

Recepten

Carta

***Scampirecepten
(Carta2006-André)***

Ruud 's Kookboek

Inhoudsopgave.

- 1. Geflambeerde scampi's met pikante roomsaus**
- 2. Geflambeerde scampi's met saffraanroom**
- 3. Scampi's's in room met cognac**
- 4. Scampi's met asperges**
- 5. Scampi's met broccoli en farfalle**
- 6. Scampi's met chorizo**
- 7. Scampi's met curry**
- 8. Scampi's met een pittige saus**
- 9. Scampi's met fijne groenten**
- 10. Scampi's met Ganda ham**
- 11. Scampi's met kerrie**
- 12. Scampi's met limoen en geplette aardappel met koriander**
- 13. Scampi's met pastis**
- 14. Scampi's met pittige saus en eiernoedels**
- 15. Scampi's met roergebakken groenten**
- 16. Scampi's op zijn Frans**
- 17. Scampi spiesjes met paprika**

Geflambeerde scampi's met pikante roomsaus

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

4 eetlepels tomatenketchup

1 eetlepel kerriepoeder

1/4 liter room

cognac

peterselie

peper, zout

boter

Bereiding

Pel de scampi's

Bak de scampi's in boter en flambeer ze met cognac

Neem ze uit de pan en houd ze warm

Breng ondertussen onder voortdurend roeren de tomatenketchup in de braadpan, alsook de kerriepoeder, peper en zout

Voeg daarna de room toe

Laat inkoken tot gewenste dikte

Garniering:

Schik de scampi's op een bord

Overgiet met de saus

Strooi er gehakte peterselie op.

Dien op met stokbrood of met wilde rijst.

Geflambeerde scampi's met saffraanroom

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen.

20 middelgrote scampi's

2 kipfilets

1 tomaat

1 sjalot

1 borrelglas pastis

1,5 dl. room

2 eetlepels fijngesneden bieslook

1 teentje look

1 capsule saffraan

een nootje boter

peper en zout

Bereiding

Snij de kipfilets in blokjes

Haal de tomaat uit en snij het vruchtvlees in kleine stukjes

Pel de scampi's

Laat het nootje boter goed heet worden in de braadpan

Bak er de blokjes kipfilet mooi bruin in en snipper er de sjalot over

Laat op een zacht vuur gaar worden

Haal de kipblokjes uit de pan bak er de gepelde scampi's in, aan beide zijden tot ze mooi roze zijn.

Strooi er het fijngesneden teentje knoflook over en kruid met peper en zout

Neem de pan van het vuur giet er de pastis over en flambeer

Haal de scampi's uit de pan en giet er de room in en laat inkoken

Voeg vervolgens de capsule saffraan toe en meng goed dooreen

Verwarm het vlees en de scampi's in de saus en werk af met de stukjes tomaat en bieslook

Seveer met een kleine hoeveelheid tangliatelle en versier met een takje dille.

Scampi's's in room met Cognac

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Ja
Keuken	Frans	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	5

Ingrediënten

Bereiding

Scampi's met asperges

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

12 witte asperges

12 groene asperges

2 eetlepels bloem

2 eetlepels olijfolie

1 tomaat (gepeld, ontpit en in stukjes gesneden)

2 eetlepels broodkorstjes

1 eetlepel geroosterde pijnboompitten

enkele druppels citroensap

enkele takjes kervel

peper, zout

Bereiding

Snijd de rauwe gepelde scampi's in tweeën

Schil de witte asperges en kook ze niet te gaar

Kook de groene asperges

Laat de asperges uitlekken

Snijd ze in mooie gelijke stukken (ter grootte van een scampi)

Wentel de scampi's in de bloem.

