



Ruud 's Kookboek

Zeeuwse recepten / v0.3

Inhoudsopgave.

Salade van Zeeuwse garnalen en gegrilde scampi's met zeewierdressing.	3
Zeeuwse babbelaars.	4
Zeeuwse oesters met champagnevinaigrette.	5
Gebruikte afkortingen.	6

Salade van Zeeuwse garnalen en gegrilde scampi's met zeewierdressing.



Menugang: Bijgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: **

Bron: -

Ingrediënten

1 dl azijn, wijn-, witte
- citroensap
160 g garnalen,
Zeeuwsche, gepelde
1 komkommer, kleine
3 dl olie, olijf-
- peper
8 scampi's
200 g sla, verschillende
soorten (frisée, lollo
rosso, veldsla etc.)
2 tomaten
50 g zeewier, gemengde
- 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.

Wel de zeewieren 20 min. in water.

Doe de helft van het zeewier met de azijn in een mengbeker van de keukenmachine.

Draai er een zachte puree van.

Voeg al draaiend langzaam de olie toe, zodat een gladde saus ontstaat.

Doe de dressing in een kom.

Snijd de rest van het zeewier in smalle reepjes en roer die door de dressing.

Breng de dressing op smaak met peper, zout en wat citroensap.

Pluk de gewassen sla in stukjes.

Maak ze licht aan met de dressing.

Pel de scampi's, verwijder het darmkanaal, leg ze enkele min. onder de hete grill en zout ze licht. Verdeel de sla over 4 borden.

Strooi er wat van de Zeeuwse garnaaltjes over.

Leg er per bord 2 scampi's bij.

Garneer de borden met partjes tomaat en komkommerballetjes.

Zeeuwse babbelaars.



Menugang: Snoep
Keuken: Nederlandse,
Zeeuwse
Stuks: 40
Sterren: ***
Bron: Zeeland.com

Ingrediënten:

15 ml azijn
15 g boter, room-
250 g suiker
5 ml 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.

Doe de ingrediënten in een steelpannetje en zet ze op een middelhoog vuur.

Roer, als de boter is gesmolten is, het geheel 1 keer goed door zodat het gemengd is (hierna niet meer roeren).

Laat het mengsel tot 150/160 °C komen (heb je geen thermometer, wacht dan tot het mengsel diep bruin gekleurd is, het een soort schuimlaagje heeft en iets is ingedikt).

Giet het mengsel op bakpapier en houd het in beweging.

Maak mooie lange dunne strengen, als het taai begint te worden

Snijd hier de gewenste maat snoepjes uit, en laat ze afkoelen (snijd als het mengsel nog een beetje zacht is, anders gaat het niet meer).

Tip:

Doe de babbelaars in een vochtvrij potje. Evt. met een schep suiker. Zo plakken ze niet aan elkaar. Zodra de babbelaars zijn afgekoeld, kan het deksel erop.

Zeeuwse oesters met champagnevinaigrette.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: Franse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

1 aardappel, zacht-
kokend, kleine
1 dl champagne
6 oesters, Zeeuwse
- olie, olijf-
- peper
- ui, jonge, beetje groen
van
- 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.

Kook de aardappel in de schil, pel de schil af en plet met een vork.

Breng de aardappel op smaak met olijfolie en zout.

Open de oesters en haal ze uit de schelp (vocht bewaren).

Was de oesterschelp.

Kook de champagne in een pannetje volledig in, tot er nog slechts enkele druppeltjes overblijven (opletten voor aanbranden!).

Voeg het oestervocht toe en laat nog even opkoken.

Voeg met een staafmixer 2 el olijfolie toe, tot er een homogeen mengsel ontstaat.

Warm de oesters even in de champagne-oestersaus op zonder te koken.

Verhit in een pannetje een klein beetje olijfolie verhitten en warm daarin gedurende 1min. het groen van de jonge ui op.

Schik de oesterschelpen op een beetje grof zeezout (of op geblancheerd zeewier).

Doe een klein schepje aardappel in de schelp, daarop wat jonge ui, vervolgens de oester, en schenk de champagne-oestervinaigrette erover.

Gebruikte afkortingen.



v2.4

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



v2.4

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
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)

