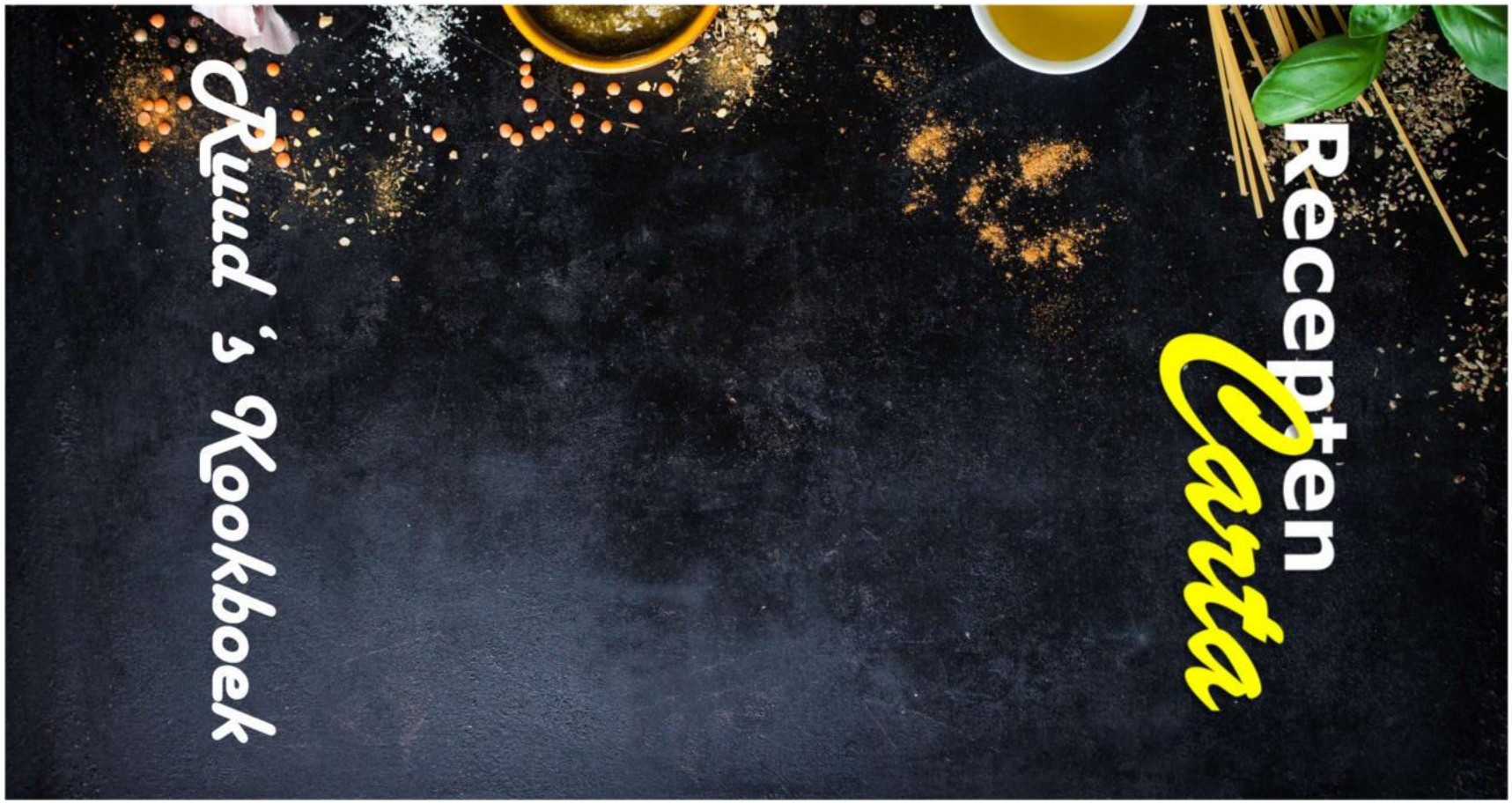


Smaken van vroeger (1900-1950)

(Carta2017-Anton)

Inhoudsopgave.

1. Aardappelkoekjes (Rosti)
2. Aardappelkroketjes
3. Aardappelpuree
4. Aardappels
5. Aardappels in een Saus
6. Aardappelsla
7. Aardbeien-Rabarberjam
8. Abrikozen Compote
9. Amandelen Roosteren en ook Andere Noten
10. Amandelpers of Amandelspijs
11. Andijvie
12. Appelbeignets
13. Appelcompote
14. Appelflappen
15. Appelgelei
16. Appelmoes
17. Appelplaatkoek
18. Asperges
19. Aspergesoep
20. Bami Goreng
21. Banketbakkersroom
22. Banketletter
23. Bavarois a L'Orange
24. Beatrix Taart
25. Bessensap Saus
26. Biefstuk
27. Bieten
28. Blanc Manger
29. Bleekselderij (Brussles Lof - of Prei au Jus)
30. Bloemkool
31. Bloemkoolsoep
32. Boekweigrutten
33. Bonenfilosoof
34. Boomstam
35. Borstplaat
36. Boterbiesjes
37. Boterplaatkoek
38. Botersaus
39. Bouillon Basis
40. Brielse Macaroni
41. Broodschoteltje
42. Bruine Bonen, Witte Bonen, Kapucijners, Grauwe Erwten en Groene Erwten
43. Bruine Bonensoep
44. Brussels Lof ofwel Witlof
45. Brusselse Appels
46. Cake
47. Champignonsaus
48. Champignonsoep
49. Chocolade Pudding
50. Chocolade Vla
51. Chocoladetaart
52. Citroen Pudding
53. Citroenvla
54. Creme au Beurre
55. Deense Rijst
56. Dikke Speculaas
57. Diplomaat Pudding
58. Doperwten
59. Drie in de Pan
60. Droge Rijst
61. Duitse Biefstuk

62. Ei Koken
63. Eierbuiscuits
64. Eiersneetjes
65. Erwtensoep
66. Flensjes
67. Forel a la Meuniere
68. Frietes (Pommes Frites of Patatas Fritas)
69. Gebakken Aardappels
70. Gebakken Appel
71. Gebakken Lever
72. Gebakken Paling
73. Gebakken Schol (Bot)
74. Gegrillde Vis
75. Gehaktballen
76. Gehaktballetjes voor de Soep
77. Gekookte/Gebakken Mosselen
78. Gepocheerde Eieren
79. Gestoofde Aardappels
80. Gestoofde Komkommers
81. Gestoofde Paling
82. Gestoofde Tomaten
83. Gestoofde Uien
84. Gestoofde Vis
85. Gestoofde Zuurkool
86. Gevulde Broodjes
87. Gevulde Eieren
88. Gevulde Koeken
89. Gevulde Pannekoekjes
90. Gevulde Tomaten
91. Gevulde Tomaten
92. Glazuur
93. Griesmeel Pudding
94. Griesmeelpap
95. Groentesoep
96. Groentesoep met Pasta
97. Haas-Wild Konijn
98. Hachee
99. Hambroodjes
100. Haring Bakken
101. Haring met Tomaten
102. Havermoutkoekjes
103. Hazelnoottaart
104. Hazepeper
105. Hete Bliksem
106. Hollandse Saus
107. Hutspot met Klapstuk
108. Huzarensla
109. Irish Stew
110. Jachtschotel
111. juliennesoep
112. Kaaskoekjes
113. Kaassandwich/Tosti
114. Kaassaus
115. Kalfslapjes
116. Kalfsoesters
117. Karamelvla
118. Karnemelk-, en Yoghurt Pudding
119. Karnemelkse Pap
120. Kattentongen
121. Kerreisoep
122. Kerstbrood
123. Kip
124. Kippensoep
125. Kletskopjes

126. **Knolraap**
127. **Knolselderij**
128. **Koffie Vla**
129. **Kokostaart**
130. **Komkommersla**
131. **Koningsbrood**
132. **Krentenbollen**
133. **Kroketten**
134. **Kroketten met Garnalen**
135. **Kruidkoek**
136. **Kruidnoten**
137. **Lamskotelet**
138. **Londonderrysoep**
139. **Macaroni met Groente en Vlees**
140. **Macaroni met Ham en Kaas**
141. **Macaroni met Poulet**
142. **Macaroni met Tomatensaus**
143. **Macarons**
144. **Moccataart**
145. **Moorkoppen**
146. **Moscovietjes (muffins)**
147. **Mosterdsaus**
148. **Napolitaanse Rijstschotel**
149. **Nasi Goreng**
150. **Noga**
151. **Nogataartjes**
152. **Oliebollen**
153. **Omelet**
154. **Ossehaas**
155. **Paddestoelen met Aardappelsla**
156. **Paneermeel**
157. **Pannenkoeken**
158. **Penseetaart**
159. **Pepernoten**
160. **Peterseliesaus**
161. **Petits Fours**
162. **Peulen**
163. **Pikante Vlees Saus**
164. **Postelein**
165. **Prei**
166. **Pruimencompote**
167. **Rabarbermoes**
168. **Ragout met Balletjes**
169. **Ragoutbroodjes**
170. **Ragoutsaus**
171. **Rijst**
172. **Rijst met Appels**
173. **Rijst met Gehaktballetjes in Champignonsaus**
174. **Rijst met Goulash**
175. **Rijst met Kerrie**
176. **Rijst met Krenten en/of ozijnen**
177. **Rijst met Ragout**
178. **Rijstebrij**
179. **Rijstevlaai**
180. **Rijstpudding**
181. **Rode Kool**
182. **RødgrødPudding**
183. **Roerei**
184. **Roux**
185. **Rubana**
186. **Runderlappen**
187. **Schotse Rib**
188. **Schuimomelet**
189. **Sinaasappelsaus**

190. **Sla**
191. **Slaatjes van Diverse Groenten**
192. **Slagroom**
193. **Snijbonen**
194. **Soezen**
195. **Spaghetti Bolognese**
196. **Sperciebonen, Slabonen en Princessebonem**
197. **Spiegeleieren in de Oven**
198. **Spinazie**
199. **Spinaziesoep**
200. **Spruitjes**
201. **Stamppot Boerenkool met Worst**
202. **Stamppot Rauwe Andijvie**
203. **Stamppot Rauwe Tomaten**
204. **Stamppot Snijbonenn met Witte Bonen (Blote Billetjes in het Gras)**
205. **Stamppot Zuurkool**
206. **Stokvisschotel**
207. **Stoofperen**
208. **Stoofschotel met Gehakt**
209. **Stoofschotel Witte Kool met Kaas**
210. **Stoofvlees**
211. **Tomatensaus**
212. **Tomatensoep**
213. **Tompoucen**
214. **Tong a la Meuniere**
215. **Tongfilets**
216. **Tournedos of Chateaubriants**
217. **Trommelkoek**
218. **Tuinbonen**
219. **Tulband**
220. **Uiensaus**
221. **Utrechtse Sprits**
222. **Valillerijst**
223. **van Dobben Kroket 1945**
224. **Vanille Vla**
225. **Vanillebatons**
226. **Vanillesaus**
227. **Varkens- of Kalfshaas**
228. **Vermicellisoep**
229. **Verse Worst of Saucijzen**
230. **Vet Uitsmelten**
231. **Vijgencompote**
232. **Vissoep**
233. **Vleesjus**
234. **Vleeskoekjes**
235. **Vleeskoekjes**
236. **Vruchtengruwel**
237. **Vruchtentaart**
238. **Warme Gemberpudding**
239. **Watergruwel**
240. **Weespermoppen**
241. **Wentelteefjes**
242. **Wiener Schnitzel**
243. **Winterstoofschotel met Poulet**
244. **Witlof**
245. **Witte Bonensoep**
246. **Witte of Savooiekool**
247. **Wortels**
248. **Zandkoekjes in 25 minuten gaar en goudbruin**
249. **Zoete Appels**
250. **Zomerse Macaroni**
251. **Zoute Stengels**

Aardappelkoekjes (Rosti)

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Zwitsers	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg gekookte aardappels
30 g boter
1 ui gesnipperd
aromat
zout en peper
nootmuskaat
100 g geraspte belegen (of ouder) kaas
peterselie
1 dl melk
paneermeel
olie

Bereiding

Maak de aardappels fijn. Smelt de boter in eenkoekenpan en fruit de ui glazig.
Meng de aardappel met aales behalve het panerermel en de olie. tot een smakelijk geheel.
Vorm er 12 platte koekjes van, wentel ze door de paneermeel en bak deze in een koekenpan met de olie krokant en mooi bruin.

Aardappelkroketjes

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g aardappels
1 dl melk
50 g boter
2 eieren
nootmuskaat
peper en zout
eventueel aromat
peterselie gehakt
paneermeel
2 el water

Bereiding

Kook de aardappels gaar, giet af en stamp ze tot puree. Verhit de frituur tot 170 graden.
Splits de eieren en roer de dooiers door de melk. Roer dit door de puree met de boter, peterselie, peper, nootmuskaat en zout naar smaak en eventueel aromat naar smaak.
Maak er met en lepelbolletje iets groter dan een tafeltennisbal. Rol deze door de paneermeel en rol dan uit tot een kroketje van 2 cm dik en 5 cm lang zonder dat er barstjes te zien zijn.
Klop het eiwit los met het water en dit mengselzodanig dat overal eiwit zit en vervolgen nogmaals door het paneermeel.
Bak ze lichtbruin in de frituur.

Variaties:
Voeg geraspte kaas naar keuze toe aan de puree. of fijngesneden ham of in plakjes gesneden en gesmoorde champignons of gare vleesresten fijngesneden.

Aardappelpuree

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

750 g aardappels geschild
zout
4 dl melk
50 gboter
nootmuskaat

Bereiding

Kook de aardappels in 20-25 minuten gaar met wat zout, giet ze af en stamop ze fijn met een pureestamper of gebruik een pureeknijper. Voeg de m elk en de boter toe en roer alles goed door. breng op smaak met wat nootmuskaat.

Variatie:
Strooi er wat paneermeel over en verdeel er wat klontjes boter over en plaats gedurende 10 minuten in een op 180 graden voorverwarmde oven te zetten om en mooi bruin korstje te krijgen.
Meng er eens 75 geraspte oude kaas door tegelijk met de melk en laat deze smelten in de hete aardappels. Laat dan eventueel gratineren.

Aardappels

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg ardappels
zout
water

Bereiding

Schil en was de aardappels en zet ze in water met zout op. Kook ze in 20-25 minuten gaar en giet ze af. Laat ze even droogstomen en serveer.

Aardappels in een Saus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

750 g aardappels gekookt
5 dl botersaus zie recept elders, mosterdsaus zie recept elders of
kaassaus zie recept elders

Bereiding

Snijd de aardappels in niet te dunne plakken en roer ze door de warme saus. Laat ze in 10 minuten door en door warm worden in de saus op een klein pitje of15 minuten in een oven van 180 graden. (gratineren)

Aardappelsla

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 zure vaste appels b.v. granny smith of goudrenet
2 andere appels b.v. elstar, pink lady, golden delicious en breaburn
1 dl water
1 dl Rijnwijn
citroenschil aantal draadjes
snufje kaneelpoeder
20 g suiker

Bereiding

Schil de appels en verwijder de klokhuizen. Snijd ze in stukken.
Breng het water met de suiker, wijn, appel, kaneel en citroenschil aan de kook. Laat gaar koken.
Serveer koud of warm.

Variatie:
Gebruik 300 g gedroogde appels, 80 g suiker, citroen, kaneelpoederen citroensap. Gebruiik het recept voor abrikozen compote.

Aardbeien-Rabarberjam

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1/2 kg aardbeien
1/2 kg rabarber
2/3 kg suiker
1 dl water
schone afsluitbare potten

Bereiding

Was de aardbeien en verwijder de kroontjes. Was de rabarber en snijd de stelen in stukjes.
Doe het water in een pan en voeg het fruit toe. Laat tot de helft inkoken.. Voeg de suker toe en lat nog 8 miuten koekn.
Vul de potten tot bijna aan de rand en sluit ze met het deksel. Zet 20 minuten op de kop en laat zo afkoelen alvorens om te draaien.

Abrikozen Compote

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g gedroogde abrikozen
75 g suiker
citoensap
1 el mizena losgeroerd met 1 el water

Bereiding

Was de vruchten
en zet ze en nacht te weken met het citroensap, suiker in zoveel water dat ze net onder staan.
Zet ze de volgende dag op en laat ze zachtjes gaar koken. Meng het vocht met de maizena zodat het bind en breng eventueel op smaak met suiker en citroensap

Amandelen Roosteren en ook Andere Noten

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Bereiding

Strooi de amaandelen op een bakplaat en laat ze op 180 graden bruin roosteren maar vooral niet te donker kleuren.

Amandelpers of Amandelspijs

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g gepelde amandellen
150 g suiker
1 klein ei
1 suikerklontje
1 citroen

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen en maal met de amandelen fijn. Meng met de rest van d ingredienten en maal nogmaals.
doe de massa in een afsluibare schone pot en laat liefst enige tijd staan (4 dagen minstens) om alle smaken goed te onywikkelen.

Andijvie

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg andijvie
zout
20 g boter
20 g bloem
3 dl melk
nootmuskaat
aromat
peper

Bereiding

Verwijder de slechte bladeren en snijd de andijvie in repen. Was deze en doe met het aanhangende water in een grote pan. Bestrooi licht met zout en kook in 25-30 minuten gaar.
Ondertussen in een sauspan de boter smelten zonder te kleuren en de bloem erdoor roren. Even laten garen zonder te kleuren en in kleine hoeveelheden de melk erdoor roeren zodat je een gladde dikke saus krijgt. Breng deze op smeaak met nootmuskaat, aromat, zout en peper.
Giet de groente af en doe er de saus over. Roer goed door en serveer heet.

Tip:
In plaats van boter en bloem kun je ook 1 volle el maizena nemen en deze losroeroen met 2 el melk. Giet de groente af en bestrooi met zout. Giet het maizena papje erbij en roer goed door zodat de andijvie gebonden wordt.

Appelbeignets

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
3 dl lauwe melk
15 g gist
zout
10 mooie zure appels b.v. goudreinetten
kaneel
poedersuiker
frituur
appelboor

Bereiding

Verwarm de frituur op 190 graden.
Doe de bloem in een kom en doe de losgeroerde gist (met wat melk) in een kuiltje. Voeg de rest van de melk toe en maak een glad beslag met wat zout toegevoegd. Dek af en laat op een warme plek 1 uur rijzen.
Ondertussen vlak voor het uur afloopt de appels schillen en uitboren. Snijd ze in vrij dikke plakken.
Dompel 2-3 plakken appel in het beslag en laat ze met en vork in het hete vet glijden. bak ze bruin en knapperig.
Presenteer warm met kaneel en poedersuiker.

Appelcompote

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 zure vaste appels b.v. granny smith of goudrenet
2 andere appels b.v. elstar, pink lady, golden delicious en breaburn
1 dl water
1 dl Rijnwijn
citroenschil aantal draadjes
snufje kaneelpoeder
20 g suiker

Bereiding

Schil de appels en verwijder de klokhuizen. Snijd ze in stukken.
Breng het water met de suiker, wijn, appel, kaneel en citroenschil aan de kook. Laat gaar koken.
Serveer koud of warm.

Appelflappen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nederlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 flinke zurige appels
50 g suiker
kaneel
25 g gewassen en gedroogde (krenten en/of) rozijnen
200 g bloem
200 g koude boter kleingesneden
1 dl koud water
zout
1 ei
suiker om te bestrooien

Bereiding

Schil en verwijder de klokhuizen van de appels en snijd ze in kleine stukjes. Vermeng ze met de suiker, rozijnene en kaneel.
Mak het deeg als de zoute stengels (zie daar). Snijd er vierkante lapjes van van 10x10 cm en leg op elk wat appelvulling iets van de rand en onder de middellijn. Bestrijk de randen met ei en druk ze stevig op elkaar. bestrijk de randen en de bovenkant met ei en bestrooi met suiker. Bevochtig en bakplaat met water en bak ze in de oven in 15 minuten goudgeel en gaar.

Variatie:
-Sauzijzenbroodje: 200 g hoh gehakt, peper, nootmuskaat, zout, 200 g bloem, 200 g koude boter kleingesneden, 1 dl koud water
1 ei
Bereid het gehakt met zout, peper en 1/2 ei zodat het pittig van smak wordt (eventueel wat uipoedr toevoegen). mak hiervan een rol en verdeel deze in rolletjes van 9 cm.
Bereid het deeg als voor zoute stengels (zie daar) en verdeel de lap in stukken van8x10 cm. Leg op ieder lapje een rolletje gehakt, maak de lange zijde vochtig met wat water, sla over ht gehakt en druk stevig aan.
Bestrijk met ei n maak mt de achterzijde van een mes wat ondiepe inkepeingen over de breedte. Bak ze als boven.

