

Mosterd maken



(Uit: <https://weekend.knack.be/lifestyle/culinair/creatief-met-mosterd/> en <http://huis-tuin-en-keuken.blogspot.com/2014/08/c-doe-het-zelf-mosterd.html>)

Inleiding

Mosterd, een specerij, is lid van de kruisbloemigen, een familie waartoe ook de kolen behoren. Dat lijkt vreemd maar is het niet echt als je weet dat het loof van de mosterdplant eetbaar is. In het oosten worden soorten als *amsoi* en *gai choi* gestoofd zoals spinazie. Dichter bij huis behoort tuinkers eveneens tot de kruisbloemigen. Een scherpe smaak en indringende geur zijn karakteristiek voor deze soort planten. Binnen deze familie worden slechts drie soorten courant 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. Door deze soorten in wisselende verhoudingen te mengen, ontstaan verschillende soorten 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 Dijen 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.

Mosterd, de chemische reactie

De scherpe smaak van mosterd is te danken aan *sinigrine* (ook *sinalbine* genoemd als het om witte mosterd gaat). Dat is een chemische stof die in normale toestand inactief is, 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 daarom een zuur (bijvoorbeeld citroensap, witte wijn of druivenmost) toegevoegd worden. Dat is het procedé van mosterdbereiding in een notendop. Het oude gebruik van druivenmost verklaart meteen ook de naam 'most-erd'.

Koud water triggert de chemische reactie, hitte tempert het. Dus als je in je recept gebruik maakt van koud water dan wordt de mosterd pittiger dan als je kiest voor warm/heet water. Ook als je klaar bent met alle ingrediënten en het mengsel dan nog even verwarmt, voor het in het potje gaat, wordt de mosterd milder.

De chemische reactie tussen mosterdpoeder en water is een vluchtige reactie die niet lang standhoudt. Door een zuur (zoals azijn) aan het mengsel toe te voegen 'stabiliseert' de reactie van dat moment en zal de smaak daarna niet meer verflauwen. Het moment waarop je het zuur toevoegt geeft je dus speling in de scherpheid van de mosterd. Je kunt dat meteen tegelijk met het water doen voor een milde variant, of de chemische reactie tussen het mosterdpoeder en het water even de tijd geven om op volle kracht te komen, dat gebeurt meestal na 10 -15 minuten.

Mosterd is niet meteen op smaak. Er kunnen wel allerlei ingrediënten worden toegevoegd om de mosterd verder 'op smaak' te brengen, maar de kern van de mosterd zelf heeft tijd nodig om te ontwikkelen. Voor de ongedulden onder ons minimaal 12 uur, maar een paar dagen is eigenlijk beter voor het echt te beoordelen is. In eerste instantie is het bitter en niet echt lekker. Maak mosterd dus op tijd. Schrijf goed op wat je hebt gedaan want het kan dus wel een paar pogingen duren voor je een echt lekker recept te pakken hebt met al die variabelen.

In principe is mosterd haast oneindig houdbaar. Maar voor de zekerheid plak ik er zelf wel een uiterste houdbaarheidsdatum op, aangezien het zelfgemaakt is in een gewoon keukentje. Een half tot één jaar is geen probleem. Op het etiket schrijf ik altijd wanneer de mosterd is gemaakt. De maand en het jaartal.

Het basisrecept

(Uit: <https://vegallifestyle.nl/mosterd-maken-met-deze-3-recepten/> en een beetje van mezelf)

Ingrediënten: (iets aangepast)
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 staarmixer. 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, net als bij de gele mosterdzaadjes, 24 uur extra 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.

