



# STROOPTOCHT DOOR STREEKKEUKENS



DE LEKKERE STROOF UIT LIMBURG





## STROOP verdient meer dan BROOD

Als kleine jongen smeerde ik dagelijks stroop op mijn boterham met kaas. En ik herinner mij dat grootmoeder stroop gebruikte om een echt Limburgs stoofpotje te maken.

Vanaf het moment dat ik stroop beter heb leren kennen, waardeer ik dit als een onmisbaar product in elke keuken. Van bekende chefs heb ik mogen leren en ervaren hoe je met stroop moet omgaan, waardoor het een meerwaarde geeft aan sauzen en soepen.

Een eerlijk product en een perfecte vervanger als natuurlijk zoetmiddel voor suiker. Een gezonde zoetmaker dus.

Samen met de bedenkers van 'STROOPTOCHT DOOR STREEK-KEUKENS' ben ik op zoek gegaan naar 'typische' streekgerechten, die vaak in meerdere provincies op tafel komen. Streekeigen keukengeheimen zijn culinair gehuwd met het karakteristieke van stroop. Af en toe met een eigentijds smaakaccent.

Dit receptenboek is een selectie na onze grenzeloze 'STROOPTOCHT DOOR STREEKKEUKENS'.

Dirk Onclin,  
stroopkok.



## STROOP DOOR DE EEUWEN HEEN

Als de Germanen appels en peren in brede, ondiepe potten gaan koken om ze langer te kunnen bewaren, is stroop geboren. Door het fruit zo lang te koken totdat alle vocht verdampt is, ontstaat er een moes met een suikergehalte tot zo'n 50%, dat lang houdbaar is. Ideaal om maaltijden te zoeten, zo ontdekt men later.

Rond de jaartelling introduceren de Romeinen fruitteelt en wijnbouw in Limburg en het aangrenzende België. Het is daarom dat in deze streek de wieg van de Limburgse stroop, een wereldwijd unieke traditie, staat.

Ook Napoleon stimuleert het stroopkoken als hij de teelt van suikerbieten invoert. Bietenstroop is goedkoop en brandt niet snel aan. Het koken van stroop is in die tijd een manier om calorieën voor de winter op te slaan.

Tot de opkomst van de industrieën, in de tweede helft van de 19<sup>e</sup> eeuw, blijft het maken van stroop een thuisnijverheid. Men verwerkt thuis het overschot aan fruit en begint er handel mee te drijven.



Als tegen het eind van de 19<sup>e</sup> eeuw veel Limburgse boeren van graan- op veeteelt overstappen, worden hun akkers weilanden met grazende koeien tussen fruitbomen. Het leidt tot optimale opbrengst van hun land: veeteelt én fruitteelt.

Deze fruitboeren werken de opbloei van stroopstokerijen in de hand. Zij blijven vaak met overtollig, niet-verkocht fruit zitten, dat uitermate geschikt is om stroop van te stoken. Eijsden, Maastricht, Schimmert, Spaubeek en Beek tellen in die tijd meer dan tien stroopstokerijen. In Belgisch Limburg is Haspengouw dicht bezaaid met een 40-tal stroopstokerijen.

Stroop vergt in die tijd nauwelijks investeringen. Een koperen ketel en een pers zijn voldoende. Gestookt wordt op sprokkelhout en later steenkool. Veel fruitboeren maken hun stroop zelf en brengen dit nevenproduct van de fruitteelt aan de man. Met paard en wagen of per hondenkar.

Klanten kopen het broodsmeersel per gewenste hoeveelheid, die wordt afgesneden en in boterhammenpapier gewikkeld. De industriële revolutie, eind 19<sup>e</sup> eeuw, verdringt de kleine stroopboer of laat stroopstokerijen uitgroeien tot stroopfabrieken.

## LEKKER STREEKEIGEN

In 1897 telt Schinnen nog tien appel- en perenstroopstokers. Tot die stroopstokers behoort ook Jan Hubert (Sjang) Canisius. Als in 1903 Jean (Sjang) Canisius met stroop stoken begint wordt de naam Canisius onafscheidelijk verbonden aan dit streekeigen natuurproduct.