Appelgelei

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 1/4 kg zure appels
1 citroen
3/4 kg suiker
1 suikerklontje
schone afsluitbare potten

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen.Boen de appels goed schoon, snijd ze in 8 partjes en verwijder het klokhuis, steel en de kroontjes.
Zet de appels op in zoveel water dat ze net onder staan met het sukerklontje en laat ze 2 uur zachtjes stoven op een klein pitje zodat de moes rood kleurt.
Leg een schone natgemakte doek in een vergiet endat in een grote pan. Giet de moes erin en laat uitlekken.. Op het latst de moes uitdrukken om alle sap te verkrijgen. Meet de hoeveelheid sap af en weeg voor elke 10 ml 7,5 g suiker af. Kook het sap in tot 2/3 van de hoeveelheid en voeg de suker toe. Kook zover in dat een druppeltje op een koud schoteltje slecht moeilijk uitvloeid.
Vul de gelei af tot dicht onder de rand en sluit ze met het deksel. zet op de kop en laat 20 minuten zo afkoelen alvorens ze om te draaien.

Appelmoes

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg moesappels geschild in vieren en klokhuis verwijdert
citroensap
suiker
water

Bereiding

Zet de appels op in water met citroensap en laat ze tot moes koken. Breng op smaak met suiker en/of kaneelpoeder.

Appelplaatkoek

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g boter
150 g suiker
geraspte schil van 1 citroen
250 g bloem
1 ei
3 tl bakpoeder
50 g custardpoeder
zout
2 dl melk
1 1/2 kg appels
suiker gemengd met kaneel

Bereiding

Vet een bakplaat in, verwarm de oven voor op 180 graden en roer de boter zacht met de suiker tot deze niet meer knarst. Voeg het ei toe en roer tot de massa luchtig is. Schil en boor de ppels uit en snijd ze in niet te dunne gelijkmatige schijfjes. Klop het botermengsel nog even op en roer er de citroenrasp door.
Meng de bloem met de custard, bakpoeder en zout en meng dit rustig mar snel door de botermassa. Voeg de melk tioe zodat een dik vloeibaar deeg ontstaat. Verdeel dit over de bakplaat zodat het ongeveer overal even dik is. verdeel de appelschijfjes erover endruk ze lichtjes,dakpansgewijs, in het deeg. Bestrooi met het suiker-kaneelmengsel
Bak de taart 30-40 minuten in de oven goudbruin en gaar.
Snijd met een warm mes in repen van 9 cm en verdeel die weer instukken van 5 cm.

Asperges

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

ca 3-4 asperges per persoon klasse AA of AAA geschild en de harde onderkanten verwijdert (schillen en onderkanten voor de soep)
2 hardgekookte eieren met een vork geprakt tot kruim
100 g gesmolten roomboter geklaard of een Hollandaise saus Zie recept elders
nootmuskaat
(100 g ham in blokjes of reepjes)

Bereiding

Kook de asperges in een grote pan en ruim water met zout gaar in 30 minuten. Of korter als je ze nog iets knapperig wilt hebben.
Neem ze met een schuimspaan of vergelijkbaar uit het kooknat (dit bewaren of direct gebruiken om een heerlijke aspergesoep te maken).
Leg de asperges in een schaal en giet de boter/Hollandaise saus er over. Dan het eikruim eroververdelen en eventueel de ham.

Tip:
Drink er een lekkere Elzas of een Riesling bij of een andere vergelijkbare wijn.

Aspergesoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

35 g boter
35 g bloem
1 l aspergekooknat
foelie
ca 1 kg soepasperges geschild kopjes apart
1 eierdooier
kleine verpakking room (voor een licht soep gebruik je melk)
nootmuskaat
peper en zout
1 bouillonblokje

Bereiding

Kook de asperges gaar in ruim water, hang de aspergekopjes in een zeef in de vloeistof.
Meet 1 liter kookvocht af met alle aspergestukken behalve de kopjes en pureer deze met een staafmixer.
Voeg het bouillonblokje toe.
Klop de dooier los met de room.
Smelt de boter in een soeppan en roer de bloem erdoor. Laat even garen en voeg al roerende, in kleine hoeveelheden, het aspegevocht toe.
Roer er het dooiermengsel door van het vuur af en voeg de apergekopjes aan toe . Proe en breng op smaak met pepert en eventueel zout en nootmuskaat.

Variaties:
Vulling:
soepballetjes van 75 g gehakt.
Gaar rundvlees.
50 g fijngesneden beenham (vleeswaar).

Bami Goreng

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Chinees	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g mie
zout en peper
2 flinke uien gesnipperd
1 teentje knoflook
boter of olie
200 g hamblokjes/reepjes
25 g bamikruiden geweekt in 1/2 el water
bami groenten
sambal
ketjap
2 eieren
2 el melk
aromat

Bereiding

Breng ongeveer 1 l water met wat zout aan de kook en kook de mie in 10 minuten gaar.Verhit de boter of de olie in een braadpan en fruit de ui en de geperste knoflook evn glazig. Voeg de ham, kruiden en groenten er bij en roerbakeven op hoog vuur voeg wat water to en stoof de groenten gaar met het deksel op de pan. Roer ondertussen de eieren los met melk, peper en aromat en bak hiervan een omelet. Snijd in reepjes.
Giet de mie af en schep deze door de groenten. Breng op smaak met ketjap, sambal, zout en peper. Verdeel de ei reepjes erover en serveer.

Banketbakkersroom

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 1/2 dl melk
25 g bloem
50 g suiker
2 eierdooers
1 zakje vanillesuiker

Bereiding

Breng het grootste deel van de melk aan de kook. meng de bloem met de dooiers en de achtergehouden melk tot een glad papje. Voeg daar in kleine hoeveelheden de warme melk aan toe oonder voortdurend roeren.. Giet in de melkpan en laat 3 minuten doorkoken. Voeg de suiker en de vanillesuiker toe en roer door.

Banketletter

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
200 g koude boter klein gesneden
3/4 dl koud water
zout
1 ei
2 1/2 dl banketbakkersroom (zie recept daar)amandelpers van 150
g amandelen (zie recept daar)

Bereiding

Maak het deeg als voor zoute stengels (zie daar) en vorm een lap van 10 cm breed.
Rol de amandelpers uit op een met bloem bestoven werkblad tot eenrol van dezelfde lengte als d deeglap. Maak de deeglapranden nat met een kwastje water en leg de rol amandepers erop. Vouw het deeg om de amandepers heen en druk aan. Bevochtig een bakplat met water en leg de deegrol erop met de naad onder evenueel in de vorm van een letter. Bij de H een stukje gevuld deeg ertussen plakken.
bestrijk met losgeklopt ei en bak hetzelfde als de appelflappen(zie daar).

Bavarois a L'Orange

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

125 g suiker
2,5 dl slagroom
1 dl jus d'orange
12 g gelatine (6 blaadjes) 1 blaadje rood
3 sinaasappels
2 eiwitten
zout
1 suikerklontje

Bereiding

Doe de suiker met de slagroom in de kom en klop dit lobbig tegen vast aan. Rasp de schil van 1 sinaasappel met het suikerklontje. Sla de eiwitten zeer stijf in een vetvrije kom.
(zet de slagroom even in de koelkast.) Week de gelatine blaadjes in water. Pers de sinaasappels uit. Knijp de gelatine goed uit.
Verwarm de jus d'orange met het verse sap met het suikerklontje en de suiker(absoluut niet laten koken!!!) en los de gelatine erin op. Neem van het vuur en laat zover afkoelen dat het nog net niet geleerd, roer het wel regelmatig door..
Spatel de slagroom door de eiwitten op een rustige manier zodat de gevangen lucht er niet uitgemengd wordt en vervolgens de jus d orange.
Stort de massa in een uitgespoekle kom en laat verder afkoelen.

Beatrix Taart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g bloem
100 g boter
75 g witte basterdsuiker
1 tl bakpoeder
1 zakje vanillesuiker
zout
Vulling:
75 g boter
100 g suker
1ei
1 suikerklontje
1/2 citroen
zout
100 g bloem
25 g custardpoeder
1 tl bakpoeder
100 g gewassen rozijnen50 g gehakte amandelen

Bereiding

Vet een springvorm rond 20 cm in. Kneed van de bovenste ingredienten een soepel deeg en druk het grootste deel uit in de springvorm zodat er een gelijk dikke bodem is en een opstaan randje van 3-4 cm.
Schraap met het suikerklontje de scchil van de citroen en maak het fijn.
Roer voor de vulling de boter tot room, klop er suiker, ei, zout en citroensuiker door zodat er een luchtige massa ontstaat.
Zeef de bloem met, bakpoeder en de custard en meng door. Schep dit snel door de botermassa (voeg eventueel wat water toe als het deeg niet dikvloeibaar is).
Meng er de rozijnen en de amandelen door. Verwarm de oven op 180 graden voor.
Doe de vulling in de springvorm en garneer de rand met een smal en/of gedraaid eepje van het achtergehouden deeg.
Bak de taart gaar en goudgeel in 1-1 1/2 uur.

Bessensap Saus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Zoete Gerechten	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 dl water
2 dl bessensap
pijpje kaneel
1/2 tl citroenschil fijngehakt (geen witte erbij)
15 g aardappelzetmeel
50 g suiker

Bereiding

Breng de pijpkaneel en de citroenschil met water zachtjes aan de kook. Giet de bessensap erbij. Nem de pijpkanel uit de pan.
Roer het aardappelzetmeel los met wat water tot een dun papje en gietr dit bij het bessensap. Blijf roeren tot het weer kookt. neem van het vuur en roer er de suiker door.
Serveer warm zonder te verdunnen echter voor koude gerechten de saus met 1 dl water verdunnen.

Biefstuk

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

per persoon 1 biefstuk
peper en zout
125 g boter
scheutje olijfolie
1 1/2 dl melk
water

Bereiding

Wrijf de biefstuk stevig in met peper en bestrooi pas vlak voor, of tijdens, het bakken met zout.
Maak een koekenpan goed heet en smelt bijna alle boter met de olie en laat deze bruin kleuren.
Bak de biefstuk (zonder er met een vork in te prikken) snel aan beide kanten bruin en temper het vuur dan naar medium. Om verbranden van de boter te voorkomen telkens wat van de overgebleven boter toevoegen. Bak de biefstuk nu tot de gewenste gaarheid (bepalen door er op te drukkn met een vinger: rare: voelt elastisch en zacht, medium rare: is minder elastisch en watsteviger, done: voelt nog een weinig elastisch en behoorlijk steveig, well done: voelt niet elastisch en erg stevig).
neem het vlees uit de pan en laat dez afgedekt met alufolie even rusten.
Giet de melk in de pan en roer goed door zodat alle aanbaksels oplossen. Laat het vocht uit de melk verdampen en de vaste bestanddelen bruin kleuren.
Doe nu alle overgebleven boter in de pan en giet kleine hoeveelheden water in de pan onder regelmatig roeren zodat je een mooie bruine gebonden jus krijgt. Serveer bij het vlees.

Variatie:
Verwarm de grill voor of steek de bbq aan.
Maak het rooster wat vet om vastplakken te voorkomen. Leg de biefstuk erop en grill in ongeveer 2 minuten per kant snel bruin. Op een plaats met indirecte wamte zolang grillen tot de gewenste gaarheid is bereikt en bestrooi dan pas met zout.

Bieten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3-4 gekookte bieten
1 ui gesniopperd
25 g boter
1/4 dl azijn
1 el suiker
zout
(kruidnagelpoeder)
1 renet appel geschild, klokhuis verwijdert in stukjes

Bereiding

Verwijder de schil van de bieten als dit nog niet is gedaan. rasp de bieten met een groffe rasp ef schaaf ze in plakjes. Doe de ui erbij, een bodempje kooknat of water, de azijn, de appel), suiker (en kruidnagelpoeder).
Kook 15 minuten waarvan de eerste 5 minuten met het deksel op de pan.

Blanc Manger

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 ml melk
40 g suiker
1 zakje vanillesuiker
2 dooiers van eieren
8 vellen gelatine
3 dl slagroom
6 bitterkoekjes

Bereiding

Week de gelatine in koud water. Verhit de melk met de bitterkoekjes. Wrijf de melk door een zeef.
Klop de eierdooiers met de suiker en vanillesuiker met een garde tot saus.
Geleidelijk en al roerend de hete melk door de eieren gieten. Zet op laag vuur en blijf roeren. Niet laten koken.
Wanneer de saus hecht aan de lepel, van het vuur halen en in een schaal gieten.
Gelatine vellen uitknijpen en in de hete room oplossen. Laat het mengsel iets afkoelen.
Roer er vervolgens de slagroom door. Laat geheel afkoelen in de koelkast.

Bleekselderij (Brussles Lof - of Prei au Jus)

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 bos selderij
750 g witlof of 1 kg prei
1 dl verdunde jus of bouillon van een tablet
paneermeel
boter

Bereiding

Was en schrap de bleekselderij. Snijd de bleekselderij in halve maantjes van 8 cm. Kook ze gaar in eenbodempje water met wat zout in 30 minuten. Warm de oven voor op 180 graden.
Maak ondertussen de witlof of de prei schoonen gaar kokn in wat water met zout in 15-20 minuten. Giet alles af.
Beboter en vuurvaste schaal in en doe de groentes erin. Giet er de jus of de bouillon over, bestrooi met paneermeel en laat de schaal in ongeveer 10-15 minuten een mooi bruin korstje krijgen.

Bloemkool

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 bloemkool (grote afhankelijk van het aantal eters)
40 g boter
40 g bloem
4 dl melk
nootmuskaat

Bereiding

Verdeel de bloemkool in roosjes en was ze. Doe ze met de stronk nar beneden in een pan en kook ze in een bodempje water met wat zout gaar in 25 minuten. Maak ondertussen de saus (zie recept andijvie). Giet de groente af, giet er de saus over en rasp/strooi er wat nootmuskaat over.

Variatie;
Roer eens 75 g geraspte oude kaas door de saus en giet dit over de bloemkool. Gebruik dan geen nootmuskaat.

Bloemkoolsoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kleine bloemkool in roosjes verdeelt
1 l water
3 bouillonblokjes groente- of kruidenbouillon
35 g boter
35 g bloem
zout en peper
aromat
nootmuskaat

Bereiding

Kook de blomkool gar in het water met de bouillonblokjes in 20 minuten. Enkele gegaarde roosjes apart houden en wat kleiner snijden.
Pureer de soep met en staafmixer of wrijf door een zeef.
Smelt de boter in een soeppan en roer de bloem erdoor. Laat even garen en roer daan de vloeistof in kleine hoeveelheden erdoor tot een gladde soep.
Voeg de apart gehouden bloemkool roosjes toe en laat 5 minuten doorkoken. Breng op smaak met zout, peper, aromat en nootmuskaat.

Variatie:
Vulsels:
50 g ham (vleeswaar) fijngesneden.

Boekweigrutten

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk of 1 l karnemelk
130 g boekweitgrutten
zout

Bereiding

Breng de melk met wat zout aan de kook en strooi hierin, onder voortdurend koken, de boekweitgrutten. Laat 10 minuten garen op een zacht pitje onder regelmatig roeren.
Met karnemek doe je grutten in de pan en voeg je de helft van de karnemelk toeonder voortdurend roeren tot hij bijna kookt. Voeg dan, nog steeds roerend, de rest van de karnemelk toe tot de vloeistof kookt. laat 5 minuten zachtjes doorkoken.

Bonenfilosoof

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g gare bonen
150 g rookspekblkjes
500 g uien gesnipperd
1 bouillonblokje
1 laurierblad
1 kruidnagel
1 1/2 kg gekookte aardappels
1 dl melk
boter
peper en zout
nootmuskaat
paneermeel

Bereiding

Bak het spek en de ui zachtjes uit in en koekenpan in 10 minuten. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Verwarm de bonen in het vocht. Giet de bonen af in een kom en meet 3 dl af. Voeg het spek toe aan de bonen en het afgemeten kookvocht. Voeg het bouillonblokje en de kruiden toe.
Verwerk de aardappels tot puree met melk en boter en eventueel wat nootmuskaat. Vet een ovenschaal in met boter. Verwijder de kruidnagel en het laurierblad.
Doe de bonen onder in de schaal en daarboven op de puree. Strooi er de paneermeel over en leg hier en daar een klontje boter. Zet gedurende 20 minuten in de oven waarin de sschotel een mooi bruin korstje heeft gekregen.

Boomstam

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
100 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 1/2 el water
80 g bloem
20 g maizena
zout
Vulling:
banketbakkersroom van 1 1/2 dl melk (zie recept daar)
2 el cacao
garnereing:
mocca/chocolade creme au beurre van 100 g boter (zie recept daar)

Bereiding

Vet een bakblik in en volg het recept voor petits fours (zie daar)
Leg op het werkblad een stuk papier en bestrooi dit met suiker. Keer de koek hierop om. verwijder het papier en bestrijk de koek direct met de banketbakkersroom. Rol de koek op en snijd de uiteinden schuin af. en plak deze stukken met wat crem au beurre weer als knoesten aan de stam..
Doe de creme in een spuitzak en trek horizontale, tegen elkaar aanliggende, strepen over het gebak.

Borstplaat

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g suker
1/2 el custard
4 el melk
Vulling:
gehakte noten of pindakaas
geconfijte vruchtjes of gewassen en gedroogde rozijnen
Extra:
chocolade borstplaat; +1 el cacao
koffieborstplaat:1 el zeer sterk koffieextract of koffie poeder of
koffiestroop en/of koffielikeur

Bereiding

Vet een bakplat min.
Doe alle ingredienten, behalve voor de vulling, in een kom en verwarm dit zachtjes op een klein pitje. Laat de suker zonder erin te roeren smelten.. Controleer dan het een lpel of alle suiker is opgelost. Is dit niet het geval dan 1 el water toevoegen.
Laat de massa op een iets hogere vlam inkoken tot er suiokertroop tussen de tanden van een vork blijft hangen wat er afvalt moet een dun draadje trekken. Neem dan van het vuur en laat onder voprtdurend kloppen afkoelen tot deze dik en ondoorschijnend wordt.. Giet dan snel op de bakplaat om verder af te latebnn koelen. Blijken er toch kristallen suiker in te zitten dan alles weer opsmelten met wat water en alles weer herhalen.
Steek de borstplaat er voorzichtig af of snijd met een mes eerst in blokjes van 2x2 cm.

Boterbiesjes

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

275 g boter
250 g witte basterdsuiker
1 zakje vanillesuiker
350 g bloem
3 tg bakpoeder

Bereiding

Roer de botyer zacht, voeg de suiker , vanillesuiker en zout toe en roer de massa tot deze wit en schuimig wordt.
Zeef de bloem met het bakpoeder en meng dit goed. Roer dit door de suiker-boter massa in kleine hoeveelheden zodat er enige consistentie ontstaat en kneed er dan de rest van de bloem door.
Verdeel in twee delen en maak er twee rollen van 4 cm dik van. Laat deze in de koelkast opstijven.
Dompel een mes in de bloem en snijd de rollen in palkken. Bak ze als spritskoekjes (zie daar).

Boterplaatkoek

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g bloem
400 g witte basterdsuiker
400 g boter
3 zakjes vanillesuiker
1 ei
zout

Bereiding

Kneed van alle ingredienten een redelijk rul en zacht deeg. Verdeel het in een ingevet bakblik in een gelijkmatig dikke laag.Maak met een lepel ruitvormige groeven in het deeg en bak het af in een op 180 graden voorverwarmde oven in 45 minuten goudbruin en gaar.

Botersaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

70 g boter
35 g bloem
5 dl water/visbouillon/vleesbouillon
aromat
zout en peper

Bereiding

Smelt de helft van de boter in een sauspan en voeg de bloem toe. Laat even garen alvorens de vloeistof in kleine hoeveelheden al roerende erbij te doen zodat een gladde saus ontstaat. Laat even doorkoken en neem van het vuur.
roer er de rest van de boter door en breng op smaak met zout, peper en aromat.

Bouillon Basis

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 of meer soepbeentjes
1 l water
zout en peper
100-220 g runderpoulet
2 runderbouillonblokjes
1 sjalotje geopeld
1 wortel
paar takjes peterselie
1 laurierblad
1 takje tijm
peperkorrels

Bereiding

Zet de soepbeentjes en het vlees op in het water. Voeg de ui, wortel, bouillonblokjes, laurierblad, takje tijm en takjes peterselie en peperkorrels toe en laat 1 1/2 -2 uur zachtjes trekken op het kleinste pitje met het deksel op de pan.
Voor een heldere bouillon de vloeistof zeven. Gebruik het vlees voor b.v. een ragout of voor kroketten.
Als de bouillon als basis voor een soep gebruikt wordt het vlees uit de zeef weer toevoegen en de bouillon verder verwerken tot de gewenste soep.

Variatie:
Bouillon voor fijne soepen of bereidingen:
300-400- runderpoulet, 1 l water, stukje ui, wortel, takjes peterselei, takje tijm, laurierblad, peperkorrels, bouillonblokjes en zout.
Zie verder boven.