Spelen met azijn:

Probeer verschillende soorten azijn: rode/witte wijnazijn, balsamico azijn, kruiden azijn

Verschillende mosterdrecepten

Honingmosterd

(Uit: <https://huis-tuin-en-keuken.blogspot.com/2014/08/c-doe-het-zelf-mosterd.html>)

Een alternatieve manier van mosterd maken voor een meer gladde mosterd, maakt gebruik van mosterdpoeder. Met een elektrische koffiemaler kan je mosterdzaad vermalen tot mosterdpoeder. In de winkel kan je ook kant en klare nog fijnere mosterdpoeder kopen.

Ingrediënten:

70 gr (geel) mosterdpoeder

100 ml water (koud of warm)

3 el azijn (opt. rode, witte wijnazijn/ appelciderazijn)

3 el honing (kan ook minder als je minder zoet wil)

1 tl zout

1 tl kurkuma voor de gele kleur

extra water/azijn

Meng de mosterdpoeder met water samen tot een pasta. Eventueel 10 -15 minuten laten rusten om op volle sterkte te komen. Azijn en de rest van de ingrediënten toevoegen en mixen tot een glad geheel. Voeg extra water of azijn als dat nodig is. Duw met een lepel de mosterd door een zeef als je de mosterd nog gladder wil.



Mosterd met tijm en rozemarijn

Ingrediënten:

50 gr geel mosterdzaad

10 gr bruin mosterdzaad

120 ml witte wijnazijn

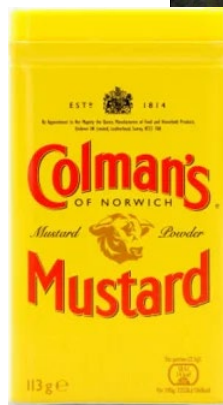
1 tl verse tijmblaadjes

1 tl verse rozemarijnnaalden

flinke el agave siroop

peper en zout naar eigen smaak

extra water/azijn



Zelfde als basisrecept. Voeg de tijm en de rozemarijn toe bij het 24 uur weken van het mosterdzaad. Voeg op het eind de agave siroop, zout en peper toe naar smaak. Voeg extra water of azijn toe als dat nodig is.

Citroenmosterd met geroosterde knoflook

Ingrediënten:

50 gr geel mosterdzaad

10 gr bruin mosterdzaad

120 ml witte wijnazijn

2 à 3 teentjes knoflook geperst

sap van 1 citroen

flinke el agave siroop

1 tl citroenrasp

peper en zout naar smaak

extra water/azijn

Zelfde als basisrecept. Rooster de knoflook kort in een pan zonder water, boter of olie toe te voegen. Mix de mosterdzaad met azijn, de knoflook, het citroensap, de agave siroop, peper en zout met de staafmixer tot een mosterd. Voeg extra water of azijn toe als dat nodig is.

Cranberry mosterd

(Uit: <https://deliciousmagazine.nl/recepten/cranberrymosterd-2/>)

Ingrediënten:

100 gr geel mosterdzaad
1/2 el korianderzaad
1/2 tl zwarte peperkorrels gekneusd
225 ml appelciderazijn
75 gr cranberry's gedroogd
1 el ahornsiroop
zout

Meng het mosterdzaad met de specerijen en de azijn in een kom en laat afgedekt 1 nacht staan. Hak het mengsel in een kleine keukenmachine tot een niet te grove mosterd. Voeg de cranberry's en ahornsiroop en 1 tl zout toe en hak nog heel kort. Proef op smaak of je nog meer zout wilt toevoegen. Doe de mosterd in de schone potten en sluit af. Laat de mosterd minimaal 1 week rusten, maar hij wordt lekkerder en meer in balans als je hem 2 weken tot 1 maand laat staan. Bewaar aangebroken in de koelkast.