Klop de bloem er zoveel mogelijk af en kruid met peper en zout

Verhit de olijfolie in de pan en bak de scampi's kort aan (30 seconden)

Gooi er de groene en de witte asperges bij en laat alles samen nog eens 30 seconden lichtjes bakken

Leg de scampi's met de witte en groene asperges in diepe borden

Verdeel de er de stukjes tomaat over en zet de borden eventjes in een warme oven

Haal de borden uit de oven, strooi er de korstjes en de pitten over en werk af met takjes kervel

Scampi's met broccoli en farfalle

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

150 gr. farfalle (deegwaren in de vorm van strikjes)

enkele broccolirosjes met steeltjes

2 tomaten

75 gr. gemalen parmezaan

1,5 dl. room

2 eetlepels olijfolie

peper, zout

Bereiding

Pel de scampi's

Pel de tomaten verwijder de pitjes en snij het vruchtvlees in blokjes

Kook de broccoli in gezouten water zonder deksel. (zo blijft de broccoli mooi groen van kleur)

Laat de broccoli uitlekken en snij in kleine roosjes

Kook de deegwaren zoals aangegeven op de verpakking

Verwarm 2 eetlepels olijfolie in een ruime pan en laat de scampi's aan beide zijden gaar worden.

Doe de uitgelekte farfalle en de broccolirosjes erbij.

Voeg de room en de stukjes tomaat toe.

Meng voorzichtig en kruid met peper en zout

Afwerking:

Schep de bereiding in vuurvaste schoteltjes en bestrooi met Parmezaanse kaas.

Schuif de schoteltjes onder de grill tot zich een mooi goudbruin korstje vormt

Dien onmiddellijk op.

Scampi's met Chorizo

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Spaans	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

20 scampi's

120 gr. Chorizo in 1 cm dikke staafjes gesneden

1 gele paprika

3 teentjes look in dunne plakjes

3 eetlepels droge sherry

1 tomaat gepeld ontpit en in blokjes gesneden

3 pijpajuintjes in stukken van 2,5 cm.

2 eetlepels olijfolie

2 eetlepels fijngehakte kruiden (bieslook, peterselie en koriander)

1 eetlepel boter

Bereiding

Snij de paprika doormidden

Verwijder de zaadlijsten en zaadjes en snij het vruchtvlees in dunne reepjes

Verhit de olie in de pan

Bak hierin de knoflook tot hij begint te sissen

Doe de Chorizo erbij en roer +/- 3 min. tot de worst van kleur verandert en de olie die kleur aanneemt.

Zet het vuur hoger, voeg de gepelde scampi's en de paprika toe en roerbak +/- 3 min. tot de scampi's bijna gaar zijn

Vieg de sherry toe en zet het vuur lager

Kook +/- 2 min. tot de sherry bijna verdampt is en de scampi's gaar zijn

Roer er de tomatenblokjes, pijpajuintjes en de kruiden door

Haal het pan van het vuur en roer er een klontje boter door

Serveer met stokbrood

Scampi's met curry

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

1 jonagoldappel

1/4 knolselder

1 stengel groene selder

1 koffielepel curry

1 dl. witte wijn

1 eetlepel vermout

1 dl room

2 eetlepels gehakte dragon

boter

peper, zout

Bereiding

Snijd de appel, selder en het stukje knolselder in fijne brunoise

Pel de scampi's kruid met peper en zout en bak ze in de boter

Stoof de groentjes mee in de pan en bestrooi het geheel na ongeveer 8 min. met de curry

Blus het geheel met de witte wijn en de vermout

Voeg de room toe

Laat inkoken tot er een lichte binding ontstaat en serveer in een diep bord

Overstrooi met gehakte dragon

Geef er stokbrood bij

Scampi's met een pittige saus

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

2 sjalotten (fijngesnipperd)

2 teentjes look (fijngesnipperd)

1 laurierblad

1 takje tijm

1 takje rozemarijn

1 glas witte wijn

3 dl visfumet (van een blokje)

1 dl room

1 eetlepel bloem

1 eetlepel tomatenpuree

1 eetlepel peterselie (fijngesnipperd)

Cayennepeper

peper en zout

Bereiding

Enkele uren op voorhand:

Pel de scampi's

Smelt een klontje boter en fruit hierin de sjalotten en de look

Voeg de schalen van de scampi's, laurierblad, tijm en rozemarijn toe en roer goed om.

Blus met de witte wijn en laat even inkoken

Voeg de visfumet toe en laat een 20 tal minuten sudderen

Giet door een zeef en hoe deze bouillon apart.

