



Ruud 's Kookboek

Rabarberrecepten / v0.6

Inhoudsopgave.

Aardbei rabarber crumble.....	3
Basisrecept - rabarbercompote.....	4
Limonadesiroop van rabarber, limoen en citroengras.....	5
Rabarberchutney I.....	6
Rabarberchutney II.....	7
Rabarbersoep.....	8
Gebruikte afkortingen.....	9

Aardbei rabarber crumble.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Hussemusse.nl

Ingrediënten

200 g aardbeien
500 g bloem
45 g boter, room-
1 el honing
60 g muesli met noten
200 g rabarber
40 g suiker, basterd-,
witte
4 el yoghurt, Griekse

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 175°C.
Was de rabarber en snijd de stelen in stukjes van ca. 1 cm.
Maak de aardbeien schoon en snijd ze in stukjes (de kleine mogen doormidden en de grotere in 4en).
Doe rabarber en aardbei in de ovenschaal, schenk de honing erover en schep het goed om.
Doe de bloem met de suiker in een mengkom.
Snijd de koude boter in kleine blokjes en doe ze in een kom bij de bloem.
Maak met je vingers kruimels van het geheel.
Schep dan de krokante muesli door de kruimels en verdeel het crumble deeg over het fruit.
Bak de aardbei/rabarber crumble ca. 18 min. in het midden van de oven gaar.
Zet de oven uit, de ovendeur open maar laat de crumble nog 1-2 min. in de oven staan.
Haal de ovenschaal uit de oven en laat de crumble nog 'n ½ uurtje afkoelen.
Serveer de crumble lauwwarm (tot koud) met 1 el Griekse yoghurt.

3

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

Basisrecept - rabarbercompote.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Hoeveelheid: 1 pot
Sterren: ***
Bron: MadeByEllen.com

Ingrediënten

ca. 9 rabarberstengels
1 sinaasappel, sap van
50 g suiker, (riet-)
1 tl vanille extract

Vorbereidingstijd: 10 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

Bereiding.

Snijd eventueel de bladeren en anders een klein stukje van de boven en onderkant af (het slechte stukje).

Spoel de stengels schoon.

Snijd de rabarber in stukken van ongeveer 1,5 cm en doe in een grote pan.

Voeg het sinaasappelsap, de vanille extract en de suiker toe.

Zet de pan op het vuur en breng aan de kook. Laat daarna met de deksel half open op de pan voor ongeveer 12-15 min. zachtjes pruttelen (of totdat de compote klaar is).

Roer tussentijds 1-2 keer even om.

Wanneer je vlak voor het einde de compote nog iets te dun vind, haal je de deksel van de pan.

Laat de rabarber compote afkoelen.

Wanneer deze helemaal is afgekoeld, kun je de compote in een glazen pot of goed afsluitbare bak bewaren.

Enjoy!.

Tips:

Wanneer je compote niet zo roze uitvalt kun je daar zelf helaas weinig aan doen. De ene rabarberstengel geeft meer roze af dan de ander. Wel kun je bij het kopen van de rabarber goed opletten dat je een beetje de roze stengels eruit haalt.

Bij het snijden komt er wel eens een sliertje van de schil los te zitten. Snijd deze weg maar probeer de overige schil gewoon te laten zitten. Op deze manier behoud je zoveel mogelijk kleur in je compote.

Limonadesiroop van rabarber, limoen en citroengras.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Laura Lemmers

Ingrediënten

1 stgl citroengras
200 ml limoensap, vers-
geperste (6 limoenen)
500 g rabarber
325 g suiker, kristal-
400 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.

Kneus de stengel citroengras met de achterkant van een mes.

Snijd hem in reepjes (als je de rabarber eerst schilt en in grote stukken snijdt, kun je de restjes straks gebruiken als toetje; wat yoghurt en honing toevoegen en smullen maar).

Voeg de rabarber mét schillen, citroengras, suiker en water in een pan en breng het aan de kook.

Laat het doorkoken tot de rabarber gaar is. Laat alles afkoelen onder een schone theedoek.

Roer het limoensap erdoor.