De stroopfabriek kent een voortvarende start. Nauwelijks vijf jaar na oprichting bouwt Canisius een grotere stroopfabriek in het buurtschap Nagelbeek. Na het verkrijgen van een vergunning wordt in 1919 opnieuw uitgebreid en gemoderniseerd.

De naam Henssen doet zijn intrede als in 1921 Henri Henssen, de aangehuwde neef van Jean Canisius, als bedrijfsleider wordt aangesteld. Hij zal later het directeurschap erven.

De productiecapaciteit vergroot, waardoor naast fruit ook suikerbieten tot stroop kunnen worden verwerkt. De 'Rinse appelstroop' is geboren en vanaf dat moment een vertrouwde 'aانبlik' op de Limburgse keukentafels.

Verschillende inzichten tussen aandeelhouders en directeur leiden eind jaren vijftig tot het oprichten van een eigen stroopfabriek. Zo beschikt Schinnen in die tijd over twee stroopfabrieken op haast steenworpafstand.

Veertien jaar opereren beide fabrieken naast elkaar. Dan zoeken zij elkaar weer op, wat eindelijk resulteert in stroopfabriek Canisius-Henssen. We schrijven dan het jaar 1972. De oude fabriek in Nagelbeek wordt afgebroken en doet verder dienst als kantoor, opslag en (tegenwoordig) stroopmuseum.

Canisius-Henssen is een hecht familiebedrijf gebleven, dat anno nu wordt geleid door de vierde generatie. In 2003 is bij gelegenheid van het 100-jarig bestaan het predikaat 'bij Koninklijke Beschikking Hofleverancier' toegekend.

Momenteel kent Nederland nog twee actieve stroopfabrieken. Canisius is met voorsprong marktleider met een jaarlijkse productie van ruim 3 miljoen kilo stroop. Deze vinden via miljoenen bakers, blikken en potten de weg naar consumenten in binnen- en buitenland.

Kwaliteit en traditie zijn de belangrijkste ingrediënten die dit puur natuurproduct door de eeuwen heen tot een gezonde en lekkere streekeigen stroop hebben gemaakt. Niet alleen óp het brood, maar ook in gerechten.



# AALMEERSE PEPERNOTEN

SINTERKLAAS AANKOMSTLEKKERNIJ

**ALMERE** is dit jaar de thuishaven van Sinterklaas, die er zijn pepernoten mét een accent van **CANISIUS STROOP** door zijn Zwarte Pieten laat bakken.

## INGREDIËNTEN

- 500 gram bloem
- 2 dl honing
  - 150 gram bruine basterdsuiker
  - 150 gram boter
  - 50 gram cacao-poeder
  - 1 theelepel bakpoeder
    - ½ theelepel bicarbonaat\*
    - ½ theelepel versgeraspte nootmuskaat
    - 1 theelepel gemalen witte peper
    - 1 theelepel gemalen kaneel
    - 1 theelepel geraspte citroenschil
      - 50 gram gemengde sukade
      - 2 eieren, 100 gram amandelen
      - 1 dl **CANISIUS STROOP**
        - zout



**B**ekleed de bakplaat met bakpapier. Verwarm honing, **CANISIUS STROOP**, basterdsuiker en boter in een pannetje op een matig vuur en breng aan de kook. Haal pan van het vuur en laat mengsel afkoelen. Zeef bloem, cacao, bakpoeder, bicarbonaat, specerijen en een snuffje zout boven een grote kom. Roer de gehakte amandelen, citroenrasp en sukade erdoor. Maak in het midden een kuiltje en giet daar stroopmengsel en losgeklopte eieren in. Dek het deeg af en zet het twee uur in de koelkast. Oven voorverwarmen op 180°C. Doe deeg op lepel en maak er bolletjes van. Leg deze op de bakplaat en bak de pepernoten in 12 tot 15 minuten af.

