



Paddenstoelrecepten III v0.7

Inhoudsopgave.

Champignonrollade met aardappelkroketjes.	3
Funghi di bosco trifolati - gebakken bospaddestoelen.	5
Gefrituurde champignons.	6
Kaastosti's met een relish van paddenstoelen en ingelegde groene peper.	7
Kippenbouillon met paddenstoelen.....	9
Lamsburgers met champignons.	10
Paprika-prei-champignon quiche (airfryer).	11
Gebruikte afkortingen.....	12

Champignonrollade met aardappelkroketjes.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: *****
Bron: 24Kitchen, Wim Ballieu

Ingrediënten

750 g Aviko Aardappelkroketjes
800 g broccoli
250 g champignons, kastanje-
175 g cranberry's (diepvries of vers)
2 el honing, vloeibare
½ tl kaneel, gemalen
2 tn knoflook
25 g meel, paneer-
6 el olie, olijf-
80 g pancetta, plakken
- peper, versgemalen
3 tk peterselie, blad-
1 kg varkensfilet (1 stuk)
- zout

Bereiding.

Hak de knoflook en 2 tk peterselie fijn.
Veeg de champignons schoon.
Maal de champignons in de keukenmachine of in porties in de hakmolen fijn.
Verhit 1 el olijfolie in een koekenpan.
Fruit de knoflook met de fijngehakte peterselie 1 min.
Voeg de champignons toe en bak het 5 min. (tot zoveel mogelijk vocht is verdampst).
Neem de pan van het vuur.
Scheep het paneermeel door het champignonmengsel.
Breng het champignongehakt op smaak met zout en peper en laat het afkoelen.
Snijd de varkensfilet horizontaal diep in en sla het stuk vlees als een boek open.
Verdeel het champignongehakt in een rol over het vlees.
Rol het vlees rond de vulling op en bind de rollade vast met keukentouw.
Bestrooi het vlees rondom met zout en peper.
Verwarm de oven voor tot 220°C.
Verhit 2 el olijfolie in een koekenpan.
Bak de rollade rondom bruin en leg die in een passende ovenschaal.
Schuif de rollade in de oven en bak hem in 45 min. bruin en net gaar.
Verdeel intussen de broccoli in roosjes en snijd de steel in plakjes van 1 cm.
Leg de broccoli op de bakplaat en besprenkel die met 2 el olijfolie.
Bestrooi ze met zout en peper naar smaak.
Leg er de aardappelkroketjes bij.
Schuif de broccoli met de aardappelkroketjes na 25 min. bij de rollade in de oven en bak ze samen in nog 20 min. goudbruin en gaar.
Verwarm intussen voor de cranberrycompote de (bevroren) cranberry's met 50 ml water ca. 8 min. (tot de bessen openbarsten).
Druk ze iets plat zodat de heerlijke sappen vrijkomen.
Voeg de honing en de kaneel toe en verwarm de cranberrycompote nog 3 min.
Voeg naar smaak extra honing toe.
Verhit in een koekenpan de laatste el olijfolie.
Bak de plakjes pancetta in 5 min. knapperig uit.
Breek de pancetta in stukken.
Leg de champignonrollade op een schaal.
Scheep er wat cranberrycompote op en garneer het met het laatste takje peterselie.
Verdeel de broccoli en de aardappelkroketjes met de pancetta rond de rollade.
Serveer het met de rest van de cranberrycompote.

Voorb.tijd: - min.
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

Tip:

In plaats van de rollade op te binden met keukentouw, kun je ook je slager om een stuk rolladenet vragen waar je de rollade makkelijk inschuift.

Funghi di bosco trifolati - gebakken bospaddestoelen.



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

Ingrediënten

1 tn knoflook, fijngehakt
- olie, olijf-
250 g paddenstoelen,
wilde, naar keuze
- peper, versgemalen
1 hv peterselie, fijn-
gehakt
- 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.

Maak de champignons schoon (liefst zonder water).
Snijd grote exemplaren in tweeën of vieren.
Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak er op een
halfhoog vuur de paddenstoelen in.
Op enig moment, na een of meerdere minuten, zullen
ze vocht gaan loslaten.
Laat dat rustig bruisen tot het allemaal
verdampt is.
Voeg dan de knoflook toe en bak nog even door
tot de paddenstoelen mooi kleuren.
Bestrooi ze met zout, versgemalen peper en
peterselie.
Schep de paddenstoelen om en serveer ze.

