



Mosterd workshop

Brigitte Tel, maart 2025

Hoezo mosterd maken ?

Robert liet jullie mosterdzaad zien



Op Middeleeuws Ter Apel festival werd nog geen week later gedemonstreerd hoe vroeger mosterd gemaakt werd.

Dus ook zelf proberen

Achtergrond mosterd

Mosterd, een specerij, is lid van de kruisbloemigen, een familie waartoe ook de kolen en tuinkers behoren.

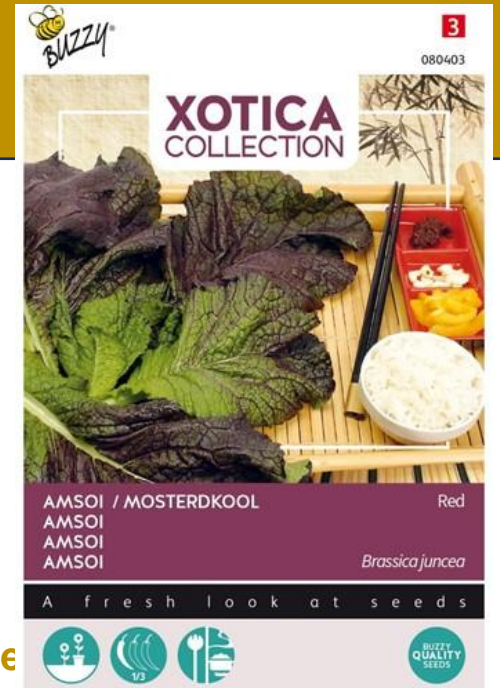
Het loof van de mosterdplant is eetbaar (amsoi, gai choi: stoven als spinazie).

Een scherpe smaak en indringende geur zijn karakteristiek voor deze soort planten.

Binnen deze familie worden slechts drie soorten gekweekt voor de zaden : witte of gele mosterd (*Sinapis alba*), zwarte mosterd (*Brassica nigra*) en bruine of Chinese mosterd (*Brassica juncea*).

Het aroma verschilt licht van soort tot soort: gele mosterd is milder dan bruine en vooral dan zwarte mosterd.

Mosterd is inheems in Europa en was lange tijd de goedkoopste specerij. Tijdens de Middeleeuwen nam de populariteit van mosterd een vlucht en werd Dijon het eerste Europese centrum voor commerciële mosterdproductie. Ook in andere Europese landen (Duitsland, Engeland en Zweden) begon men mosterd te produceren. De Britten zijn een beetje anders dan de rest, omdat zij mosterdpoeder prefereren. Dat is langer houdbaar en praktisch, omdat je er net zoveel mosterd mee maakt als je nodig hebt.



De chemische reactie van mosterd

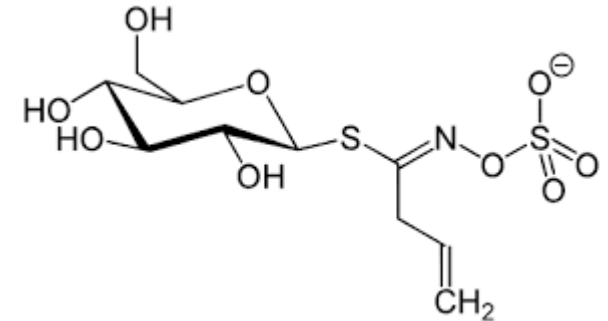
De scherpe smaak van mosterd is te danken aan *sinigrine* (ook *sinalbine* genoemd als het om witte mosterd gaat).

Deze chemische stof is in normale toestand inactief, maar die vrijkomt als de zaden gekneusd of gemalen worden.

Voegt men water toe, dan ontstaat er een enzymatische reactie (*hydrolyse*) waarbij nieuwe stoffen met een penetrant aroma ontstaan. Deze stoffen zijn zeer vluchtig: na een tiental minuten is hun effect uitgewerkt.

Om het aroma te behouden, moet er een zuur bij.