\* Bicarbonaat (ook wel als bakpoeder bekend) is een zuiveringszout met een zuurbufferende werking.



# BARTJES BONENBRIJ

STREEKGERECHT UIT DRENTHE

'Ik bid nie voor brune bon'n', de gevleugelde woorden van Drentse Bartje, die aangeven dat peulvruchten het keukenbeeld in deze streek bepalen.

## INGREDIËNTEN

- 400 gram bruine bonen
  - 1,6 dl groentebouillon
    - 1 laurierblad
    - ½ sjalot, 1 kleine wortel
    - 1 stengel bleekselder
      - 250 gram mager gerookt spek
      - 250 gram boerenmetworst
      - 30 gram bloem
        - halve liter karnemelk
          - suiker, zout, zwarte peper
- **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP**



**S**poel de bonen en zet deze op met de groentebouillon. Voeg laurier, geschildte wortel, sjalot en bleekselder toe en breng aan de kook. Doe spek erbij en laat het geheel op een laag vuur circa anderhalf uren garen. Het laatste uur de metworst meekoken. Haal laurier, wortel, sjalot en bleekselder uit de pan. Maak van de bloem met wat karnemelk een papje en schenk er beetje bij beetje de rest van de karnemelk bij. Haal spek en worst uit de pan en roer de karnemelkpap door de bruine bonen tot een lichtgebonden bonenbrij. Snij spek in stukjes en worst in plakjes. Schep bonenbrij in een schaal en dien op met spek en worst. Serveer de **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP** met boerenbrood of in dikke schijven gebakken aardappelen er apart bij. Werk het gerecht af met zwarte peper.



# DORDTSE RAASDONDERS

STREEKGERECHT UIT ZUID-HOLLAND

Waarom kapucijners ook wel raasdonders worden genoemd? Ervaar het zelf na het eten van dit streekgerecht uit Dordrecht.

## INGREDIËNTEN

- 500 gram gedroogde kapucijners
- 2 grote uien
  - 200 gram mager ontbijtspek
    - 50 gram boter of reuzel
      - ¼ theelepel rozemarijn
        - ¼ theelepel salie
          - ¼ theelepel majoraan
            - ¼ theelepel basilicum
              - ¼ theelepel bonenkruid
                - 2 eetlepels citroensap
                  - 2 eetlepels honing
                    - water, zout
                      - 3 eetlepels **CANISIUS STROOP**



**L**aat de kapucijners een nacht in ruim water weken. Voeg zout toe en kook kapucijners gaar in weekwater. Uien snipperen en spek in dobbelsteentjes snijden. Bak uien en spek vervolgens bruin in boter of reuzel. Voeg de rest van de ingrediënten samen met **CANISIUS STROOP** toe en laat het geheel inkoken, zodat er een stroopachtige massa ontstaat. Kapucijners afgieten en deze massa er door heen roeren. Bij voorkeur zo heet mogelijk opdienen.



# GRUNNEGER SPEKKENDIKKEN

STREEKGERECHT UIT GRONINGEN

Een traditioneel streekgerecht dat aan het einde van het jaar wordt gebakken. Het gerecht kent varianten in Friesland en in de voormalige DDR.

## INGREDIËNTEN

- 750 gram boekweitmeel
- 750 cc melk
  - 3 eieren
  - 1 pot **CANISIUS STROOP**
    - 10 gram kardemon\*
    - 10 gram bakpoeder
    - 10 gram zout
    - 10 gram anijs
    - 1 eetlepel suiker
    - spek en/of worst



**M**aak melk, stroop en suiker lauwwarm en goed mengen. Meel in kom doen en in het midden geklopte eieren, kruiden, bakpoeder en verwarmde melk toevoegen. Beslag goed kneden en liefst 24 uur in een kom met een vochtige doek erover laten staan. Strijk met een mes een beetje beslag op een lepel. Leg er een plakje spek of worst op en daarna weer een beetje beslag. Bak de spekkendikken in de pan of met het wafelijzer. Drink er een jenevertje bij.

