



Ruud 's Kookboek

Tagliatellerecepten / v1.7

Inhoudsopgave.

Auberginepasta met Italiaanse kalfsspiesen.	3
Citroen tagliatelle met zeekraal en zalm.....	4
Ovenschotel met tagliatelle en asperges.	5
Pasta carbonara met beenham en asperges.	6
Pasta met garnalen, chili en knoflook.....	7
Tagliatelle met boerenkool.	8
Tagliatelle met Boursin.....	9
Tagliatelle met garnalen.	10
Tagliatelle met kipgehakt en pesto-courgettesaus.	11
Tagliatelle met kreeft, spinazie en citroen.....	12
Tagliatelle met limoen-hamsaus.....	13
Tagliatelle met savooie spitskool, gepofte knoflook, paddenstoelen en citroen.....	14
Tagliatelle met spinazie en champignons.	15
Tagliatelle met waterkerssaus en gebakken padden-stoelen.....	16
Zalm met prei en pasta.	17
Zeevruchten met tagliatelle en koriander (skottelbraai).	18
Zwarte tagliatelle met mosselen en coppa di parma.	19
Gebruikte afkortingen.....	20

Auberginepasta met Italiaanse kalfsspiesen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: C1000

Ingrediënten

2 aubergines, in blokjes
2 el azijn, balsamico
8 kalfsspiesen, Italian
3 el olie, olijf-,
traditioneel
- peper
400 g tagliatelle
1 bl tomatenblokjes à
400 g
1 ui, gesnipperd
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2665
Energie kcal: 635
Eiwit: 49 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 83 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verhit 2½ el van de olie in een hapjespan.
Fruit de ui al omscheppend goudgeel en glazig.
Bak de aubergine 5 min. mee.
Voeg de tomatenblokjes en het vocht toe.
Roer de azijn door het mengsel.
Roer peper en zout naar smaak door het mengsel.
Stoof alles nog 7 min.
Kook de tagliatelle in water met zout beetgaar.
Bestrijk de spiesen met olie.
Rooster de spiesen in een grillpan of op het rooster van een gloeiende barbecue rondom bruin.
Serveer de spiesen met de pasta en de saus.

Tip:

Garneer met fijngesneden basilicum.

Wijntip:

Canaletto, rosado, rosé, Italië.

Citroen tagliatelle met zeekraal en zalm.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: MarionsRecepten.nl

Ingrediënten

2 citroenen
50 g kaas,
Parmezaanse, geraspte
1 tn knoflook
3 el olie, olijf-
- peper, zwarte,
versgemalen
250 g tagliatelle, vers
150 g zalm, gerookte
75 g zeekraal

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 tagliatelle volgens gebruiksaanwijzing beetgaar.
Boen de citroenen schoon, rasp 1 el van de schil en pers de citroenen uit.
Meng de geperste knoflook met de citroenrasp, het citroensap en de olijfolie.
Giet de pasta af, doe hem terug in de pan en schep het citroenmengsel erdoor.
Verdeel de pasta, de zalm en de zeekraal over 4 voorverwarmde borden.
Bestrooi alles met Parmezaanse kaas en versgemalen zwarte peper.
Serveer direct.

Ovenschotel met tagliatelle en asperges.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Gezondheidsnet.nl, Weight Watchers

Ingrediënten

500 g asperges, groene
½ bs bieslook
50 ml bouillon, groente-
100 g doperwten
2 eieren
100 g kaas, room-, light, verse
100 ml melk, magere
- nootmuskaat
1 kol olie, plantaardige
- peper, versgemalen
100 g tagliatelle,
groene, ongekookte
- zout

Bereiding.

Kook de tagliatelle gaar zoals aangegeven op de verpakking.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Was de asperges, schil ze en snijd ze in stukken.
Verhit olie in een pan en laat de asperges ca. 5 min. stoven.
Doe de erwten erbij en laat ze kort meestoven.
Was de bieslook, schud die droog en snijd hem in ringen.
Meng de melk met de bouillon, de verse roomkaas en de eieren.
Roer de bieslook erdoor en breng het op smaak met versgemalen peper, zout en nootmuskaat.
Giet de tagliatelle af.
Doe de groenten in een ovenschaal (ca. 15 x 20 cm) en schep de tagliatelle erop.
Schenk de saus erover en laat het gerecht in de oven in ca. 30 min. gaar worden.

Tip:

Je kunt de ovenschotel buiten het aspergeseizoen ook met 500 g broccoli- of Romanescoroosjes bereiden. Kook de roosjes dan ca. 5 min. voor.

Vorb. tijd: 10 min.
Bereidingstijd: 35 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

Pasta carbonara met beenham en asperges.



