



Recepten
Carta

Ruud 's Kookboek

14 recepten
(Carta2006-Carta)

Inhoudsopgave.

- 1. 20 stuks kaas-, zalm- of forelcroûtons.**
- 2. BBQ chicken pizza**
- 3. Bloemkoolsoep**
- 4. Gegrilde Zonnevisfilet op pasta rosso omlijst met Venusshelpen in Saffraansaus**
- 5. Jambalaya - cajun**
- 6. Kalkoen**
- 7. Kaneelkrans**
- 8. Labskous**
- 9. Makreel gerecht**
- 10. Spitskoolschotel uit de oven**
- 11. Vlindermacaroni met kalfsvlees en salie**
- 12. Witlofschotel met aardappelpuree**
- 13. Witlofsoep**
- 14. Wortelkoek. Santie se piesung**

20 stuks kaas-, zalm- of forelcroûtons.

Menugang	Hapje	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Hollands	Type	-	Slank	Nee
Bron	E.G.J.M. Derwig			Sterren	2

Ingrediënten

- 10 sneetjes volkorenbrood
- 40 gram boter
- 100 gram verse kruidenkaas
- 1 eetl. crème fraîche
- 2 theelepels mierikwortel (potje)
- peper en zout
- 1 1/2 bosje dille
- 400 gr. gerookte zalm of forel
- 2 stengels bleekselderie.

Bereiding

Uit het brood 20 rondjes van 6 ½ cm. steken.

In de hete boter de rondjes aan 2 kanten bakken en uit laten lekken op keukenpapier.

De kruidenkaas mengen met de crème fraîche en mierikwortel.

Met peper en zout op smaak brengen.

Een bos dille hakken en door de kruidenkaas roeren.

De croutons besmeren met de kruidenkaas, daarop een plakje zalm of forel.

Bleekselderie en een takje dille erbovenop.

BBQ chicken pizza

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Deegproduct	Snel	Nee
Keuken	Amerikaans	Type	Pizza	Slank	Nee
Bron	http://portal.tequila.fortytwo.nl/			Sterren	4

Ingrediënten

280 gram kipfilet, in smalle repen te snijden
1 eetlepel olijfolie
2 eetlepels van je favoriete BBQ saus
1 kant en klare pizzabodem kant
maïsmee, griesmeel, of bloem voor het bepoederen van de bodem
½ kopje van je favoriete BBQ saus (een kruidig-zoete saus is het best)
2 eetlepels gemalen Goudse kaas
1 kopje gemalen mozzarella kaas
¼ kleine rode ui, in smalle ringen gesneden
1 eetlepel verse gesneden koriander

Bereiding

Om de BBQ Chicken klaar te maken:

Bak de kip in olijfolie op middelhoog vuur in een grote koekenpan lichtbruin, zo'n 5 tot 6 minuten. Niet te lang bakken.

Laat het afkoelen (eventueel in de koelkast).

Als het afgekoeld is marineer je het met 2 eetlepels BBQ saus, zet het geheel in de koelkast.

Om de pizza klaar te maken:

Verwarm de oven voor op 260 graden Celsius.

Gebruik een grote lepel om ¼ kop van de BBQ saus over het deeg te verspreiden.

Verspreid een eetlepel Goudse kaas over de pizza, dek dit af met ¾ kop mozzarella.

Verspreid de helft van de stukken kip over de kaas (ongeveer 18 stukjes).

Leg ongeveer 18 tot 20 stukken rode ui over het oppervlak. Doe hierna nog ¼ kop mozzarella boven op de pizza. Verdeel de rest van de kip over de pizza.

Leg de pizza in het midden van de oven en bak hem op 260 graden Celsius tot de korst krokant en lichtbruin is en de kaas begint te smelten (8 tot 10 minuten).

Haal wanneer de pizza klaar is deze uit de oven, en verdeel er nog 1 eetlepel koriander over.

