

5 INGREDIËNTEN FINGERFOOD VOOR HET voorjaar



met
rabarber



met
ABRIKOZEN

**MEER
INSPIRATIE
VIND JE OP
tantefanny.nl**

DE 5 ingrediënten keuken snel uitgelegd

Minder is soms meer! Omdat je vaak maar 5 ingrediënten nodig hebt om heerlijk fingerfood in een handomdraai te bereiden. We laten op de volgende pagina's zien hoe de keuken met 5 ingrediënten werkt en hoe je eenvoudige gerechtjes maakt waar je gegarandeerd niet lang voor in de keuken hoeft te staan.

1, 2, 3, 4, 5 – VEEL PLEZIER MET HET UITPROBEREN!



Wat ook meetelt: suiker, vanillesuiker, puddingpoeder, chocoladedruppels, etc.

Basisingrediënten worden niet meegerekend: zout & peper, olie, etc.



... Bereidingstijd



... Baktijd



... Boven- / onderwarmte



... Hetelucht

NIET ALLE 5 ingrediënten in huis?

VERVANG ZE DOOR EEN GELIJKWAARDIG INGREDIËNT

Veel ingrediënten uit dit receptenboekje kun je vervangen. Kijk wat er in jouw voorraadkast of koelkast ligt. Wij hebben wat ideeën voor jou verzameld:



roomkaas

- KWARK
- CRÈME FRAÎCHE
- HUMMUS



zure room

- MAGERE YOGHURT
- RICOTTA
- PLANTAARDIGE YOGHURT
- TOMATENSAUS



melk

- SLAGROOM MET WATER
- PLANTAARDIGE MELK



kwark

- GRIEKSE YOGHURT (UITGELEKT)
- MASCARPONE
- PLANTAARDIGE KWARK



TIP

In plaats van ei kun je ook melk, plantaardige melk of water voor een goudbruine kleur gebruiken.



rabarber

- APPELS
- BESSEN
- AARDBEIEN
- PEREN



perziken

- NECTARINES
- KERSEN
- ABRIKOZEN
- PRUIMEN



champignons

- PAPRIKA
- BROCCOLI
- ERWTEN



asperges

- WORTELS
- KOOLRAAP STENGELS
- GROENE BONEN
- STUKKEN KOOL



ham

- SPEK
- GEROOKTE TOFU
- CHAMPIGNONS



VEGAN-TIP

Eet je graag vegan? Wij hebben de vegan alternatieven in groen gedrukt.



TIP

Let goed op de structuur van het fruit als je fruitsoorten gaat vervangen.



TIP

Gebruik groenten van het seizoen. Deze zijn lekkerder, langer houdbaar en vaak goedkoper.



TIP

Restjes over van de barbecue? Deze kun je goed gebruiken voor een lekkere maaltijd.

TIP:
DE SPIESEN VOOR HET
BAKKEN BESTROOIE
MET WAT SESAM.

met knoflook



Pizza spiesen

MET ROOMKAAS EN KRUIDEN



Ingrediënten voor 8 stuks:

- 1 rol Tante Fanny Vers Pizzadeeg 400 g
- 100 g verse roomkaas
- 1 knoflookteentje, geperst
- 1 ei
- 5 el fijngesneden kruiden (bv: kervel, peterselie, bieslook, basilicum)
- Zout en peper, gemalen
- 8 houten prikkers
- Optioneel: paprikapoeder

1. Oven op 200° C boven-/onderwarmte voorverwarmen. Het deeg direct uit de koelkast gebruiken. Houten prikkers tot aan gebruik in een glas koud water zetten zodat ze niet kunnen verbranden in de oven.
2. Roomkaas, knoflook, eiwit en kruiden mengen. Met zout, peper en paprikapoeder op smaak brengen.
3. Deeg met het meegerolde bakpapier direct uitrollen. Het deeg halveren. Eén helft bestrijken met het mengsel en de tweede helft hier overheen slaan. Het deeg in de lengte in 8 gelijke stukken snijden.
4. Het deeg slangvormig op de prikker steken. De spiesen op een met bakpapier beklede bakplaat een beetje uit elkaar leggen. Bestrijk de spiesen met eiwit.
5. De spiesen in het midden van de oven in 15 - 20 min. goudbruin bakken.



ca. 15 min.



15 - 20 min.



200° C



180° C

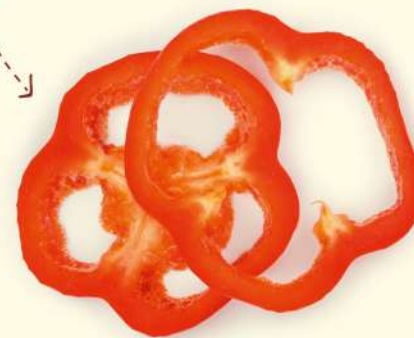


TIP:

HET SMAAKT HEEL LEKKER OM WAT VAN DE OLIE VAN DE GEGRILDE PAPRIKA'S NA HET BAKKEN OVER DE FLAMMKUCHEN TE DRUPPELEN.



met paprika



Flammkuchen

MET GEGRILDE PAPRIKA

Ingrediënten voor 1 flammkuchen:

- 1 rol Tante Fanny Vers Flammkuchendeeg 260 g
- 150 g crème fraîche
- 1 glazen pot gegrilde paprika (280 g.), uitgelekt, in reepjes gesneden
- 1 bosje gemengde kruiden, fijngesneden (bv. peterselie, basilicum)
- Peper, gemalen

1. Oven op 220 ° C boven/-onderwarmte voorverwarmen en het deeg volgens de instructie op de verpakking voorbereiden.
2. Deeg met het meegerolde bakpapier op de bakplaat uitrollen. Crème fraîche verdelen, zodat er 1 cm van de rand rondom vrijblijft.
3. Paprika over de flammkuchen verdelen en met peper kruiden.
4. De flammkuchen onderin de oven in 15 - 20 min. krokant afbakken. Na het bakken met kruiden bestrooien.



ca. 15 Min.