\* Kardemon is een peul van een plant uit de gemberfamilie en behoort tot de duurste specerijen.





## STROOP IS GEZOND: WE SMEREN 'M

**E**en sneetje brood met stroop is gezonde sportvoeding. In de musette van de wielrenner misstaat dit niet naast de sportdrink en sportreep.

Als in de finale van een koers de renners 'm smeren uit het peloton en een kopgroep formeren, kan het goed zijn dat zij die kracht putten uit hun sneetje met stroop.

Bij langdurige sportieve inspanningen zorgt stroop voor de juiste aanvulling van koolhydraten. Samen met eiwitten en vet zijn koolhydraten onze belangrijkste voedingsstoffen. Koolhydraten zijn een direct beschikbare brandstof voor onze cellen.

Beroepssporters eten volgens een strikt schema. Dagelijks twee afgestreken eetlepels stroop behoort tot de basis van hun voedingsschema. Zoet is goed, zij het in mate. Zonder toevoeging van kristalsuiker, kleurstoffen, smaakstoffen of bewaarmiddelen is een pot stroop één brok puur natuur.

Stroop is een rijke bron aan ijzer. Het voorziet in 69% van onze dagelijks aanbevolen behoefte aan ijzer. IJzer zorgt voor het transport van zuurstof door ons bloed. Een broodje met stroop is een welkome afwisseling op het vele drinken tijdens (duur)sporten.

Het belang van milieubewust consumeren weerspiegelt zich in de productie van stroop. De appels en peren komen van lokale producenten en zorgen dus niet voor lang en milieubelastend transport.

Stroop is gezond voor iedereen. Voor ons milieu, flora, fauna en onze gezondheid. Het laat ons streekeigen genieten van een diepgewortelde traditie met goede smaak.



# HETE BLIKSEM

STREEKGERECHT UIT UTRECHT

Tijdens het koken komt tamelijk veel vocht vrij, dat sterk wordt verhit. De eter brandt daardoor gemakkelijk de mond bij dit gerecht dat oorspronkelijk uit deze streek komt. Vandaar wellicht de naam 'hete bliksem'.

## INGREDIËNTEN

- 1 tot 1½ kilogram aardappelen
- 750 gram zoete appels of peren
  - 750 gram zure appels (Goudreinetten)
  - 600 gram licht gerookt, doorregen spek
    - peper, laurier
    - 1 wortel, 2 uien
    - peterselie, tijm, selderie
    - kruidnagel, bieslook
    - rode wijnazijn
    - **CANISIUS STROOP**



**Daags tevoren:** Bak spek lichtbruin in een koekenpan. Kruiden met peper en grof gesneden groentenmengeling (wortel, ui, selderie, peterselie) toevoegen. Laat groenten 5 minuten meestoven. Voeg bosje tijm, laurierblad, kruidnagel toe en blus af met 3 lepels rode wijnazijn. Spek mag net niet onder staan. Laat het geheel in 1½ tot 2 uur langzaam garen. Daarna spek 12 uur laten afkoelen in de jus.

Uitje stoven, aardappels en appels toevoegen. Giet kopje water bij en leg hierop een laurierblad. Geheel ongeveer half uur laten garen. Verwijder laurierblad en stamp aardappels en appels. Kruiden met peper en zout naar smaak.

Neem spek uit de jus en dep droog. Ontvet de jus en en zeef deze. Laat jus samen met twee eetlepels **CANISIUS STROOP** tot de helft zachtjes inkoken. Snij het spek in duimdikke plakken. Bak het spek goudbruin met een krokant korstje. Warm bewaren. Schik het spek op het bord en serveer de met bieslook bestrooide 'hete bliksem' erbij. Saus apart erbij.



