



Aardappelsaladerecepten / v2.7

Inhoudsopgave.

Aardappel-bonensalade.	3
Aardappel-kruidensalade met zure zult.	4
Aardappelharingsalade.	5
Aardappelharingsalade met avocado.	6
Aardappelsalade I.	7
Aardappelsalade II.	8
Aardappelsalade lauw warm met een hele barbecue (airfryer).	9
Aardappelsalade met ansjovis dressing.	10
Aardappelsalade met haricots verts.	11
Aardappelsalade met kip en dille.	12
Aardappelsalade met pesto I.	13
Aardappelsla.	14
Belizaanse aardappelsalade.	15
Duitse kartoffelsalat met casselerrib.	16
Huzarensalade.	17
Lam-courgettekebabs met aardappelsalade.	18
Lauwwarme aardappelmaaltijdsalade.	19
Lauwwarme krieltjessalade met komkommer en rode ui.	20
Pinda-aardappelsalade.	21
Salade met gamba's en röstirondjes (airfryer).	22
Spaanse aardappelsalade met ossenhaassatés (airfryer).	23
Stevige aardappelsalade.	24
Surinaamse huzarensalade.	25
Viskebabs met pikante aardappelsalade.	26
Zoete aardappelsalade.	27
Zomerse aardappelsalade met brie.	28
Zomerse salade.	29
Gebruikte afkortingen.	30

Aardappel-bonensalade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

600 g aardappels, vastkokend
200 g bospeen
1 el kappertjes
- peper, versgemalen, zwarte
1,5 el pesto, rode
1 dl sinaasappelsap
2 sjalotjes
200 g sperziebonen, gebroken
2 bl tonijn in olie (à netto ca.200 g)
- zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 300
Eiwit: 24 g
Koolhydraten: 29 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Was de aardappelen.
Snijd de aardappelen in plakjes.
Kook de aardappelschijfjes in een pan met weinig water en zout in ca. 10 min. beetgaar.
Kook de sperziebonen in een pan met weinig water en zout in ca. 10 min. beetgaar.
Maak de bospeen schoon.
Was de bospeen.
Snijd de bospeen in kleine blokjes.
Spoel de aardappelschijfjes en sperziebonen in een vergiet onder koud stromend water af.
Laat de aardappelschijfjes en sperziebonen goed uitlekken.
Pel de sjalotjes.
Snipper de sjalotjes.
Giet de tonijn boven een kom af.
Roer de pesto, sinaasappelsap, sjalot en kappertjes door de tonijnolie.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.
Verdeel de tonijn in stukjes.
Scheep de aardappelplakjes, sperziebonen, wortelblokjes en tonijn door de dressing.
Zet het geheel minstens 30 min. afgedekt in de koelkast.
Scheep de aardappelsalade nogmaals door elkaar.
Doe de aardappelsalade over in een slaschaal.
Serveer de salade met ciabatta.

Aardappel-kruidentensalade met zure zult.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

600 g aardappelen,
vast-kokende
(Opperdoes)
1 el azijn, sherry-
250 g Boerenzult
½ el mosterd, grove
4 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
2 zk sla-kruidentensmix,
verse
75 g sla-melange
6 tomaatjes (tros-
cherry)
1 ui, rode
- zout

Voor de sla-kruidentensmix:

- kool, groene
- pastinaak
- prei
- selderie
- ui
- wortel
- zout

Vorbereiding.

Schil de aardappels schillen, snijd ze in dunne plakjes en kook ze in een pan met weinig water en zout in ca. 5 min. beetgaar.
Pel de ui en snipper hem heel fijn.
Hak de kruiden grof.
Klop in een grote schaal de azijn, olie en mosterd tot een dressing.
Voeg naar smaak zout en peper toe.
Laat de aardappelplakjes in een zeef uitlekken.
Scheep de ui, kruiden en aardappelplakjes voorzichtig door dressing.
Laat ca. 15 min. staan.

Bereiding.

Was de tomaatjes en halveer ze.
Verdeel de sla over 4 borden.
Scheep de aardappelsalade in het midden.
Snijd de zult in dunne plakjes en leg die op de salade.
Garneer de salade met de tomaatjes.

Tip:

Lekker met grof boerenbrood.

Vorb. tijd: 20 min.
Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 15 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 375
Eiwit: 10 g
Koolhydraten: 26 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 26 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappelharingsalade.