Dragonmosterd en druivenmosterd:

(Uit: <https://deliciousmagazine.nl/delicious-helpt/kooktechnieken/zelf-mosterd-maken-zo-doe-je-dat-stap-voor-stap/>)

Voor een potje dragonmosterd:

50 gr geel mosterdzaad
40 ml ciderazijn
40 ml witbier
rasp van 1/2 citroen
blaadjes van 1 takje dragon

Meng het mosterdzaad met de citroenzijn en het witbier (of water voor een mildere mosterd) en laat 1-2 dagen wellen. Meng de citroenrasp en dragonblaadjes met het gewelde mosterdzaad en wat zout. Mix met een staafmixer tot een fijne mosterd. Voeg een scheutje water toe als je 'm smeugiger wil.

Voor een potje druivenmosterd:

50 ml roedewijnazijn
50 ml rode wijn
30 gr geel mosterdzaad
30 gr mosterdpoeder
10 of meer pitloze blauwe druiven
1 kleine fijngesneden ui
1 knoflook geperst

Breng de azijn en wijn aan de kook met de fijngesneden ui en teen knoflook. Zeef het mengsel of laat de uit en knoflook erin.

Voeg het mosterdzaad en mosterdpoeder toe en laat 1-2 dagen wellen. Mix samen met de pitloze druiven en wat zout met een staafmixer tot een gladde mosterd. Voeg eventueel meer druiven toe en mix opnieuw. Breng de druivenmosterd even aan de kook en laat afkoelen.



Biermosterd

(Uit: <https://deliciousmagazine.nl/recepten/biermosterd-2/>), beetje aangepast

Ingrediënten: (iets aangepast)

25 gr geel mosterdzaad
25 gr bruin mosterdzaad
50 ml ciderazijn
100 ml stoutbier of donker bier
25 gr bruine suiker
1 tl zout

Laat alle ingrediënten, behalve de bruine suiker een nacht weken. Draai alles kort in een kleine keukenmachine tot een grof mengsel. Voeg dan suiker toe en maal verder tot grove of fijne mosterd. Breng op smaak met zout. Doe in een schone pot en bewaar afgesloten in de koelkast.

Twee favoriete recepten met mosterd

Mosterdsoep

(Uit: <https://uitpaulineskeuken.nl/recept/groninger-mosterdsoep-met-spek>)

Ingrediënten:

1 kleine prei
2 teentjes knoflook
40 gr bloem
3 el mosterd
1 ui
30 gr roomboter
1 l kippen of groente bouillon
Scheutje slagroom
ev. 200 gr spekjes



Snijd de kleine prei in ringen (hou wat achter voor de garnering). Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Fruit dit aan in een ruime pan met de roomboter. Voeg de bloem toe en gaar dit mee op een zacht vuur. Gaar het gerust een minuut of 5 mee, maar laat het niet bruin kleuren. Laat het mengsel daarna afkoelen. Zet het vuur weer aan en voeg al roerende de bouillon en de prei toe. Laat het even koken op zacht vuur, totdat de prei gaar is. Pureer het geheel dan glad met een staafmixer. Voeg de mosterd en een scheutje room toe en breng de mosterdsoep op smaak met peper en zout. (Bak de spekreepjes goudbruin.) Garneer de soep met (de spekreepjes en) nog wat preiringetjes.

Mosterdkip met bloemkoolrijst

(Uit: Eet Paleo in 7 stappen, Marinka Bil)

Ingrediënten:

4 kipfilet of 600 gr kipplokjes
200 gr mosterd
6 el ahornsiroop
6 el balsamico azijn
2 el tijm

Voor 4 personen bloemkoolrijst.

Extra: knoflook, citroenrasp/sap, peterselie, ui, bosui en/of veldsla

Verwarm de oven voor op 180 °C. Roer de mosterd, ahornsiroop, balsamico azijn en tijm door elkaar in een kom. Leg de kip in een ovenschaal en schenk de saus erover. Bak het geheel in 25 min gaar. Bak eventueel een ui en knoflook in kokosolie. Voeg de bloemkoolrijst toe en bak totdat deze beetgaar is. Doe naar smaak citroenrasp/sap, peper en zout erbij. Garneer met veldsla, peterselie en/of bosui.