# POTSTROU

FRIES STREEKGERECHT

Potstrou is de zoete variant van 'Stip in 't gat'. Een authentiek dagelijks maal van water en meel voor de hardwerkende mens. De volgende dag werd het gerecht in plakken gesneden en gebakken. In Noord-Afrika komt Potstrou als variant voor met couscous in plaats van boekweitmeel.

## INGREDIËNTEN

- 1 pak boekweitmeel
- 1 liter karnemelk
  - 200 gram boter
  - 1 pot **CANISIUS STROOP**



**K**arnemelk al roerend aan kook brengen. Smelt ondertussen boter in steelpannetje. Vuur lager en boekweit toevoegen totdat het boekweitpap is. Even door laten koken en eventueel nog wat griesmeel toevoegen. Blijf roeren totdat brei wit begint te worden en de pap bijna meel is.

In pan op tafel serveren. Opscheplepel even door de gesmolten boter. Dan opscheppen en midden op bord kuiltje maken waarin een laagje boter en **CANISIUS STROOP** komt. Dan 'stippen': neem met de vork een deel griesmeel, in het kuiltje doen en... smakelijk eten!



# SCHINNENS ZOERVLEISJ

STREEKGERECHT UIT LIMBURG

Schinnen staat bekend om Canisius stroop én... Alfa bier. Twee ingrediënten die voor de 'finishing touch' van dit typisch Limburgse zuurvlees zorgen.

## INGREDIËNTEN

- 1 kilogram rundvlees
- 250 gram grof gesneden uien
  - 4 dl appelazijn
    - 1 flesje Alfa Bokbier of Super Dortmunder
    - 2 schijfjes peperkoek of Aachener Printen
      - 1 theelepel suiker
        - 2 kruidnagels
          - 1 laurierblad
            - 10 peperbolletjes
              - 2 geplette jeneverbessen
                - zout en peper naar smaak
                  - boter
                    - 2 boterhammen royaal ingesmeerd met **CANISIUS STROOP**



**V**lees inwrijven met peper en zout . Daarna in stukken van 3 bij 3 centimeter snijden. Marineer het vlees 24 uur in een mengsel van azijn, bier, water, zout, peperbolletjes, jeneverbessen, laurierblad en kruidnagels. Daarna ui in braadpan aanfriten, uit de pan halen en op bordje leggen. Haal vlees uit de marinade, dep het droog en wrijf het eventueel door de bloem. Bak het vlees in de boter bruin. Dan uien erbij en marinade toevoegen zodat vlees onder staat. Roer daarna boterhammen met **CANISIUS STROOP** en peperkoek (of printen) erdoor en laat het geheel op laag vuurtje gaar pruttelen. Als het vlees bijna uit elkaar valt is het 'Schinnens Zoervleisj' klaar om te worden opgediend. Lekker met zelfgemaakte frites.



# RODE BESSENBET

BRABANTS STREEKGERECHT

Zwarte bessen op stroop werd in de Brabantse Baronie als medicijn aan kinderen met buikklachten gegeven. Nog steeds worden in deze streek bessen geteeld. Een sorbet van rode bessen, cranberrystroop en bessenlikeur is een gezond nagerecht van streekeigen producten.

## INGREDIËNTEN

- 250 gram rode bessen
- bessenlikeur (of aardbeienlikeur)
  - 60 gram suiker
  - 1 citroen
  - munt
- **CANISIUS CRANBERRYSTROOP**



**L**eg dadelijk 2 takjes bessen apart voor de garnering. Snij de buitenste schil van de citroen flinterdun. Zet de andere bessen op een zacht vuurtje met een beetje water en roer regelmatig om aanzetten te voorkomen (Zeer belangrijk!!) Voeg 2 eetlepels **CANISIUS CRANBERRYSTROOP** en een beetje citroensap toe. Als de bessen gaar zijn, neem je ze van het vuur en zeef ze door, hou het sap apart en zet het terug op een vuurtje samen met de suiker. Neem terug van het vuur en laat het afkoelen. Wanneer het volledig is afgekoeld doe je het in een ijsmachine. Neem een diep bord, giet op de bodem een beetje likeur, draai canelles van de sorbet, doe hierover de citroenschilreepjes en een paar blaadjes munt en leg langs de sorbet een trosje bessen.