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

Ingrediënten

1 bs asperges, groene
500 g asperges, witte
250 g beenham, in reepjes
2 eieren
- peper, versgemalen
2 el peterselie, krul-, gehakte
250 g tagliatelle
1 dl slagroom, licht
- zout

Bereidingstijd: 40 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 448
Eiwit: 25 g
Koolhydraten: 52 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 16 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 7 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd van de asperges het onderste houtige deel af.
Schil de witte asperges met een dunschiller rondom (vanaf de kop).
Kook de witte asperges in 15 min. gaar in ruim water met 1 tl zout.
Kook de groene asperges gaar in 6-8 minuten.
Kook de tagliatelle gaar volgens de verpakking.
Roer de eieren los met de slagroom.
Breng het eimengsel op smaak met wat peper en zout.
Giet de tagliatelle af.
Roer het eimengsel met de reepjes ham door de pasta.
Schep de pasta op 4 (voorverwarmde) borden.
Verdeel de asperges over de pasta.
Garneer de borden met wat peterselie.

Pasta met garnalen, chili en knoflook.



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

Ingrediënten

1 citroen, sap van
300 g garnalen, wok-
(diepvries, rauw en
gepeld)
4 tn knoflook, verse
- olie, olijf-
1 peper, chili-, rode
1 hv peterselie, platte,
verse, fijngesneden
500 g tagliatelle, verse

Bereidingstijd: 25 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.

Zet een flinke pan met water op het vuur om de pasta in te koken.

Maak ondertussen de knoflookteentjes schoon en snijd ze in dunne plakjes (heb je knoflook met een milde smaak, voeg dan gerust wat extra toe, het gerecht mag echt uitgesproken van smaak zijn).

Maak ook de rode peper schoon, snijd die in de lengte doormidden en verwijder de zaadjes en zaadlijsten.

Snijd het vruchtvlees in dunne halve maantjes. Voeg de pasta toe aan de pan wanneer het water flink kookt.

De pasta moet 3-4 min. koken; bereid in de tussentijd vlot de rest.

Zet een flinke koekenpan op een hoog vuur en verwarm een scheut olie.

Bak de knoflook en de fijngesneden peper op een hoog vuur aan.

Voeg de rauwe garnalen toe en bak deze al omscheppend gaar.

Giet, als de pasta beetgaar is, deze dan af.

Leg de pasta op een grote (voorverwarmde) serveerschaal.

Verdeel er het knoflook-peper-garnalenmengsel over, samen met de olie uit de pan.

Knijp er het citroensap over en maak het af met een goede hoeveelheid fijngesneden verse platte peterselie.

Serveer het gerecht direct.

Tagliatelle met boerenkool.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Sonja Bakker

Ingrediënten

1 el azijn
500 g boerenkool, gesneden
1 bouillontablet, kruiden-
- kaas, Parmezaanse
1 tn knoflook
3 el olie, olijf-
1 paprika, gele of rode
- peper, versgemalen
300 g tagliatelle
1 blk tomaten, gepeld, in blokjes (ca. 400 g)
1 ui

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.

Was de limoenen.
Schil de limoenen heel dun.
Snijd de schil in dunne reepjes.
Pers 1 limoen uit.
Kook de tagliatelle volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar.
Bak intussen de ui ± 3 min. zachtjes in de boter.
Voeg de champignons toe aan de ui.
Voeg de ham toe aan de ui.
Bak de champignons en ham ± 5 min. mee.
Voeg de bouillon toe aan de champignons.
Voeg de slagroom toe aan de champignons.
Voeg de limoenreepjes toe aan de champignons.
Voeg zout en peper toe aan de champignons.
Laat alles nog ± 2 min. zachtjes koken.
Bind de saus met allesbinder.
Breng de saus op smaak met 2-3 eetlepels limoensap.
Meng de tagliatelle door de saus.
Verdeel de pasta over de borden.
Bestrooi de pasta met de citroenmelisse.

Tagliatelle met Boursin.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Ruud 's kookboek

Ingrediënten

1 pk Boursin
250 g champignons
- kaas, geraspte
- olie
1 el peterselie, gehakte
100 g spek, ontbijt-
500 g tagliatelle
1 el 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 tagliatelle in ruim kokend water met het zout.

Maak intussen de saus;

- snijd de ontbijtspek in reepjes.
- bak de ontbijtspek op een niet te hoog vuur in wat olie of boter bruin.
- was de champignons.
- droog de champignons
- snijd de champignons in plakjes.
- voeg ze bij het ontbijtspek
- bak de champignons 3 min. mee.
- neem de pan van het vuur.
- voeg de Boursin en de peterselie toe aan de champignons.
- roer dit alles tot een saus.