Brielse Macaroni

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g macaroni
1 l water
2 bouillonblokjes
aromat
zout
25 g boter
150 g gesneden ontbijtspek
2 uien gesnipperd
500 g roma tomaten ontveld en in blokjes
100-150 g geraspte oude kaas
peterselie gehakt

Bereiding

Breng het water met de bouillonblokjes en de mcaroni aan de kook en kook de macaroni gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af.
Snijd de plakjes spek doormidden, smelt boter in een braadpan en bak ze uit op een klein pitje en voeg de uien toe. Laat even meebakken tot ze licht beginnen te kleuren. Voeg dan de tomaten toe.
Laat ook enige tijd meesmoren. Doe de macaroni met de kaas in de pan en meng goed door. Laat nog even goed doorwarmen en bestrooi met peterselie.

Tip:
Lekker met 1 of meer spiegeleieren.

Broodschoteltje

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Recept 1:
200 g oud brood zonder korst
6 dl melk
75 g suiker
krenten
rozijnen
gesnipperde sucade
1 suikerklontje
1 ei
kaneel
boter
basterdsuiker

Recept 2:
moes van 500 g appels
suiker
citroensap
kaneel
200 g oud brood zonder korst
60 g boter
4 dl melk
extra boter

Bereiding

Recept 1:
Week de krenten en rozijnen in heet water 15 minuten. Rasp de schil van de 1 citroen met het suikerklontje. Warm de oven voor op 160 graden.
Verhit de melk en kruimel het brood on der regelmatig roeren zodat een gladde dikke pap ontstaat. Giet het water van de krenten en de rozijnen en meng dez door de broodpap samen met de sucade, suikerklontje en zoveel suiker naar smaak.
Meng het losgekklopte ei erdoor en vet een vuurvaste schaal in. Doe er de broodpap in, strooi er suiker vermengd met kaneel over, verdeel er hier en daar een klontje boter over en zet zolang in de oven tot er een gekaramelliseerd laagje op de bovenkant is gekomen.

Recept 2:
Vermeng de appelmoes naar smaak met suiker, citroensap en kaneel. Besmeer het brood met boter en week de sneetjes in de melk.
Volg het recept voor broodschotel 1 verder.

Bruine Bonen, Witte Bonen, Kapucijners, Grauwe Erwten en Groene Erwten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g gedroogde peulvruchten
zout
water

Bereiding

Zoek de peulvruchten uit en was ze .
Laat de peulvruchten 24 uur weken in ruim water met 10 g zout per liter.
Giet het weekwater weg en kook de peulvruchten in water zonder zout gaar in 1 1/2 - 2 1/2 uur afhnkelijk van de soort en kwliteit.
Neem dde peulvruchten met een schuimspaan uit het kookvocht en breng de bonen op smaak met wat zout.
Serveer bruine bonen b.v. met gebakken uien en spek, witte bonen met tomatensaus, kapucijners en grauwe erwten met uitgebakken rookspek en groene erwten met peterseliesaus.

Tip:
Het kooknat is prima te gebruiken als smaakmaker en vervanger van water in jus en roer er dan ook 2 -3 el tomatenketchup door..

Bruine Bonensoep

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g gerookte spekblokjes
1/2 tl kerrie
1 ui gesnipperd
1 laurierblad
foeliepoeder
peper en zout
1 grote en 1 kleinste pot bruine bonenn
2 bouillonblokjes
10 g maizena
sojasaus

Bereiding

Giet de bonen af en vul het vocht aan tot 1 l. Bak het spek zachtjes uit op een klein pitje in 10 minuten en voeg dan de ui en de kruiden toe en fruit 2 minuten.
Voeg de bonen en het vocht toe en laat aan de kook komen. Kook 30 minuten op enzacht pitje onder af en toe roeren. Verwijder het laurierblad.
Pureer met een staafmixer. Breng op smaak met peper, sojasaus en zout.

Brussels Lof ofwel Witlof

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg witlof
zout
40 g boter
40 g bloem
4 dl melk
nootmuskaat

Bereiding

Verwijder de harde kern en snijd de witlof in reepjes. Was het.
Zet de groente op met weinig, of alleen aanhangend water, met wat zout. kook gaar in 15-20 minuten.
Maak ondertussende saus van gesmolten boter , de bloem erdoor geroerd en even gegaard, zonder te kleuren, en de melk in kleine hoeveelheden erdoor geroerd. Breng op smaak met nootmuskaat en aromat. (zie recept andijvie)
Giet de groente af en voeg de saus toe, roer goed door en serveer.

Brusselse Appels

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 stevige appels
2 el jam of gelei
1/2 dl water
1 dl melk
40 g bloem
40 g boter
2 eieren
40 g basterdsuiker
zout

Bereiding

Boor de appels uit enschil ze. Vet een vuurvaste schaal in en giet hierin he water. Zet de appels erin en vul de holtes met de jam. verwarm de oven voor op 180 graden.
Breng de melk met de boter en wat zout aan de kook, voeg de bloem in 1 keer toe en roer zolang totdat het als een bal van de bodem loslaat. Roer 1 voor 1 de eieren van het vuur af door en tenslotte de suiker. Bedek met dit deeg de appels.
Zet gedurende 20-30 minuten zodat de appels en het deeg gaar worden en goudbruin kleuren.

Cake

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Engels	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	cakeblik van 30x10 cm			Sterren	

Ingrediënten

150 g boter
150 g kristalsuiker
1 suikerklontje
1/2 citroen
zout
3 eieren
150 g bloem

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen en maak het fijn. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet het cakeblik in en bestuif met bloem. oer de boter zacht en voeg de suiker, citroensuiker en zout toe en roer tot deze niet meer knartst. Roer er dan een voor en de eieren door en blijf 10 minuten roeren tot de massa luchtig is.Zeef de bloem erover en meng rustig maar snel door de massa. Vul de vrm hiermee en zet gedurende 1-1 3/4 uur in de oven om goudbruin en gaar te worden.

Variaties:
-Eenvoudige cake: 200 g bloem, 75 g custardpoeder, 2 1/2 tl bakpoeder, 100 g boter
150 g suiker, 1 zakje vanillesuiker, paar druppeltjes citroensap, zout, 100 g krenten en rozijnen, 2 dl melk, 1 ei.
Volg het recept boven echter voeg tegelijk met de bloem ook het bakpoeder, vanillesuiker, ei en zout toe. Volg weer het recept boven maar als het gemend is zoveel melk toevoegen om een dik vloeibaar deeg te krijgen en roer er de rozijnen en krenten door. Volg het recept boven weer.
-Gembercake: 150 g boter, 150 g kristalsukker, 3 eieren, zout, 150 g bloem, 1 tl bakpoeder, 150 g kleingesneden gember uit pot. Volg het recept boven.
Sinaasappelcake: 150 g boter, 150 g kristalsukker, 2 eieren, zout, 150 g bloem, 1 tl bakpoeder, 200 g bloem, 2 dl sinaasappelsap, schil van 1 sinaasappel, eventueel 20 g geconfijte snippers.
Volg het recept boven.
-Cocoscake: 100 g boter, 150 g kristalsukker, 3 eieren, zout, 2 tl bakpoeder, 200 g bloem, 1-2 dl melk, schil van 1/2 citroen, 100 g cocosmeel
Volg het recept boven. Doe het cocosmeel er tegelijk bij met de bloem.
-Plumcake: 150 g boter, 150 g kristalsukker, 3 eieren, zout, 150 g bloem, 1 tl bakpoeder, zout, 1/2 dl rum, schil van 1/2 citroen, 150 g gewassen en gedroogde krenten en rozijnen.
Volg het recept boven.
Julianacake: 150 g boter, 150 g kristalsukker, 2 eieren, zout, 150 g bloem, 1 tl bakpoeder, zout, 1 dl sinaasappelsap, schil van 1 sinaasappel, 25 g custardpoeder, glazuur van 100 g podersuiker en sinaasappelsap (zie recept glazuur).
Volg het recept boven.

Champignonsaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 ml slagroom
200 ml runderbouillon
1 sjalotje, fijngesnipperd
1 teen knoflook, uitgeperst
400 g champignons schhongeborstyeld en in plakjes
1 flinke el bloem
1-2 el peterselie gehakt
olie
zout en peper

Bereiding

Verhit de koekenpan of sauspan met wat olie en fruit hierin het sjalotje en de knoflook tot ze zacht maar niet gekleurd zijn. Voeg de champignons toe aan het sjalotje. Breng op smaak met peper en zout.
Bak op hoog vuur verder, totdat de champignons zacht zijn. Voeg nog wat extra olie toe en doe de bloem erbij. Zet het vuur wat zachter en bak nog enkele minuten verder om de bloem te laten garen.
Blus dan af met de bouillon en slagroom.
Laat inkoken tot de gewenste sausdikte.
Voeg op het laatste moment de peterselie toe aan de saus. Breng eventueel op smaak met zout en peper.

Champignonsoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g champignons
45 g boter
35 g bloenm
1 l bouillon
1 eierdooier
1 dl room
citroensap
peper en zout
aromat

Bereiding

Reinig de champignons en snijd in plakjes.
Smelt 10 g boter en in een kleine pan en voeg de champignons toe. Laat ze op een zacht vuur even fruiten zonder te kleuren en voeg dan een scheutje bouillon toe Laat 10 minutebn stoven.
Smet de rest van de boter in een soeppan en roer er de bloem door. Laat even garen alvorens er de bouillon inn kleine hoeveelheden door mengt topt een gladde soep.
Klop de dooier los met de room en een paar el soep en voeg dit, al roerende, bij de soep samen met de champignons.
Breng op smaak met peper, zout, citroensap en aromat.

variaties:
Vulling: voeg een 1/2 verpakking beenhamreepjes of 1 ons fijngesneden beenham toe.

Chocolade Pudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

40 g cacao
80 g suiker
8 dl melk
80 g maizena
(4 dl vanillesaus zie daar voor recept)

Bereiding

Zet en puddinvorm gevulsd met water klaar.
Roer de droge ingredienten goed door elkaaar en roer dit los met een gedeelte van de melk tot een glad papje.
Breng de rest van de melk aan de kook en meng er dan het papje snel door en blijf roeren tot het weer kookt. Neem van het vuur.
Stort de massa in de leeggegoten puddingvorm. (Serveer met de vanillesaus.)

Chocolade Vla

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50 g cacao
100 g suiker
1 l melk
50 g maizena

Bereiding

Volg het recept voor chocolade pudding.

Chocoladetaart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	springvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

100 g boter
150 g suiker
3 eieren
150 g bloem
50 g ciustarpoeder
1 zakje vanillesuiker
75 g cacaopoeder
6 g bakpoeder
zout
1 dl melk
poedersuiker

Bereiding

Vet een springvorm in en bestuif met bloem. roer de boter zacht en de suiker erdoor totdat deze niet meer knarst. Verwarm d oven voor op 180 graden.
Roer d eieren een voor een door de botermassa en blijf 10 minuten roeren tot het luchtig is. Zeef de bloem, custard, zout, cacao en bakpoeder erboven en roer dit rustig maar snel door de botermassa. Voeg eventueel wat melk toe als de massa te stijf is. Stort dit in de vorm n bak het1-1 1/4 uur in de oven. Controleer of de taart gar is met een breinaald: is deze schoon dan is de taart gaar. Laat afkoelen.
Bestrooi met poedersuiker en breng ook poedersuiker aan op de zijkant.

Citroen Pudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Koken	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eierdooiers
125 g basterdsuiker
geraspte citroenschil
sap van 2 citroenen
1 dl witte bessenwijn
10 g gelatine
4 eiwitten
1/8 geslagen room

Bereiding

Zet een puddingvorm gevuld met water weg.
Doe de eidoiers in een pan met dikke bodem, voeg suiker en citroenrasp toe en roer deze massa schuimig. Week de gelatine in water.
Giet de wijn en het citroensap bij de dooiers en warm op onder voortdurend roeren tot het enigzins gebonden is. Los de gelatine uitgeknepen erin op.
Klop de eiwitten zeer stijf in een vertvrije kom en spatel die door het dooiermassa.
Neem van het vuur en laat afkoelen tot geleiachtig. Leeg de puddingvorm en stort de geleiachtige massa in de vorm. Laat in de vorm verder afkoelen en opstijven.

Citroenvla

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eiwitten
4 dooiers
125 g basterdsuiker
geraspte citroenschil
sap van 3 citroenen
3/4 dl water

Bereiding

Sla de eiwitten stijf in en vetvrije kom.
Doe de dooiers in een apn met dikke bodem, voeg citroenrasp en suiker toe en roer wit en schuimig. Voeg onder goed roeren water en citroensap toe en verwarm dit mengsel onder voortdurend roeren op een klein pitje tot het enigsinds gebonden is (bij ongeveer 70 graden). Sla de eiwitten nogmaals op en schep er dan rustig maar snel de dooiermassa door.
Doe terug in de pan en verwarm deze voorzichtig kloppend, nog even tot er iets damp afkomt. Dit voorkomt het spoedig uitzakken van het eiwit. Schep de vla desgewenst in een vlaschaal.

Creme au Beurre

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g boter
125 g gezeefde poedersuiker
1 zakje vanillesuiker of 3-4 druppels vanilleextract of 2 el sinaasappellikeur of 2 el koffielikeur of 2 el cacao of 2 el poederkoffie of vergelijkbaar

Bereiding

Roer de boter zachht en lichter van kleur. Voeg de poedersuiker toe met de vanillesuiker of vergelijkbaar en roer goed door.

Deense Rijst

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Deens	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g bitterkoekjes
2 dl lauwe melk
1 l melk koud
1 suikerklontje
1 citroen
125 g dessert rijst
zout
2 eieren gesplitst
55 g suiker
30 g boter

Bereiding

Week de bitterkoekjes in de lauwe melk. Klop de eidooiers wit en schimig. Sla de eiwitten stijf in een vetvrije kom.
Breng de rest van de melk aan de kook en strooi er de rijs in en kook gaar volgens de aanwijzinggen op de verpakking.
Doe de boter in de rijstebrij en neem wat lepls die je door de eidooiers rort. Meng de eidooiers dan door de rijstebrij. Verwarm de oven voor op 200 graden.
Spatel rustig de rijstebrij door de eiwitten zonder dat er teveel opgenomen lucht uit de eiwitten verdwijnt.
Vet een vuurvaste schal in en stort de massa in de schaal. Zet zolang in de oven dat er op de bovenkant een goudgeel korstje is gekomen.

Dikke Speculaas

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g bloem
250 g boter
150 g donkerbruine basterdsuiker
10 g speculaaskruiden
3 tl bakpoeder
zout

Bereiding

Kneed alle ingredienten zonder de amandelen tot een soepele bal, rol die uit tot een lap van 1 cm dik en leg deze in een ingevet bakblik. Verwarm de oven voor op 180 graden en bak het in 25 minuten mooi bruin en gaar.

Variatie.
Druk 30 g gebrande amandelen stevig met de platte kant naar beneden in het deeg voordat je gaat bakken.

Diplomaat Pudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 eierdooiers
50 g suiker
3 dl melk
vanillestokje
15 g gelatine
2 1/2 dl room
1/2 dl marasquin
30 g volkoren biscuits
75 g goed uitgelekte vruchten uit blik/pot

Bereiding

Roer de dooiers met de suiker tot een schuimige massa. Week de gelatine.
Verwarm de melk met de vanille en giet deze onder voortdurend roeren bij de dooiers. Doe terug in de pan en laat op een klein pitje binden onder voortdurend roeren. verwijder het vanillestokje , snijd het overlangs door en schraap er het merg uit. Voeg dit weer toe aan de vla.
Knijp de gelatine goed uit en laat oplossen in de vloeistof. Roer de room erdoor en laat afkoelen op een koele plaats tot het begint te geleren.
Leg de biscuits op een bord en giet de marasquin erover.
Doe telkens een laagje pudding en daarop een laagje biscuits (blijf 1 cm van de rand van de schaal), een laaagje vruchten (blijf 1 cm van de rand van de schaal), weer pudding en weer biscuits enz
en eindig met pudding.
Laat verder afkoelen en opstijven op een koele plaats.

Doperwten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg doperwten gedopt
zout
30 g boter
1 el suiker
peterselie gehakt

Bereiding

Kook de doperwten in 10-20 minuten gaar in water. Giet af en schud er zout, boter, suiker en peterselie door.

Drie in de Pan

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g bloem
12 g gist
3 1/2 dl lauwe melk
1 ei
zout
125 g rozijen en krenten gewassen en gedroogd
1 geschilde en gesnipperde appel
boter

Bereiding

Doe de bloem in en verwarmde kom en maak in het midden een kuiltje. Maak de gist vloeibaar door deze met wat van de melk te mengen. Doe deze oplossing in het kuiltje.
Voeg de rest van de melk toe met het ei en maak een glad, luchtig beslag door stevig te kloppen gedurende 5 minuten.Roer er wat zout, de krenten en rozijnen en de appel. Dek af en laat op een warme plaats (of in een teiltje met warm water) 1 uur rijzen.
Verhit boter in een koekenpan en vorm ronde koekjes, die je van de punt van de lepel in de pan laat lopen, die je mooi goudbruin bakt. Leg ze dakpans gewijs op en schaal en presenteer met kaneel en suiker.

Droge Rijst

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Aziatisch	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g rijst
6 dl water
zout

Bereiding

Breng het water met zout aan de kook. Strooi er de rijst in, even doorroeren en breng weer aan de kook.
De kooktijd staat op de verpakking.

Duitse Biefstuk

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Duits	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 middel grote in lange snippers en 1 kleine ui gesnipperd
175 g boter
zout en peper
400-500 g mager rundvvlees b.v. baklapjes of biefstuk of tartaar
1 dl melk
water

Bereiding

Smelt 50 g boter in een koekenpan en fruit de ui goudbruin. Strooi er iets zout op en houd ze warm.
Maal het vlees of hak het. Meng het met peper en zout en de gesnipperde ui tot een samenhangende massa. Verdeel in 4 gelijke delen en vorm ze in een bolletje met een iets afgeplatte boven en onderkant. Maak er met de achterkant van een mes een ruitjes patroon in en bak de biefstuk in hete boter aan beide kanten bruin. Maak de jus als bij het recept voor biefstuk beschreven.
Serveer met een dotje gefruite ui op elke biefstuk.

Ei Koken

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

voor iedereen een ei
gaatjes prikker

Bereiding

Prik een gaatje in de luchtkamer van elk ei.
Vul een steelpan met zoveel water dat de eieren net onder staan en breng aan de kook.
Kookt het water dan het vuur temperen en beginnen met het opnemen van de tijd: voor een zacht ei 3-4 minuten (afhankelijk van de grote van het ei), voor hardgekookte eieren 8-10 minuten.
Neem van het vuur, giet af en laat de eieren, onder koud stromend water, even schrikken.

Eierbuiscuits

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 eieren
140 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 el water
120 g bloem
30 g maizena
1 tll bakpoeder
zout

Bereiding

Vet een bakplaat in en bestuif met bloem.
Klop de eieren met de suiker, vanillesuiker en water tot een dikke schuimige massa ca. 5 minuten. Zet de kom in een teiltje warm water.
Verwarm de oven voor op 180 graden.
Zeef de bloem met het bakpoeder en zout en roer dit door de eiermassa. roer er niet meer in.
breng over in een spuitzak met grove kartelmond en spuit strepen op de bakplaat op eneige afstand van elkaar.
Zet gedurende 15-20 minuten in de oven zodat de koeken heel lichtbruin en gaar zijn.
Neem ze met een draadje of een mes van de plaat.

Eiersneetjes

Menugang	Lunch	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

8 sneetjes toast of brrod zelf geroosterd in plakjes van 4x4 cm
(b.v. casinobrood)
2 eieren hardgekookt
50 g boter
peper en zout
aromat
enkele takjes peterslie

Bereiding

Pel de eieren en scheid de dooiers van het wit. Hak het wit van 1 ei zeer fijn met een keukenmes.
Prak met een vork de dooiers fijn, meng er de boter door en breng op smaak met aromat, zout en peper.
Besmeer nu elk toastje met dit mengsel en garneer met het gehakte eiwit.

Erwtensoep

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

750 g spliterwten
4 1/2 l water
1 liefst verse rookworst
100 g doorregen spek
1 varkenshiel
2 aardappels gekookt in blokjes
2 preien in ringen
1 knolselderij geschild en in blokjes
selderijgroen gehakt
2 bouillonblokjes
aromat
zout en peper
roggebrood en katenspek

Bereiding

Doe het water met de erwten en vlees in een grote soeppan en voeg de bouillonblokjes en wat peper toe. Breng aan de kook en laat op het kleinste vuur zachtjes gaar worden in 1 uur . Neem het vlees uit de soep en snijd het vlees klein. Voeg dit weer bij de soep. Snijd de worst in plakjes.
Voeg de groentes en de aardappel toe en laat 30 minuten onder af en toe roeren meekoken. De worst de l;aatste 15 minuten erbij doen. Breng op smaak met aromat en zout.
Serveer de soep met roggebrood en katenspek.