(Het originele recept is in het Amerikaans)

Bloemkoolsoep

Menugang	Soep	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nederlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

- 1 l water
- 1 bloemkool van gemiddelde grootte
- bouillonblokjes (vegetarisch) met een neutrale smaak voor een totaal van ongeveer 1½ l soep
- 125 ml creme fraiche
- peper
- nootmuskaat
- schijfjes citroen
- peterselie

Bereiding

- kook de geneden bloemkool in het water met de bouillonblokjes gaar
- pureer (staafmixer) de bloemkool samen met het kookwater tot een gladde soep
- roer met een garde de creme fraiche door de soep
- schep de soep in borden
- strooi peper en nootmuskaat over de soep
- leg een schijfje citroen in de soep
- gebruik de peterselie voor versiering

Gegrilde Zonnevisfilet op pasta rosso omlijst met Venusschelpen in Saffraansaus

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Mediterraan	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron	Remie			Sterren	5

Ingrediënten

Zonnevisfilet 600 gram
Pasta rood 160 gram
Venusschelpen 18
visfond 0,5 liter
Saffraan 4 draadjes
Noilly prat 1 dl
Slagroom 1dl
Kip bouillonpoeder 1 theelepel
Kervel 4 takjes
Pepermolen zwart 4 slagen
Beurre Maniere eetlepel (Mengsel van bloem en roomboter)
Partje citroen 5



Bereiding

Recept 4 personen

Kook de pasta en spoel koud en zet weg in 4 vormpjes waar je ze later weer in kunt opwarmen in de magnetron dek de pasta wel even af met plastic.

Zet de visfond op samen met de Noilly prat, slagroom, kipbouillonpoeder en Saffraan laatzachtjes koken en bindt af met de beure maniere en laat even gaarkoken.

Plaats de venusschelpjes in de saus en laat lekker zachtjes opentrekken afsmaken met een partje citroen en proef op peper en zout houdt de saus op temperatuur.

Plaats de zonnevisfilet op een bord en dep droog, smeer in met olijfolie en een beetje zout en indien gewenst wat verse tuinkruiden

Maak de grill of grillpan/plaat heet en smeer in met een beetje olie.

Zet de pasta in de magnetron en laat 2 minuten verwarmen

Zet vier borden klaar

Leg de vis op de grill

Haal de warme pasta uit de magnetron en plaats in het midden van ieder bord een portie omlijst met de saus met venusschelpen draai de vis een keer om wanner gaar bovenop de pasta plaatsen en afgarneren met de trakjes kervel.

Een kind kan de was en Bon a Petit.

Remie

jambalaya - cajun

Menugang	Hoofdgerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Amerikaans	Type Rijst	Slank	Nee
Bron	tip november 1990		Sterren	

Ingrediënten

6 personen

1 grote ui
2 stengels bleekselderij
1 kleine groene paprika
4 grote tomaten
3 bosuitjes
150 gr.kipfilet
1 dikke plak ham (+/- 150 gr.)
1 rookworst
2 laurierblaadjes
1 1/2 tl.zuot
1 tl.cayennepeper
1 1/2 tl.oregano
3/4 tl.tijm
1 tl.witte en 1tl. zwarte peper
50 gr.margarine
3 teentjes knoflook
375 gr.droogkokende rijst
1 kippebouillontablet
1 dl.gezeefde tomaten
200 gr.gokookte grote ongepelde garnalen
500 gr.mosselen in schelp



Bereiding

ui snipperen,bleekselderij wassen en in kleine stukjes snijden.
paprika in kleine stukjes snijden,tomatens ontvellen en in kleine stukjes snijden,bosuitjes in schuine grove ringen snijden.
ham en kipfilet in stukjes snijden,helft van rookworst in plakjes snijden.
laurier,zout,cayennepeper,oregano,tijm en witte/zwarte peper mengen.

in grote pan boter verhitten,ui,bleekselderij,paprika en kip +/- 5 min.
zachtjes bakken.knoflook erboven uitpersen,ham,kruidenmengsel en rijst erdoor scheppen.
6dl.water toevoegen en bouillontablet erboven verkruimelen.
aan de kook brengen,tomaat en gezeefde tomaat,plakjes worst en bosui toevoegen.met deksel op de pan +/- 30min.zachtjes gaar laten worden.
intussen 3/4 van de garnalen pellen.
mosselen in 8 minuten gaarkoken en 3/4 uit schelp nemen.
gepelde garnalen en mosselen zonder schelp bij rijstmengsel toevoegen.
pan van vuur nemen en zonder deksel nog 10 min.laten staan.
garneren met rest van worst,garnalen en mosselen.

