De pistolet van Sofie

Een jeansjurk, een paar edgy kousen, stoere hakken en een donkerblauwe koksjas. Een tattoo van een koksmes op de zijkant van haar rechterhand, dat ook. Sofie Dumont is ongetwijfeld het meest rock-'n-roll onder de vrouwelijke tv-chefs! **Tekst Laurence Van Liedekerke**

We ontmoeten Sofie Dumont in Pistolet Original, waar ze haar nieuwste creatie, de pistolet Poulpo Ibiza, komt voorstellen. We zouden je kunnen vertellen dat het om een krokante pistolet gaat, gevuld met aardappelsalade, pikant gegaarde inktvis, aïoli, zure reepjes ui, een blaadje sla en wat tuinkers, maar op één of andere manier was het overheerlijke eindresultaat veel meer dan de som van de ingrediënten. Sofies pistolet is er eentje die je onmogelijk zonder knoeien kan opeten. En laat dat nu net de bedoeling zijn...

Je stelt vandaag je pistolet Poulpo Ibiza voor. Zijn de ingrediënten bewust of toevallig gekozen?

Sofie Dumont: "Voor mij was het belangrijk om een pistolet te creëren die echt persoonlijk was, met pure ingrediënten en smaken die ik graag heb. Ik ben voor deze pistolet dan ook in mijn nostalgische archieven gedoken, op zoek naar dingen die ik ooit lekker vond. Aardappelen op brood, bijvoorbeeld, dat is voor mij pure nostalgie."

Terug naar je kindertijd?

"Ja, absoluut! Mijn grootmoeder gaf ons dikwijls brood met patatjes, het overschot van de avond ervoor dat ze snel even opgebakken had. Boven op die patatjes kwam dan vaak wat gebakken spek, soms zelfs een eitje. Dat was dan het avondeten. En dat is prima, maar tegenwoordig mag dan niet meer hè, met al die koolhydratengoeroes (*lacht*). Maar ik trek me daar niets van aan. Eten moet lekker smaken, liefst zelfs té lekker zijn. Gulzigheid, daar hou ik van. Het is ook altijd mijn doel als ik iets creëer, gerechten maken waar mensen gulzig van worden."

Je vermeldt al dat het tegenwoordig een trend is om koolhydraten te mijden. Zijn er nog andere trends die je opvallen?

"Ik ben heel blij dat we terug naar de echte, kleinschalig geproduceerde producten gaan. Vlees van de nicheslager die misschien maar één soort vlees aanbiedt maar wel zorgt voor topkwaliteit. Kaas van bij de boer om de hoek, die zijn product met liefde van koe tot kaasplank opvolgt. We gaan terug naar de basis en hebben weer waardering voor vakmensen die zowel het dier als het ingrediënt benaderen met het respect dat het verdient."

Een actueel onderwerp momenteel...

"Zeker! Na de gruwelijke beelden die gelekt zijn van het slachthuis in Tielt... Ik wou er niet naar →

Pistolet Poulpo Ibiza

INKTVISSALADE: 500 g gekookte inktvistentakels, 80 g zeer fijngesneden ui, 1 koffielepel gerookt mild paprikapoeder, witte peper van de molen, zeezout, 2 eetlepels extra virgin olijfolie.
Meng alle ingrediënten en verdeel ze in een ovenschaal naast elkaar. Laat ze gedurende 5 minuten garen in de oven op 200° C en laat het geheel vervolgens afkoelen.

AARDAPPELSALADE: 500 g vastkokende aardappelen, gestoomd in de pel, afgekoeld en in blokjes gesneden, 125 g zure room, 125 g Griekse yoghurt, zeste van 1 limoen, 2 eetlepels extra virgin olijfolie, peper, zout.
Meng alle ingrediënten voorzichtig. Is de mengeling te vast, voeg dan een scheut water toe.

MAYO-YOGHURT AÏOLI: 1 eidooier, 10 g verse jonge look (koelvak), sap van 1 citroen, 250 g zonnepitolie, zwarte peper van de molen, 1 snuif zeezout, zeste van een halve citroen, 125 g Griekse yoghurt.
Roer alle ingrediënten tot een smeuïg mengsel.

GEPEKELDE ZOETE UI: 1 fijngesneden grote, zoete ui, 2 eetlepels witte Xeres-azijn.
Meng de uisnippers met de azijn en laat gedurende minstens 5 minuten marineren.

EXTRA GARNITUUR: tuinkers en little gem.

Snij de pistolet verticaal doormidden en verwijder aan de onderkant een klein sneetje zodat beide helften rechtop staan. Verwijder het broodkruim aan de binnenkant. Smeer elke helft in met aïoli en stop eerst wat little gem of tuinkers in het broodje. Vul verder aan met aardappelsalade, inktvissalade en gepekelde ui. Werk af met aïoli.

à déguster
à emporter
à livrer

om te proeven
om mee te nemen
om te leveren

kijken, maar ik heb mezelf toch gedwongen. En ik vond het verschrikkelijk. Zo'n dingen doe je niet. Ik ben eerlijk gezegd als mens zelfs beschaamd tegenover de dieren. Maar het is belangrijk dat we weten dat dit gebeurt, want het is helaas de kost van massaproductie. En dus zeg ik: blijf daarvan weg en opteer voor ingrediënten die misschien wat duurder zijn, maar wel ethisch verantwoord. Zelf werk ik bv. regelmatig samen met een dame uit het Pajottenland die varkensvlees en rundvlees verkoopt. Haar dieren worden pas geslacht als het volledige dier besteld is. Het zijn dieren die buiten lopen, geen massaproductie dus. Want het is belangrijk dat je beseft dat alles wat massaproductie is, of het nu dierlijk is of plantaardig, niet goed is voor het milieu en dus ook niet voor ons."