Tip:
De soep is direct al te eten maar wordt dikker n lekkerder als deze een nacht heeft kunnen trekken zogdat alle smaken goed zijn doorgetrokken.
Let op dat je de soep dan snel moet terugkoelen en in de koelkast moet bewaren om zuur worden te voorkomen wat zonde zou zijn van alle werk en de voorpret.
Zoals u ziet gingen er vroeger GEEN wortels in de erwtensoep maar als u dat wilt is er geen bezwaar tegen.

Flensjes

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 eiere
125 g bloem
zout
vanillesuiker
5 dl melk
boter
suiker

Bereiding

Kloop de eieren in een kom schuimig en zeef hierbij de bloem, voeg zout en vanillesuiker toe en roer ales goed door elkaar. Schenk hierbij in kleien hoeveelheden de melk onder constant roeren zodat een glad beslag ontstaat.
Smelt boter in een (pannen)koekenpan en giet hierin zoveelvan het beslag dat de bodem juist bedekt is. Bak het flensje aan beide kanten gouidbruin.

bestrooi, beleg met datgene men graag heeft oprollen of plat en smullen maar.

Forel a la Meuniere

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

12 forelfilets
zout
1 ei
paneermeel
100 g roomboter
1 citroen 12 geperst en de 1/2 in schijfjes
peterselie gehakt
1 el water

Bereiding

Zout de filets licht en klop het ei los met water. haal de filets door het ei en vervolgens door de paneermeel. Leg ze niet op elkaar!!!!
Verhit de boter in een grote koekenpan en bak de filets bruin, krokant en gaar.
Neem uit de pan en maak de bakjus af met citroensap en water.
Bestrooi de filets met de peterselie en beedruppel met wat citroensap of geef er een schijfje citroen bij.

Frietes (Pommes Frites of Patatas Fritas)

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1kg aardappels of kant en klare frites
frituur
zout

Bereiding

Verwarm de frituur op 170 graden. Schil en snijd de aardappels in frites.
frituur de aardappel in niet te grote hoeveelheden in d frituur bruin en krokant.
Bestrooi met zout en serveer heet.

Gebakken Aardappels

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg gekookte aardappels in p-lakjes
boter
olijfolie
eventueel 1 kleine ui gesnipperd
eventueel 1 halve verpakking spekblokjes

Bereiding

Verhit de boter met de olie in een grote koekenpan en doe de aardappelschijfjes erin. aat de eerste 3-5 minuten op groot vuur even rustig bakken zonder te roeren.
temper het vuur tot medium en keer de aardappels. Doe nu ook eventueel de en/of dhet spek erbij. Herhaal dit tot er een mooi bruin korstje is gevormd. Laat de ui niet verbranden!!!!

Gebakken Appel

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

pp 1 stevige appel b.v. granny smithj of goudrenet
handje rozijnen geweld in warm water
handje krenten geweld in warm water
80 g suiker
1 tl kaneelpoeder
boter
appelboor

Bereiding

Dep de rozijnen en de krenten doog en doe ze in een kom. Voeg de suiker en kaneel toe en meng goed door.
Was de appels, schil ze en boor ze uit . Laat een klont boter smelten in een pan met deksel en zet de appels erin. Vul de holte met het krenten-rozijnen mengsel en sluit het deksel. Lat zachtjes bakken.
Na 5 minuten de holte aanvullen met het krenten-rozijnen mengsel en de rest over strooien.
Laat zachtjes gaar koken waardoor er een stroopachtig laagje onttstaat. Serveer warm.

Gebakken Lever

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300-400 g runder-, kalfs- of varkenslever
peper en zout
bloem
40-100 g boter afhankelijk van de te maken oeveelheid jus

Bereiding

was de lever en snijd in niet te dunne plakken, bestrooi met peper en zout en wentel ze door de bloem. Smelt de boter in een koekenpan en bak de lapjes in de hete boter snel bruin (4-6 minuten). Let echter heel goed op dat de kleur niet te donker wordt! In dat geval iets water toevoegen om te voorkomen dat de lever door te lang bakken droog en vast wordt.

Tip:
Lekker met een gewassen appel, uitgeboort en in plakken van 0,5 cm gesneden. Bak de plakken in en koekenpan lichtbruin. Serveer bij de lever.
Koken: Kook de lever 20 minuten in water met zout.
Grillen:Was de lever en dep droog bestrooi met zout en peper en wrijf in met olijfolie.
Leg op de hete grill en draai na 3-4 minuten om.

Gebakken Paling

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

600 g dikke paling
zout
1 ei
paneermeel
60 g boter
citroensap
1 el water

Bereiding

Snijd de gestroopte, gewassen paling in stukken van 5 cm en zout ze. aat even intrekken.
Klop het ei los met 1 el water en haal de moten erdoor.
Dan door de paneermeel.
verhit de boter in een koekenpan en bak de vis aan beide zijden bruin. knapperig en gaar in 15 minuten.

Gebakken Schol (Bot)

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 grote of 8 kleine schollen ca 1 1/2 kg
zout
bloem of melk
olie

Bereiding

Zout de vis en laat dat enige tijd intrekken.
Verhit in een grote koekenpan de olie op groot vuur wentel de vis door de bloem of de melk.
Bak de vis, eerst de witte onderkant, in 5 minuten mooi bruin, gaar en knapend, neem uit de pan, houd ze warm en herhaal dit tot alle vis gebakken is.

Gegrillde Vis

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Grillen	Slank	Nee
Bron				Sterren	



Ingrediënten

1 vis voor iieder naar eigen keuze
zout
citroensap
paneermeel
boter

Bereiding

Zout de vis en laat dit 1 uur intrekken.
Beboter een vuurvaste schaal in en leg de vis erin. Besprenkel met citroensap en bestrooi met paneermeel.
Zet zo dicht mogelijk onder een hete grill en gaar de vis, afhankelijk van de dikte, in 5-20 minuten. Keer de vis halverwege om.

Tip:
Op de bbq:
Zout de vis en laat intrekken. Bestrijk met olie en doe de vis in een visgrilnet (zie foto) in verschillende uitvoerigen,om te voorkomen dat de vis uit elkaar valt als deze gaar is.
Bedruppel tijdens het grillen met citroensap en keer de vis halverwege om.
Je kunt, als je een hele vis gebruikt, de buikholte vullen met schijfjes citroen, kruiden etc.

Gehaktballen

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g runder of hoh gehakt
1 ei
peper en zout
nootmuskaat
mespuntje kruidnagelpoeder
100 g paneermeel
120 g boter
2 el tomatenpuree of 15 g bloem
eventueel 1 klein gesnipperd uitje

Bereiding

Doe het ei en de kruiden in eenkome met de paneermeel en meng door elkaar. Voeg het gehakt toe en meng goed door. verdeel in ongeveer gelijke delen en draai er ballen van iets kleiner dan een tennisbal. Verhit de boter in een braadpan en bab de ballen snel aan allle kanten bruin op hoog vuur. Zet op het kleinste vuur en voeg water en de tomatenpuree toe en sluit de pan. Laat in 20-25 minuten gaar worden. gebruik je bloem dan deze voordat je het water toevoeg even laten garen in het bakvet.

Variatie:
Met 100 g oud brood. klop het ei los en giet dit over het brood. Week het brood en prak met een vork zo fijn mogelijk. Meng dit door het gekruide gehakt.

Gehaktballetjes voor de Soep

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50-75 g rundergehakt
peper en zout
nootmuskaat
paneermeel

Bereiding

Meng het gehakt met peper, zout en paneermeel en draai er balletjes van. Laat tot gebruik in de koelkast rusten.

Gekookte/Gebakken Mosselen

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Zeevruchten	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Koken	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 kg mosselen
peper en 3 el zout/liter water
1 ui gesnipperd
selderij of peterselie
tijm
1 citroen
eventueel azijn

Bereiding

Kijk iedere mossel na of deze goed isdoor met duim en wijsvinger stevig op de rand te drukken. Alle mosselen die opengaan of gekneusd zijn verwijderen.
Doe de overgebleven mosselen in ruim water met zout om te spoelen. Nadat ze enige tijd zo hebben gestaat het water enkele malen verversen.
In een pan een bodempje water aan de kook brengen met de ui en de kruiden. voeg de mosselen toe. Schep ze af en toe om en laat 10-15 minuten koken ot alle schelpen open zijn.
Presenteer ze met het kooknat, peper, zout en schijfjes citroen en eventueel azijn.

Tip;
Voeg eens speciale mosselgroente toe en vervan het extra zout ens door 1/2 visbouillon tablet.

Gebakken mosselen:
3 kg gekookte mosselen, bloem, peper, zout, olie, citroensap
Neem de mosselen uit de schelpen en was ze enige keren om nog everntueel aanwezig zand te verwijderen. Laat ze uitlekken. Doe peper, bloem en zout i een afsluitbare plastic bak en meng ze. Voeg de mosselen toe en schud zodat de bloem en kruiden overal komt.
Verhit de olie tot heet en bak de mosselen hierin, in kleine hoeveelheden, snel goudbruin. Druppel er wat citroensap over.

Gepocheerde Eieren

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

water
1 el zout per liter water
1 el azijn per liter water
voor iedereen een kakelvers!!!! ei

Bereiding

Pocheer niet meer dan 4 eieren tegelijk per keer.
Breng in een wijde niet te diepe pan water met zout en azijn aan de kook. Neem van het vuur en breek, net boven het water, de eieren (laat de inhoud rustig in het water glijden).
Zet de pan weer op het kleinste vuur en schep met een lepel het eiwit zoveel mogelijk om de dooier heen.
Laat 3-4 minuten zacht koken en neem dan de eieren met een schuimspaan uit het water. Herhaal deze procedure zo veel keer als er gasten zijn.
Serveer warm.

Variaties:
-met kaassaus: 25 g boter, 25 g bloem, 2 1/2 dl melk, peper,zout, 50 g geraspte kaas. Boter smelten en bloem erdoor roeren. dan in kleine hoeveelheden de melk erdoor mengen tot een gladde saus ontstaat. Laat hierin de kaas smelten en breng op smaak met peper en zout.
-met kerriesaus op geroosterd brood: 1 fijngesneden sjalotje, 30 g boter,1 tl kerrie,30 g bloem, 30 g boter, 3 dl bouillon en zoutMaak de kerriesaus volgens het kaassausje ipv melk met bouillon.

Gestoofde Aardappels

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

600 g gekookte aardappels
5 dl warme melk
12 bouillonblokje
50 g boter
nootmuskaat
paneermeel
wat extra boter

Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een ovebnschaal in en snijd de aardappels in plakjes. Leg deze in de schaal. Los het bouillonblokje op in de melk en voeg de boter en wat nootmuskaat toe.Giet over de aardappel en strooi er paneermeel over. Leg hier ebn daar een klontje boter.
Zet de schaal in dee oven gedurende 10 minuten zodat er een mooi bruin korstje op komt.

Gestoofde Komkommers

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 grote komkommers
20 g margrine
20 g bloem
2 dl melk
1 tl kerrie
250 g gekookte gezeefde tomatenblokjes blik
klein blokje tomatenpuree
aromat
zout
peterselie gehakt

Bereiding

Snijd de komkommers doormidden overlangs en verwijder het zaad met een theelepel. Snijd de helften in de lengte nog eens door en vervolgens in stukken van4 cm lang.Smelt boter in de pan envoeg de kerrie en de tomatenpure toe op een klein pitje zodat het niet verbrand. Roer regelmatig. Voeg de komkommers toe en iets zout.
sluit de pan en laat op een klein vuur 10-15 minuten gaar worden. neem de komkommer uit de pan en roer de bloem los met de melk. Bind hiermee het groentenat en voeg de tomaten toe.
Warm alles goed door en voeg de komkommer toe. breng op smak met zout en peper. Strooi de peterselie erover.

Gestoofde Paling

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

600 g dunne paling
zout
citroensap
paneermeel
boter

Bereiding

Maak de vis schoon of koop geschoonde vis. beboter een vuurvaste schaal en het papier. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Bestrooi de vis met zout en leg in de schaal. Giet 1/2 cm water in de schaal, dek af met het papier met de beboterde zijde naar beneden en zet gedurende 10-15 minuten in de oven. De graat moet makkelijk loslaten van de vis.

Gestoofde Tomaten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg tomaten
40 g boter
1 flinke ui gesnipperd
30 g maizena
peper en zout
peterselie gehakt

Bereiding

Ontvel de tomaten door ze in te kruizen en even in kokend water te dompelen. Snijd ze in dikke plakken.
Roer de maizena los met wat water.
Smelt de boter in een kokenpan en fruit de ui lichtbruin. Doe de tomaten erbij en laat 10 minuten meebakken. Bind het vocht met de maizena oplossing. Laat even doorkoken.
Bestrooi met de peterselie.

Gestoofde Uien

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg niet te grote uien
zout
1 bouillonblokje
1 dl azijn
30 g maizena
30 g boter

Bereiding

Maak de uien schoon en kook ze gaar in wat water met wat zout in 15 minuten.
Neem de uien uit het vocht en vul dit aan tot 2 dl. Los het bouiollonblokje er in op en voeg de azijn toe
roer de maizena los met wat water tot een dun papje en bind hiermee het kookvocht.
Voeg d uien weer toe en roer er de boter door. Warm goed door..

Gestoofde Vis

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg vis
boter
vel vetvrij papier
water

Bereiding

Maak de vis schoon of koop geschoonde vis. beboter een vuurvaste schaal en het papier. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Bestrooi de vis met zout en leg in de schaal. Giet 1/2 cm water in de schaal, dek af met het papier met de beboterde zijde naar beneden en zet gedurende 10-15 minuten in de oven. de graat moet makkelijk loslaten van de vis.

Oventijden:visfilets ongeveer 10 minuten, vismoten 15-20 minuten, tarbot 20-30 minuten, kabeljauwstaart 25-30 minuten. De tijd hangt af vanm de dikte van de vis.

Gestoofde Zuurkool

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

750 g zuurkool
2 dl verdunde jus of water
200 g vet- of pekelspek in reepjes gesneden
50 g boter

Bereiding

Was de zuurkool indien nodig en zet het op met de jus of het water. Leg het spek erop en laat op een klein pitje zachtjes afgedekt koken gedurende 10 minuten. De zuurkool is dan nog knapperig.
Roer de boter erdoor en serveer heet.

Gevulde Broodjes

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 kadetjes of puntjes bruin of wit naar keuze
25 g boter
1 uitje fijngesneden
1-1 1/2 dl jus of bouillon
150 g koud bereid vlees fijngesneden
peper en zouit
aroma
peterselie gehakt
boter

Bereiding

Snijd het kapje van de broodjes en hol ze uit zodanig dat de wanden niet beschadigen.
Smoor de ui in boter heel lichtbruin. Het vlees dan toevoegen en even meebakken.
Voeg de bouillon toe met het broodkruim uit het broodje en breng alles op smaak met peper, zout, peterselie en aroma.
Vul de broodjes met it mengsel en leg er de kapjes weer bovenop.Besmeer ze dik met boter en zet ze dan dicht onder de grill of in een heteluchtoven (180 Graden) zodat ze door en door gaar en warm worden met een knapperig korstje.

Variatie:
-Vegetarisch: 2 hardgekookte eieren, 2 dl melk, 1 groentebouillon blokje, 1 uitje gesnipperd, takje tijm, peterselie, 20 g boter, 20 g bloem zie verder recept boven.
Trek de melk met de ui, bouillonblokje peterselie en de tijm en zeef deze dan.
Smelt in een pan de boter en voeg de bloem toe. Dan in kleine hoeveelhedebn de melk toevoegen zodat een gladde dikke saus ontstaat.
verdeel de eieren in kleine stukken die je aande saus toevoegd. Breng alles op smaak met zout, peper, peterselie en aroma.
Vul de broodjes hiermee, leg het kapje erop en besmeer dik met boter en zie boven.
-Hambroodjes:30 g boter, 30 g bloem, 2 dl bouillon, 100 g ham fijngesneden, peper en zout,

Gevulde Eieren

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Kouide Bereiding	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
50 g boter
mosterd
peper en zout
aromat

Bereiding

Kook de eieren hard in 8 minuten, giet af, lat schrikken en pel ze.
Snijd de eieren overlangs (van punt tot punt) door zodat je twee gelijke delen hebt. Wip de dooiers eruit en doe deze in en schaaltje. Druk ze met een vork goed fijn.
Maak er met de boter en (naar smaak) mosterd, zout en peper en aromat een smakelijk geheel van. Doe in een spuitzak.
Snijd van de eihelften eventueel een klein plakje van de onderkant af om een stevige basis te hebben en vul de eieren zo dat de vulling er een cm bovenuit komt.
Garneer naar believen met mosterd, plakje augurk, stukje tomaat, truffels,peterselie gehakt, paprikapoder, draadje bieslook a 3 cm, garnaal of een kappertje.

Variatie in de vulling: Roer wat tomatenpur5ee, wat fijngehakte peterselie, wat zeer fijngesneden ham, wat ansjovispstei of mayonaise door het dooiermengsel naar eigen smaak.
In wezen kun je varieren zoveel je wilt als het voor jezelf maar lekker is.

Gevulde Koeken

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g bloenm
225 g boter
150 g witte basterdsuiker
1 1/2 tl bakpoeder
1 ei
zout
amandelpers (zie recept daar) van 100 g amandelen
100 g suiker
1 klein ei
1 suikerklontje
1 citroen

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen en maak het daarna fijn. Klop het kleine ei los met 1 el water. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Kneed van de bloem, bakpoeder, suiker, zout, de helft van de citroensuiker en de boter een soepel deeg. Maak de amandelpers maar bewaar zoveel amandelen als de helft van het aantal deegplakken..
Bestuif je werkblad met bloem en rol de deegbal uit tot een lap van 1/3 cm dik. Steek er met een vorm ronde plakken van 8-10 cm uit.
Verdeel de amandelpers over de helft van de deegplakken. Druk de rest er stevig op en bestrijk met het losgeklopte ei de bovenkant. Leg op elke koek 1 amandel en bestrijk ook die even met ei.
Vet een bakplaat in en leg er de koeken op. bak ze op dezelfde manier als de spritskoekjes (zie daar).

Gevulde Pannekoekjes

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100-200 g vleesresten
2 dl jus
70 g bloem
1 gesnipperde ui
peterselie gehakt
peper en zout
aromat
1 ei
1 dl melk
boter

Bereiding

Snijd het vlees klein en stoof het in de jus met de ui. Voeg 20 g bloem toe en laat 5-10 minuten doorkoken.
Breng de verkregen massa op smaak met zout, peper, aromat en peterselie.
Maak een beslag van de resterende bloem, melk, ei en zout.
Smelt een klontje boter in een koekenpan en bak de helft van het beslag. Snijd deze pannenkoek door de helft en leg terug in de pan. verdeel de helft van de vulling over de twee pannenkoekhelften. en sla deze dubbel.
Herhaal dat voor de rest van het beslag.. Dien warm op.

Gevulde Tomaten

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

8 ronde tomaten niet te groot
zout en peper
aromat
nootmuskaat
1 uitje gesnipperd
200 g rundergehakt
paneermeel
boter
peterselie gehakt
eventueel 1 augurkje gehakt

Bereiding

Was de tomaten en snijd het kapje eraf. Hol; ze uit met een theelepel en bestrooi met iets zout aan de binnenkant. Beboter een vuurvaste schaal. Verwarm de oven voor op 180 graden C.
Smelt de boter in een koekenpan en fruit het uitje op een zacht vuur. Wrijf het kapje en het zaad door een zeef en voeg een deel bij de uitjes in de pan als de ui goudgeel geworden is.
Draai het gas uit en meng samen met peper, zout, aromat, nootmuskaat en eventueel het augurkje door het gehakt. Wanneer het te nat is wat paneermeel erdoor mengen.
Vul de tomaten met dit mengsel zonder dat de randen van de tomaat bedekt worden.
De rest van de tomatenmassa op smaak brengen met zout, aroma en peper.
Doe de tomatenmassa op de bodem van de schaal en zet de gevulde tomaten erin. bestrooi met paneermeel en leg op elke tomaat een klontje boter.
Zet in de oven tot de tomaten en het gehakt gaar zijn en eemn mooi bruin korstje hebben. bestrooi tot slot met wat peterselie.

Gevulde Tomaten

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

rijpe niet al te grote tomaten (b.v. tasty Tom's)
peper en zout
aromat
slasaus of mayonaise
gehakte pepterselie
Vulling: per tomaat
1/2 hardgekookt ei
25 g gerspte kaas naar keuze
25 g Hollandse garnalen
wat geraspte komkommer

Bereiding

Was de tomaten en snijd er de bovenkapjes af. Hol ze uit met een theelepel en strooi er wat peper en zout (voorzichtig hiermee want door de vulling komt ook zout) in.
Meng het vulsel met de mayonaise/slasaus, aromat naar smaak en peterselie. Proef (het belangrijkste wapen van de kok) en na goedkeuring dit mengsel afvullen in de holle tomaten.
Plaats desgewenst het dakje weer op de tomaten.