Zeef alles eerst door een fijne zeef en daarna door een doek (vis de grote stukken rabarber uit de resten en bewaar deze voor een toetje of ontbijt).

Giet de siroop in schone glazen flessen en bewaar ze in de koelkast.

Tip:

Gebruik bij voorkeur rode rabarber, dan wordt je drankje mooi roze. Maar met groene rabarber smaakt het ook heerlijk fris, alleen de kleur is wat saaier.

Rabarberchutney I.



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

Ingrediënten

8 dl azijn
1 tl gemberpoeder
2 tl kerriepoeder
100 g pruimen,
gedroogde
2 kg rabarber
850 g suiker, basterd-
500 g uien
1 tl zout

Bereiding.

Maak de uien schoon en snijd ze niet te fijn.
Was de rabarber en snijd deze in stukjes.
Laat de pruimen een nacht in koude thee weken, ontpit ze en snijd ze in stukjes.
Breng alle ingrediënten en de helft van de azijn aan de kook en roer tot alles zacht is.
Giet daarna de rest van de azijn erbij, breng het opnieuw aan de kook en laat het pruttelen tot de chutney goed dik is.
Giet de chutney in goed schoongemaakte en met heet water omgespoelde glazen potten en sluit die direct af.

6

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

Rabarberchutney II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta, Tallsay.com

Ingrediënten

1 cm gember, fijn-
gesneden
2 tn knoflook, fijn-
gesneden
1 el olie, olijf-
3 rabarberstelen,
gewassen en fijn-
gesneden
1 hv rozijnen, fijn-
gesneden
1 sjalot, fijngesneden
50 g suiker, basterd-
25 ml wijn, witte, droge
1 tl zout, zee-, fijn

Bereiding.

Fruit de knoflook, de ui en de gember in de olijfolie, totdat ze lekker doorzichtig worden. Voeg nu de rabarber, de rozijnen en de wijn toe en laat het geheel 10 min. koken. Voeg de basterdsuiker toe en het zeezout toe. Kook het nog 10 min. verder op een heel laag vuur, totdat de rabarber zacht en de chutney lekker dik wordt.

Tips:

- Bewaar en serveer de chutney koud.
- Eet deze rabarber chutney bij een Indiase gerechten of gewoon als spread op brood of toast.
- Ook smaakt deze chutney goed bij vleesgerechten, vooral bij wit vlees zoals kip of kalkoen.
- De smaak komt ook goed tot recht bij schimmelkazen en oude kaas.

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

Rabarbersoep.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 6-8
Sterren: ***
Bron: DeliciousMagazine.nl

Ingrediënten

1 l bouillon, groente-
4 tk dragon, blaadjes
afgehaald, fijngesneden
25 g gemberwortel,
verse
2 tn knoflook,
fijngesneden
40 g noten, hazel-
3 el olie, olijf-, milde
1 paprika, rode,
zaadlijsten verwijderd,
in stukjes
1 pepertje, rood,
zaadlijsten verwijderd,
fijngesneden
1 kg rabarber
50 g suiker
5 tomaten, rijpe
1 ui, fijngesneden
- zout

Bereiding.

Breng ruim water met zout aan de kook.
Zet een kruisje in de onderkanten van de
tomaten, dompel ze 10 tellen onder in het
kokende water, ontvel ze en snijd ze in stukjes.
Verwarm de olie in een soeppan.
Bak hierin de ui, het pepertje, de knoflook,
paprika en gember zachtjes in 5-8 min. glazig.
Voeg de rabarber toe en laat 5 min. onder af en
toe omscheppen zachtjes bakken.
Voeg de bouillon en tomatenstukjes toe en
breng aan de kook en laat nog een paar min.
zachtjes koken.
Rooster ondertussen in een droog verhitte
koekenpan de hazelnoten, af en toe
omschuddend geurig.
Hak ze grof.
Pureer of blender de soep en breng op smaak
met de suiker, peper en zout.
Scheep de soep in diepe borden of kommen en
garneer met de dragon, hazelnoten en een
scheutje olijfolie.

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

Gebruikte afkortingen.



v2.4

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 (= ½ 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



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	Voorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..  *..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756