

Op thee gerookte eendenborst met rijstnoedels & sinaasappelmarmelade door restaurant Goesting

Het Utrechtse restaurant Goesting bestaat sinds 2001. Eigenaren Katy Elst en Ron Okhuijsen voeren een moderne en redelijk luxe menukaart.

Ron over Fairfood: *“Wij zijn er van bewust dat we zuinig moeten zijn op onze aarde. Niet alleen zuinig maar ook van belang is dat we eerlijk aan onze producten komen. Daarom spreekt fairfood ons aan. We hebben geprobeerd met zoveel mogelijk mooie maar uiteraard ook "faire" producten een smakelijk gerecht te maken”.*

Ingrediënten:

(voor 1 persoon)

- Eendeborst (150 gram)
- Zout
- Peper
- Boter
- 2 zakjes Max Havelaar Djarleeling thee, opengesneden
- Conimex Rijstnoedels (mihoen) 200 gram
- (Olijf)Olie
- 1 eetlepel sinaasappelmarmelade
- 150 ml Appelsientje sinaasappelsap
- Vanillestokje, doormidden gesneden en zwarte merg uitgeschraapt
- 1 theelepel Kaneel, gemalen
- 1 theelepel Steranijs, gemalen



Extra: aluminiumfolie

Bereiden:

Neem de eendeborst en kruis de borstkant met een scherp mes in. Bestrooi met zout en peper. Verhit in een koekenpan weinig boter. Bak de eend op de borstkant vijf minuten. Keer de borst om en laat de andere kant dichtschroeien. Neem uit de pan.

Neem een wok en bedek de bodem met aluminiumfolie. Meng de theebladeren en de rijstnoedels. Strooi dit over de aluminiumfolie. Leg de eend op met olie ingevette metalen rek en zet dit boven het theemengsel. Sluit de wok met een deksel af. Rook de eend op hoog vuur 15 tot 20 minuten, totdat hij gaar is. Roken van de eend veroorzaakt veel rook. Zorg dat je een raam openzet zodat de keuken goed geventileerd blijft.

In pan met ruim kokend, gezouten water rijstnoedels gaarkoken. Noedels loshalen met vork. In een vergiet noedels onder koud stromend water afspoelen en goed laten uitlekken.

Roer door de sinaasappelmarmelade het sinaasappelsap in een steelpan en voeg er vanille, kaneel en steranijs door. Zet het op het vuur en laat ongeveer vijf minuten inkoken totdat het gereduceerd is tot een siroopachtige saus.

Snijdt de eendenborst in dunne plakken. Serveer op een bord de noedels en leg daarop de eendenborst en schenk er de sinaasappelmarmelade over.

Wat is er aan de hand in de thee sector?

Omdat theeplukken een arbeidsintensieve bezigheid is, hebben plantage-eigenaren voor het plukken van thee vaak hele families in dienst. Deze families werken niet alleen op de plantage maar zij wonen er ook. Plantage-eigenaren zijn verantwoordelijk voor een degelijk huis, veilig drinkwater en hygiënische sanitaire voorzieningen. Helaas is dit zelden het geval.

Meer faire recepten of faire producten kijk op www.fairfood.org