Glazuur

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200g poedersuiker
enkele druppels likeur, essence of citroensap
2 el watyer

Bereiding

Doe de poedersuiker in een kom, meng de smaakstof door het water en door de poedersuiker.
De dikte van de glazuur is afhankelijk van het toegevoegde water met dien verstande dat enkeele druppels de glazuur al verdunnen.

Griesmeel Pudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk
geraspte schil van 1 citroen
100 g griesmeel
75 g suiker
20 g boter
zout
eventueel 1 ei
eventueel 50 g gehakte amandelen

Bereiding

Zet de puddingvorm evuld met water weg.
Breng de melk met de citroenschil en zout aan de kook.
Voeg de suiker en de griesmeel toe en roer tot het weer kookt. Laat 5 minuten onder af en toe roeren doorkoken.. Neem van het gas en roer er de boter en eventueel de amandelen en/ogf eventuee het met water losgeklopte ei erdoor. Leeg de puddingvorm en stort de massa erin.
Lekker met bessensap zie recept elders.

Griesmeelpap

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk
geraspte schil van een citroen
zout
60 g griesmeel
50 g suiker

Bereiding

Breng de melk met de citroienschil en wat zout an de kook.
Meng het griesmeel met de suiker en strooi dit vlug in de melk.
Roer tot d pap kookt en laat 5 minuten onder regelmatig roeren zachtjes koken zodat de griesmeel gaar wordt.

Lekker met bessensap. (zie recept elders)

Groentesoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kant en klaar vleessoeppakket of 200 g runderpoulet, 100 g
rundergehaktballetjes en een soepbot
1 grote zak soepgroentes naar keuze
1 1/2 l water
2 runderbouillonblokjes
1 kruidenboulonblokje
1 kruidenbuiltje voor runderbouillon
2 laurierbladeren
1 uitje gesnipperd
peper
maggi
1-2 tomaten in bllokjes gesneden

Bereiding

Zet de soeppan op met water rundersoeppakket, ui, tomatenblokjes kruidenbuiltje, laurierblad, peper en bouillonblokjes. breng aan de kook en laat 1 1/2 -2 uur zachtjes trekken met het deksel op de pan. Voeg, als de bereiding nog 20 minuten duurt, de soepgroenten toe en een scheutje maggi.

variatie
Gebonden soep:
40 g boter, 35 g bloem
De boter smelten en de bloem erdoor roeren. dan in kleine hoeveelheden de groentesoep erdoor mengen.

Groentesoep met Pasta

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l bouillon
40 g vermicelli, macaroni of spahetti
30 g boter
zak soepgroenten + gebroken sperciebоontjes, ui gesnipperd,
bloemkool in kleine roosjes, doperwtjes, bleekselderij in halve
maantjes
peterselie
peper en zout
aromat of maggi
eventueel 300 g soepvlees

Bereiding

Breng de bouillon met het soepvlees aan de kook en gaar het vlees in 1 1/2 uur. Desoepgroenten in een koekenpan met boter 8 minuten op een klein pitje laten smoren. Voorkom aanbranden.
De laatste 20 minuten de soepgroenten en de pasta toevoegen. Eventueel wat water of bouillon extra toevoegen als het volume teveel afneemt.
Doe de gesmoorde groenten er de laatste 10 minuten bij en laat de soep goed door en door warm worden.
Breng op smaak met zout, peper en aromat.

Haas-Wild Konijn

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Wild	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 haas of konijn
250 g boter
rode wijn
peper en zout
1 ui in schijven gesneden
eventueel 100 g spekblokjes niet gerookt

Bereiding

Was het vlees, dep droog en wrijf in met zout en peper. Verwarm de oven op 180 graden.
Doe de boter in een braadslee/ovenschaal en laat deze in de oven even smelten en het schuim wegtrekken. Neem uit de oven en leg het vlees erin en overgiet met de boter.
Zet gedurende 45 minuten in de oven
Na 15 minuten de ui en eventueel het spek toevoegen en het vlees regelmatig bedruipen. na 45 minuten de rode wijn en water toevoegen en het vlees nog 45-60 minuten onder regelmatig bedruipen gaar en mooi bruin bakken. Controleer of d haas gaar is door met een prikker tussen de gewrichten van de poot te prikken: gaat deze er gemakkelijk in dan is het vlees gaar.
Vul het braadvocht aan tot de gewenste hoeveelheid en dik eventueel in met wat losgeroerde maizena.

Variatiie:
Tam konijn zie boven.

Hachee

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

80 g boter
60 g bloem
250 g ui in halve ringen
5 dl water
1/2 dl rode wijn of rode wijnazijn
1 laurierblad
1 kruidnagel
300-500 g hacheevlees
1 runderbouillonblokje
peper en zout
plakje peperkoekof ontbijtkoek

Bereiding

Verhit de boter in een braadpan en voeg het vlees toee. Bak aan alle kanten snel bruin en voeg de bloem toe. Laat onder voortdurend roeren kastanjebruin worden.
Voeg het laurierblad, kruidnagel, bouillonblokje en de wijn en het water in kleine hoeveelheden tegelijk toe.
Sluit het deksel en laat 2-2 1/2 uur stoven op het kleinste pitje. 30 minuten voor het einde de verkruimelde peperkoek toevoegen.
Breng op smaak met zout en peper.

Lekker met hutspot, rijst, en rode kool met aardappelpuree.

Hambroodjes

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Vlaams	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

30 g boter
30 g bloem
2 dl bouillon
100 g ham fijngesneden
peper en zout,
aroma
4 dunne sneetjes oud brood 4x8 cm
1 ei
paneermeel

Bereiding

Smelt de boter in een pan en voeg de bloem toe. Laat even garen en geef er dan in kleine hoeveelhedende bouillon bij zodat een gladde dikke saus ontstaat. Verhit de frituur op 170 graden.
Roer er de ham door en breng op smaak met peper, zout en aroma.
Verdeel over de sneetjes brood en strijk met en vochtig mes glad zodanig dat de ragout in het midden iets hoger is.
Klop het ei los met iets water, doop de bovenkant van de broodjes voorzichtig in het eimengsel en vervolgens in de paneermeel zodanig dat de ragout hiermee goed bedekt is maar niet het brood.
Bak de broodjes in de frituur goudbruin, warm en knapperig.

Haring Bakken

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

8 verse haringen
peper en zout
bloem
olie

Bereiding

Controleer of de haring goed schoongemaakt is en was de vis.
Dep droog en bestrooi dun met zout en peper.
Verwarm olie in de koekenpan tot er damp afkomt, wentel de vis door de bloem en bak eerst de buitenkant en vervolgens de binnenkant bruin en knapprig in ongeveer 4 minuten.

Haring met Tomaten

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Kouide Bereiding	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 schoongemaakte (nieuwe) haringen
2 tomaten
peepr en zout
Maggi
peterselie gehakt
slasaus of mayonaise

Bereiding

Verdeel elke haring in 4 filets en rol deze op. Steek vast met een prikker en zet ze op een kleine serveerschaal.
Houd de, aan een vork geprikte tomaten, even in de gasvlam en verwijder het vel (of je kruist de tomaten even in met een mes en dompelt ze even in kokend water).
Snijd de ontvelde tomaten in dunne plakjes die je bedruppeld met maggie. Verdeel ze rond de haring.

Havermoutkoekjes

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g vlugkokende havermout
50 g boter
50 g witte basterdsuiker
1/3 tl bakpoeder
iets zout

Bereiding

Maak en deeg, vorm er koekjes van en bak op dezelfde manier als spritskoekjes (zie daar).

Hazelnoottaart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	springvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
125 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 el water
50 g bloem
25 g harde boter
zout
Vulling:
25 g gebrande hazelnoten
mocca creme au beurre (zie recept daar) van 125 g boter
mocca glazuur (zie recept daar) van 100 g poedersuiker

Bereiding

Houd ca 20 hazelnoten apart en maal de rest. Neem 1/3 deel apart.
Vet een springvorm in en bestuif met bloem.
Zeef de bloem met zout in een kom en snijd de boter in kleine stukjes. Voeg deze toe. In een andere kom 3 eierdooiers met 1 heel ei, de suiker, de gemalen noten en hetwater tot een luchtige massa. Sla in een vetvrije kom de eiwitten zeer stijf. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Doe alle ingredienten bij het eiwit en spatel dit er rustig door. Stort de massa in de vorm. en bak de taart in 20-25 minuten gaar. Snijd de taart met en draad overlangs in tweeen en bestrijk de onderste helft met de creme au beurre. Leg de andere helft er weer bovenop en bestrijk de zijkant ook met de creme. Met de hand de gemalen noten erop aanbrengen.
Bestrijk de bovenkant met glazuur en garneer met de rest vsn de creme en de hele achtergehouden hazelnoten..

Hazepeper

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Wild	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 grofgesneden ui
100 g boter
80 g bloem
6 dl wildfond
1 dl rode wijn
1/2 dl rode wijnazijn
1 el suiker
peper en zout
aromat
1 laurierblad
400 g haasresten zonder been

Bereiding

Fruit de ui in de boter en voeg de bloem toe.laat even garen en voeg in kleine hoeveelheden de fond toe. Mak op smaak met de wijn, wijnazijn, zout en kruiden..De kleur is eventueel wat bruiner te maken met koffiestroop (Buisman).
Doe het vlles bij de saus en laat in een gesloten pan 30 minuten zachtjes stoven, verwijder het laurierblad en voeg zonodig wat vacht toe als de saus te dik geworden is.

Hete Bliksem

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g mager pekelspek
1 12./ dl water
zout en peper
1-1 1/2 kg aardappels geschild, gewassen en in stukken
1 kg appels half zoet en half zure geschild in stukken en
klokhuizen verwijdert
aromat
40 g boter
stroop

Bereiding

Kook het spek in het water10 voor. Doe de aardappels en de appels (bovenop) bij het spek Laat 30 minuten zachtjes koken. Neem het spek uit de pan en stamp alles door elkaar. Breng op smaak met zout peper, stroop, boter en aromat. Leg het spek op het gerecht.

Hollandse Saus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 el kruiden azijn
2 el water
2 eiodooiers
80 g boter
peper en zout
citroensap

Bereiding

Doe het water en de azijn in een pan en laat tot de helft inkoken. Klop de eieren in een sauspan en voeg hett water met azijn toe en verwarm au bain marie al kloppende tot de saus bind.
Roer nu de boter in kleine klontjes door de saus en smaak af met zout, pepeer en citroensap.

Hutspot met Klapstuk

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g klapstuk
1 grote zak wortelen met uien 500 g
1 kg aardappels geschild, gewassen en instukken
zout en peper
aromat
20-50 g boter
(1-2 goudrenet geschild in stukken en klokhuis verwijdert)

Bereiding

Doe het klapstuk met water en zout in een pan en kook het in 1-1/2 uur gaar. Verwijder het vlees en voeg de aardappels en d wortels en de uien toe. breng weer aande kook en kook in 30 minten gaar. (de laatste 10 minuten de appel erop leggen) Verhit boter in een koekenpan en bak het klapstuk aan alle kanten bruin . Snijd in plakken en leg op de hutspot..
Giet de bouillon af in een kom en stamp alles door elkaar en voeg wat bouillon toe om de stamppot smeuig te maken. Breng op smaak met peper, zout en aromat.

Tip :
Verhouding wortel-ui-aardappel: 500-300-1000 gram
Hutspot smaakt ook voortreffelijk met hachee.

Huzarensla

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Kouide Bereiding	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g gekookt rundvlees
8 flinke aardappels gekookt en afgekoeld
2 flinke zoetzure appels b.v. granny Smiths, elstar of breaburn
1 blikje/potje worteltjes met dopperwtjes
zilveruitjes en augurkjes zoetzuurcherrytomatjes in tweeen
peper en zout
aromat of maggi
slasaus of mayonaise
1 ei hard gekookt en koud
peterselie gehakt
enkele slablaadjes

Bereiding

Snijd het vlees in kleine stukjes, schil de appes en snijd deze in kleine blokjes. doe dit ook met de aardappels. Was de slablaadjes en sla goed droog. Pel het ei en snijd overlangs door (of snijd het in plakjes).
Houd een paar worteltjes, dopperwtjes, zilveruitjes en augurkje apart voor garnering.
Snijd de rest (behalve de erwtjes) fijn en meng.
Voeg zoveel slasaus toe met de doperwtjes, peper, zout, 1/2 van de peterselie en aromat zodat een samenhangend smakelijk geheel ontstaat.
Rangschik de slablaadjes op een serveer schaal en verdeel daar de salade over Bedek de salade met een dun laagje mayonaise (met een lepel) en bestrooi met de rest van de [peterselie.
Garneer met de overgebleven ingredienten.

Garnerings variaties:
Kleine asperges uit een potje, reepjes rode en/of groene paprika.

Irish Stew

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Iers	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g lamsvlees in dobbelsteentjes
3 dl water
1 bouillonblokje groente, kruiden of kip
peper en zout
750 g aardappels geschild, gewassen en in 1 cm dikke plakken
500 g winterwortels geschoond en in 1 cm dikke plakken
300 g uien in grove rinen
1 laurierblad
40 g boter

Bereiding

Breng het water met het bouillonblokje en peper aan de kook en kook het vlees 30 minuten. Vet een ovenvaste schaal in en leg een laag aardappels op de bodem. Verwarm de oven voor op 200 graden. Leg daarop het vlees, de wortels en de ui en ga zo door ot ales op is en je met een laag aardappels bent geeindigt. Leg het laurierblad onder de bovenste laag aardappels.
Los de boter op in de bouillon, voeg wat zout toe en giet het in de schaal. Zet de schaal 50 minuten in de oven. Controleer de laatste 10 minuten of de schotel niet te donker wordt. (dan de temperatuur terug brengen naar 170 graden en afdekken met alufolie.)
Verwijder het laurierblad en dien op.

Jachtschotel

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 uien in halve ringen
80 g boter
1-1 1/2 kg gekookte aardappels
500 g gehakt
peper enzout
4 dl jus
4 appels

Bereiding

Schil de appels en verwijder het klokhuis. Snijd ze in schijven. bak het gehakt even snel rul in een koekenpan met wat boter. Verwarm de oven voor op 200 graden
Snijd de aardappels in plakken. Vet een ovenschaal in en verdeeleen laag aardappels op de bodem. Verdeel hier wat gehakt over en bestrooi met wat zout en peper. Leg hier een laag appels en uien op en vervolgens weer een laag aardappels etc. tot alles op is echter eindig met een lag aardappels en wat stukjes ui. Giet de jus erover en zet de schotel gedurende 10 minuten in de oven om door en door warm te worden en een mooi bruin kleurtje te krijgen.

variatie:
Maak aardappelputree van de aardappels (zie recept elders) en volg verder het recept.

juliennesoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l fijne gezeefde bouillon (zie bij recept bouillon)
1 zak fijne soepgroenten
15 g ardapelzetmeel
petyerselie gehakt
peper en zout
aromat of maggi

Bereiding

Breng de bouiillon aan de kook en voeg de groente toe. Laat 10 minuten koken.
meng het aardappelzetmeel met wat water tot een papje en bind hiermee de soep.
breng op smaak met zout en peper en aromat.

Kaaskoekjes

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Oven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g bloem
100 g geraspte belegen of oudere kaas
100 g boter
aromat
zout
eventueel een snufje kerriepoeder

Bereiding

Meng alle ingredienten door elkaar en maak er een stevig deeg van. Rol er kleine balletjes van en druk deze plat met een glas.
Vet een bakplaat in en verwarm de oven op 180 graden.
Leg de kaasschijfjes op de bakplaat en bak ze in 15 minuten bruin en gaar.

Kaassandwich/Tosti

Menugang	Lunch	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

8 sneetjes oud brood
boter
4 plakjes belegen kaas of ouder
mosterd

Bereiding

Besmeer het brood met boter en leg er een plakje kaas op. Besmeer dun met mosterd en leg er een tweede snee op.
Bak in een koekenpan met deksel of in een tostiapparaat licht bruin.

Variatie:
Snipper een sjalotje en verdeel dat over de kaas. Naar keus mosterd gebruiken.
Leg eens een plakje ham onder de kaas..
Bak een spiegeleitje en leg dat op de tosti.

Kaassaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50 g boter
50 g bloem
500 ml volle melk
100 g geraspte kaas
peper en zout
eventueel nootmuskat.

Bereiding

Smelt de boter op niet te hoog vuur in een pan en voeg de bloem toe roer door en bak de bloem een minuut mee om te garen.
Voeg, al roerend, de koude melk toe net zolang totdat je een gladde mooie saus hebt. Roer op het laatst de geraspte kaas erdoor en laat smelten.
Breng op smaak met peper, zout en eventueel een snufje nootmuskaat.

Variatie:
Roer eens 1 tl mosterd door de kaassaus voor wat extra pit!

Kalfslapjes

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 kalfslapjes van 100 g/stuk
zout en peper 120 g boter
1 citroen

Bereiding

Wrijf de lapjes stevig in met zout en peper.
Verhit de boter in een koekenpan en bak de lapjes snel om en om dicht en goudbruin.
Sprenkel op elk lapje wat citroensap.
Maak de jus af met water en wat schijfjes citroen in de jus. Laat het vlees nu nog 10 minuten stoven in de jus.
Verwijder voor het opdienen de citrioenschijfjes uit de jus.

Tip:
Doe ook eens een scheutje rode Port in de jus en wat room.

Kalfsoesters

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 kalfsoesters 50 g/stuk
zout en peper
1 ei
paneermeel
boter

Bereiding

Zout het vlees en bestrooi het licht met peper. Klop het ei los met 1 el water en haal de oesters daardoor. Vervolgens door de paneermeel maar leg ze niet op elkaar.
Verhit de botertot het schuim is weggetrokken. Bak de oesters en laat ze even rustig liggen. Bak ze niet te vlugn aan beide zijden bruin en gar.
Neem uit de pan en laat even rusten onder alufolie.

Karamelvla

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g suiker
1 dl water
1 l melk
50 g maizena
koffiestroop

Bereiding

Gerbruik een pan met dikke bodem en verhit op vol vuur. Doe de suiker erin en als de suiker begint te schuimen de pan schudden. draai de vlam lager en laat de suiker karamelliseren tot karamelstroop die niet donkerder dan kastanje mag zijn. Zet op het kleinst pitje , leg de deksel schuin op de pan en blus met het water. De maizena met wat melk losroeren tot een papje en doe de rest van de melk in de pan. Breng de melk aan de kook en roer de maizena-melk erdoor tot het begint te binden. Roer tot de vla kookt en neem van het gas.

roer er wat koffiestroop door o de goede kleur te krijgen.
Laat afkoelen onder af en toe roeren of leg er en vel plasticfolie op als de grootste warmte eruit is.

Karnemelk-, en Yoghurt Pudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

18 g geletine waarvan 2 blaadjes rood
1 dl water
sap van 1 citroen
5 dl karnemelk of joghurt
125 g basterdsuiker

Bereiding

Zet een puddinvorm gevuld met water weg. Week de gelatine in water. Knijp ze goed uit en los ze op
Verwarm het water en los de gelatineblaadjes hier in op van het vuur af.
Doe het citroensap erbij.
Klop de suiker door de karnemelk of de joghurt en voeg hieraan onder voortdurend roeren de gelatine oplossing.
Laat op een koele plaats geleiachtig worden.
Giet de puddingvorm leeg en stort de geleiachtige massa erin. Laat hierin verder afkoelen en opstijven

Lekker met vanillesaus (zie recept elders).

Karnemelkse Pap

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

60 g bloem
15 g maizena
1 l karnemelk

Bereiding

Doe de bloem en de maizena in de pan en voeg er dan, onder voortdurend roeren, in kleine hoeveelheden 2/3 van de karnemelk aan toe tot een gladde pap. Op een zacht vuur even laten doorkoken en dan verdunne met de rest van de karnemelk.

Lekker met stroop of bruine basterdsuiker.

Kattentongen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g boter
100 g poedersuiker
merg van 1/2 stokje vanille
2 eiwitten
100 g bloem
zout

Bereiding

Roer de boter zcht en meng de suiker en het vanillemerg erdoor. Voeg de eiwitten,zout en gezeefde bloem toe en meng. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een bakplaat in en doe het deeg in een spuitzak met een gladde spuitmond. Spuit strepen van 5 cm op de plaat op ruime afstand van elkaar.
Bak de koekjes in 10-12 minuten zodat ze in het midden goudgeel en aan de randen lichtbruin en natuurlijk gaar zijn.

Kerreisoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Aziatisch	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50 g boter
1 klein uitje fijn geraspt
1/4 el kerriepoeder
35 g bloem
1 l bouillon
1/2 dl room
zout en peper
aromat
2 sneetjes brood in blokjes van 1x1 cm gesneden em in boter tot
croutons gebakken

Bereiding

Smelt de boter en fruit de ui lichtbruin. Voeg de kerrie toe en fruit deze even mee.
Roer de bloem erdoor en laat even garen. Roer de bouillon in kleine beetjes door zodat een gladde soep ontstaat.
Brengb op smaak met zout, peper en aromat. . Neem van het vuur en roer er de room door.
Presenteer met de croutons.