Menugang: Lunch-,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

500 g aardappelen,
gekookt
1 appel, zure
- augurkjes
3 el azijn, augurken
2 bietjes
3 haringen, zoute of
zure
1 paprika, groen
- peper
6 uien, Amsterdamse
- zout
1 tl dillezaadjes
1 el mierikswortel,
geraspt
- peper, versgemalen
- slasaus
2 el suiker
- yoghurt, magere
4 el zout

Bereiding.

Snijd de afgekoelde aardappels in blokjes.
Snijd de augurken klein.
Maak de uien schoon.
Snijd de uien klein.
Doe de aardappelen, augurken en uien in een
kom.
Besprenkel de inhoud van de kom met de
augurkenazijn.
Laat het mengsel een uurtje staan.
Snijd de haringen in reepjes.
Rasp de appel op een grove rasp.
Snijd de paprika overlangs doormidden.
Neem de zaadlijsten en de zaadjes uit de
paprika.
Snijd de paprika in kleine stukjes.
Snijd de bietjes in plakjes.
Leg de haring, appel, paprika en bieten op het
aardappelmengsel.
Roer de magere yoghurt met de slasaus glad.
Maak de saus pittig van smaak met de
mierikswortel, zout, peper, snufje suiker en
dillezaadjes.
Schep de saus voorzichtig om met de andere
ingrediënten.
Laat de smaak een uurtje intrekken.

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

Aardappelharingsalade met avocado.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: De Vrouw

Ingrediënten

350 g aardappelschijfjes
2 avocado's, rijpe
4 el dille
3 haringen
- peper, versgemalen
1,5 dl room, zure
1 sjalotje
- 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.

Maak de haringen schoon.
Snijd de haringen in stukjes.
Hak het sjalotje fijn.
Kook de aardappelschijfjes in water met zout
net gaar.
Giet de aardappelen af.
Laat de aardappelen uitdampen.
Maak de avocado's schoon.
Snijd het vruchtvlees in blokjes.
Klop de zure room met de sjalot, peper en zout
naar smaak en de dille door elkaar.
Verdeel de aardappelschijfjes, de haring en de
avocado over een schaal.
Schenk de dressing erover.
Serveer de salade met warm stokbrood.

Aardappelsalade I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

750 g aardappelen
1 appel, zure
2 augurken, zoeture,
flinke
- bieslook, fijngehakte
1 tl citroensap, verse
3 e mayonaise
1 tl mosterd, boeren-
- peper
- peterselie, fijngehakte
3 el room, zure
2 uitjes, lente-
2 el uitjes, zilver-
- zout

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 30 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.

*Met aardappels kunt u iedere dag iets nieuws maken.
Hier vindt u een recept van een lekkere frisse aardappelsalade.
Deze smaakt heerlijk op een zomers warme avond bij de barbecue of als bijgerecht bij een ouderwetse fondueschotel.*

Schil (of schrap) de aardappelen.
Was de aardappelen.
Kook de aardappelen in een grote pan met voldoende water beetgaar in 8-15 min. (naar gelang de grootte van de aardappelen).
Laat de aardappelen iets afkoelen.
Snijd de aardappelen in schijfjes of in grove blokjes.
Roer de mayonaise, zure room, citroensap, mosterd en peper en zout goed door elkaar en maak zo een sausje.
Snijd de appel in reepjes.
Snijd de augurken in blokjes.
Snijd de zilveruitjes in tweeën.
Meng de appel, augurken en zilveruitjes samen met het sausje door de aardappelschijfjes.
Laat het geheel tenminste een ½ uur trekken.

Aardappelsalade II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

1 kg aardappelen
- bieslook, verse
3 eieren
- kerriepoeder
5 el mayonaise
- peper
2 uien
- zout

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 1126
Energie kcal: 269
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 33 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 4 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen niet al te gaar.
Snijd de aardappelen in kleine stukjes.
Kook de eieren hard.
Snijdt de eieren in kleine stukjes.
Maak de uien schoon.
Snijd de uien in kleine stukjes.
Snijd de bieslook in stukjes.
Doe de aardappelen, eieren, uien, bieslook, mayonaise en flink wat kerriepoeder in een ruime kom.
Roer de ingrediënten door elkaar.
Breng de salade op smaak met zout en peper.

Tip:

Lekker bij BBQ, fondue, gourmet of grill.

Aardappelsalade lauw warm met een hele barbecue (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Airfryerrecepten 3

Ingrediënten

- bieslook
2 burgers
3 tn knoflook
300 g krieltjes, met schil
- olie
- peper
- rozemarijn
2 satés
2 spare ribs
2 speklappen
100 g tomaten
50 g tomaten, gedroogde
1 ui, rode
100 g wortels, mini-
1 bk yoghurt, Griekse (0% vet)
- zout

Bereiding.