Meng de saus onmiddellijk door de gare tagliatelle.

Serveer de pasta met de geraspte kaas.

Tagliatelle met garnalen.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Silphya.nl - Roy

Ingrediënten

30 g basilicum
600 g garnalen
4 tn knoflook
2 tl kruiden, Italiaanse
- olie, olijf-
- peper
300 g tagliatelle
- tomaatjes, Roma
2 gls wijn, witte
- zout

Bereiding.

Kook de tagliatelle volgens de
gebruiksaanwijzing.
Halveer de Roma tomaatjes en meng ze met
een beetje olijfolie en de Italiaanse kruiden.
Bak ondertussen in een koekenpan de garnalen
en de knoflook in wat olijfolie.
Voeg hier de tomaatjes aan toe.
Giet de wijn erbij.
Breng op smaak met peper en zout.
Scheep alles door de tagliatelle en verdeel hier
de verse basilicum over.

Tips:

Serveer met een goed glas wijn en bruschetta.
Eventueel kun je room toevoegen, maar voor
een lichtere maaltijd is dit zeker niet nodig..

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

Tagliatelle met kipgehakt en pesto-courgettesaus.



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

Ingrediënten

2 courgettes
100 g crème fraîche
300 g kipgehakt
1 el olie, olijf-, milde
40 g Parmigiano
Reggiano
- peper
90 g pesto, groene,
verse
300 g tagliatelle
1 ui, middelgrote

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 730
Eiwit: 31 g
Koolhydraten: 64 g
w/v suikers: 14 g
Natrium: 440 mg
Vet: 38 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 13 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Snipper de ui.
Verhit de olie in een hapjespan en bak de ui en het kipgehakt 5 min. op een middelhoog vuur.
Rasp ondertussen de courgettes grof, doe ze in een vergiet en schenk er kokend water over.
Laat het goed uitlekken en druk er met de bolle kant van een lepel zoveel mogelijk vocht uit.
Doe de helft van de courgette samen met de pesto en crème fraîche in de hoge beker en pureer het met een staafmixer tot een gladde saus. Breng de saus op smaak met peper.
Giet de pasta af en doe die terug in de pan.
Voeg de courgette-pestosaus toe en verwarm het nog 1 min.
Meng het met het gehakt, de rest van de courgette en de helft van de kaas en breng het op smaak met peper.
Verdeel de pasta over diepe borden en bestrooi het met de rest van de kaas.

Tagliatelle met kreeft, spinazie en citroen.



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

Ingrediënten

40 g boter, zoute
2 blk bouillon, groente-
1 citroen, geraspt en
uitgeperst
1 tn knoflook, fijn-
gesneden
2 kreeften
- olie, olijf-
- peper
40 g peterselie, grof-
gesneden
1 sjalot, gesnipperd
450 g soep, kreeften
100 g spinazie, baby-
400 g tagliatelle

Bereiding.

Laat de kreeften ontdooien in de koelkast.
Fruit de knoflook en sjalot aan in een scheutje
olijfolie en blus met de kreeftensoep.
Laat de soep 20 min. op laag vuur inkoken en
voeg de babyspinazie toe.
Breng een grote pan met 3 l water aan de kook.
Voeg hier de bouillonblokjes aan toe.
Kook vervolgens de tagliatelle in een pan
volgens de aanwijzingen op de verpakking 'al
dente'.
Giet af en meng de helft van de zoute boter
door de pasta.
Zet de tagliatelle apart met een deksel op de
pan.
Leg de hele kreeften in de pan met bouillon en
warm ze ca. 2 min. op.
Neem de kreeften met een schuimspaan uit de
pan en leg ze op een plank.
Zet de punt van een groot scherp mes precies in
het gleufje tussen de ogen van de kreeft.
Snijd de kreeften in de lengte doormidden.
Haal wat er in het hoofd en lijf zit eruit.
Verdeel de rest van de boter in kleine vlokjes
over het kreeftvlees.
Meng de kreeftsaus door de tagliatelle en
verdeel die over 4 diepe borden.
Leg een halve kreeft op ieder bord en garneer
met peterselie, verse peper en citroenrasp en -
sap.

Bereidingstijd: 25 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

Tagliatelle met limoen-hamsaus.



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

Ingrediënten

1-2 el allesbinder
1 el boter
1 dl bouillon, kippen-
150 g champignons, in plakjes
2 el citroenmelisse, fijngesneden
200 g ham, achter-, in reepjes
2 limoenen
- peper
1¼ dl room, slag-
350 g tagliatelle
1 ui, fijngesneden
- zout

Bereiding.