15 - 20 Min.



220° C



200° C

TIP:
OOK LEKKER MET
GROENE ASPERGES!



Bladerdeeghappjes MET ASPERGE

Ingrediënten voor 18 stuks:

- 1 rol Tante Fanny Vers Bladerdeeg 270 g
- 12 witte asperges, geschild
- 6 plakjes beenham
- 200 g basilicumpesto
- ei om te bestrijken

1. Oven op 200° C boven-/onderwarmte voorverwarmen. Het deeg 10 minuten voor gebruik uit de koelkast halen.
2. Het deeg met het meegerolde bakpapier uitrollen op de bakplaat en in de lengte in 6 gelijke deegstroken snijden.
3. Omwikkel 2 asperges met 1 plakje beenham. Deze omwikkelen met 1 deegstrook en bestrijken met ei.
4. De hapjes in het midden van de oven in ca. 15 min. goudbruin bakken.
5. Na het bakken de pakketjes in 3 stukken snijden en met wat pesto bestrijken.



ca. 15 Min.



ca. 15 Min.



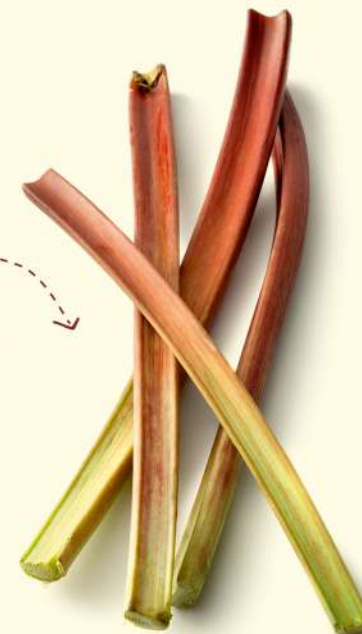
200° C



180° C



met rabarber



Zoete Muffins MET RABARBER

Ingrediënten voor 10 Muffins:

- 1 rol Tante Fanny Vers Bladerdeeg 270 g
- 250 g verse rabarber, geschild
- 125 g bruine suiker
- 1 tl kaneel en kardemon, gemalen
- 100 g poedersuiker

1. Verwarm de oven op 220° C boven-/en onderwarmte en haal het deeg 10 minuten voor gebruik uit de koelkast.
2. Rabarber in stukjes van 1 cm snijden en met de suiker en specerijen mengen.
3. Deeg met het meegerolde bakpapier uitrollen. Leg het deeg in de breedte neer. De rabarber over het deeg verdelen en aan de bovenkant ca. 4 cm tot aan de rand vrijhouden. Het deeg van onderaf strak oprollen en in 10 gelijke stukken snijden.
4. Ieder stuk deeg in een muffin vormpje leggen. De vormpjes op een bakplaat plaatsen en de muffins in het midden van de oven in ca. 20 minuten goudbruin bakken.
5. Na het bakken de muffins laten afkoelen. Poedersuiker met 2 el warm water glad roeren en met de punt van een lepel over de muffins decoreren.



15 Min.



ca. 20 Min.



220° C



200° C



met abrikozen →



Abrikozentaartjes



Ingrediënten voor 18 stuks:

- 1 rol Tante Fanny Vers Bladerdeeg 270 g
- 400 g magere kwark, goed uitgelekt
- 2 eieren
- 60 g vanillesuiker
- 1 blikje abrikozen, gehalveerd (240 g uitlekgewicht), uitgelekt
- optioneel: 100 g abrikozenjam

1. Verwarm de oven voor op 220° C boven-/onderwarmte en haal het deeg 10 minuten voor gebruik uit de koelkast.
2. De eieren splitsen in eiwit en eigeel. Kwark met het eigeel en vanillesuiker mengen.
3. Deeg met het meegerolde bakpapier direct op de bakplaat uitrollen en dun met eiwit bestrijken.
4. Het deeg met een pizzasnijder in 18 gelijke stukken snijden. (3 rijen in de lengte en 6 rijen in de breedte).
5. Met een ijsschep 18 bolletjes maken van het kwark mengsel en op ieder midden van een deegstuk 1 bolletje leggen. Over elk bolletje een gehalveerde abrikoos met de bolle zijde naar boven leggen.
6. Bak de abrikozengebakjes in het midden van de oven in 15 - 20 min. knapperig en goudbruin.
7. Optioneel: meng de abrikozenjam met 2 eetlepels water en strijk dit mengsel net na het bakken over de bolle kant van de abrikozen.



ca. 15 Min.



15 - 20 Min.



220° C



200° C

GEBRUIK **AL HET GOEDE**
UIT JE KOELKAST.



Er is weinig voor nodig om van echt iets goeds te genieten. Je neemt Tante Fanny vers pizzadeeg, rol af op de bakplaat en je bent maar enkele verse ingrediënten verwijderd van jouw puike pizza. 100% jouw smaak en 2% olijfolie extra vierge.

WWW.TANTEFANNY.NL

Fannytastisch simpel!



Compressed by

PDF24

<https://ruudskookboek.nl>