Maak een roux met de boter, bloem en de bouillon en laat deze voor een deel inkoken

Voeg de room, tomatenpuree toe en laat de saus mooi binden

Kruid met peper, zout en cayennepeper naar smaak

Bak de scampi's al roerend in hete boter

Kruid met peper en zout

Verdeel de scampi's over de borden

Overgiet met de hete saus en strooi er de gehakte peterselie over

Serveer met stokbrood

Scampi's met fijne groenten

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

het wit van 3 preien

1 tomaat

1 teentje look

1 eetlepel droge witte wijn

3 eetlepels room

1 eetlepel boter

1/2 koffielepel tijm

peper, zout

Bereiding

Snij de preien in dunne ringen

Pel en ontpit de tomaat en snij het vruchtvlees in kleine blokjes

Pel de scampi's

Laat de boter smelten in een braadpan en stoof de preiringen

Leg er de scampi's boven op en kruid met de tijm, peper en zout

Snipper er de knoflook over en besprenkel met de witte wijn

Zet het deksel schuin op de pan (zodat er wat damp kan ontsnappen)

Roer na 5 min. alles om en voeg er de room aan toe

Werk af met de tomatenblokjes en laat nog even doorwarmen

Warme fleurons (halve maantjes in bladerdeeg) en gekookte rijst maken dit gerecht af.

Scampi's met Ganda ham

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

6 flinterdunne sneetjes Ganda ham

2 dl. room

2 eetlepels tomatenpuree

3 eetlepels boter

1 teentje knoflook

2 eetlepels fijngesnipperde peterselie
peper

Bereiding

Pel de scampi's

Snij de ham in fijne reepjes en wikkel elke scampi in een reepje

Laat de boter kleuren in een braadpan.

Leg er de scampirolletjes in en draai ze na 1 min. om

Doe er het geplette teentje knoflook bij en kruid met peper (geen zout, de ham is al voldoende gezouten)

Laat 2 min. bakken

Haal de scampirolletjes uit de pan en hou ze warm

Doe 1 eetlepel water in de pan en schraap het braadvocht goed los

Voeg de room toe en 2 eetlepels tomatenpuree

Meng goed dooreen en laat inkoken tot een licht gebonden saus

Doe de scampi's weer in de pan strooi er de fijngesneden peterselie over en laat doorwarmen

Roer alles nog even om

Dien op met stokbrood of een weinig tangliatelle

Scampi's met kerrie

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Chinees	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

8 champignons

1/2 kleine rode en 1/2 kleine groene paprika

1 fijngesnipperd teentje knoflook

1 fijngesnipperde sjalot

1 borrelglasje cognac

1 dl. room

1 eetlepel boter

1 koffielepel dille

1 koffielepel kerriepoeder

peper, zout

Bereiding

Pel de scampi's

Snij de champignons in schijfjes

Snij de paprika's in dobbelsteentjes

Laat de boter smelten in een braadpan en doe er de fijngesnipperde sjalot in.

Na 1 min. doet u er de champignons bij en de rode en groene paprikablokjes

Laat ongeveer 5 min. stoven (niet laten kleuren)

Kruid met peper en zout

Haal de groenten uit de pan en bak de scampi's

Kruid met de dille, look, peper en zout

Neem de pan van het vuur en flambeer met de cognac

Doe de groentenmengeling terug in de pan en laat nog eens goed doorwarmen

Kruid met de kerrie en voeg er de room bij

Laat nog even koken tot een licht gebonden saus

Dien op met stokbrood.

Scampi's met limoen en geplette aardappel met koriander

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

1 prei

4 takjes koriander (fijn gesnipperd)

4 aardappelen

2 limoenen

1 eigeel

1 eetlepel olijfolie

scheutje droge witte wijn

boter

peper, zout, muskaatnoot

Bereiding

Laat de aardappelen garen en plet ze met een vork (niet te fijn)

Vermeng deze met de eetlepel olijfolie, het eigeel en de koriander

Breng op smaak met peper, zout en een weinig muskaatnoot

Snij de zeste van de limoen, snij ze in fijne julienne en blanceer deze even

Pel de scampi's en kruid met peper en zout

Smelt de boter in de pan bak de scampi's aan en voeg er de fijngesneden prei aan toe

Laat alles even sudderen en voeg de zeste van de limoen toe

Blus even met de witte wijn en het sap van de 2 limoenen

Laat eventjes doorwarmen

Garneren

Neem een metalen ring en vul met de geplette aardappel

Verwijder de ring en plaats rond de geplette aardappel de scampi's

Stort wat van de prei en de zeste bovenop de geplette aardappel en giet wat van het vocht over de scampi's

