

LEK ME  
LIPT JEHET LEKKERSTE  
UIT ONZE  
EIGEN PROVINCIE

West-Vlaanderen is een paradijs voor lekkerbekken. Hier wordt niet alleen op hoog niveau gekookt, maar worden ook in elk dorp en elke stad de meest heerlijke producten geteeld, gekweekt en gemaakt. Wekelijks verkapt zo'n streekproductenmaker hier zijn favoriete recept.

©AVH

Valérie Lemahieu maakt  
EEN GEZONDE JUICE

Drie jaar geleden startte Valérie Lemahieu met JusRé. Ze produceert gezonde sappen in allerlei variëteiten: "Ik ben JusRé begonnen omdat ik een echte foodaddict ben", lacht de zaakvoerster. Een *juice*, zoals Valérie haar sapjes zelf noemt, maakt ze niet zomaar. "Het begint altijd met een idee. Daarna doen we uitgebreide labotesten om het recept te verfijnen, want we gebruiken geen toevoegingen", vertelt de 35-jarige Beernemse. Kenmerkend voor de *juices* is dat ze *cold pressed* zijn. "Voor onze productie werken we met speciale persen die het sap aan de vruchten of groenten onttrekken. We gebruiken, uitgezonderd bij onze testen, geen centrifuges, want die verminderen de voedingswaarde van het sap. Nadien gaat alles in een hogedrukmachine die ervoor zorgt dat de flesjes ongeveer 28 dagen goed blijven. De producten van JusRé zijn te vinden bij lokale bakkers of traiteurs maar eveneens in de webwinkel jusre.be. Nieuw is dat ook meer en meer restaurants onze sapjes gebruiken voor *juicepairing*, een nieuw en opkomend alternatief voor de *winepairing* bij gerechten", besluit Valérie. (AVH)

## RECEPT

voor twee grote glazen sap

## INGREDIËNTEN

1,5 appel  
3/4 rode paprika  
12 aardbeitjes

## WERKWIJZE

- ➔ Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd hem in grove stukken.
- ➔ Snijd de paprika in grove stukken en verwijder de pitjes.
- ➔ Verwijder het groen van de aardbeitjes.
- ➔ Pers de appel, de paprika en de aardbeitjes in een sapcentrifuge. Eventueel nog even roeren, en het sap is klaar. Ideaal bij het ontbijt of als gezond tussendoortje.
- ➔ Heb je geen sapcentrifuge? Maak dan een sapje van een pomelmoes en een limoen. De limoen zal de scherpe smaak wat verzachten en het sap in evenwicht brengen.

©AVH



## WIJNTIP

VAN  
GIDO

Wat is een lekkere maaltijd zonder dito drank? Wijnkenner Gido Van Imschoot en bierfanaat Philippe Verhaest geven beurtelings een tip.



## Bierzo DO, Spanje

## CASAR DE BURBIA MENCIA 2015

Nemesio Fernández Bello startte zijn bedrijf in de jaren tachtig. Hij kocht verschillende oude wijngaarden met honderd jaar oude ranken, die ware topwijnen voortbrengen. Casar de Burbia is wereldvermaard en toonaangevend in de appellatie Bierzo, een wijnregio in het noordwesten van Spanje. Onze wijntip is gemaakt van de autochtone mencia druif. Hij groeit in wijngaarden op 600 meter hoogte. Na de manuele pluk rijpt deze wijn twaalf maanden in eiken vaten. We proeven een wijn vol karakter en persoonlijkheid. Hij ruikt intens naar rode vruchten, chocolade en een hint van vanille. De smaak is vrij stevig met zachte tannines en een opvallende frisheid. Serveer deze edele wijn met vlees in een korst en gegrilde lamskoteletten met kruidensaus.

➔ *De Vinotheek Roeselare, 14,80 euro.*