Kerstbrood

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g bloem
10 g zout
40 g gist
2 dl lauwe melk
100 g boter
75 g witte basterdsuiker
1 ei
1 tl kaneel
1/2 tl kruidnagelpoeder
1/2 tl nootmuskaat
1/2 tl gemberpoeder
250 gewassen en gedroogde rozijnen en krenten
1 suikerklontje
1 citroen
1 rolletje amandelpers (zie recept daar)
extra boter
poedersuiker
(50 g gesnipperde sucade)

Bereiding

Doe de bloem metzout in een kom en maak de gist vloeibaar met wat melk. Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen.
Smelt de boter zonder te kleuren en roer hier de suker, het sukerklontje, de eieren, kruiden en de rest van de melk door.
Mak een kuiltje i de bloem en giet hier de gistmelk in en voeg de botermassa toe. roer vanuit het midden de vloeistof door de bloem. Kneed het deeg 10 minuten flink door tot het soepel is, dek af en laat op een warme plaats 1 uur rijzen. Werk er nu de rozijnen, krenten en eventueel ander vruchtjes door. Kneed het deeg nogmaals goed door. Laat nog 15 minuten narijzen.
bestuif een werkblad met bloem en rol het deg uit tot een ovaalvormige deegplak waarvan het verste uiteinde minder sterk wordt uitgerolt.. Leg de rol amandlpers in het midden, bestrjk het dikkere gedeelte met water en sla de dikkere kant over de amandelpers zodanig dat het dunnere gedeelte nog iets uitsteekt. Druk iets aan. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een bakplaat in en leg het brood erop. Bak het goudbruin en gaar in 30 - 40 miuten. Bestrijk het direct uit de oven met boter en bestuif met poedersuiker.

Kip

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Gevogelte	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 braadkip
100 g boter
zout en peper

Bereiding

Was de kip en bestrooi met zout en peper ook aan de binnenkant. Doe een paar klontjes boter in de holte. Verwarm de oven op 180 graden.
Doe de boter in een braadslee/ovenschaal en laat deze in de oven even smelten en het schuim wegtrekken. Neem uit de oven en leg het vlees erin en overgiet met de boter.
Zet gedurende 50 minuten in de oven.

Kippensoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Gevogelte	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l water
300 g kippenpoulet, poten of filet
zout en peper
1 uitje doorgesneden in vieren
1 wortel grof gesneden
1 laurierblad
peterselie
eventueel 30 g creme de riz (kindermeel) of maizena
eventueel 1 eigeerdooier
eventueel 1 dl room
aromat of maggi
foelie poeder
vermicelli

Bereiding

Breng het water met zout, ui, wortel en kruiden aan de kook. Voeg de kip toe en laat in 1 1/2 uur, afgedekt, gaar worden.
Schep de kip eruit en verwijder het stukje foelie, laurierblad, peterselie.. Verwijder de botjes van de kip en snijd alles klein. Doe dit weer bij de soep.

Variatie:
Wil je een gebonnden soep dan het bindmiddel losroeren met een beetje water en door de soep roren. Laat even doorkoken.
Roer de dooier los met de room, schep er een paar el soep door en roer het door de soep voor een romige kippensoep.

Kletskopjes

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50 g boter
40 g bloem
125 g bruine suiker
25 g amandelen (zie recept amandelpers)
1/2 tl water
1/4 tl kaneel
zout

Bereiding

Maak de amandelpers. Roer de boter zacht. Voeg de andere ingredienetn toe en roer of kneed alles goed door elkaar. vorm er balletjes van ter grote van een flinke knikker. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een bakplaat in en leg hierop 12 balletjes op regelmatige afstanden een flink eind uit elkaar.
Doe de bakplaat gedurende 5-7 minuten gaar en lichtbruin. Laat ze even afkoelen en als ze taai worden verwijder je ze voorzichtig van de plaat en leg ze plat neer.
Bak de rest van de koekjes op dezelfde manier.

Knolraap

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg knolraap
zout
30 g boter
30 g bloem
3 dl melk
aromat
nootmuskaat

Bereiding

Kooktijd 10-15 minuten en zie verder bij het recept voor knolselderij.

Knolselderij

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 selderijknol
zout
15 g boter
15 g bloem
1/2 dl kookvocht met 1 dl melk
aromat
nootmuskaat

Bereiding

Schil de knol en snijd in dikke plakken. Deze weer in blokjes snijden en gaar koken in water met zout in 10 minuten. Giet af (1/2 dl bewaren!).
Smelt de boter, roer de bloem erdoor en laat deze even garen. Roer er in kleine hoeveelhedeen het vocht door tot er een dikke gebonden saus ontstaat.
Roer de groente erdoor en breng op smaak met aromat en rasp/strooi er wat nootmuskaat over.

Koffie Vla

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1/2 dl zeer sterke koffie
1/2 dl water
1/2 el poedergelatine
50 g bsterdsuiker
1 eiwit
2 1/2 dl slagroom
zout

Bereiding

Meng de koffie met het water en breng aan de kook op een klein pitje. stroi de gelatine erin en los dit op. Voeg de suiker toe en lat iets afkoelen. Sla het eiwit stijf in ee vetvrije kom en klop de slagroom stijf.. Spatel ze rustig door elkar en voeg de afgekoelde koffie toe. Spatel deze er ook door en laat afkoeln.

Kokostaart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	sppringvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

2 eieren
150 g witte basterdsuiker
2 1/2 dl melk
geraspte schil van 1 citroen
150 g zelfrijzend bakmeel
zout
200 g kokosnoott of kokosmeel
60 g boter

Bereiding

Vet de springvorm in. Splits de eieren en roer de dooiers met de suiker, melk en citroenrasp tot een gladde massa. Klop de eiwitten zer stijf in een vetvrije kom.
Zeef met meel met zout en meng het kokosmeel erdoor. Snijd de boter klein. Verwarm de oven op 180 graden.
Voeg d eidoiersen het meel bij de eiwitten enspatel dit rustig erdoor.. Stort in de vorm en bak de taart in 50-60 minuten goudbruin en gaar. Laat afkoelen in de oven .

Komkommersla

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 komkommersin dunne plakjes geschaafd
2 tomaten in blokjes kern verwijdert
1 sjlotje gesnipperd
peterselie gehakt
zout en peper
slasaus
aromat
kleine krop sla

Bereiding

Snijd de bittere uiteinden van de komkommer weg en verwijder de buitenste bladeren van de sla, Was de bladeren en verwijder de nerven.
Leg de slabladeren onder op de slabak en meng de komkommer met de tomaat, ui, slasaus , peper,zout, aromat en petersele naar smaak. Leg op de sla in de slabak.

Koningsbrood

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

300 g bloem
250 g boter
120 g witte basterdsuiker
1 suikerklontje
1/2 citroen
1 ei
100 g amandelpers (zie daar)
houd wat halve amandelen achter voor garnering

Bereiding

Schraap met het suiokerklontje de schil van de citroen en maak het suikerklontje dan fijn.
Kneed een soepel deg van de bloem,. boter, suiker, suikerklontje en wat zout. rol het op een met bloem bestove werkblad uit tot een rechthoekige lap van 1/3 cm dik. Klop het ei los met 2 el water n bestrijk de deeglap hier dun mee.
Snijd de deeglap vervolgens in vierkantjes van 4x4 cm, leg er een hoopje amandelpers op en vouw het overstekende deeg eroverheen zodat het een gesloten geheel vormt, draai ze on en druk op elke koek en amandel.
Leg ze op een ingevette bakplaat en bak ze als spritskoeken (zie daar).

Krentenbollen

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron	15 stuks			Sterren	

Ingrediënten

500 g bloem
10 g zout
20 g gist
2 1/2 dl lauwe melk
75 g boter
75 g witte basterdsuiker
1 ei
200 gewassen en gedroogde rozijnen en krenten

Bereiding

Maak het deeg als voor het kerstbrood (zie daar) Vorm er na het kneden en rijzen 15 bolletjes van. Laat onder een vochtige theedoek nog 15 minuten narijzen.
Verwarm de oven voor op 180 graden en bak de bollen in 0 minuten bruin en gaar.

Kroketten

Menugang	Hapje	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g mager rundvlees
2 1/2 dl water
zout en peper
1 klein uitje gesnipperd
1 wortel gehakt
peterselie gehakt + 2 takjes
1 runderbouillonblokje
25 g boter
25 g bloem
Aromat
citroensap
1 ei
4 g gelatineblaadjes
paneermeel

Bereiding

Breng het water met het bouillonblo0kje, kruiden, wortel, ui, takjes pterselie en het vlees aan de kook en kook het gaar in 1 1/2 uur zodat de draatjes loslaten.
Trek het vlees uit elkaar of snijd het klein. Zeef de bouillon. Zet de frituur aan op 170 Graden. Week de gelatineblaadjes in water.
Smelt de boter en roer de bloem erdoor. Laat even garen zonder te kleuren en voeg dan terwijl men roert telkens klein hoeveelheden bouillon erbij zodat een gladde dikke saus ontstaat.
Splits het ei en roer de dooier met het vlees en wat peterselie door de saus. Breng op smaak met zout, peper, citroensap en aromat. (proeven)
Knijp de gelatine uit en los op in de saus. Maak een diep bord nat en verdeel de saus erover. Laat goed afkoelen.
Verdeel in 8 gelijke porties en vorm hier met twee lepels kroketten van die je door de paneermeel rolt.
Maak van de rest van de bloem met het water een papje en voeg wat zout toe. Rol de kroketten door dit papje zodat het zich overal bevindt en vervolgens weer door de paneermeel.
Nu kun je ze eventueel nog wat navormen met de hand.
Bak ze in de frituur lichtbruin en krokant.

Variaties:
Doe er eens 75 g geraspte oude kaas door ipv vlees.
Bak een 250 g champignons in plakjes of andere paddenstoelen aangefruit met een genipperd sjalotje door ipv vlees.
Maak van het vlees eens goulash om een kroket te maken.

Hollandse kroket/bitterbal:
1 ui gesnipperd, 600 g soepvlees, 60 g boter, 60 g bloem, peper, zout, foelie, nootmuskaat, tijm, naar smaak, bloem (om te panneren), losgeklopte eieren of eiwitten, paneermeel of fijn verkruimeld beschuit
Maak een bouillon van ui, soepvlees, 1 l water 1 runderbouillonblokje in 1 1/2 uur. Snijd het vlees heel klein.
Smet de boter in een pan en roer er de bloem door, even laten garen en 1/2 l bouillon in kleine

hoeveelheden onder roeren toevoegen. Roer het vlees erdoor.
Laat goed afkoelen.
Haal de ragout vlak voor de verwerking uit de koelkast Vorm met de handen lange ronde staven (voor kroketten) of balletjes (voor de bitterballen) (Niet te dik anders moeten ze te lang in de frituurpan)
Zet 3 diepe borden klaar: 1 met bloem, 1 met losgeklopt ei, 1 met paneermeel
Haal de kroketten of bitterballen achtereenvolgens door bloem , ei en paneermeel (Voor een light versie alleen het eiwit gebruiken in plaats van een heel ei)
Let op dat de kroketten compleet gepanneerd zijn, zodat er tijdens het frituren geen barsten in de korst komen en de vulling in de olie gaat zwemmen
Leg de gepaneerde kroketten een half uur terug in de koelkast! Verhit de frituurolie of vet tot 180 graden C. Frituur de kroketten tot ze goudbruin zijn , in ongeveer 4 minuten
Laat ze even op keukenpapier uitlekken

Kroketten met Garnalen

Menugang	Hapje	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 gesnipperde ui
30 g boter (10+20 g)
70 g bloem (20+50 g)
1 1/2 dl melk
aromat
peper en zout
250 gepelde hollandse garnalen
peterselie gehakt
paneermeel
1/2 dl water

Bereiding

Fruit de ui in wat boter lichtbruin. Verwarm de frituur op 170 graden.
Smelt 20 g boter in en (steel)pan en roer er 20 g bloem door. Laat even garen zonder te kleuren en giet er dan, onder voortdurend roeren, telkens kleine hoeveelheden melk bij tot een gladden dikke saus is ontstaan
Breng op smaak met zout, peper, aromat en peterselie. Roer er de garnalen door,
Maak een diep bord nat en doe de garnalenpuree, uitgespreid, hierop en laat koud worden.
Verdeel in 8 gelijke porties en vorm hier met twee lepels kroketten van die je door de paneermeel rolt.
Maak van de rest van de bloem met het water een papje en voeg wat zout toe. Rol de kroketten door dit papje zodat het zich overal bevindt en vervolgens weer door de paneermeel.
Nu kun je ze eventueel nog wat navormen met de hand.
Bak ze in de frituur lichtbruin en krokant.

Kruidkoek

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	cakevorm van 30x10 cm			Sterren	

Ingrediënten

75 g boter
125 g donkerbruine basterdsuiker
200 g bloem
6 g bakpoeder
1 tl kaneel
1 tl nootmuskaat
1 tl gemberpoeder
1/2 tl kruidnagelpoeder
enkele fijngeemaakte anijszaadjes
zout
1 1/2 dl melk

Bereiding

Maak de boter zacht en roer de suiker erdoor. Meng de bloem met het bakpoeder en de kruiden en zeef deze bij de boter. Roer er zoveel melk door zodat er een dik vloeibaar deeg ontstaat. Verwarm de oven voor op 180 graden. Vet de cakevorm in.
Bak de taart gedurende 1 1/2 uur goudgeel en gaar. Controleren met en breinaald.
Stort de koek en laat door en door koud worden. Laat minimaal 12 uur in de broodtrommel rijpen alvorens in plakken te snijden en te serveren.

Kruidnoten

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Oven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g zelfrijzend bakmeel
50 g boter
50 g bruine basterdsuiker
2 el melk
1 el koekkruiden/speculaaskruiden

Bereiding

Meng alle ingrediënten en kneed het tot een soepel deeg. Vorm hier ongeveer 100 kleine balletjes van. Leg ze op een ingevette (of met bakpapier beklede) bakplaat en bak ze in ongeveer 12 minuten in een voorverwarmde oven van 170 graden C lichtbruin en gaar.

Lamskotelet

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 lamskoteletten
peper en zout
nootmuskaat
1 ei
paneermeel
150 g boter

Bereiding

Meng zout, nootmuskaat en peper. Klop het ei los met 1 el water.
Wrijf het vlees in dit mengsel. Haal de koteletten eerst door het ei en vervolgens door de paneermeel.
Smelt de boter in een koekenpan en bak de koteletten langzaam gaar en bruin in 15-20 minuten. Neem uit de pan en blus de jus af met water.

Londonderrysoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Iers	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

40 g boter
1 klein uitje gesnipperd
1/3 tl kerrie
stukje foelie of poeder
mespunt tijm
zout en peper
takje peterselie
20 g bloem
1 l bouillon
10 g maizena
Madeira
aromat
1/2 blik champignons
1 eierdooier
1/2 dl room

Bereiding

Smelt de boter in een soeppan en fruit de ui met de kerrie en de rest van de kruiden goudgeel. Roer de maizena los met iets water. Roer de dooier los met de room.
Voeg roerend de bloem toe en vervolgens de bouillon ib klerine hoeveelheden tot een gladde soep ontstaat. Zeef de soep en breng terug aan de kook. Breng de soep op de gewenste dikte me de maizena.
Breng alles op smaak met zout. peper, aromat en Madeira.
Neem van het vuur en roer het ei-room mengsel erdoor.

Macaroni met Groente en Vlees

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g macaroni
200 g hamlappen
2 grote preien gewassen en in ringen
2 zakjes (boeren)soepgroente
uienvlokken
pper en zout
paprikapoeder
basilicum gehakt
boter/olie
ketjap

Bereiding

Bak de hamlappen, bestrooid met zout en peper, in 30 minuten gaar. Lat ze koud worden en snijd ze fijn.
Kook de macaroni volgens de verpakking.
fruit de uienvlokken met de prei en de soepgroente in en bradpan 10 minuten in olie met wat peper en zout. breng op smak met basilicum, ketjap en paprikapoeder en eventueel nog wat peper en zout.
Voeg het fijngesneden vlees en wat jus toe en de macaronni en meng alles door elkaar. Laat even goed doorwarmen en serveer.

Macaroni met Ham en Kaas

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g macaroni
zout en peper
75 g pikante geraspte kaas
75 g hamblokjes of hamworst fijngesneden
25 g boter
paneermeel
boter of olijfolie
wat extra geraspte kaas

Bereiding

Breng ruim water aan de kook met wat zout. Koo de macaroni al dente volgens de verpakking. Meng de extra kaas met de paneermeel. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Giet af in een kom.
Roer de kaas, boter, een heel klein scheutje macaroniwater en de ham rustig door de macaroni.
Vet een ovenschaal in en doe de macaroni erin en bestrooi met de paneermeel. verdeel hier en daar en klontje boter op de schotel.
Zet de schotel 10-15 minuten in de oven zodat er een mooi bruin korstje op is gekomen (zo niet dan even onder de grill zetten).

Macaroni met Poulet

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200g poulet
40 g boter of olijfolie
1 ui gsnipperd
1 runderbouillonblokje
5 dl water
zout
200 g macaroni
paneermeel
boter

Bereiding

Was de poulet, snijd het op de gewenste groote en zout het.
Bak het vlees bruin in boter op een gemiddelde warmtebron. Voeg op het laatst de ui toe. Voeg dan het water en het bouillonblokje toe en breng aan de kook. Temper het vuur en laat het vlees garen in 1 1/2 uur.
Voeg de macaroni toe, volgens de aanwijzingen op de verpakking, op het laast zodat deze nog al dente is.
Vet een ovenschaal in en doe alles hierin over. Bestrooi met de paneermeel. verdeel hier en daar en klontje boter op de schotel.
Zet de schotel 10-15 minuten in de oven zodat er een mooi bruin korstje op is gekomen (zo niet dan even onder de grill zetten).

Variatie:
Meng eens een handje oude kaas door de paneermeel.

Macaroni met Tomatensaus

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200mg macaroni
3/4 l water
zout en peper
3 bouillonblokjes
4 dl warme tomatensaus zie recept elders
3 oude sneetjes brood in driehoeken gesneden van 1x1 cm
boter

Bereiding

Breng het water aan de kook met de bouillonblokjes en macaroni. Kook deze volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de bouillon af. (eventueel gebruiken voor soep)
Smelt boter ineen koekenpan en bak het brood snel goudbruin en knapperig.
Doe de macaro0ni in een schaal en giet de tomatensaus erover. Geef er de croutons bij.

Macarons

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	40 macarons			Sterren	

Ingrediënten

6 eiwitten
snufje zout
400 g poedersuiker
250 g fijngemalen amandelen (amandelmeel)
1-2 druppels kleurstof voor voeding (geel, roze, bruin en groen)
Vulling:
350 g poedersuiker
240 g zachte boter
1 el vanille extract
2 el slagroom
1 el citroenrasp
1 el verkruimelde pistachenoten
1 el cacaopoeder
1 el aardbeienjam

Bereiding

Doe de eiwitten in een schone vetvrije kom met een snufje zout. Klop de eiwitten zeer stijf. Voeg 1 el poedersuiker toe en blijf kloppen. Zeef de helft van de resterende poedersuiker erdoor en blijf mixen op de hoogste stand tot je een glanzend mengsel krijgt. Mix de resterende poedersuiker erdoor.
Schep voorzichtig de gemalen amandelen door het eiwitmengsel. Blijf doorscheppen tot je een glad mengsel krijgt.
Verdeel het mengsel over 4 kommetjes. Meng in elk kommetje een of twee druppels kleurstof van een bepaalde kleur, om zo het roze, gele, groene en bruine beslag te krijgen.
Vul een spuitzak met een van de mengsels. Spuit kleine cirkels (ongeveer 2 cm in diameter) op een met bakpapier beklede bakplaat. Herhaal met de rest van de mengsels (maak wel elke keer de spuitzak schoon). Laat de macarons 30 minuten rusten.
Verwarm de oven voor op 170°C.
Maak ondertussen de vulling: Klop de boter romig. Voeg de poedersuiker toe en meng tot een glad geheel. Klop de vanille en slagroom erdoor en blijf mengen tot je een licht en luchtig mengsel krijgt.
Verdeel de boterroomglazuur over vier kommetjes. Roer de cacao, citroenrasp, pistache en aardbeienjam door elk van de kommetjes om zo vier verschillende vullingen te krijgen. Zet apart.
Bak de macarons 14 minuten in de oven. Haal uit de oven en laat ze op de bakplaat afkoelen.
Zodra ze zijn afgekoeld bestijk je de platte kant van een macaron met de bijbehorende vulling. Dek af met een andere macaron. Serveer direct of bewaar ze in de koelkast in een luchtdichte trommel.