Tip:

Let bij aankoop van eekhoorntjesbrood op dat
de onderkant van de hoed niet zacht en sponzig
is; die exemplaren waren al erg rijp bij de pluk
en zullen in de pan snottig worden.

Gefrituurde champignons.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

2 augurkjes, kleine
4 el bloem
500 g champignons,
kleine
4 par citroen
2 tl citroensap
2 eieren
100 ml mayonaise
2 tl mosterd, Dijon-
- olie, zonnebloem-, om
te frituren
90 g paneermeel
1 mp paprikapoeder
- peper, zwarte
1 bs peterselie, gladde
½ bs uitjes, lente-
100 ml yoghurt
- zout

Bereiding.

Maak de champignons schoon.

Kruid het bloem met zout, peper en wat paprikapoeder en doe het over in een ondiepe kom.

Klop in een andere kom de eieren kort door elkaar.

Doe het paneermeel in een derde kom.

Spoel de peterselie af, dep die droog en snijd die fijn.

Maak de lente-uitjes schoon en snijd ze fijn.

Snijd de augurkjes in kleine blokjes.

Vermeng de peterselie, de uitjes en de augurken met de mayonaise en de yoghurt.

Voeg het citroensap en de mosterd toe.

Breng de saus op smaak met peper en zout en zet die koel weg.

Verhit de olie in een wok op een zo hoog vuur, dat een stukje brood in 1 min. bruin is.

Wentel de champignons door het ei, de bloem en de paneermeel.

Frituur de champignons in porties steeds in 6 min. goudbruin.

Laat ze op keukenpapier uitlekken en houd ze warm.

Garneer ze met een partje citroen en geef er de mayonaise als dip bij.

Tips:

- Je kunt ze natuurlijk ook frituren in de frituurpan (180°C).
- Lekker met toast met paté, aardappeltjes uit de oven bestrooid met kaas of een salade.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: 2540

Energie kcal: 605

Eiwit: 10 g

Koolhydraten: 23 g

w/v suikers: - g

Natrium: 0,2 mg

Vet: 53 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: 2 g

Groente: - g

Zout: - g

Kaastosti's met een relish van paddenstoelen en ingelegde groene peper.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Andrea Gentl,
Bibian Berkhout,
DeHippeVegetarier.nl

Ingrediënten

Voor de relish:

30 g chilipepers,
groene, ingelegde (uit
pot), zonder steel, fijn-
gehakt
½ citroen, sap van en
geraspte schil (liefst
onbespoten)
30 g olijven, groene,
vlezige, ontpit en fijn-
gehakt
225 g paddenstoelen,
verse (eikhaas
(maitake) en/of
oesterzwammen), bij-
gesneden en fijngehakt

Bereiding.

Maak de relish:

Verwarm een gietijzeren koekenpan op een
halfhoog tot laag vuur.
Bak de gehakte paddenstoelen zonder vet ca 4
min. al roerend om te voorkomen dat ze
vastplakken (tijdens het bakken geven ze vocht
af).
Meng de paddenstoelen, ingelegde groene
pepers, olijven en de rasp en het sap van de
citroen in een kom.

Maak de tosti's:

Snijd 1 cm dikke sneetjes van het brood.
Schaaf de cheddar met een kaasschaaf in heel
dunne plakken.
Leg het brood op een snijplank of bakplaat en
besmeer één kant van de sneetjes met ½ el
boter.
Leg 4 sneetjes met de beboterde kant naar
beneden en schep er 4 el relish op, gevolgd
door de kaasplakken.
Leg de andere 4 sneetjes brood erop, met de
beboterde kant naar boven.
Verhit een gietijzeren koekenpan op een
halfhoog vuur.
Bak de tosti's ca. 4 min. per kant tot ze
goudbruin zijn en druk ze af en toe stevig aan
met een spatel; keer ze en druk ze minstens
twee keer stevig aan.
Bestrooi beide kanten van de tosti's met
zeezoutvlokken en serveer ze heet.