Viva Airfryer

Schil de wortels.
Was de krieltjes.
Snijd de krieltjes in stukken en meng ze met 1 el olie.
Snijd de bieslook en de rozemarijn fijn.
Pof de wortels en bak de krieltjes samen in de Airfryer (20 min. op 160°C.)
Snijd intussen de rode ui en pers de knoflook.
Snijd de tomaten en meng deze met de bieslook.
Als de aardappels en wortels klaar, zijn meng je de aardappels met de Griekse yoghurt en de knoflook, rode ui, rozemarijn, gedroogde tomaatjes, tot een lauw warme salade en breng deze op smaak met peper en zout.
Zet nu de Airfryer op 200°C en bak al het vlees 10 min. op 200°C.
Maak het bord mooi op en dien op.

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

Aardappelsalade met ansjovis dressing.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

90 g aardappelpartjes
50 g ansjovisfilets in olijfolie
2 eieren
15 g peterselie, verse
500 g sperziebonen, gebroken
125 ml room, zure room
150 g toast met knoflook (Pan con ajo y perjil)
50 ml yoghurt

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 510
Eiwit: 18 g
Koolhydraten: 68 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 18 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bereid de aardappelpartjes volgens gebruiksaanwijzing in de magnetron en laat ze afkoelen.

Kook de sperziebonen in 10 min. beetgaar koken, giet ze af en laat ze afkoelen.

Kook de eieren 8 min., laat ze onder koud stromend water afkoelen, pel en snipper ze.

Laat de ansjovis uitlekken en prak ze fijn.

Klop de zure room met de yoghurt los.

Roer de ansjovis er door.

Schep de aardappelpartjes, sperziebonen en ansjovis dressing goed door elkaar.

Knip de peterselie fijn.

Meng de peterselie met de gesnipperde ei en strooi het mengsel over de salade.

Serveer het gerecht met knoflooktoast.

Wijntip:

Moncaro Marche Trebbiano.

Aardappelsalade met haricots verts.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

450 g aardappelgolfjes
(CélaVita)
4 el dressing,
balsamico-olijfolie
150 g haricots verts
100 g paprika, gele
- peper, versgemalen
100 g sla, gemengde
2 tomaten
200 g tonijn, op olie
- zout(, zee-)

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 275
Eiwit: 24 g
Koolhydraten: 24 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 9 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak de haricots verts schoon en was ze.
Kook in pan met weinig water en zout de
aardappelgolfjes en haricots verts in ca. 4 min.
beetgaar.
Was intussen de tomaten en snijd ze in stukjes.
Giet de tonijn af en verdeel ze in stukjes.
Was de paprika, ontdoe hem van de zaadlijsten
en snijd hem in kleine reepjes.
Giet de aardappelgolfjes en haricots verts af.
Schep er voorzichtig 2 el dressing door.
Schep de paprika door de sla.
Verdeel de sla over 4 borden.
Verdeel de aardappelgolfjes en haricots verts
op de sla.
Bestrooi de borden met zout en peper.
Verdeel de tomaat en tonijn erover.
Sprenkel de rest van de dressing erover.

Tip:

Serveer de salade met stokbrood.

Aardappelsalade met kip en dille.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Veronica

Ingrediënten

3 el azijn, wijn-, witte
4 aardappelen, in kleine
blokjes
15 g dille, verse,
fijngesneden
200 g kipfilet, gerookte,
in blokjes
4 el melk
2 tl mierikswortel
(potje)
4 el olie, olijf-
- peper
8 radijsjes, in plakjes
125 ml room, zure
75 g sla, veld-
4 tomaten
8 uitjes, bos-, in
ringetjes
- zout

Bereiding.