Variatie:
Kokosmakroon: (18 stuks) 4 eiwitten, 200 g suiker, 200 g kokos gemalen
Verwarm de oven voor op 170 °C. Bekleed de bakplaat met bakpapier.
Meng de ingrediënten. Vorm er koekjes van met 2 lepels. Schep één flinke el beslag op een lepel en schuif het met de andere lepel op de bakplaat. Slordige hoopjes zijn het best, want zo krijg je van die lekker knapperige punten bovenop. De koekjes lopen nog wat uit, dus leg ze een stukje van elkaar. 9 stuks per bakplaat werkt prima bij deze grootte.

Macarons

Schuif de bakplaat in de oven en bak de kokosmakronen 15 tot 20 minuten. Laat ze afkoelen voor je ze van het bakpapier haalt!

Basisregel: 1 eiwit = 50 g suiker + 50 g kokos

Moccataart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	springvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

3 eieren
150 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 el water
80 g bloem
20 g maizena
zout
Vulling:
mocca creme au beurre (zie recept daar) van 150 g boter
garnereing:
chocolade pure hagelslag

Bereiding

Vet een springvorm, in en bestuif met bloem. Volg het recept voor petits fours (zie daar). Het gebak moet er nog zeer licht maar wel gaar zijn. Laat even afkoelen in de vorm en stort het waarna je het helemaal laat afkoelen.
Snijd de taart overlangs doormidden met een draad b.v. , bestrijk de onderste helft met een laagje creme au beurre, leg dee bovenste plak er weer bovenop en bestrijk ook de zijkanten met de creme.
Bestrooi de bovenkant met hagelslag en doe de zijkant metje hand.
De rest van de creme in een spuitzak doen en de taart bespuiten.

Variaties:
-Slagroomtaart: 3 eieren, 150 g suiker, 1 zakje vanillesuiker, 1 el water, 80 g bloem,20 g maizena, zout
Vulling en garnering: 1/2 l slagroom, 40 g basterdsuiker, 1 zakje vanillesuioker, 10 g gelatine, 1/2 potje jam, chocolade strooisel naar keus.
Week de gelatine in water, knijp uit en los op in een pannetje met 3 el water op een zacht pitje. Giet dit bij de slagroom met de suiker en vanillesuiker en klop deze stijf.
Strijk op het onderste deel een laagje jam en daarop een laagje slagroom. Leg er de bovenste plak weer op en bestrijk de zijkant met slagroom en bekleed met het chocoladestrooisel.
Bestrijk nu dee bovenkant met jam en daarover weer een laagje slagroom. de rest van de slagroom in een spuitzak en de taart naar eigen inzicht garneren (eventueekl met wat vruchtjes).

Moorkoppen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 dl water
zout
50 g boter
70 g bloem
2 kleine eieren
Vuklkling:
1/8 dl slagroom gezoet enn stijf geklopt
poedersuiker
chiocoladeglazuur van 150 g poedersukiker en30 g cacao (zie recept glazuur)

Bereiding

Maak het deeg als de soesen (zie daar) en vorm er 8 van Bak ze als de soezen, laat afkoelen en vul ze met slagroom. Dompel elke soes in het glazuur.

Moscovietjes (muffins)

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	18 stuks			Sterren	

Ingrediënten

100 g bloem
zout
80 g harde boter
80- g suiker
4 eieren
1 zakje vanillesuiker
75 g gewassen en gedroogde krenten en rozijnen

Bereiding

Vet de vormpjes (muffinvormpjes) in en bestuif met poedersuiker.
Zeef de bloem met zout in een kom en voeg de boter inkleine stukjes gesneden toe.
Splits de eieren en roer de dooiers met de vanillesuiker en de suiker tot een liuchtige dikke massa. Klop de eiwitten zeer stijf in een vetvrije kom.
Verwarm de oven voor op 180 graden. Spatel de bloem, eidoiers en de rozijnen en krenten rustig door de eiwitten.
vul de vormpjes voor 3/4 met het deeg en bak ze in 20-25 minuten lichtbruin en gaar.
eem uit de oven en los ze uit de vormpjes.

Mosterdsaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

45 g boter
35 g bloem
5dl water
vleesbouillon
1 el mosterd
aromat
zout

Bereiding

Maak de saus als botersaus (zie daar).
Roer nadat de pan vn ht vuur is de mosterd door de saus en breng op smaak mety zout en aromat.

Napolitaanse Rijstschotel

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g mager rookspekblokjes
30 g boter
1 ui gesnipperd
1/2 geraspte knolselderij
selderijgroen gehakt
250 g spruitjes geschoond en doormiddden gesneden
100 g hamblokjes of reepjes
3 bouillonblokjes
5 dl water
250 g rijst
100 g geraspte Parmezaanse kaas of 75 g PArmezaanse en 25 g gorgonzola verkruimelt

Bereiding

Bak het spek in een braadpan uit en iets bruin en schep uit de pan. Voeg de boter toe met de groenten, ham en bouillonblokjes. Sluit af en laat de groente10 minuten smoren.
Giet er het water bij en breng an de kook. Voeg de rijst toe en laat op en zacht pittje 20 minuten stoven. Voeg het spek en de kaas toe en schep alles door elkaar.

Variatie:
Verwarm de oven voor op 180 graden. Meng paneermeel met de kaas en strooi dit over de schotel en verdeel er een paar klontjes boter over. Zt 15 minuten in de oven zodat de schotel een mooi korstje krijgt.

Nasi Goreng

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Indisch	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Receopt 1:
800 g zilvervliesrijst
200 g nasivlees of hamlappen in dobbelstenen
25 g nasikruiden
2 uien gesnipperd
klein preitje in ringetjes
olie of boter
2 eieren
2 el melk
eventueel sambal

Recept 2:
100 g boter
1 flinke ui gesnipperd
1 teentje knoflook
250 nasivlees
250 g zilvervliesrijst
100 g hamblokjes/reepjes
25 g geweekte nasikruiden in 1/2 el water
1 tl sambl oelek
ketjap
2 eieren
2 el melk
aromat
boter of olei
zout en peper

Bereiding

Recept 1:
bereid de rijst volgens de verpakking.
Verhit de boter of de olie in een braadpan en bak het vlees bruin en gaar met de ui, prei, kruiden en wat zout en peper. Voeg als het vlees bijna gaar is eventueel wat sambal toe.
Is het vlees gaar dan in gedeelten de rijst toevoegen en 10 minuten meebakken. Ondertussen de eieren met de melk loskloppen en hiervan een omelet bakken. Snijd deze in reepjes en voeg op het eind toe aan de nasi.

Receopt 2:
Smelt de boter in een braadpan en bak de ui en de geperste knoflookheel lichtbruin. Voeg het vlees toe en bak dit goudbruinonder regelmatig roeren. Kook ondertussen de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Voeg de rijst er in gedeelten aan toe en bak 10 minuten mee. Ondertussen de eieren met de melk, peper en aromat losroeren en er een omelet van bakken. Snijd in reepjes.
Voeg nu de kruiden, sambal, ham, zout en peper en ketjap naar maak toe. verdeel de eierreepjes over d nasi.

Noga

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

75 g amandelen
150 g suiker
5 g boter

Bereiding

Hak de amandelen fijn. Vet een bakplaat in.
Doe de suiker in een pan met dikke bodem op vol vuur tot de suiker begint te schuimen. Laat op en zachter vuur kastanje kleurig caramelliseren.
Neem van het vuur en roer er de amandelen zo snel mogelijk door en giet het op de bakplaat. Laat afkoelen en snijd met een warm mes in stukken of hak het .

Nogataartjes

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4eieren
100 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 1/2 el water
100 g bloem
20 g maizena
zout
Vulling:
creme au beurre (zie recept daar) van 150 g boter
garnereing:
Gehakte noga van 150 g suiker (zie recept daar)

Bereiding

Vet een bakblik in en maak het deeg en bak het als het recept voor de petits fours.
Verdeel de koek in stukken en leg tussen twee stukjes gebak wat creme au beurre en bestrijk het tevens aan alle kanten (behalve de onderkant) met de creme. Druk ze dan aan alle kanten in de noga en spuit op de boenkant een rozetje creme.

Oliebollen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	25 stuks			Sterren	

Ingrediënten

400 g bloem
30 g gist
4 dkl lauwe melk
2 eieren
zout
200 g gewassen engedroogde rozijnene en krenten
(2-3 geschilde, van klokhuis ondane en geraspte zure appels)
frituur
poedersuiker

Bereiding

Doe de bloem in en verwarmde kom en maak in het midden een kuiltje. Maak de gist vloeibaar door deze met wat van de melk te mengen. Doe deze oplossing in het kuiltje.
Voeg de rest van de melk toe met het ei en maak een glad, luchtig beslag door stevig te kloppen gedurende 5 minuten.Roer er wat zout, de krenten en rozijnen en de appel. Dek af en laat op een warme plaats (of in een teiltje met warm water) 1 uur rijzen. Roer de vruchten erdoor (met de appelrasp). Verwarm de frituur op 180 graden.
Maak twee lepels vet en schep een portie uit de mengkom en vorm er met de lepels een balletje van. Schuif dit met een van de lepels vlak boven het frituurvet erin. na verloop van tijd komen ze boven drijven ze dan een paar keer omdraaien.
Bak ze bruin en gaar in 5 minuten. Bestrooi met poedersuiker. Zowel warm als koud te eten.

Variatie: doe eens een rode wijnglas met boerenjongens door het deeg zonder het vocht.

Omelet

Menugang	Lunch	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
4 el melk
peper en zout
aromat
boter

Bereiding

Smelt de boter in een koekenpan met dikke bodem. Ook de randen moeten vet zijn.
Meng alle ingredienten goed door elkaar.
Giet het eiermengsel in de pan en drai het vuur hoog totdat het ei op de bodem begint te stollen.Schep met een spstel het ei van de randen wat naar het midden toe. Neem van het vuur en laat de vloeibare inhoud in de pan rondlopen om d omelet rond te houden.. Bak op de kleinste vlam gaar maar de kleur moet licht blijven
Vouw in drieen en serveer heet.

Variatie:
-met groene kruiden: voeg wat peterselie, kervel, dragon en bieslook toe.
-met kaas: voeg 75 g geraspte pikante kaas toe
met ragout: 2 dl ragout naar keuze zie recepten in de index in het midden van de omelet voordat deze wordt dichtgeslagen.

Ossehaas

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

2 kg gepelde ossehaas
peper en zout
boter
melk

Bereiding

Zout en peper het vl;ees. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Doe de boter in een braadslee. Zet de braadslee in de oven en als het vlees aan de bovenkant begint te kleuren dit omdraaien. Laat totaal 25 minuten in de oven om het vlees te laten garen.
Neem uit de oven en pak lichtjes inn in alufolie. Laat 10 minuten rusten.
Giet de melk in de braadslee en roer goed door zodat alle aanbaksels oplossen. Zet terug in de oven en laat het vocht uit de melk verdampen en de vaste bestanddelen bruin kleuren.
Giet kleine hoeveelheden water in de braadslee onder regelmatig roeren zodat je een mooie bruine gebonden jus krijgt. Serveer bij het vlees.

Variatie:
Grillen: steek de bbq aan of verwarm de grill voor.
Bestrijk/besproei het vlees met oljifolie en bestrooi met zout en peper. Leg op de bbq en draai het vlees als het bruin begint te kleuren. Is de andere kant ook bruin dan verplaatsen naar een plaats war geen koeln liggen en met het deksel erop ongeveer 20 minuten garen. Let opdat het net verbrand op het einde.. Laat ingepakt in alufolie even rusten.

Paddestoelen met Aardappelsla

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Kouide Bereiding	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren hard gekookt
2 tomaten
peper en zout
aardappelsla zie index
wat slablaadjes

Bereiding

Dompel de ingekruiste tomaten even onder in kokend water en vervolgens onder koud water. Verwijder de vel.
Snijd ze overlangs door, hol ze uit en strooi er wat peper en zout in. Pel de eieren en snijd van d stompe kant het kapje af. Hak het kapje fijn. Doe de eieren in de holtes van de tomaten.
Was de sla en sla goed droog.
Rangschik de slablaadjes op een serveerschaal en verdel daarop de aardappelsla. In het midden de tomaten/eieren plaatsen en het tomatenkapje erop zetten.
Het gehakte eiwit hier en daar verdelen.

Paneermeel

Menugang	-	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

resten oud brood

Bereiding

Snijd het brood in repen en droog het brood in een oven van 100 graden. Leg het brood op stevig papier en rol het met een deegroller of een fles fijn. Herhaal dit met de grotere stuuken. tot alles mooi fijn is. bewaar in een afsluitbare pot of fles.

Pannenkoeken

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g bloem
15 g gist
5 dl melk
zout
1 ei
boter of olie

Bereiding

Maak een glad beslag met de gist, bloem wat zout en de melk en laat 15-30 minutenhn rijzen.
Verhit olie in en pannenkoekenpan en met een soeoplepel het beslag verdelen in de pan.
Laat d onderzijde bruin bakken en draai om. Bak deze kant ook bruin en serveer warm met stroop, bruine suiker, witte suker of kanmeelsuiker.

Variaties:
-Appelpannenkoeken: 4 grote geschilde en van klokhuis ontdane in plakjes of ringen gesnebden appels. Doe de appel in het beslag en verdeel de appel tijdens het bakken.
-Spekpannenkoeken: 150- 200 g dungesneden rookspek of ontbijtspek dit je voor het beslag al in de panlegt en er dan het beslag overheengiet.
-Aardappelpannenkoeken: 2-3 middelgrote aardappels geschild en grof geraspt. Doe de aardappelrasp door het beslag en voeg wat peper toe.
-Boerenpannenkoek: plakjes ontbijtspek, 1 grote ui gesnipperd, 1 rode en 1 groene paprika in blokjes, 100 g inplakjes gesneden champignons, 2-3 eieren, plakken ham in brede reepjes, geraspte of plakken oude/belegen kaas. Klop de eieren door het beslag.
Verhit een klontje boter in de pan. Leg 4 reepjes spek in de pan. Leg hierover de uienringen (1/2), champignons (1/2) en de paprikaringen (1/2). Verdeel de 3 kaasplakken over de hele pan.
Verdeel de ham over de kaas en verdeel de laatste helft van het beslag voor 1 persoon over de ham.
-Aardappel-kaas-ui pannenkoek: 1 -2 geschilde en grof geraspte aardappels, 1 middelgrote ui gesnipperd, 75 g geraspte oude kaas. Meng alles door het beslag en bak er pannenkoeken van.

Penseetaart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	springvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
150 g boter
100 g witte basterdsuiker
1 suikerklontje
1/2 citroen
zout
Vulling:
200 g amandelpers (zie recept daar)
Garnering:
4 el abrikozenjam
dun glazuur (zie recept daar)

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen en maak het fijn.
Kneed van de ingredienten voor de taart een soepel deeg. houd een deel achter, snijd dit in reepjes van 1 cm breedte en rol van de rest een deeglap van 1/2 cm dikte. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een springvorm in en bekleed met de deeglap.
Maak de amandelpers en vul hiermee de bodem. Leg de deegreepjes er kruislings over en zet gedurende 50 minuten i de oven om goudbruin en gaar te worden.
Neem ui de ovenm en bestrijk met de jam. Giet er tenslotte de glazuur overheen.

Pepernoten

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	ca 180 stuks			Sterren	

Ingrediënten

180 g bloem
2 tl bakpoeder
100g boter
100 g witte basterdsuiker
zout
3/4 tl kaneel >]
3/4 tl kruidnagelpoeder >]>koekkruiden 2 1/4 tl
3/4 tl anijszaad gemalen >]
2 el water

Bereiding

Vet een bakplaat in en bverwarm de oven voor op 180 graden.
Zeef de bloem in een kom en voeg boter (met twee messen kleingesneden ter grote van een erwt), zout, kruiden en water toe en kneed het stevig met 4 vingers tegen de handpalm zodat een stopverfachtig deeg ontstaat. Proef of het voldoende smaak heeft (Het moet iets sterk smaken daar de smaak tijdens het bakken iets vermindert.)
Verdeel het deeg in 4 gelijke porties en rol deze uit tot een niet te dunne, 3 cm, rol. Snijd er met een mes stukjes af die je weer met duim en wijsvinger indrukt om de pepernootvorm te krijgen. Leg ze op de bakplaat en zet ze gedurende 20 minuten in de oven.

Peterseliesaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

50 g boter
35g bloem
5 dl water
15 g peterselie gehakt
aromat en zout

Bereiding

Maak de saus als botersaus (zie daar).
Roer als de pan van het gas is de peterselie door de saus en breng op smaak met aromat en zout.

Petits Fours

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	18 stuks			Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
100 g suiker
1 zakje vanillesuiker
1 1/2 el water
100 g bloem
20 g maizena
zout
Vulling:
een of meerdere soorten creme au beurre (zie recpt daar)
Garnering:
glazuur (zie recept daar) van 200 g poedersuiker en noga, noten,
jam of vruchtjes

Bereiding

Vet een bakblik in en bekleed met bakpapier. Vouw de randen omhoog en vet het papier in. Verwarm deoven voor op 180 graden.
Klop de eieren met suiker, vanillesuiker en water tot een dikke schuimige massa zonder kristallen in 5 minuten. (plaats de kom bij voorkeur in een teiltje warm water)
Zeef de bloem, zout en maizena op deeiermassa en meng snel door elkaar. Stort het in het bakblik enbak het in 15 minuten goudbruin en gaar.
Bestrooi het werkblad met suiker, keer hierop het gebak en verwijder het bakpapier.
Laat afkoelen en snijd er dan vierkante, ruitvormige of ronde stukjes van. Leg op de helft wat vulling en erbovenop een stukje passend gebak..
Overgiet de gebakjes met de glazuur en leg op elk gebakje iets garnering. Zet de gebakjes, om het helemaal af te maken, in een papieren bakje.

Peulen

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g peulen afgehaald (let op dat je dunne, jonge peulen hebt die niet draderig zijn)
zout
suiker
10 g boter

Bereiding

Kook de peulen in water met zout en suiker in 8-10 minuten bijna gaar zodat ze iets knapperig blijven.. verdeel er wat boter over en schud even op.

Pikante Vlees Saus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1/2 verpakking gerookte spekblokjes
80 g boter
50 g rundergehakt in klein balletjes
paar takjes peterselie
1 laurierblad
2 kruidnagels
4 peperkorrels
mespunt tijm
1 uitje gesnipperd
55 g bloem
1 1/2 dl runderbouillon
klein blikje champignons
peper en zout
scheutje worcestershire saus of sojasaus
1 el Madeira

Bereiding

Bak de spekjes zachtjes uit in een koekenpan. Voeg na 10-15 minuten de boter toe en laat deze lichtbruin kleuren. Bak de gehaktballetjes snel lichtbruin en neem ze uit de pan samen met de spekjes. Voeg de kruiden toe en bak deze enkele minutenm.Voeg dan de bloem toe en laat deze even garen en goudbruin kleuren.Voeg de ui toe en laat ook deze even meefruiten ervoor zorgend dat het geheel niet te donker kleurt.
Roer er nu in kleine hoeveelheden de bouillon bij zodat een gladde saus ontstaat..
Meng het vocht van de champignons door de saus en snijd dee champignons in plakjes.
Zeef de saus en doe de gehaktballetjes en de champignon erbij en laat goed warm worden.
Breng alles op smaak met zout, peper, worcestershire saus en madeira.

Postelein

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg postelein
zout
10 g aardappelzetmeel
boter
aromat

Bereiding

Was de groente enige malen totdat het spoelwater helder is. Snijd de stelen een paar keer door en kook de groente in het aanhangende water met zout gaar in 10 -15 minuten.
Roer het aardappelzetmeel los met wat water tot een dun papje.
Giet de groente deels af en bind het vocht met het papje. Breng op smaak met boter en aromat.

Prei

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg prei
zout
15 g bloem
2 dl melk
1/2 dl azijn
25 g boter
aromat

Bereiding

verwijder eventueel de slechte buitenste bladeren en het onderste stukje met de wortels. De prei dan in ringen snijden (ook het groen)
en was de prei goed.
Kook de prei met en bodempje water en zout gaar in 15 minuten.
Meng de bloem met de melk tot en diun papje. (eerst evenveel melk en bloem mengen voor je de rest van de melk toevoegd)
Giet de prei af maar van 2 dl vocht op. Bind dit met het bloempapje en giet dit weer bij de prei. Laat onder roeren weer aa de kook komen en laat 5 minuten zachtjes garen.
roer er van het vuur af de azijn en wat boter door en breng op smaak met aromat.