Kalkoen

Menugang Hoofdgerecht

Soort Gevogelte

Snel Nee

Keuken -

Type -

Slank Nee

Bron <http://geintje.net/forum/>

Sterren 5

Ingrediënten

Ingrediënten:

1 kalkoen van ca. 5 kg

Kastanje vulling (Zie onder)

Gesmolten boter of vet

Zout

Vers gemalen peper



Kastanjevulling:

Ingrediënten:

50 gr. ontbijtspek zonder zwoerd en fijngehakt

250 gr. ongezoete kastanjepuree

100 gr. vers wit broodkruim

1 theelepel peterselie, fijngehakt

25 gr. boter of margarine, gesmolten

geraspte schil van 1 citroen

zout en vers gemalen peper

1 ei, geklutst

Jus van ingewanden:

Voor ca. 6 dl

Ingrediënten:

Gevogelte ingewanden (zonder de lever)

1 kleine ui

1 kleine wortel, geschrapt

1 stengel bleekselderij, schoongemaakt en in stukken

spekzwoerd

zout en vers gemalen peper

1 liter water

1 eetlepel bloem

boter

Bereiding

Bereiding kalkoen:

Verwijder de ingewanden en was de kalkoen.

Laat hem uitlekken en droog hem af met absorberend keukenpapier.

Vul alleen het nekgedeelte van de kalkoen losjes met kastanjevulling

(Anders wordt de kalkoen niet gelijkmatig gaar)

Dek de vulling netjes af met het nekvel.

Leg hem met de borst naar boven en vouw de vleugeltoppen op zijn rug

zodat ze het nekvel vasthouden.

Bind de kalkoen op.

Maak het lichaam zo dik en gelijkmatig mogelijk.

Weeg de kalkoen en bereken de braadtijd overeenkomstig

Kalkoen

de braadtabel. (zie onder)

Leg de kalkoen met de borst naar boven op een rooster in de braadslee.

Bestrijk hem met gesmolten vet (of boter) en strooi er ruim zout en peper over.

Dek de kalkoen losjes af met aluminiumfolie.

Braad hem de berekende tijd in een op 230 oC voorverwarmde oven tot hij gaar is.

Verwijder de folie en bedruip 30 minuten voor het einde van de braadtijd.

Opdienen met de jus van ingewanden (zie onder) en cranberrysaus.

Braadtijd:

Panklaar gewicht: Kalkoen + vulling:

Gewicht: 4,5-5,4 kg: Uren op 170 oC: 3.45-4.00 / Uren op 230 oC: 2.45

Gewicht: 5,4-6,3 kg: Uren op 170 oC: 4.00-4.15 / Uren op 230 oC: 3.00

Bereiding Kastanjevulling:

Bak het spek knapperig in zijn eigen vet en laat het uitlekken op keukenpapier.

Meng het met de overige ingrediënten.

Bereiding Jus van ingewanden:

Doe de ingewanden in een pan met de groenten, een paar stukken spekzwoerd, zout, peper en water.

Breng aan de kook en laat ca. 2 uur trekken.

Zeef de bouillon en een kom, gooi de groenten en het zwoerd weg maar bewaar eventueel de ingewanden voor een ander gerecht.

Leg de kalkoen, als hij gaar is, op een warme schaal en giet het meeste vet af, zodat het bezinksel en ca. 2 eetlepels vet in de braadslee achterblijven.

Roer de bloem door het vet in de braadslee.

Laat bakken tot het bruin wordt, en blijf alsmaar roeren zodat ook de aanbaksels worden losgewerkt.

Giet er langzaam de 6 dl ingewandenbouillon bij.

Breng al roerend aan de kook.

Bak intussen de lever tot hij net gaar is.

Haal hem uit de pan, laat hem uitlekken en hak hem fijn met een groot mes.

Voeg de lever bij de jus en warm 2 tot 3 minuten op; corrigeer zonodig de smaak.

Giet de jus in een kom en houd hem tot gebruik warm.

Kaneelkrans

Menugang	Brood	Soort -	Snel	Ja
Keuken	Hollands	Type Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron	Laura Roomer		Sterren	5

Ingrediënten

1 Pak witbroodmix
125 gram boter
100 gram bruine bastard suiker
150 gram rozijnen
4 volle eetlepels kaneelpoeder

Grote bakvorm

Bereiding

Bereid het brooddeeg volgens het pak

Wel de rozijnen in warm water en laat deze goed uitlekken en doe deze in een grote kom;
Meng de rozijnen met het kaneel en de suiker;
Pak het (gerezen) deeg en rol dit uit tot een lap van 30x40 cm.
Snij de boter in kleine blokjes;
Bestrooi het deeg met het rozijnen mengsel en verdeel de boterblokjes;
Rol de deeglap op en snij de rol in circa 10 stukjes;
Plaats de stukjes (rechttop) in de ingesmeerde bakvorm en bak de kaneelkrans circa 25 minuten
(oventemperatuur zie verpakking)