## STROOP HEFT TOEKOMST

**L**ekker, puur en eerlijk. Limburgse stroop beantwoordt aan de smaak van morgen. Stroop past perfect binnen het 'slow food'-concept, waarbij het in tegenstelling tot het 'fast food'-principe van massaproductie en snelle consumptie gaat om het opnieuw ontdekken.

Bovendien wil slow food de culturele en traditionele keuken in stand houden en daarmee ook het oorspronkelijke gebruik van fruitteeltgebruiken van de regio. En het productieproces respecteert de mensen en het milieu die erbij betrokken zijn.

Slow food heeft binnen de symbolische Ark van de Smaak zo'n 750 authentieke streekproducten verzameld. Limburgse stroop behoort ook daartoe. Het maken van echte stroop is vakmanschap. En het allerbelangrijkste: het smaakt goed en is gezond.

Een van de grondbeginselen van slow food is het recht op genieten. Stroop doet dat als streekproduct en komt tevens tegemoet aan de groeiende behoefte aan gezond eten, waarbij de consument weet waar het product vandaan komt.

Binnen deze aankomende nieuwe eettrend gaat stroop een gezonde toekomst tegemoet.



Voor de lekkerste strooprecepten!  
[www.canisiusstroop.nl](http://www.canisiusstroop.nl)

- Probeer 't ook eens... op pannenkoek of possertjes.
- op een boterham met kaas
- Bij bereiding van sauzen
- Van nature rijk aan ijzer en gezond voor iedereen!

100% puur fruit  
zonder toegevoegde suikers

• zonder toevoeging van testastuliner  
• geen conserveermiddelen  
• geen kleur- of smaakstoffen

[www.canisiusstroop.nl](http://www.canisiusstroop.nl)

**Canisius**  
De lekkere stroop uit Limburg. Sinds 1903.

De provincie Limburg  
KONINKRIJK DER NEDERLANDEN

# SPAKENBURGER PALING MET STROOP

STREEKGERECHT UIT NOORD-HOLLAND

Een recept van puur Hollandse bodem. De contrasterende combinatie van zout met zoet vinden wij ook terug in de Japanse keuken.

## INGREDIËNTEN

- 500 gram verse paling (schoongemaakt)
- 30 gram boter
  - 2,5 deciliter water
  - 2,5 dl witte wijn
    - ½ sjalotje
    - schijfje gember
    - zwarte peper, zeezout
    - **CANISIUS STROOP**

Voor de salade:

Frisee, koriander, peterselie, basilicum,  
citroenmelisse, citroensap



**S**nij de paling in mootjes van circa 5 centimeter. Zet ze in een klein pannetje rechtop met circa een halve deciliter water en witte wijn. Breng dit snel aan de kook, voeg ½ sjalotje en schijfje gember toe en laat het zonder deksel op laag vuurtje zo lang doorkoken totdat water en de wijn verdampt zijn. Dan boter erbij en paling even bakken. Schenk de **CANISIUS STROOP** over de paling en bak ze door tot deze mooi bruin van kleur zijn. Op smaak brengen met zwarte peper en lichtjes met zeezout. Warm of koud serveren bij brood.

**Saladebereiding:** Maak een kruidensalade met fijne frisee en kruidenmengeling van koriander, peterselie, basilicum en een beetje citroenmelisse. Kruiden met fijne olijfolie en enkele druppels citroensap. Schik de salade op het bord en verdeel hierop de stukken paling.



# TUKKERSE STROOPSPEKSAUS

STREEKSAUS UIT OVERIJSEL

Dit Twentse streekgerecht wordt gegeten met gekookte aardappelen, vaak in plaats van vlees. Samen met tuinbonen, sperziebonen of sla is het een compleet hoofdmaal.