Was de limoenen.
Schil de limoenen heel dun.
Snijd de schil in dunne reepjes.
Pers 1 limoen uit.
Kook de tagliatelle volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar.
Bak intussen de ui ± 3 min. zachtjes in de boter.
Voeg de champignons toe aan de ui.
Voeg de ham toe aan de ui.
Bak de champignons en ham ± 5 min. mee.
Voeg de bouillon toe aan de champignons.
Voeg de slagroom toe aan de champignons.
Voeg de limoenreepjes toe aan de champignons.
Voeg zout en peper toe aan de champignons.
Laat alles nog ± 2 min. zachtjes koken.
Bind de saus met allesbinder.
Breng de saus op smaak met 2-3 eetlepels limoensap.
Meng de tagliatelle door de saus.
Verdeel de pasta over de borden.
Bestrooi de pasta met de citroenmelisse.

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

Tagliatelle met savooie spitskool, gepofte knoflook, paddenstoelen en citroen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Verse oogst

Ingrediënten

- citroenrasp
1 kool, spits-, Savooie, in stukken gesneden
1 bl knoflook
2 el olie, olijf-
200 g paddenstoelenmelange, gesneden
- peper, versgemalen
1 hv peterselie, verse, fijngehakt
100 ml room, kook-
300 g tagliatelle
- zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Pof de bol knoflook door hem in aluminiumfolie te wikkelen en ca. 30 min. te roosteren tot de teentjes zacht zijn.
Verhit 1 el olijfolie in een grote koekenpan en bak de gesneden savooie spitskool tot ze licht gekleurd en zacht is (5-7 min.).
Haal de kool uit de pan en zet die opzij.
Voeg de paddenstoelen toe aan dezelfde pan, bak ze tot ze goudbruin zijn en zet opzij.
Kook de tagliatelle volgens de instructies op de verpakking.
Meng in een kom de kookroom met de gepofte knoflook (druk de zachte knoflook uit de velletjes), citroenrasp, zout en versgemalen peper.
Voeg de gekookte tagliatelle toe aan de saus, samen met de savooie spitskool en de paddenstoelen.
Meng het goed door elkaar.
Serveer de tagliatelle met extra citroenrasp en fijngehakte peterselie.

Bereidingstijd: 30-40 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

Tagliatelle met spinazie en champignons.



**Menugang: Hoofd-
gerecht**
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Nierstichting

Ingrediënten

400 g champignons
4 el Hüttenkäse
300 g kipfilet
1 tn knoflook
- kruidenmix, Italiaanse
2 el olie
- peper, versgemalen
1 prei
500 g spinazie,
gewassen
400 g tagliatelle,
volkoren

Bereiding.

Kook de tagliatelle in ruim water volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Maak de prei schoon en snijd die in smalle ringen.

Borstel de champignons schoon, alveer de kleine en snijd grote exemplaren in schijfjes. Snijd de kipfilet en de knoflook fijn.

Verhit de olie in de koekenpan en bak de kipfilet.

Voeg de gesneden prei, champignons en knoflook toe.

Voeg beetje bij beetje de spinazie toe tot alles is geslonken.

Breng het gerecht op smaak met versgemalen peper en de Italiaanse kruidenmix.

Meng de Hüttenkäse door de roerbakgroenten. Voeg de uitgelekte tagliatelle toe en meng het geheel goed door elkaar.

Tip:

Voor de vega variant: vervang de kip door tempé.



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

Tagliatelle met waterkerssaus en gebakken paddenstoelen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Kanker-Aktueel.nl

Ingrediënten

1 bkg champignons
150 g kaas, jonge, geraspte
1 bkg oesterzwammen
- olie, olijf-
- peper, versgemalen
200 ml room, zure
- saus, soja- (tamari of shoyu)
1 bkg shii-take
400 g tagliatelle, groene
2 uien
2 zk waterkers
- staafmixer

Bereiding.

Spoel de paddenstoelen af en snijd ze klein.
Maak de uien schoon en snipper ze.
Fruit de gesnipperde uien 2 min. op een laag vuur.
Houd 2 toefjes van de waterkers achter
Voeg de rest van de waterkers toe aan de uien en laat het al omscheppend slinken.
Voeg de zure room toe.
Pureer het geheel met de staafmixer tot een gladde saus.
Voeg de geraspte kaas toe en laat die al roerend op een laag vuur smelten.
Breng de saus op smaak met de sojasaus (tamari of shoyu) en een beetje versgemalen peper.
Kook ondertussen de tagliatelle in ruim water gaar.
Verhit een scheut olijfolie in een koekenpan en bak hierin de klein gesneden paddenstoelen in ca. 3 min. bruin en laat het vocht verdampen.
Breng ook de paddenstoelen op smaak met de sojasaus en wat versgemalen peper.
Giet de pasta af en verdeel die over 4 borden.
Verdeel hier de waterkerssaus over.
Scheep hier de paddenstoelen over.
Garneer de borden met toefjes waterkers.

