

Sablé Breton

Met crème surprise en aardbei

Recept: Bart Tastenhoye, Leuven Taste

www.leuventaste.be

Ingrediënten

Sablé: 40 g eigeel, 100 g zachte boter, 60 g suiker, 110 g lupinemeel, 4 g bakpoeder, 2 g fleur de sel

Crème surprise: 2,5 dl volle melk, ½ vanillestokje, 40 g eigeel, 75 g suiker, 20 g maïzena, 200 g zure room

Bereiding

- Klop het eigeel en de suiker op en meng met de zachte boter. Voeg vervolgens alle andere ingrediënten voor de sablé toe en meng opnieuw.
- Duw het beslag van de sablé (5 mm hoog) in vormpjes van ± 3 cm diameter. Bak 6-7 minuten in een voorverwarmde oven van 170 °C.
- Breng de melk met het geschaapte vanillestokje aan de kook.
- Klop het eigeel en de suiker tot ruban en voeg de maïzena toe.
- Giet de kokende melk op de ruban. Breng al roerend aan de kook op een gematigd vuur. Stort het mengsel uit op een schaal en dek het af met plasticfolie. Laat het afkoelen in de koelkast.
- Klop de zure room op en meng met de koude crème patissière.
- Garneer de afgekoelde koekjes met crème surprise en aardbei.



Lupine

is heel eiwitrijk en kan als gekookte boon of als meel verwerkt worden. Mogelijke toepassingen zijn ontbijtgranen, borrelhapjes, plantaardige drinks en burgers. Lupine is net als soja een allergeen.



EEN BOON VOOR LEUVEN

Lokaal geproduceerde eiwitrijke gewassen

Met de steun van de Vlaamse overheid bouwen ILVO, Boerenbond, Kortom Leuven en Content aan een regionale keten op basis van gele erwt, veldboon en lupine. Enerzijds is er interesse bij verwerkers en consumenten om aan de slag te gaan met deze lokaal geproduceerde eiwitrijke gewassen. Anderzijds kunnen deze gewassen in een gewasrotatie en in een mengteelt met haver bijdragen aan een gezonde bodem en het verduurzamen van de landbouwproductie. Bovendien zijn deze eiwitrijke gewassen in staat om stikstof te binden uit de lucht en ook de lokale biodiversiteit te ondersteunen.

Ketenspelers bundelen de krachten

Samen met diverse ketenspelers bundelen we de krachten om een duurzame eiwitketen uit te bouwen via kennisopbouw over de teelt en de mogelijkheden voor verwerking en verkoop. Door vraag en aanbod te koppelen is het uiteindelijk van belang om tot een rendabel verhaal te komen, van boer tot bord.

Heb je vragen of interesse?

Neem contact op met Nele Lauwers via 0474 31 76 84 of nele.lauwers@boerenbond.be. We zijn ook nog steeds op zoek naar andere ketenspelers die graag een rol willen spelen in deze regionale keten.