Kook de aardappelen in 10 min. beetgaar.
Spoel de aardappelen af.
Ontvel de tomaten.
Snijd de tomaten in vieren.
Verwijder de pitjes uit de tomaten.
Snijd het vruchtvlees van de tomaten in
blokjes.
Maak een dressing van de azijn, olie, 1 el dille,
peper en zout.
Scheep de aardappelblokjes, tomaat, bosui en
kip door de dressing.
Maak een saus van de zure room, melk,
merikswortel en de rest van de dille.
Bewaar de salade, mierikswortelsaus, veldsla
en radijs tot gebruik in afzonderlijke afsluitbare
bakjes.
Verdeel de veldsla over 4 borden.
Scheep de mierikswortelsaus door de salade.
Verdeel de salade op de veldsla over de 4
borden.
Garneer de salades met de schijfjes radijs.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 375
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

Aardappelsalade met pesto I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

500 g aardappelen (bijv. Lady Christl)
100 g bacon (plakjes)
100 g chorizo (stukje)
1 citroen
1 courgette
3 el olie, olijf-
50 g olijven, zwarte, zonder pit
- peper, zwarte, versgemalen
1 pt pesto, groene (135 g Grand'Italia)
2 tk peterselie (zakje á 30 g)
- zout

Bereiding.

Boen de aardappelen onder koud stromend water goed schoon.
Kook de aardappelen met schil in ca. 15 min. beetgaar.
Pers intussen de citroen uit.
Roer de pesto met olie en citroensap tot een saus.
Breng de saus op smaak met zout en peper.
Was de courgette.
Snijd de courgette en chorizo in kleine blokjes.
Roer de courgette en chorizo door de pestosaus.
Bak de bacon in een pan met anti-aanbaklaag in ca. 3 min. knapperig bruin.
Laat de bacon afkoelen.
Verkruimel de bacon boven kom tot kleine stukjes.
Knip de peterselie boven de bacon fijn.
Meng de peterselie door de bacon.
Breng het mengsel op smaak met peper.
Pel de aardappelen.
Snijd de aardappelen in kleine blokjes.
Voeg de aardappelblokjes aan het pestomengsel toe.
Schep de aardappelblokjes voorzichtig door het pestomengsel.
Laat de salade ca. 1 uur staan, zodat alle smaakjes goed kunnen intrekken.

Bereiding:

Halveer de olijven.
Doe de salade over in een schaal.
Bestrooi de salade met het peterselie-baconmengsel.
Garneer de salade met de olijven.

Tip:

Serveer de salade met ciabatta (Italiaans stokbrood).

Vorb. tijd: 20 min.
Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 50
Eiwit: 13 g

Koolhydraten: 21 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 40 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappelsla.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

300 g aardappelen,
gekookte, koude
- aroma
2 augurken, in kleine
blokjes
- paprikapoeder
- peper, versgemalen
- peterselie, fijn-
geknipte
- slablaadjes
- slasaus
2 uien, fijngesneden
- 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.

Snijd de aardappelen in niet te grote dobbelstenen.
Meng de aardappelen met wat slasaus, de augurken,
de uien en de peterselie.

Breng het gerecht op smaak met peper, aroma en
zout.

Was de sla, dep die droog en rangschik ze op een
schotel.

Leg de aardappelsla op de blaadjes sla.

Strooi er wat paprikapoeder over.

Tips:

- Garneer desgewenst met enkele gesneden
augurken.
- Meng er eens wat gewassen, gepelde
garnalen of blokjes kaas door.

Belizaanse aardappelsalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Belizaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Vinissima.nl

Ingrediënten

Voor de aardappel-salade:

5 aardappelen
1 bleekselderijstengel
1 bleekselderijstengel,
in kleine blokjes
4 eieren
1 bl groentemix
(Bonduelle)
½ paprika, groene, in
kleine blokjes
½ ui, fijngehakt

Voor de dressing:

1 el azijn, wijn-, witte
½ tl knoflookpoeder
6 el mayonaise
½ bl melk, koffie-
1 tl mosterd
- peper, versgemalen
- zout

Bereiding.

Kook de eieren 8 min.

Kook de aardappelen met schil en een bleek-selderijstengel 15 min.

Vermeng ondertussen voor de dressing de mayonaise, de mosterd en de wijnazijn. Voeg de koffiemelk, de knoflookpoeder, een snuf zout en een snuf versgemalen peper toe en roer het goed door.

Pel de aardappelen en snijd ze in blokjes.

Hak de gekookte eieren in kleine blokjes.

Voeg de aardappelen en de eieren toe aan de dressing.

Voeg ook de gehakte ui, de blokjes bleek-selderij, de paprika en het blikje groentemix toe.

Roer alles goed door.

Tips:

- Gebruik voor de groentemix wortel, koolraap, sperzieboontjes, doperwtjes en groene kidneybonen
- Gebruik voor de groentemix een mix van doperwtjes en worteltjes.