## INGREDIËNTEN

- 250 tot 300 gram mager gerookt spek
- 50 gram bloem
  - ½ lieter karnemelk
  - 1 kleine ui
    - peper naar smaak
    - 300 gram verse erwtjes
    - eetlepel **CANISIUS APPELSTROOP**



**B**ak het in dunne schijfjes gesneden spek goudbruin en leg deze in een schaal. Ondertussen ui schillen, fijn snipperen en in overgebleven spekvet goudgeel fruiten. Haal pan van het vuur en roer bloem door vet en uitjes. Voeg daarna beetje bij beetje circa een derde van de karnemelk en de **CANISIUS STROOP** toe en roer het geheel tot gladde massa. Giet daarna rest van de karnemelk erbij. Breng saus al roerend aan de kook en laat saus inkoken om gaar te worden. Kook de erwtjes knapperig gaar in licht gezouten water. Spoel ze af onder stromend water en meng de erwtjes onder de saus. Roer tot slot de spekJes erdoor en kook de stroopspeksaus kort totdat de spekJes lekker warm zijn. Het spek kan ook apart op het bord worden gelegd, waar de saus overheen wordt gegoten en het geheel wordt afgewerkt met wat stroop. Lekker met brood.





# VELUWSE HOTDOG À LA GRECQUE

STREEKGERECHTVARIANT UIT GELDERLAND

Uit de grootste provincie van Nederland komt deze streekgerechtvariant. De Gelderse rookworst zorgt voor het typische streekaccent en gaat een huwelijk aan met Limburgse stroop als de 'betere burger'.

## INGREDIËNTEN

- broodjes (naar believen)
  - ijsbergsla
  - Gelderse rookworst
  - **CANISIUS APPELSTROOP**
  - 2 roma tomaten
  - rode paprika
  - rode peper
  - courgette
  - aubergine
  - 1 zoete ui
  - teentje knoflook
- Voor de groenten à la grecque:
- 5 dl witte wijn
  - 1 dl rode wijnazijn
  - 5 peperkorrels
  - kruidnagel
  - tijm, laurierblad
  - 10 geplette korianderbolletjes
  - olijfolie



**G**roenten wassen en in gelijke dikke dobbelsteentjes snijden. Doe rest van ingrediënten in hoge pan. Aan de kook brengen en 10 minuten kruiden laten trekken. Voeg de groenten toe en gaar het geheel gedurende 25 minuten. Laten afkoelen en afwerken met peper, zout en krachtige olijfolie.

Snij worst in gelijke plakken, bak ze goudbruin en overgiet deze met **CANISIUS STROOP**. Beleg het broodje met worst en serveer de groenten hierbij samen met sla op een bord.



# ZEEUWSE GRUTJES

STREEKGERECHT UIT ZEELAND

Een heerlijk nagerecht bij een bonenschotel. Het is oorspronkelijk uit Gorkum, maar heeft zich weten te ontwikkelen tot een typisch Zeeuw streekgerecht.

## INGREDIËNTEN

- 1 liter magere melk
- 100 gram boekweitmeel of grutten
  - zout
  - ½ theelepel tijm
  - vanillestokje
  - **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP**



**B**reng melk met een beetje zout aan de kook. Roer de boekweit er door en laat dit 15 minuten op een laag vuurtje gaar koken. Voeg op het laatste eventueel de tijm en vanillestokje toe. Niet vergeten om regelmatig te roeren. Geef er de **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP** bij. Lekker met appelcompote.



# FINNEKE'S BOTERHAMMEN

STREEKGERECHT UIT LIMBURG

Steve Stevaert, Gouverneur van Belgisch-Limburg, mocht zijn grootmoeder Finneke vroeger in de keuken helpen. Haar boterhammen zijn een authentiek streekgerecht... mét Limburgse stroop als basis van dit tijdloos recept.

