



Ruud 's Kookboek

Hapjes VI v0.8

Inhoudsopgave.

Chorizo al vino - chorizo in rode wijn.....	3
Gevulde tomaten.	4
Knoflookbrood met kaas en kruiden (airfryer).	5
Krokante spruitjes met pestodip (airfryer).....	6
Minibroodjes met feta en spinazie.	7
Palingpâté.	8
Party hapjes.	9
Roggebrood met tomaten crème.	10
Gebruikte afkortingen.....	11

Chorizo al vino - chorizo in rode wijn.



Menugang: Hapje,
hoofdgerecht
Keuken: Spaanse
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Carta,
TheTastyChilli.com

Ingrediënten

4 laurierblaadjes
500 ml wijn, rode
800 g worst, chorizo-,
verse
2 snf zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 10 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 258
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Chorizo in rode wijn is een typische Spaanse tapas gerecht. Deze Spaanse tapa zit bomvol smaak en is ideaal om te serveren als borrel- of aperitiefhapje.

Prik met een vork enkele gaatjes in elke chorizo worst.

Doe de rode wijn in een pan of kookpot en breng het met een paar laurierblaadjes en een snufje zout aan de kook.

Voeg, als de wijn kookt, de chorizo worstjes toe.

Doe een deksel op de pan en laat ze gedurende 10 min. op een zacht vuur koken.

Neem na 10 min. het deksel van de pan, draai de worstjes om en laat ze nog eens 10 min. zachtjes koken, dit maal zonder deksel.

Neem, als de chorizo in totaal 20 min. gekookt heeft de pan van het vuur en laat de corizo nog eens 10 min. rusten.

Neem de worst uit de pan en snijd ze in stukken van ca. 1 cm.

Serveer de worst samen met de rode wijnsaus in een schaal.

Tip:

- Serveer er stukjes Frans stokbrood bij.
- Je kunt dit recept ook als hoofdgerecht serveren. Reken in dat geval op 3 chorizo-worsten per persoon.

Gevulde tomaten.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

- mayonaise
- peper, versgemalen
- peterselie, fijn-
geknipte
- slablaadjes (enkele)
- tomaten, rijpe, niet te
grote
- zout

Voor de vulling per tomaat:

½ ei, hardgekookt, fijn-
gemaakt
25 g garnalen
25 g kaas, geraspte

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Was de tomaten en snijd er met een scherp mes de
kapjes af.

Hol de tomaten met behulp van een theelepel uit.
Strooi er wat zout en versgemalen peper in.
Meng de ingrediënten voor de vulling met de
mayonaise, de aroma en de peterselie.
Proef het mengsel en breng het over in de
tomaten.

Was de sla, sla deze uit en rangschik de
blaadjes op een schotel.

Plaats hier de gevulde tomaten op.

Tips:

Vervang de mayonaise evt. door slasaus.
Vervang de geraspte kaas eens door geraspte
komkommer.

Knoflookbrood met kaas en kruiden (airfryer).



Menugang: Bijgerecht, hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Airfryer Totaal

Ingrediënten

- bakspray, voor het invetten (of extra olijfolie)
1 pk broodmix, witte (bijv. Koopmans)
5 tn knoflook, uitgeperst
50 g mozzarella, geraspte
3 el olie, olijf-
1 tl rozemarijn, gedroogde
1 tl tijm, gedroogde
300 ml water

Bereiding.

Doe de witte broodmix in een beslagkom (houd eventueel een lepel mix achter voor decoratie). Voeg 300 ml water toe en kneed het deeg ca. 4 min. met een mixer met deeghaken tot een soepel deeg.

Laat het deeg in de kom, afgedekt met vershoudfolie of een theedoek, ongeveer 1 uur rijzen op een warme plek totdat het in volume verdubbeld is.

Meng in een aparte kom de olijfolie met de geperste knoflook, de rozemarijn, de tijm en de geraspte mozzarella.

Verdeel het gerezen deeg in 8 gelijke delen en rol er ballen van.

Rol elke deegbal door het olijfolie- en kruidenmengsel, zodat ze goed bedekt zijn.

Bekleed een springvorm met bakpapier en leg de 8 deegballen naast elkaar in de vorm.

Plaats de springvorm in de Airfryer en bak het brood 35 min. op 160°C, totdat het goudbruin is en de ballen goed gerezen en gebakken zijn.

Haal het knoflookbrood uit de Airfryer, laat het iets afkoelen en serveer het warm.

Heerlijk om te delen of om bij een maaltijd te serveren.

Bereidingstijd: 15 min.

Airfryertijd: 35 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: 1 uur

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: -

Eiwit: - g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: - g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Krokante spruitjes met pestodip (airfryer).



