderen; voeg geen water toe.

Recept & herkomst ForkRecipe Kitchen / ForkRecipe / FoodML and contributors / CC BY-SA 4.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0
Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.
Porties zijn een richtwaarde; controleer de hoeveelheden in het bronrecept.
recipes.dvs-services.be / fermented-garlic-honey