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

Duitse kartoffelsalat met casselerrib.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Duitse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Vrouw

Ingrediënten

750 g aardappelen, vastkokende
4 augurken, zoetzure
2 el azijn, witte wijn-
½ bouillontablet,
runder-
4 pl casselerrib (100 g.)
2 tl dragon
2 el olie, olijf-
100 g sla, krul-
3 el slasaus
300 g sperziebonen, gebroken
1 tl suiker
2 uien
2 el yoghurt

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Snipper de uien.
Kook de aardappelen.
Kook de sperziebonen.
Giet de aardappelen af.
Giet de sperziebonen af.
Los het bouillontablet op in 1 dl water.
Meng hier de ui, de suiker, de olijfolie en de azijn bij.
Snijd de aardappelen in dikke plakken.
Meng de aardappelen met het ui-mengsel.
Maak een dressing van de slasaus, de yoghurt, de dragon, het peper en het zout.
Snijd de casselerrib in stukjes.
Snijd de augurken in stukjes.
Verdeel de casselerrib en de augurken over de aardappelen.
Meng de sla met de sperziebonen in een grote schaal.
Leg hierop de afgekoelde aardappelsalade.

Bereidingstijd: 40 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 440
Eiwit: 27 g
Koolhydraten: 45 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 16 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: 10 g
Groente: - g
Zout: - g

Huzarensalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

750 g aardappelen
1 appel
5 augurken
2 el augurkenazijn
1 kbl
doperwtjes/worteltjes
2 eieren, hardgekookt
4 el mayonaise
- stokbrood
- tomaten
1 ui
2 varkenslapjes
4 el zilveruitjes

Bereiding.

Bak de varkenslapjes.
Kook de eieren (voor de garnering) hard.
Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen.
Laat de aardappelen afkoelen.
Maak de aardappelen fijn.
Laat de doperwtjes/worteltjes uitlekken.
Snijd de worteltjes in kleine stukjes.
Snijd de varkenslapjes in kleine stukjes.
Hak de appel fijn.
Hak de augurkjes fijn.
Hak de zilveruitjes fijn.
Hak de ui fijn.
Meng alles luchtig door de aardappelen.
Vermeng de mayonaise met het augurkennat.
Schep dit door de huzarensalade.
Laat de smaak een uurtje intrekken.
Garneer de salade met bijv. tomaat, augurk, zilveruitjes en hardgekookt ei.
Serveer de salade op kamertemperatuur met stokbrood.

Bereidingstijd: 40 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

Lam-courgettekebabs met aardappelsalade.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2000-
01

Ingrediënten

500 g aardappelen
(gelijke grootte)
8 spr bieslook,
knoflook-2 courgettes,
kleine (à 300 g)
2 el kappertjes
½ tl koriander, gemalen
(ketoembar)
500 g lamsfilet
1 limoen
3 el olie, maïskiem-
2 el olie, olijf-
1 paprika, rode
- peper
1 sjalotje
- zout

Bereiding.

Boen de aardappelen goed schoon en kook in weinig water in ca. 20 min. gaar.
Leg intussen satéprikkers in ruim koud water.
Giet de aardappels af, pel ze en laat afkoelen.
Pel het sjalotje en snipper zeer fijn.
Snijd de aardappelen in plakjes.
Meng de aardappelplakjes met de maïskiemolie, het sjalotje, zout, peper en de kappertjes.
Snijd de lamsfilet in blokjes.
Was de courgettes en snijd ze in plakken van ca. 1 cm.
Was de paprika, maak schoon en snijd in 16 stukken.
Bestrooi het vlees met zout, peper en koriander.
Prik op de satéprikkers om en om plakken courgette, blokjes lamsvlees en stukjes paprika.
Boen de limoen schoon en snijd in de lengte in 8 partjes.
Verwarm de grill voor op de hoogste stand.
Bestrijk de stokjes met olie en rooster ze ca. 10 cm onder de hete grill (regelmatig keren).
Verdeel de aardappelsalade over vier borden.
Leg de kebabs ernaast.
Garneer de borden met partjes limoen en knoflookbieslook.

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

Lauwwarme aardappelmaaltijdsalade.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TeamOnAMission

Ingrediënten

500 g bonen, sperzie-,
schoongemaakt
1 tl honing
1 tn knoflook, fijn-
gesneden
1 zk krieltjes (500 g)
½ limoen, uitgeperst
2 el olie
- peper, versgemalen
400 g runderreepjes
1 uitje, bos, fijn-
gesneden
- zout

Bereiding.

Bereid de krieltjes in de magnetron volgens de
aanwijzingen op de verpakking.