Serveer

Scampi's met pastis

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

1 wortel

1 ui

1 sjalot

4 tomaten

1 dl. Pastis of Pernod

3 dl droge witte wijn

boter

peper, zout

Bereiding

Pel en ontpit de tomaten

Snij alle groenten in fijne brunoise

Verhit de boter en roerbak alle groenten (behalve de tomaten)

Voeg de scampi's toe en roerbak aan alle kanten

Giet de pastis over het geheel en flambeer

Breng op smaak met peper en zout

Overgiet met de witte wijn en laat 1 minuut sudderen

Schep de scampi's uit de pan en laat inkoken

Voeg de tomatenblokjes toe

Schik de scampi's op de borden en overgiet met de groentensaus

Serveer met wat stokbrood

Scampi's met pittige saus en eiernoedels

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Chinees	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

1 pak eiernoedels

1 teentje look

cayennepeper

zwarte peper

olijfolie

1 glas droge witte wijn

2 dl room

sojasaus

1 eetlepel fijngesnipperde kruiden (dille, kervel, koriander)

Bereiding

Pel de scampi's

Verhit een lepel olijfolie in de pan en bak de scampi's kort

Kruid met de cayennepeper, het teentje geplette look en de zwarte peper

Blus de scampi's met de witte wijn, voeg de room toe en laat even inkoken tot sausdikte

Breng op smaak met sojasaus

Breng water aan de kook

Dompel de eiernoedels erin onder en laat ze van het vuur 4 minuten garen

Giet af en meng ze ondedr de scampi's

Serveer op een warm bord en versier met groene kruidensnippers (dille, kervel, koriander)

Scampi's met roergebakken groenten

Menugang Voorgerecht
Keuken Chinees
Bron

Soort Vis
Type -

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

1 teentje knoflook

2 el fijngehakt korianderblad

peper, zout

3 el wokolie

2 rode uien, in partjes

150 g peultjes

1 rode en 1 gele paprika, in stukjes

1 dl tuinkruidenbouillon van een blokje

1 el sojasaus



Bereiding

Meng in een kom de gepelde scampi's samen met de geperste look en de koriander.

Kruid met peper en zout

Verhit de olie in een wok en roerbak de ui al omscheppend in 3 min. glazig.

Voeg de peultjes en de paprika toe en roerbak alles totdat de groenten beetgaar zijn.

Schep de gamba's erdoor en roerbak ze kort op een hoog vuur mee.

Voeg de bouillon en de sojasaus toe en breng op smaak met peper en zout.

Lekker met mie.

Scampi's op zijn Frans

Menugang Voorgerecht
Keuken Frans
Bron

Soort Vis
Type -

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

Voor 4 personen
20 scampi's
250 gr. gepelde garnalen
1/4 lt. room
250 gr. champignons
1 eetlepel tomatenpuree
1 ui
1 eetlepel pernod
2 dl. kreeftesoep
Boter
Bloem
Peper, zout

Bereiding

Wentel de ontdooide en gepelde scampi's in bloem
Bak ze in boter
Voeg er de versnipperde ui en de champignons bij
Kruid met peper en zout
Flambeer met de pernod
Meng de kreeftesoep met de scampi's en de tomatenpuree
Laat even doorkoken
Giet er de verse room bij
Voeg de garnalen toe.
Dien het gerecht op met wilde rijst.

Scampi spiesjes met paprika

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 4 personen

24 scampi's

2 limoenen

1 groene paprika

1 teentje knoflook

3 eetlepels olijfolie

Bereiding

Laat de gepelde scampi's 30 minuten marineren in het sap van 1 limoen

Schep regelmatig om

Snijd de paprika doormidden, verwijder de witte vliesjes en de zaadjes, en snijd het vruchtvlees in dunne reepjes.

Rijg de ingredienten aan spiesjes

Eerst garnalen, dan parikareepjes.

6 scampi's per spies en aan het eind een citroenpartje.

Kwast ze in met olie.

Laat de spiesjes op een heet ingeolied rooster 2 à 3 minuten aan iedere kant roosteren.

Hak de rest van de paprika en de knoflook fijn.

Voeg er zout, de olie en de rest van het limoensap aan toe en meng het geheel.

Serveer deze saus bij de spiesjes.