Menugang: Brunch-
gerecht, hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: SPAR

Ingrediënten

80 g bloem
2 eieren
30 g kaas,
Parmezaanse, geraspt
350 g panko
- peper, versgemalen
2 el pesto
350 g spruitjes
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Airfryertijd: 5 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 321
Eiwit: 19 g
Koolhydraten: 15 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 19 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 11 g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: 1,2 g

Bereiding.

Verwarm de airfryer voor op 200°C.
Breng een pan met water aan de kook.
Voeg de spruitjes en 1 ei toe en kook de
spruitjes beetgaar en het ei hard in 8 min.
Laat de spruitjes goed uitlekken en dep ze
droog.
Laat het ei schrikken en afkoelen.
Zet 3 diepe borden klaar.
Meng in het eerste bord de panko en
Parmezaanse kaas.
Doe de bloem in het tweede bord.
Klop in het derde bord 1 ei los.
Breng het ei op smaak met zout en peper.
Rol de spruitjes door de bloem, dan door het ei
en ten slotte door het pankokaasmengsel.
Leg de gepaneerde spruitjes in het
airfryermandje en bak ze in 5 min. goudgeel en
gaar.
Pel intussen het ei en snijd het in grove
stukken.
Pureer het ei en de pesto met de staafmixer tot
een saus.
Breng de saus op smaak met zout en peper.
Serveer de saus bij de warme, krokante
spruitjes.

Minibroodjes met feta en spinazie.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Libelle

Ingrediënten:

1 bl deeg, croissant-
1 ei
125 g feta
1 tn knoflook
- peper, zwarte, vers-
gemalen
2 el sesamzaad
200 g spinazie
2 el tomaatblokjes,
uitgelekte
- zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Rol het croissantdeeg uit op een koele ondergrond en snijd de driehoekjes los.

Breng de spinazie met aanhangend water aan de kook en laat het slinken.

Druk al het vocht eruit, pers de knoflook erboven uit en roer de tomaatblokjes erdoor.

Breng het pittig op smaak met zout en versgemalen peper en verdeel het over de deegdriehoekjes.

Verbrokkel de feta erboven en vouw het deeg op tot flapjes, plak de randen met water op elkaar en druk het goed aan.

Bestrijk de bovenkanten met losgeklopt ei en bestrooi ze met het sesamzaad.

Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bak ze in een voorverwarmde oven (200°C) in ca. 15 min. goudbruin en gaar.

Palingpâté.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ik hou van paling

Ingrediënten:

1 el bieslook, verse,
geknipte
½ citroen, sap van
- crackers 100 g kaas,
room-
1 el mierikswortel, uit
een potje
100 g palingfilets,
gerookte
- peper, versgemalen
1 stokbroodje, in
sneetjes
- toastjes
- zout

Bereiding.

Hak de palingfilets grof in een blender.
Mix de roomkaas, de mierikswortel en het
citroensap erdoor.
Roer de bieslook erdoor en voeg naar smaak
zout en versgemalen peper toe.
Serveer de pâté met toastjes, crackers en
sneetjes stokbrood.

Tip:

Deze pâté heb je zo gemaakt en is ook heerlijk
voor bij een picknick!

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Party hapjes.



Menugang: Hapjes
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Boursin, Carta

Ingrediënten

1 kpj Boursin Cuisine
Knoflook & Fijne
Kruiden
1 rl croissantdeeg (24
party snacks)
1 ei
1 blj zalm

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Haal de zalm uit het blikje en verwijder alle graatjes.
Verwarm de oven op 200°C.
Snijd de zalm fijn en voeg de Boursin eraan toe.
Haal het croissant deeg uit de rol en leg elk stukje
croissant deeg uit elkaar.
Leg op elk stukje een beetje van het Boursin-mengsel
en rol het op als een croissantje.
Leg de croissantjes op de bakplaat en bestrijk ze met
het losgeklopte ei.
Zet de bakplaat in de oven en laat de croissantjes in
ca. 10 min. gaar worden tot ze de juiste lichtbruine
kleur hebben.

Roggebrood met tomatencrème.



Menugang: Hapje,
lunch-, ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Raymond Goudart

Ingrediënten

- basilicumblaadjes
2 el pesto
- pijnboompitten,
geroosterde
1 pkj roggebroodvier-
kantjes
150 g roomkaas met
knoflook, verse
4 tomaten, gedroogde,
in olie

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Laat de tomaten uitlekken, hak ze heel fijn en roer ze met de pesto en de kaas goed door elkaar.

Besmeer de roggebroodvierkantjes dik met dit mengsel.

Garneer ze met een blaadje basilicum en wat pijnboompitten.

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klmj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

