

Daslook pesto



Met walnoten

Ingrediënten voor 1 klein potje:

- 50 gram daslook
- 30 gram gepelde walnoten
- 1 dl. olijfolie extra vierge
- 20 gram geraspte Pecorino kaas
- zout

Bereiding:

1. Was de daslook en laat de bladeren goed drogen.
2. Hak de bladeren grof.
3. Hak de walnoten grof.
4. Doe de gehakte daslook en walnoten met een scheutje olijfolie in de keukenmachine en maak er een smeūge massa van.
5. Voeg de geraspte kaas toe en laat de machine nogmaals draaien, giet de rest van de olijfolie er bij in een klein straaltje tot alles is vermengd.
6. Proef of er misschien nog wat zout nodig is.

Direct gebruiken of een paar weken bewaren in de koelkast, giet er dan nog wat extra olijfolie op zodat alles bedekt is.

Daslook

Daslook komt in heel Europa in het wild voor en groeit in de schaduw van loofbomen of struiken in de vochtige aarde. Het heeft veel andere namen, bijvoorbeeld: wilde knoflook, heksen ui, bosknoflook of wilde prei.

In Nederland is het een beschermde plant en mag je hem niet in het wild plukken. In Duitsland ligt het gewoon in de winkel op de groenteafdeling. Je kunt daslook ook in je eigen tuin kweken als de omstandigheden goed zijn. Plant, bol of zaad is bijvoorbeeld te verkrijgen bij Vreeken's in Dordrecht.

Vanaf maart kan het blad van de daslook geoogst worden. Je moet wel zeker weten dat het daslook is en geen giftige Herfsttijloos of Lelietjes-van-dalen. Je kunt dit controleren door het blad tussen je vingers te keuzen, als het daslook is komt er een lichte knoflookgeur vrij.

In mei gaat de daslook bloeien met een bolvormige bloem die uit kleine stervormige bloemetjes is opgebouwd. Ook deze bloemen kunnen in de keuken gebruikt worden. Blad en bloemen kunnen tot juni geoogst worden, daarna is het beter het blad en bloemen te laten staan om oogst in het volgende jaar zeker te stellen.

De smaak van daslook is mild knoflookachtig en kan zowel rauw als in warme gerechten verwerkt worden. In kruidenboter of pesto smaakt het erg goed.

Daslook bevat zwavelverbindingen, etherische olie en vitamine C. Het heeft een heilzaam effect bij spijsverteringsproblemen en hoge bloeddruk.