Tip:

Serveer de gerechten met een fruitsalade naar eigen 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

Zalm met prei en pasta.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: **

Bron: Colruyt.be

Ingrediënten

- bessen, roze
1 el boter
1 citroen
1 el olie, olijf-
- peper, zwarte
3 preien
2 dl room, lichte
2 tl suiker
300 g tagliatelle, verdi
1 gls wijn, witte, droge
3 zalmsteaks (diepvries)

Bereiding.

Laat de zalmsteaks oppervlakkig ontdooien en snijd ze in de lengte in repen van 2 à 3 cm. Besprenkel ze met het sap van een halve citroen.

Snijd de prei in reepjes van ± 5 cm lang en 1 cm breed (er mag beslist wat groen bij).

Smelt 1 el boter in een braadpan (niet laten kleuren).

Stoof er 3 min. al roerend de preireepjes in.

Voeg de witte wijn, 2 tl. citroensap, 2 tl. suiker en peper en zout (naar smaak) toe.

Breng het weer aan de kook en leg er de zalmreepjes op, zoveel mogelijk naast elkaar. Dek het af en laat het in 5 min. gaar worden op een zacht vuurtje.

Breng intussen in een ruime pan lichtgezouten water met 1 el olijfolie aan de kook.

Laat de tagliatelle koken (kooktijd: zie verpakking).

Giet de pasta af en laat die uitlekken.

Schep de zalmrepen voorzichtig uit de pan.

Meng de tagliatelle met de prei en de room.

Schik op elk bord wat van de tagliatelle en de prei en leg er de zalmrepen bovenop.

Versier het met wat roze bessen en dien het onmiddellijk op.

Bereidingstijd: 20 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 748

Eiwit: 34,1 g

Koolhydraten: 70 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 34,6 g

w/v verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Zeevruchten met tagliatelle en koriander (skottelbraai).



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Skottelbraai-recepten

Ingrediënten

- Boursin
- 1 tn knoflook
- 1 bs koriander, verse
- olie, olijf-
- peper
- 1 fls room, kook- (Blue Band)
- tagliatelle
- 2 uien
- 1 zk zeevruchten (diepvries)
- zout

Voorbereiding.

Snipper de uien.
Knip de koriander.

Bereiding:

Bak de zeevruchten in wat olie.
Voeg, als het vocht verdampt is, de uien en knoflook toe en bak even mee.
Voeg de room en eventueel Boursin toe en laat het inkoken tot een sausje.
Voeg net voor het serveren de koriander toe.

18

Vorb.tijd: 15 min.
Bereidingstijd: 15 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

Zwarte tagliatelle met mosselen en coppa di parma.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande, Carta-Johan

Ingrediënten

75 g coppa di Parma
15 g dille, verse
2 tn knoflook
1 kg mosselen, verse, panklare
1 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
150 g prei
200 ml room, geslagen
300 g tagliatelle, zwarte
100 ml Vermouth, witte
- zout, (zee-)

Bereiding:

Verhit de olie in een mosselpan en bak de coppa di Parma zachtjes uit.
Bak de knoflook en de prei 1 min. mee.
Voeg de mosselen en Vermouth toe.
Leg de deksel op de pan en kook de mosselen in ca. 10 min. gaar.
Giet de mosselen boven een hapjespan af.
Schenk de room bij het mosselvocht en kook dit op middelhoog vuur in tot er nog ca. 200 ml vocht over is.
Proef de saus en breng hem op smaak met zout en versgemalen peper.
Haal intussen $\frac{3}{4}$ deel van de mosselen uit de schelp.
Leg de gepelde en ongepelde mosselen en de stukjes coppa die in het vergiet zijn achtergebleven, in de saus en bewaar de saus evt. tot gebruik in de koelkast.
Kook de tagliatelle volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Verwarm de saus met de mosselen.
Scheep enkele eetlepels van het kookvocht van de pasta bij de mosselen.
Giet de pasta af en doe de pasta terug in de pan.
Scheep de mosselen met saus door de pasta.
Verdeel de pasta over 4 warme diepe borden en strooi de toefjes kruiden erop.



Coppa di Parma

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

Gebruikte afkortingen.



v2.5

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

20



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
trsje	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