Doe een laagje water in een pan en hang er een
zeef in (of gebruik een stoompan).

Laat de zeef het water niet raken.

Breng het water aan de kook met de deksel op
de pan en stoom de sperziebonen in 10-14 min.
gaar.

Spoel de sperziebonen onder stromend water
af, zodat ze niet te gaar worden.

Halveer de langste exemplaren.

Verhit in een wok de olie en roerbak hierin op
hoog vuur het rundvlees in 5-7 min. bruin en
krokant.

Schenk het limoensap bij het vlees en roer de
honing en knoflook erdoor, breng op smaak met
zout en (versgemalen) peper en draai het vuur
uit.

Schep de aardappels en de sperziebonen door
het vlees en bestrooi de salade met de bosui.

Serveer direct.

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

Lauwwarme krieltjessalade met komkommer en rode ui.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

6 augurken, zoetzure,
fijne
2 el augurkenvocht
3 el bieslook
50 croutons, salade-
(bijv. knoflook met
stukjes ui)
½ komkommer
600 g krieltjes, in de
schil
150 g maïs, crispy
2 el mayonaise
1 el mosterd
1 snf peper
125 g room, zure room
1 ui, rode

Bereiding.

Kook de krieltjes in water in 6-7 min. gaar.
Snijd de komkommer in halve plakjes van 1 cm
dik.
Snijd de augurken in de lengte in vieren.
Klop een dressing van de zure room, de
mayonaise, het augurkenvocht, de mosterd en
peper naar smaak.
Giet de krieltjes af en laat afkoelen tot
lauwwarm.
Verdeel de krieltjes, komkommer, augurken, ui
en maïs over een schaal.
Scheep de dressing erover en bestrooi met de
bieslook en croutons.

20

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 211
Eiwit: 5 g
Koolhydraten: 21 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 11 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Pinda-aardappelsalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Amerikaanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

± 450 g aardappelen,
gekookte, in blokjes
gesneden
1 el kerriepoeder
1 el olie, arachide-
3 el pindakaas (liefst
met pindastukjes)
1 tl suiker
4 el water

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.

Meng de pindakaas met olie, kerriepoeder,
suiker en water.
Voeg de aardappels toe aan de pindakaas.
Meng de aardappelen voorzichtig met de
pindakaas.
Laat het gerecht minstens 1-2 uur intrekken.

Salade met gamba's en röstirondjes (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Monique van W.

Ingrediënten

- gamba's
- röstirondjes
- sla
- vinaigrette

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.

Verwarm de airfryer voor op 200°C.
Bak de röstirondjes 5 min. 200°C.
Voeg de (bevroren) gamba's toe.
Bak de röstirondjes en gamba's nog 7 min. op 200°C.
Verdeel intussen de sla over de borden.
Doe wat vinaigrette over de sla.
Leg de gamba's op het slabedje.
Voeg de röstirondjes toe.

Spaanse aardappelsalade met ossenhaassatés (airfryer).



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Spaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Airfryerrecepten 3

Ingrediënten

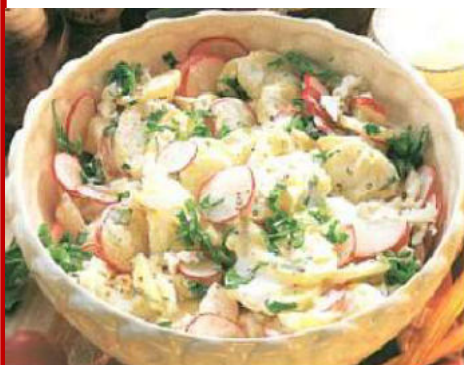
300 g aardappelen,
kruimige
4 gem-slaharten, zoete
1 el kaas, Parmezaanse
2 tn knoflook
1 el olie, olijf-
10 olijven, groene
½ paprika, gele
1 mp paprikapoeder,
gerookte
- peper, versgemalen
4 satés, ossenhaas-
10 tomaten, cherry-
- tuinkers
1 ui, rode, kleine
1 el yoghurt, Griekse
(0% vet)
- zout

Bereiding.