Het oude gebruik van druivenmost als zuur, verklaart meteen ook de naam '*most* -erd'.



De reactie beïnvloeden

Koud water triggert de chemische reactie, hitte tempert het. Maak de mosterd pittiger (gebruik koud water) of milder (gebruik warm/heet water of verwarm nog even).

De chemische reactie van mosterdpoeder met water komt na 10 -15 minuten op volle kracht. **Het moment waarop je het zuur toevoegt bepaalt de scherpte van de mosterd.**

Mosterd heeft minimaal een week nodig om op smaak te komen. Mosterd heeft eerst een wat bittere smaak die in de tijd afneemt.

Mosterd is haast oneindig houdbaar. Een half jaar is geen probleem.

Het basisrecept van mosterd

Ingrediënten:

50 gr geel mosterdzaad

100 ml appelciderazijn

peper en zout naar eigen smaak

extra azijn/water

Laat de mosterdzaadjes 24 uur weken in de azijn. Mix het mosterdzaad en de azijn met een staafmixer. Ga net zo lang door tot je de gewenste grofheid van mosterd hebt. Voeg peper en zout toe naar smaak. De mosterd kan nog te dik zijn en het mosterdzaad neemt in de tijd ook nog vocht op. Voeg daarom direct of later eventueel tot wel 50 ml water of azijn toe voor een meer smeugig geheel.

Doe de mosterd in een potje en laat hem paar dagen in de koelkast (of buiten de koelkast voor een milder resultaat) op smaak komen.



Variaties op het basisrecept

Grove pittige mosterd: Week 24 uur ook 10 gr bruine mosterdzaad in 20 ml appelciderazijn. Mix deze mee of voeg de hele geweekte zaadjes toe aan de gele mosterdzaad mosterd.

Toevoegen van kruiden:

Kruidnagelmosterd: voeg een snuf (niet teveel !) gemalen kruidnagel toe aan de mosterd.

Komijnmosterd: voeg een snuf (niet teveel !) gemalen komijn toe aan de mosterd.

Scherpe mosterd: voeg zwarte peperkorrels of chilivlokken (ev. met iets honing) toe aan de mosterd.

Groene kruiden, geroosterde knoflook, citroenrasp

Spelen met azijn: probeer verschillende soorten azijn: rode/witte wijnazijn, balsamico azijn, citroen

Honingmosterd (met mosterdpoeder), biermosterd, cranberry mosterd,

Mosterd proeverij

Grove mosterd met geel en bruin mosterdzaad met appelcider azijn

Gele Mosterd met balsamico azijn en hele bruine mosterdzaden

Biermosterd met geel en bruin mosterdzaad en bruine suiker

Honingmosterd van gemalen gele mosterd en kurkuma

Grove mosterd met kruidnagel

Druivenmosterd



Zelf aan de slag

Groepjes van vier maken

Per groepje in een bak per persoon 50 gr gele 24 uur in 100 ml appelciderazijn geweekt mosterdzaad doen.

**Mix het mosterdzaad en azijn met een staafmixer tot een grove of fijne mosterd.
Doe er eventueel in azijn geweekt bruin zaad bij.**

Verdeel de mosterd over vier potjes.

Maak naar smaak je eigen mosterd af:

Doe extra water, bier, citroensap of azijn erbij tot de gewenste dikte.

Voeg kruiden, honing, citroenrasp, bruine suiker, agave siroop of zout toe. (Tip: probeer eerst op een bordje met een beetje mosterd jouw idee uit !)

Wat krijg je mee

Je eigen gemaakte mosterd

Uitleg mosterd maken op papier met extra recepten

Mosterdzaad van jullie eigen bodem.

Tip voor verwijderen koft: eerst in een vergiet grote stukkige delen eruit halen. In kleinere zeef de dunnere deeltjes eruit zeven. Eventueel in water mosterdzaad van laatste stofjes scheiden. Mosterdzaad zinkt, Schilfertjes kun je eraf scheppen.