Ingrediënten (vervolg):

Voor de tosti's:

4 el (60 g) boter, op
kamertemperatuur
1 brood, zuurdesem- of
casino-, groot, rond
225 g cheddar, extra
scherp
- zeezoutvlokken
(Maldon)

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

Kippenbouillon met paddenstoelen.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: Indonesische
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Carta

Ingrediënten

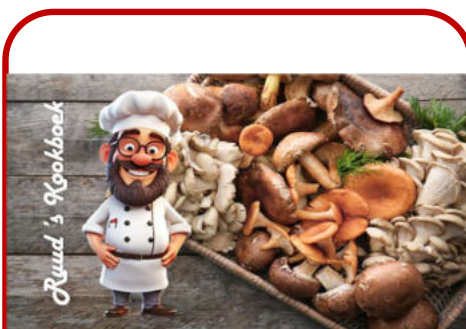
1 bouillontablet, kippen-
100 g kippenfilets
6 maïskolven, mini-
15 g paddenstoelen
2 el saus, soja-
0,75 dl sherry, medium
2 uien, bos-, in ringetjes

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.

Week de paddenstoelen 10 min. in 4 dl heet water.
Scheep de paddenstoelen met een schuimspaan uit de kom.
Schenk het weekvocht voorzichtig in een pan, zodat restjes zand achterblijven.
Voeg aan het weekvocht het bouillontablet, de sherry en de sojasaus toe en breng de bouillon aan de kook.
Snijd de paddenstoelen en de kip in dunne reepjes.
Snijd de maïs in plakjes en de bosui in ringetjes.
Voeg de paddenstoelen, de kip en de maïs toe aan de bouillon en kook alles in 5 min zachtjes gaar.
Verwarm de bouillon evt. opnieuw en strooi er de uienringetjes in.

Lamsburgers met champignons.



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

Ingrediënten

250 g champignons
1 eierdooier
500 g gehakt, lams-
4 pl kaas, room-
2 tn knoflook
- olie, olijf-
1 mp peper, cayenne-
- peper, versgemalen
4 el peterselie, gehakt
- 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.

Snipper de knoflook.
Snij de champignons in plakjes.
Meng het gehakt met de peterselie, eierdooier, zout en versgemalen peper.
Vorm 4 burgers van het mengsel.
Bak de burgers 3 min. in de olijfolie.
Draai ze om en leg op de gebakken kant een plakje roomkaas.
Neem de burgers uit de pan als de kaas gaat smelten.
Fruit de knoflook in 2 el olijfolie lichtbruin.
Voeg de champignons toe.
Schep de champignons om tijdens het bakken.
Breng de champignons op smaak met de cayennepeper en wat zout.
Schep het champignonmengsel op de lamsburgers met kaas.

Paprika-prei-champignon quiche (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Eetman.nl

Ingrediënten

200 g champignons
4 pl deeg, blader-
2 eieren
60 g kaas, belegen
1 tl kerrie
2 tn knoflook
2 el olie, olijf-
½ tl oregano
1 paprika, rode
1 prei
1 peper, rode
100 ml room, slag-
- zout, naar smaak

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 vellen bladerdeeg ontdooien.
Vet een bakvorm (Ø 20 cm) in met een ½ el olijfolie.
Bedek de bodem en de rand met bladerdeeg.
Was, terwijl het bladerdeeg ontdooit, het zand uit de prei en snijd hem klein.
Verwijder de zaadlijsten uit de rode paprika.
Snijd dan ook de paprika klein.
Borstel de champignons schoon en snijd ze in plakjes.
Verwijder de zaden uit de rode peper en snijd hem fijn.
Verwarm 1½ el olijfolie op een middelhoog vuur.
Bak de groenten en de champignons 5 min. tot ze zacht zijn.
Pers de tenen knoflook uit en bak die nog 1 min. mee.
Haal de groenten dan van het vuur.
Doe de slagroom in een kom.
Voeg de eieren toe.
Rasp de belegen kaas en voeg die toe.
Doe er tenslotte de oregano, de kerrie en zout naar smaak bij.
Klopt het mengsel met een vork door elkaar.
Verwarm de airfryer voor naar 160°C.
Doe de groenten in de vorm.
Schenk het slagroommengsel over de groenten.
Duw evt. uitstekende bladerdeegranden een beetje omlaag.
Bak de quiche 22 min. op 160°C.

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

12



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)