Leg de aardappelen in de mand van de Airfryer.
Kook deze, zonder water, gaar (170°C / 30 min.).
Snijd intussen de rode ui, de paprika en de cherrytomaatjes fijn.
Laat de aardappelen afkoelen en snijd deze in blokjes.
Meng de aardappelen met de paprika, de olijven, de ui, de knoflook, de Griekse yoghurt en de gerookte paprika poeder.
Breng dit op smaak met versgemalen peper en een klein beetje zout.
Meng de salade en zet deze min. 2 uur in de koelkast.
Snijd de slaharten doormidden en bestrijk deze met wat olijfolie.
Gril deze met de satés in een voorverwarmde Airfryer (op 200°C / 5 min).
Dien dit mooi op met de aardappelsalade en bestrooi het met wat Parmezaanse kaas en wat tuinkers.

Bereidingstijd: 15 min.
Airfryertijd: 35 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 120 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

Stevige aardappelsalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Grootmoeders
keuken, Pim-Pages.com

Ingrediënten

1,2 kg aardappelen,
vastkokend
1 bs radijs
1 bs rucola

Voor de mayonaise:

1 el citroensap
2 eieren
1 tl mosterd, scherpe
1/8 l olie, zonnebloem-
- peper, witte
150 ml room, zure
3 el water, heet
- zout

Bereiding.

Was de aardappelen en kook ze in ca. 30 min. gaar.
Giet de aardappelen af en laat ze goed afkoelen.
Maak de radijsjes en de rucola schoon.
Snijd de radijsjes in zeer dunne plakjes. Schud de rucola droog en snijd ze fijn.
Kook de eieren in ca. 10 min. hard.
Laat ze schrikken onder koud water en pel ze.
Halveer de eieren en neem de eierdooiers eruit. Snijd de eiwitten klein.
Prak de eierdooiers met een vork en vermeng ze goed met het hete water en de mosterd.
Giet de olie eerst druppelsgewijs en dan in een dun straaltje bij de eierdooiers.
Klop het geheel goed door elkaar tot een dik vloeibare massa ontstaat.
Meng er dan de zure room door.
Breng de mayonaise op smaak met citroensap, zout en peper.
Schil de (koude) aardappelen en snijd ze in dunne plakjes.
Vermeng ze met de radijsjes, rucola en mayonaise en breng nogmaals op smaak.
Bestrooi de salade met de kleingesneden eiwitten.

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

Surinaamse huzarensalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Receptenboek.nl

Ingrediënten

500 g aardappelen,
kruimige
6 augurken
1 kpt bieten, rode
5-6 eieren,
hardgekookte
1 kipfilet
1 kblk maïs, crispy
8 el mayonaise
- olie, olijf-
- peper, zwarte
4 el uitjes, zilver
- zout

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen gaar.
Snijd de augurken in kleine blokjes.
Snijd de zilveruitjes in kleine blokjes.
Strooi wat zout en peper over de kip.
Bak de kip in wat olijfolie gaar.
Laat de kip afkoelen.
Snijd de kip in kleine blokjes.
Stamp de aardappelen tot een puree.
Voeg de de mayonaise toe aan de aardappelen.
Voeg een paar rode bieten, in kleinere blokjes
gesneden, en een paar eetlepels bietensap toe
aan de aardappelen tot u een mooie roze puree
heeft.
De rest van de bieten heeft u niet meer nodig
en is goed te bewaren in de koelkast.
Voeg de augurken, zilveruitjes en maïs (houd
een beetje achter de hand voor de garnering)
toe en meng het geheel goed door elkaar.
Voeg indien nodig meer mayonaise en rode
bietensap toe tot de salade lekker smeug is.
Voeg peper en zout toe naar smaak.
Snijd de eieren in schijfjes.
Plaats de schijfjes ei mooi gerangschikt op de
salade.
Garneer de salade met de rest van de maïs.
Serveer de salade koud.

Tip:

Lekker bij de BBQ of gewoon als een tussen-
doortje.

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

Viskebabs met pikante aardappelsalade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Food & You

Ingrediënten

2 el azijn, wijn-, rode
400 g bonen, sperzie-
½ tl karwijzaad
2 tn knoflook, geperst
1 tl komijn, gemalen
4 g koriander, verse,
fijngeknipt/gehakt
2 tl korianderpoeder
450 g krieltjes, jonge
2 el olie, olijf-
1 peper, rode, zonder
zaad, in dunne reepjes
- peper, versgemalen
300 g tilapiafilet
- zout

- sateprikkers

Bereiding.

Kook de aardappeltjes in een pan tot ze gaar maar nog wel stevig zijn (ca. 20 min.). Kook de bonen kort tot er nog flink beet op zit (maar ze niet meer rauw zijn) en halveer ze. Laat de aardappeltjes en bonen afkoelen en zet ze apart.