Labskous

Menugang	Hoofdgerecht	Soort Vlees	Snel	Nee
Keuken	Zeemans	Type Stampot	Slank	Nee
Bron	J. Weverling		Sterren	3

Ingrediënten

- 1-1½ kilo uien
- 1-1½ kilo aardappelen
- 2 blikjes cornedbeef
- 250 gram vetspek in blokjes
- eventueel overgebleven vlees in blokjes gesneden
- piccalilly
- zure augurken
- peper
- zout
- kruidnageltjes wat nootmuskaat en een laurierblaadje

Bereiding

Spek zachtjes uitbakken. Aardappelen koken en uien smoren. Na circa 20 minuten aardappelen, uien en de cornedbeef stampen, op smaak brengen met peper, zout piccalilly, en het spek alles tot een lekkere smurrie stampen. Serveren met in reepjes gesneden zure augurk en een kuiltje met pittige jus

makreel gerecht

Menugang	Lunchgerecht	Soort	Vis	Snel	Ja
Keuken	Indisch	Type	Broodbeleg	Slank	Ja
Bron	hans leushuis			Sterren	4

Ingrediënten

2 personen

twee eetlepels ketjap, twee theelepeltjes sambal, 100 gram taugé,
halve gesnipperde ui, twee gestoomde of gerookte makreel
4 plakken brood

Bereiding

doe de ketjap in de pan verwarm deze, sambal erbij en de ui erin frituur dit.
dan de taugé erin en dit laten garen tot de taugé nog net knapperig is.
dan in grote stukken de makreel erin en dit geheel goed mengen.

ps

je kunt het ook koud eten of op een toasje

Spitskoolschotel uit de oven

Menugang	hoofdgerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron	Fried Kampes			Sterren	3

Ingrediënten

Vier tot vijf flinke aardappelen (vastkokend)

1 spitskooltje

'n halve eetlepel olijfolie

300 gr. rundergehakt of tartaar

Cajunkruiden

100 gram geraspte kaas

Bereiding

Kook de aardappelen, en snijd ze in plakjes.

Verdeel de spitskool in vieren, verwijder de harde steel, en snijd de kool in dunne snippertjes.

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Verhit de olijfolie in wok of koekepan, en bak daarin gehakt of tartaar rul. Tijdens het bakken op smaak brengen met de cajunkruiden.

Als het vlees gaar is de spitskool toevoegen, het geheel goed dooreen mengen, en al roerend laten bakken tot de kool beetgaar is.

Verdeel het vlees-/groentemengsel in een ingevette ovenschaal, leg daarop de aardappelschijfjes in een gelijkmatige laag.

Bestrooi het geheel met de geraspte kaas.

Schuif de schotel in de oven, en laat gedurende 'n half uur verwarmen, tot de kaas gesmolten en mooi bruin is.

Smakelijk eten!

Als makkelijk en lekker alternatief de aardappelen niet zelf koken, maar een zakje aardappelschijfjes met room en spekjes gebruiken, kant en klaar uit de winkel!

Vlindermacaroni met kalfsvlees en salie

Menugang	Hoofdgerecht	Soort Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type Pasta	Slank	Nee
Bron	Peter Moeys		Sterren	5

Ingrediënten

3½ ons ongepaneerde kalfsschnitzels
250 gram champignons
2 rijpe vleestomaten of 3 pomodoro's
10 blaadjes verse salie of 2 eetlepels gedroogde salie
350 à 400 gram farfalla (vlindermacaroni)
3 maggiblokjes
versgemalen peper
1 dl droge witte wijn
150 ml crème fraîche
100 gram belegen Goudse kaas of 100 gram gerijpte Milner
bak- en braadproduct (b.v. Becel)
olijfolie (extra vergine)



Bereiding

Vorbereiden:

1. Kook de farfalle volgens kookvoorschrift
2. Giet af en overspoel met veel koud water.
3. Als het uitgelekt is, er wat olijfolie door doen vanwege de smaak en om plakken te voorkomen.
4. Snijd de schnitzels in kleine dunne reepjes (± 1½ tot 2 cm lang).
5. Maak de champignons schoon en snijd ze in stukjes.