Je zegt in je bio dat de komst van je dochter je benadering tot eten fundamenteel veranderd heeft. Hoe precies?

"Er zijn twee belangrijke gebeurtenissen geweest in mijn leven: het verlies van mijn vader, van wie ik de liefde voor de bourgondische keuken heb meegekregen, en de komst van mijn dochter Grace (*nu vier jaar oud, nvdr.*). Al vanaf het moment dat ik zwanger was, bracht dat een soort verantwoordelijkheid met zich mee. Het besef dat je iemand op de wereld zet waarvoor je het beste wilt, altijd, ook op culinair vlak. Daarom mijd ik geraffineerde suikers en opteer ik zoveel mogelijk voor echt, onbewerkt eten. Eten zonder kleurstoffen en zonder camouflerende smaakstoffen. Elke dag een verse maaltijd op tafel, liefst eentje met veel groenten. En zo zou het eigenlijk altijd voor iedereen moeten zijn."

Het volledige interview met Sofie vind je online op www.marieclaire.be/nl.

Vegetarische quinoa met zoeteaardappelpartjes

Voor 4 personen: 3 zoete aardappelen, olijfolie, 2 zoete uien, 3 teentjes knoflook, 1 eetlepel kurkuma, 200 g quinoa, 1 takje rozemarijn, 2 gele of rode puntpaprika's, rode wijn, 1,5 bosje verse munt, 1,5 bosje koriander, sap van 1 limoen (eventueel), 1 handvol gele rozijntjes, 1 handvol zonnebloempitten en/of pompoenpitten, 100 g Griekse yoghurt, peper en zout

Verwarm de oven voor op 200° C. Schrob de zoete aardappelen, snij ze in partjes, doe ze in een ovenschaal en besprenkel met olijfolie. Pel de uien en de knoflook. Snij 1 ui fijn en plet de knoflook. Meng de fijngesneden ui en de knoflook met een scheut olijfolie en de kurkuma. Doe het mengsel bij de aardappelpartjes en meng. Zet de ovenschaal ongeveer 25 minuten in de oven. Doe de quinoa in een kookpot met dubbel zoveel water en breng aan de kook. Doe er een snufje zout en een takje rozemarijn bij. Dek af en laat op een zacht vuur sudderen tot al het vocht opgenomen is en de quinoa gaar is. Roer af en toe eens in de pot. Verwijder de zaadlijsten van de paprika's. Snij de paprika's en de resterende ui fijn. Verhit olijfolie in een pan en stoof de paprika's en de ui aan. Blus met een scheut rode wijn en laat stoven tot de paprika's zacht zijn. Snij de munt en de koriander fijn. Meng de quinoa met de paprika's. Breng op smaak met peper en zout, en eventueel limoensap. Strooi de munt en de koriander erover. Werk af met de rozijntjes en de zonnebloempitten en/of pompoenpitten. Haal de zoete aardappelen uit de oven en schik ze op de quinoa. Meng de Griekse yoghurt met een scheutje olijfolie en dien op met de quinoa.

Avocado-komkommersoep met krokant spek en zure room

Voor 4 personen.

KROKANT SPEK: 8 flinterdunne sneetjes gerookt spek • SOEPSTENGELS: 1 vel uitgerold bladerdeeg, 1 eidooier, melk, 2 eetlepels maanzaad, 2 eetlepels sesamzaad, 3 eetlepels gedroogde rozemarijn, currypoeder, kurkuma, parmezaan • ZURE ROOM: ¼ bosje munt, ¼ bosje dille, 100 g zure room, 1 eetlepel sesamolie • SOEP: 1 komkommer, ½ Romeinse sla, 1 teentje knoflook, 1 avocado, 2 eetlepels olijfolie, 1 eetlepel citroensap, 1 eetlepel Worcestershiresaus, 150 ml kippenbouillon, 1 theelepel mierikswortel (vers of uit een potje), peper en zout.

Verwarm de oven voor op 195° C. Maak het krokante spek: bekleed een bakplaat met bakpapier. Leg de sneetjes spek erop. Dek af met een stuk bakpapier en een ovenrooster. Zet de bakplaat 10 minuten in de oven. Eens klaar, haal je hem eruit en laat je het spek afkoelen. Maak de soepstengels: rol het bladerdeeg open, maar laat het op het bakpapier liggen. Snij het bladerdeeg in reepjes van 1 cm breed. Klop de eidooier los met een scheutje melk. Bestrijk de bladerdeegreepjes met het eimengsel. Strooi maanzaadjes, sesamzaadjes, rozemarijn, currypoeder, kurkuma en geraspte parmezaan over het bladerdeeg. Leg het bakpapier met het bladerdeeg op een ovenrooster en zet het 20 minuten in de oven. Haal het ovenrooster uit de oven en laat de soepstengels afkoelen. Maak de zure room: hak de munt en de dille fijn. Meng de zure room met de kruiden en de sesamolie. Hou eventueel wat kruiden opzij voor de afwerking. Maak de soep: schil de komkommer en snij hem in grove stukken. Hak de sla fijn. Pel de knoflook. Snij de avocado doormidden, verwijder de pit en schep het vruchtvlees uit de schil met een lepel. Doe de sla, de komkommer, de knoflook, de avocado en de olijfolie in een blender. Kruid met peper en zout. Voeg het citroensap, de worcestershiresaus en de kippenbouillon toe. Mix glad. Voeg de mierikswortel toe en mix. Verdeel de soep over diepe borden. Werk af met de zure room, het spek, een soepstengel en eventueel een takje munt en dille.