Snijd de visfilet in stukken van 3 cm.

Rol de satéprikkers in olie.

Maak een marinade van 1 el olie, 1 tn knoflook, de gemalen koriander, de komijn, en een beetje zout en versgemalen peper.

Schep visstukjes voorzichtig door de marinade. Rijg de vis aan de geoliede prikkers.

Laat de spiesen enkele uren of een hele dag in de koelkast liggen, afgedekt met plasticfolie.

Grill of bak de spiesen 6 min. tot ze gaar zijn (af en toe keren).

Meng de krieltjes met de boontjes.

Maak een dressing voor de aardappelsalade van 1 tn knoflook, 1 el olijfolie, het karwijzaad, de rode peper, de verse koriander en de rode wijnazijn met een vork of garde.

Giet de dressing 5 min. voor het opdienen over de salade.

Breng de salade evt. op smaak met wat zout.

Tip:

In plaats van tilapiafilet kunnen ook andere stevige, witte visfilets gebruikt worden.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 487

Eiwit: 53 g

Koolhydraten: 35 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 15 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Zoete aardappelsalade.



Menugang: Hoofd-,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: FoodSisters

Ingrediënten

4 aardappelen, zoete, in
blokjes
4 el granaatappelpitjes
50 g kaas, feta-
300 g sla, gemengde
2 uien, rode, in ringen
100 g walnoten, gehakt

Voor marinade:

2 el honing
3 el olie, olijf-
- peper
- zout

Bereidingstijd: 30 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.

Verwarm de oven voor op 220°C.
Meng de ingrediënten voor de marinade in een
schaal.
Meng hier de zoete aardappels en ui-ringen
doorheen.
Spreid de ui en zoete aardappel uit op een
bakblik en bestrooi met peper en zout.
Laat in 20 min. gaar worden in de oven.
Meng vervolgens de zoete aardappel en ui met
de sla, noten, feta en granaatappelpitjes.
De salade mag lauw opgediend worden.

Zomerse aardappelsalade met brie.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

200 g brie
1 zk krieltjes
1 el mosterd, Franse
6 el olie, zonnebloem-
1 paprika, groene
- peper
8 tomaatjes, kleine
1 ui
- zout

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

Bereiding.

Snijd de ui in ringen.
Snijd de paprika in kleine stukjes.
Was de tomaatjes.
Snijd de brie in plakken.
Verhit 3 el olie in een braadpan.
Bak de krieltjes ca. 12 min.
Voeg de ui toe.
Voeg de paprika toe.
Het geheel al omscheppend ca. 3 min. bakken.
Voeg de tomaatjes toe.
Het geheel al omscheppend ca. 2 min. bakken.
Klop een dressing van de rest van de olie met mosterd, zout en peper naar smaak.
Schep de dressing door het aardappelmengsel.
Verdeel de salade over 4 borden.
Verdeel de brie over de borden.

Zomerse salade.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: AllerHande

Ingrediënten

500 g aardappelen, kruimige
2 el azijn, balsamico-
4 el olie, olijf-
1 paprika, gele
150 g Parmaham
- peper, zwarte, versgemalen
1 el pesto
1 bs radijsjes
1 sinaasappel
2 zk veldsla
- zout

Bereidingstijd: 30-35 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 215

Eiwit: 15 g

Koolhydraten: 28 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: -16 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Bereiding.

Boen de aardappelen onder koud water goed schoon.

Kook ze in een pan met weinig water en zout afgedekt in ca. 20 min. gaar.

Houd vervolgens de aardappels warm in aluminiumfolie.

Snijd intussen de ham in brede repen.

Roer de olie, azijn en pesto tot een dressing.

Boen de sinaasappel goed schoon en trek er met een citroentrekker schilletjes af.

Pers de helft van de sinaasappel uit en voeg het sap met de schilletjes aan de dressing toe.

Breng de dressing op smaak met zout.

Verwijder zo nodig de worteltjes van de veldsla.

Was de radijsjes en snijd ze in plakjes.

Was de paprika, maak hem schoon en snijd hem in blokjes.

Meng in een ruime kom veldsla luchtig met de radijs, paprika en hamrepen.

Verdeel de salade op het midden van 4 borden.

Snijd de warme aardappelen in plakjes, verdeel ze rond de salades.

Besprenkel de borden met de dressing.

Bestrooi de borden met zwarte peper.

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgl	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgl	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
jgl	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

30



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krrp	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
trsje	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)



Compressed by  PDF24