Bereiden:

6. Doe een ruime hoeveelheid Becel bak- en braadproduct in een koekenpan en laat heet worden.
7. Doe het vlees in de pan en bak kort op hoog vuur. Laat het vlees niet taai worden!
8. Schep het vlees met een schuimspaan uit de pan en doe in een kom.
9. Bak de champignons en de tomaten in het achtergebleven vet. Doe er desgewenst nog wat olijfolie bij.
10. Voeg peper, de maggiblokjes (verkruid) en de (gesnipperde) salie toe.
11. Voeg de witte wijn toe en laat op hoog vuur indikken.
12. Voeg met laag vuur de crème fraîche toe en doe het vlees er weer bij.
13. Roer alles goed door elkaar.
14. Roer de saus door de farfalle.
15. Roer de kaas erdoor.
16. Verwarm de schotel of de borden met een portie in de microwave oven.

Witlofschotel met aardappelpuree

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron	Fried Kampes			Sterren	3

Ingrediënten

6 stronkjes witlof

6 vrij dikke plakken mooie ham

Aardappelpuree, zelfgemaakt of uit een zakje

snufje nootmuskaat

100 g geraspte (jong belegen of belegen) kaas, eventueel half om half gewone en gruyerekaas

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden Celsius.

De stronkjes witlof in ruim water beetgaar koken.

Goed laten uitlekken (in de vergiet).

Rol elk stronkje witlof in een plak ham.

Leg ze in een ingevette ovenschaal naast elkaar.

Roer het snufje nootmuskaat door de aardappelpuree, en verdeel deze gelijkmatig over de schotel zodat alle witlof/ham goed bedekt is.

Strooi de geraspte kaas over dit geheel.

Zet de schaal ongeveer vijftientig tot dertig minuten in de oven tot de kaas een mooie korst vormt.

Witlofsoep

Menugang	Soep	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Hollands	Type Soep	Slank	Nee
Bron	Fried Kampes		Sterren	3

Ingrediënten

200 gr. magere spekreepjes
1 ui, fijngesnipperd
4 stronkjes witlof in dunne plakjes
1 liter water
Anderhalf bouillonblokje (tuinkruiden)
250 gr. (kruiden)roomkaas
zout, peper, 2 bosuitjes

Bereiding

Bak de spekjes zachtjes uit (gaar laten worden, niet knapperig uitbakken).
Spekjes uit de pan halen, in het vet de fijngesnipperde uien fruiten.
Daarna de in dunne schijfjes gesneden witlof zacht meefruiten (niet bruin laten worden).
Het water met de fijngemaakte bouillonbolkjes aan de kook laten komen, en daarin witlof en ui zacht laten worden.
Met de staafmixer alles fijn malen.
De kruidenroomkaas erdoor roeren, laten smelten. Ook de spekjes weer toevoegen.
Proeven, naar smaak nog peper, zout en zo nodig bouillon toevoegen.
Het geheel garneren met dun gesneden ringetjes van het groen van de bosui.

Wortelkoek. Santie se piesung

Menugang	High Tea	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	Afrikaans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	Ilse			Sterren	3

Ingrediënten

Voor de koek:

- 200 gr. basterdsuiker
- 250 ml. zonnebloemolie
- 3 eieren
- 250 gr. zelfrijzend bakmeel
- 2 theel. bakpoeder
- 1 theel. kaneel
- 1 theel. natrium bicarbonaat (zuiveringszout)
- 125 gr. banaan (moes)
- 125 gr. winterwortel geraspt
- 50 gr. walnoten gehakt (ca. 10 stuks)

Kaasmengsel:

- 100 gr. roomkaas
- 100 gr. boter
- 200 gr. poedersuiker
- 1 theel. vanille essence

Bereiding

Suiker, olie en eieren mixen.

Bakmeel, bakpoeder, kaneel en zuiveringszout erbij doen en goed mengen.

Daarna de walnoten, banaan en winterwortel erdoor roeren.

Overdoen in een langwerpige ingevette ovenschaal (20x30) en in ca. 40 min. bakken op 200 graden.

De koek dwars doorsnijden (met een draadje) en de onderste plak dun besmeren met het kaasmengsel. Bovenste plak er weer op leggen en deze besmeren met de rest van het kaasmengsel.



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun.



.U ook???

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by