## INGREDIËNTEN

- 4 grote sneden bruin tarwebrood
  - 50 gram boter of gesmolten spekvet (smout)
    - 8 plakken gezouten spek
      - boter
        - Jonagold appel
          - pijnboompitten
            - mosterd
              - rode wijnazijn
                - ijsbergsla
- 6 eetlepels **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP**



**B**ak spek met klein beetje boter in de pan op stevig vuur. Laat spek mooi kleuren en krokant korstje krijgen. Blus het spek af met een scheut rode wijnazijn en een theelepel mosterd. Haal spek uit de pan en houd het warm. Snij ijsbergsla in sliertjes en stoof deze een minuutje mee in deze saus en voeg op het laatst pijnboompitten toe. Bestrijk het brood met **CANISIUS PEREN-/APPELSTROOP** en leg daar het gebakken spek en de ijsbergsla, pijnboompitten en speksaus op. Boterham dichtvouwen en op het vuistje eten. Heerlijk met een sterke kop koffie.



# STROOPWEETJES

**ZEVENMAAL HET GEWICHT** Voor 1 kilo pure appelstroop is maar liefst 7 kilo appels nodig. Een potje stroop is dus eigenlijk zevenmaal het gewicht in fruit.

**LIMBURG OP KOP** Bij een Nederlands gezin staat gemiddeld elke vier weken een pot stroop op het boodschappenlijstje. Veel Limburgers echter kopen bijna iedere week stroop.

**ALLERLEI NAMEN** Stroop is een streekeigen product en kent daardoor veel dialectbenamingen. In Kerkrade spreken ze van 'zeem', in de rest van Limburg eten ze 'sjoop' of 'sjoep'.

**GRENZELOOS** Culinaire grenzen storen zich niet aan landgrenzen. Ook in Belgisch Limburg is stroop een gewaardeerd streekgerecht. Het herinnert aan de tijd dat er nog één Limburg was.

**GELEZEN** 'Zeem, sjoep: lekker vuur op de zjwarte botterham of in d'r knien'. Vertaald: 'Stroop, lekker op roggebrood of in een gerecht met konijn.'

## COLOFON

STROOPTOCHT door STREEKKEUKENS is een uitgave van stroopfabriek Canisius Henssen BV, Nagelbeek 6-8, (NL) 6365 EK SCHINNEN, info@canisiusstroop.nl, www.canisiusstroop.nl

|                        |                                      |
|------------------------|--------------------------------------|
| Idee, concept en copy: | Wim Göbbels                          |
| Recepten:              | Dirk Onclin (stroopkok), Wim Schoofs |
| Fotografie:            | Kenneth Tan, Luc Daelemans           |
| Ontwerp en opmaak:     | ADMA, Geleen                         |
| Druk:                  | Drukkerij D&O, Helchteren (B)        |

Ondanks al de aan de samenstelling van recepten en tekst bestede zorg, kan noch de redactie noch de uitgever enige aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele onverhoopte onjuistheden. Overname van tekst en/of recepten is toegestaan mits bronvermelding.

# DELICIEUS TOT OP DE BODEM



**S**inds het inblikken van de eerste stroop, meer dan honderd jaar geleden, is het stoken ervan een ware cultuur volgens goed geheim gebleven receptuur. Een traditie die Limburgers eigen is. Deze rijke 'boerentraditie' hebben we te danken aan fruithandelaar Jean Canisius.

Nu verlaten jaarlijks meer dan 3 miljoen kilogram delicioze stroop de poorten van stroopfabriek Canisius Henssen. In blik, beker, emmer of glazen pot vervuult de stroop het idyllische Zuidlimburgse heuvelland voor een plek in uw keuken. In Nederland, België maar ook in Australië, Canada en Nieuw-Zeeland weten zij stroop van Canisius te waarderen.

Het loopt bij ons letterlijk 'gesmeerd', delicioz tot op de bodem.





Stroopfabriek Canisius Henssen BV • Nagelbeek 6-8 • 6365 EK Schinnen  
T 046 443 12 12 • F 046 443 29 11  
[www.canisiusstroop.nl](http://www.canisiusstroop.nl) • [info@canisiusstroop.nl](mailto:info@canisiusstroop.nl)