Variatie:
Laat de prei goed uitlekken zodat er bijna geen water meer aanhangt. (of doe dit al 1 uur van te voren)
Doe olijfolie of boter en een snufje kerrie in een pan en voeg de prei in kleine hoeveelheden toe, roe goed door en als de prei bedekt is met olie/vet dan pas de volgende hoeveeelheid toevoegen totdat alle prei gedaan is. Schep regelmatig om tot de prei glazig is. Doe er dan een klein bouillonblokje (Maggi) of iets minder van een halve grote bouillonblok bij en 2 el water en 2 el azijn bij en sluit de pan. Laat de prei gaar stoven in 20 minuten. De laatste 5 minuten zonder deksel om zoveel mogelijk vocht te verdampen.
Ondertussen 1 volle el maizena losroeren met 2-3 el melk.
Strooi er wat nootmuskaat over en roer het maizenapapje erdoor. Laat even biinden en voeg dan azijn na smaak toe. Let op geen zout gebruiken.

Pruimencompote

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g gedroogde pruimen zonder pit of pitten verwijdert
citroensap
1 pijpkaneel
(scheutje bessensap)
1 el maizena losgeroerd met 1 el water

Bereiding

Volg het recept voor abrikozen compote. Verwijder voor het aanmaken met de maizena de pijpkaneel.

Rabarbermoes

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg rabarber geschoond en in stukken van 2 cm
25 g aardappelzetmeel
100 g suiker
(zakje vanillesuiker)

Bereiding

Zet de rabarstukken op met een bodempje water met de vanillesuiker en kook ze 10-15 minuten tot ze gaar zijn en uit elkaar vallen. roer het aardappelzetmeel los met wat water en bind hiermee het vocht. Breng op smaak met suiker.

Ragout met Balletjes

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

5 dl bouillon
1 uitje gesnipperd
enkele takjes peterselie
1 laurirblad
2 kruidnagels
mespunt tijm
45 g boter
45 g bloem
100 g rundergehakt
klein blikje champignons
1 eidooier
1/2 dl room
peper en zout
wat citroensap

Bereiding

Trek de bouillon met de kruiden en zeef het . Giet het vocht (bewaren) van de champignons en snijd deze in plakjes. Klop de dooier met de room en het vocht van de champignons.
Smelt de boter en voeg de bloem toe. Laat even garen zonder te kleuren.m dan de bouillon toevoegen in kleine hoeveelheden zodat je een gladde saus krijgt.
Draai kleine balletjes van het gehakt en doe deze in de saus. Laat 10 minuten meekoken. Voeg de champignonplakjes toe.
Roer het roommengsel door de saus van het vuur af. Breng op smaak met zout, peper en wat druppels citroensap.

Variatie:
6 g boter, paar takjes peterselie, 1 laurierblad, 4 peperkorrels, mespunt tijm, 1 uitje gesnipperd, 55 g bloem, 100 g rundergehakt in kleine balletjes, klein blikje champignons,
peper en zout en een scheutje Worcestershire saus of sojasaus.
Smelt de boter en fruit de kruiden. Bloem erbij en roux maken Ui ebij en licht laten kleuren. Vloeistof in kleine hoeveelheden erbij. Zeven en de gehaktballetjes erbij. 10 minuten koken. Plakjes champignon en hampignonvocht erbij. Breng op smaak met peepr, zout en Worcestershire saus.

Ragoutbroodjes

Menugang	Hapje	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
200 g koude boter klein gesneden
1 dl koud water
paneermeel
zout
4 dl kalfs-, champignon-,garnlen-, runder of een andere ragout

Bereiding

Maak het deeg als het recept voor zoute stengels (zie daar). Snijd hieruit een even aantal stukken van 8x5 cm. Bevochtig een bakplaat en leg de helft van de deegstukjes erop prik er vele malen in met een vork. Bestrooi de niet ingeprikte stukken met paneermeel. Leg op het midden van de plakjes op de plaat een streepje ragout, bestrijk de randen met water en leg op elk een gepaneerd lapje met de paneerzijde boven. druk de randen goed aan. Bak ze als de zoute stengels.

Ragoutsaus

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

45 g boter
45 g bloem
5 dl bouillon (afhankelijk van de nabereiding)
enkele takjes gehakte peterselie
peper en zout

Bereiding

Smelt de boter en voeg de bloem toe, laat even garen voor de bouillon er in kleine hoeveelheden door gemengd wordt en je een dikke gladde saus krijgt.

Variaties:
Witte ragout: voeg 1/2 dl room (of melk) en 1 eierdooier toe.
Bruine ragout: Laat de bloem bruin kleuren voor de vloeistof erbij gaat. Let echter op dat het niet te donker wordt.

Rijst

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Aziatisch	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

6 dl water
zout
300g rijst

Bereiding

Doe het water in en ruime pan en voeg zout toe. Breng aan de kook, voeg de rijst toe en als het weer kookt temper dan het vuur . Laat koken volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Giet eventueel af.

Rijst met Appels

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

6 dl water
zout
citroenschil
200 g rijst
500 g moesappels geschild, klokhuis verwijdert grof gerspt
suiker
40 g boter
kaneel

Bereiding

Kook de rijst volgens de verpakking. Kook de appel met de boter de laatste 5 minuten mee. Roer er nar smaak suker door en verwijder de citroenschil.
bestrooi met kaneel.

Rijst met Gehaktballetjes in Champignonsaus

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g runderehakt in balletjes van 1-1 1/2 cm
4 dl champignonsaus recept zie elders
300 g witte rijst
1 uitje gesnipperd
boter of olie

Bereiding

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verwarm de oven voor op 80 graden.
Smelt boter of olie in een pan en bak de gehaktballetjes met de ui bruin en gaar. Voeg de champignonsaus toe en lat even goed warm worden.
Vet een ovenschaal in en doe de rijst erin. Giet de saus erover en zet 10-15 minuten in de oven zodat er een bruin korstje op komt. Serveer direct.

Rijst met Goulash

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Hongaars	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g zilvervlies rijst
350 g hacheevlees
100 g mager spekblokjes
50 g boter
4 runderbouillonblokjes opgelost in 3/4 l heet water
zout
klein blikje tomatenpuree
paprikapoeder
20 g bloem
1 kleine rode paprika in blokjes

Bereiding

Doe zout peper en bloem in afsluitbaren schaal en meng het . Voeg het vlees toe en schud goed om zodat er overal bloem zit.
Smelt boter in een braadpan en bak het vlees snel om en om bruin. Voeg de bouillon, tomatenpuee, paprika en paprikapoeder toe en breng aan de kook. Sluit het deksel en laat 1 uur zachtje stoven onder af en toe roeren.
Bereid de rijst volgen d verpakking, stoom droog en server de goulash er apart bij.

Tip:
Lekker met doperwtjes.

Rijst met Kerrie

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Aziatisch	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g poulet
zout
40 g boter of arachideolie
1 ui gesnipperd
1 el kerrie
5 dl water
200 g rijst
paneermeel
extra boter

Bereiding

Bestrooi het poulet met zout. Breng het water aan de kook en voeg de pulet toe. Kook het vlees 1,15 uur. Schep uit de bouillon en dep droog. Vul de bouillon aan tot 5 dl. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Smel de boter in een wok en voeg de ui, kerrie en het vlees toe. Roerbak op een zachte vlam onder regelmatig roeren 25 minuten.
Zet het gas hoog en voeg de bouillon toe met de rijst. Breng aan de kook en temper het vuur en laat het gerecht gaar worden, zonder er nog in te roeren, in 20-25 minuten.
Vet een ovenschaal in en doe er de inhoud van de wok in, bestrooi met panermeel, leg hier en daar en klontje boter en zet 10-15 minuten in de oven.

Rijst met Krenten en/of ozijnen

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

6 dl water
zout
200 g rijst
100 g krenten en/of rozijnen

Bereiding

Breng het water aan de kook en was de vruchten met warm water.
Strooi de rijst erin samen met de vruchten en kook gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Variatie:
Neem ipv water melk.

Rijst met Ragout

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400g witte rijst
40 g boter
40 g bloem
3 bouillonblokjes
1/2 l heet water
200 g gaar soepvlles
peper en zout 1 ui gesnipperd
peterselie gehakt

Bereiding

Los de bouillonblokjes op in het water of kook het vlees en de ui gaar in deze bouillon in 1-1 1/2 uur. Snijd het vlees klein. Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Smelt de boter in een pan en roer de bloem erdoor. Laat even garen. Roer er de bouillon in kleine hoeveellheden door. Voeg het vlees en de ui toe en laat even doortrekken. Breng op smaak met zout en peper.
Doe de rijst in een schaal en giet de ragout erover. Strooi er wat peterselie oven.

Variaties:
Vervang het vlees door ham, kip of champignons.

Rijstebrij

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk
zout
125 g rijst
bruine basterd suiker
(boter)

Bereiding

Breng de melk met wat zout aan de kook. Voeg de rijst toe en roer tot de melk weer kookt.
Zet het op het kleinste pitje en sluit de pan. Laat de rijst in 1 uur goed gaar worden. (Roer er tot slot een klontje boter door)

Serveer met bruine suiker.

Rijstevlaai

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	vlaaivorm van 30 cm			Sterren	

Ingrediënten

250 g boem
5 g zout
15 g gist
1 dl lauwe melk
50 g boter
30 g suiker
1 ei
Vulling en garnering:
rijstebrij (zie recept daar) van 1 l melk, 125 g rijst, 100 g suker, 2 eieren, 1 zakje vanillesuiker)
chocolade snippers
slagroom geklopt

Bereiding

Breng de melk met het zout aan de kook en strooi de rijst erin. Kook gaar volgens de verpakking Roer tot ze weer kookt. Roer de dooiers met de vanillesuiker en de suker. Voeg toe aan de rijstebrij en sla deeiwitten zeer stijf.. Schep dit rustig door de rijstebrij en laat geheel afkoelen.
Maak het deeg zoals voor kerstbrood echter zonder de vruchtjen (zie daar).Vet een vlaaivorm in en bestuif met bloem.
Bestrooi het werkblad met bloem en leg daarop het deg. rol ui tot een ronde deeglap van rond 40 cm van. Leg op de vorm en duw lichtjes aan alle zijden aan . Snijd het overhangende deeg weg. Prik met een vork vele malen in de bodem en dek af met een vochtige theedoek. Laat 30 minuten narijzen. Roer ondertussen 1 dl gezoete en geklopte slagroom door de rijstebrij. Verwarm de oven voor op 1280 graden.
Vul de vorm met de rijstebrij en bak de vlaai in ongeveer 25 minuten gaar. Neem uit de vorm en garneer net een spuitzak met slagroom en de chocoladesnippers.

Vlaaien zijn er in vele variaties echter het basisdeeg is altijd gelijk.

Rijstpudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l volle melk
130g dessertrijst
75 g kristalsuiker
1 vanillestokje
1kaneelstokje
saffraan
2 steranijs
2 eidooiers
20 g boter

Bereiding

Snij het vanillestokje overlangs open. Schraap het merg bij de melk. Doe er ook het stokje bij, de kaneel en de steranijs. Breng aan de kook.
Voeg de saffraan en de rijst toe. Breng weer aan de kook. Zet dan het vuur lager en laat zachtjes 30 minuten sudderen. Roer af en toe om.
Neem het vanillestokje, de kaneel en de steranijs weg. Roer de kristalsuiker door de rijst. Roer de eidooier los en doe die erbij.
Verdeel de rijstpap over vuurvaste schaaltjes. Bestrooi met suiker en leg er een klontje boter op. Zet onder de hete grill tot de suiker karamelliseert.

Variatie:
Klassieke rijstpudding:
120 g dessertrijst, 100 g fijne tafelsuiker, 1 vanillestokje, 1 l volle melk
Bereid de rijst voor: spoel de rijst onder de koude kraan en laat hem uitlekken. Doe de rijst in kokend water en laat hem 3 minuten koken. Giet af en zet weg.
Doe de suiker in een pan met zware bodem. Snijd met de punt van een scherp mes het vanillestokje in de lengte doormidden. Schraap er het zaad uit en meng dat met de suiker (bewaar het vanillestokje in een kan met suiker om vanillesuiker te maken).
Giet een beetje melk over de suiker en klop met een garde tot de suiker is opgelost.
Voeg de voorbereide rijst en de rest van de melk toe. Meng alles goed. Laat onder regelmatig roeren zachtjes sudderen op laag vuur. Laat het rijstmengsel vooral niet te hard koken. Het moet zachtjes blijven sudderen. De rijst zal in ca. 40 minuten gaar zijn.

Rode Kool

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 rode kool niet te groot
zout
6 zure appels
kruidnagelpoeder
40 g suiker
30 g aardappelzetmeel
30 g boter
(azijn)

Bereiding

Verwijder de buitenste beschadigde bladeren en sijd de rest (behalve de dikke stronk) in smalle reepjes.. Zet op in en bodempje water met wat zout en kook in 30 minuten gaar..
Schil de appels, verwijder de kleokhuizen en snijd ze in dunne plakjes die je door de kool mengt.
Voeg ook de kruidnagel en de suiker toe en laat dit in 10 minuten zacht worden. Roer ondertussen het aardappelzetmeel los met wat water tot een dun papje en bind hiermee de groente.
Proef en breng eventueel op smaak met wat zout, suiker of azijn.

Variatie:
Voeg eens een handje vol gewelde rozijnen bij de rode kool.

RødgrødPudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Deens	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

0.5 l bessensap
2 dl water
1 kaneelstokje
80 g griesmeel
100 g suiker

Bereiding

Breng het sap met het kaneelstokje langzaam aan de kook en laat het 10 min op een zacht vuur trekken.
Meng het griesmeel en de suiker doorelkaar en strooi dit in de pan.
Blijf roeren tot dat de massa weer kookt.
Laat het griesmeel vervolgens gaar worden (kijk voor de kooktijd op de verpakking) en vergeet daarbij niet te roeren.
Haal het kaneelstokje er uit en giet de rodgrod in een schaal.
Laat de pudding afkoelen.
Eventueel opdienen met vanillesaus (zie receopt elders)..

Roerei

Menugang	Ontbijt	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Engels	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
4 el melk
peper en zout
aromat
peterselie gehakt
boter

Bereiding

Smelt de boter ni een steelpan. op een klein vuur
Klop alle ingredienten door elkaar. Giet het eimengsel inm de hete boter en laat de eieren voortdurend omscheppend stollen zodat de massa smeuig en vochtig blijft. Dien zo warm mogelijk op.

Variatie:
-met kaas: voeg 50 g geraspte pikante kaas naar keuze toee an de eieren
-met ham of ossetong : voeg 100 g fijngesneden ham toe aan het eimengsel

Roux

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

25 g boter
25 g bloem
2 dl bouillon of melk of 1 dl bouillon en 1 dl melk
peper (en zout)
aromat of maggi
citroensap
1 eierdooier
peterselie

Bereiding

Smelt de boter en voeg de bloem toe. Laat onder roeren even garen zonder te kleueren. Voeg in kleine beetjes de iets verwarmde vloeistof toe tot een gladde dikke saus ontstaat.
Roer hierdoor de gekozen vulling en breng op smaak met peper, zout, citroensap, peterselie en aromat.

Vullingen:
-250 g kalfs/rundvlees b.v. draadjesvlees. bereid in vleesbouillon
-200 g garnalen gegaard en gebruik visbouillon
-150 g gehakte paddenstoelen b.v. (kastanje)champignons, shiitake, oesterzwammen, of mix. (eerst garen in de bouillon) in groente- of kruidenbouillon
-75 g pikante geraspte kaas met bouillon naar keuze
-250 g gevogelte gegaard in kippenbouillon

Rubana

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Pools	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 dl melk
3 dl room
14 g gelatine
40 g suiker
1 zakje vanillesuiker
rode kleurstof
poederkoffie

Bereiding

Week de gelatine in water. Spoel een puddingvorm vlak voor gebruik goed om met koud water.
Verwarm de melk met de room en de suiker. Knij[p de gelatine goed uit en los het erin op. Verdeel in 3 gelijke delen.
Voeg aan het eerste deel de vanillesuiker toe. Aan het tweede deel de rode kleurstof en aan het derde deel de poederkoffie.
Laat alles afkoelen op een koele plaats tot geleiachtig , spoel de vorm en stort eerst het deel met de vanille, dan het deel met de rode kleurstof en tot slot het deel met de koffie.
Laat verder afkoelen en opstijven.

Lekker met slagroom.

Runderlappen

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g runderlappen
peper en zout
120 g boter
1 kruidnagel
1 laurierblad
scheutje azijn
maizena

Bereiding

Zout en peper het vlees, smelt de boter en bak het vlees snel bruin aan beide kanten.
Voeg zoveel water toe dat het vet niet meer sist en voeg de klruidnagel, azijn en het laurierblad toe.
Sluit de pan en laat 2-2 1/2 uur zachtjes stoven. verwijder de kruidnagel en het laurierblad.
Roer de maizena los met 1 el water en voeg dit toe aan de jus.

Schotse Rib

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Engels	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 dunne sneetjes brood zonder korst
boter
4 eieren
peper en zout

Bereiding

Bak het brood ilichtbrui in een koekenpan n wat boter.
Leg de sneetjes in een lage vuurvaste schaal en breek op elk sneetje een ei, bestrooil icht met peper en zout en zt de schaal onder de grill tot het eiwit is gestold.

Variatie:
Legb op het geroosterde brood eert een plak kaas, vervolgens een plak ham en breek daarop een ei.
Strooi er eens wat paprikapoeder over of serveer met ketchup.

Schuimomelet

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
40 g suiker
zout
1 zakje vanillesuiker
boter
poedersuiker

Bereiding

Splits de eieren en roer de dooiers met iets zout, suiker en vanillesuiker wit en schuimig. Sla de eiwitten zeer stijf in een vetvrije kom.
Smelt boter in een koekenpan. zorg ervoor dat ook de randen goed vet zijn. Schep de eiwitten voorzichtig door de dooiermassa en doe deze massa in de koekenpan. Strijk de bovenkant glad.
Het vuur de eerste minuten op vol en schuif met de pan over de vlam zodat alle kanten (ook zijkanten) evenveel warmte krijgen.
Draai het vuur laag zodra er waterdamp van de massa afkomt.
Licht de omelet even op met een spatel of pannekoekmes om de kleuer aan de onderkant vast te stellen. Is deze mooi lichtbruin dan de pan van het vuur en de bovenkant laten stollen onder een hete grill.
Schuif de omelet dan voor de helft op een schaal en klap de rest erover heen.. Bestuif dik met pedersuiker.

Sinaasappelsaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 suikerklontjes
2 dl vers sinaasappelsap
1 dl water
12 g aardappelzetmeel
(kristal)suiker

Bereiding

schuur met de suikerklontjes de schil van 1 sinaasappel dun af zonder het wit.
Breng met het sinaassappelsapen het water aan de kook. Roer het aardappelzetmeel los met iets water tot een dun papje en bind daarmee het sinaasappelsap.
Proef en voeg zo nodig wat kristalsuiker naar smaak toe.

Sla

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1-2 kroppen sla (afhankelijk vanhet aantal eters)
1 gekookte aardappel
3 el sla/olijfolie
slasaus
mosterd
zout en peper
aromat
1 klein uitje gesnipperd
peterselie gehakt
3-5 el azijn
cherrytomaatje in tweeen of plakjes/blokjes tomaat
eventueel 2 eiren hardgekookt in plakjes

Bereiding

Verwijder de buitenste beschadigde en harde bladeren.
Haal de bladeren van de stronk en was ze zorgvuldig. Droog ze in de slacentrifuge (of sla droog).
Verwijder de harde nerf en scheur (of snijd) de sla in eetbare stukken in een slabak/schhal.
Prak de aardappel fijn en vermeng deze met de rest van de ingredienten. Proef en breng op smaak met zout, peper of aromat of wat meer/minder van de andere ingredienten.
Meng de saus vlak voor het eten door de saus en beleg met de eieren.

Slaatjes van Diverse Groenten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

zuurkool met appel
andijvie met biet en appel of met zuurkool of met knolselderij of met tomaat en ui of met zuurkool en knolselderij
witlof (Brussels lof) met biet en appel of met wortel en knolselderij of met komkommer of met tomaat en bloemkool
spinazie met biet en appel
veld- of kropsla met wortel en bloemkool of met biet en appel
kool (groene, savooie, Chinese) met knolselderij en appelof metbiet en appel of met wortel en bloemkool
gekookte sperciebonen met komkommer en tomaat of met tomaat en bloemkool
tomaten met kropsla of met komkommer of met knolselderij of met andijvie

Bereiding

Was de groente, verdeel z in kleine stukjes en meng de verschillende soorten. Breng op smaak met slasaus en eventueel pper, zout, aromat, mosterd, gesnipperd uitje, zilveruitjes of augurk.

Slagroom

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1/4 l slagroom
30 g basteerdsuiker
eventueel 1 zakje vanillesuiker en/of 1 el likeur

Bereiding

Voeg alles bij elkaar in een kom en klop stijf. Let op dat je niet te lang klopt anders wordt het boter.

Snijbonen

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg snijbonen afgehaald en in stukjes gesneden van 0,5-1 cm breed
zout
20 g suiker
30 g boter

Bereiding

Zet de boontjes op in water met zout en suiker en kook ze gaar in 15-25 miniuten. Verdeel er wat boter over en schud even op.

Variatie:
Roerbak de boontjes in wat olie met wat knoflook-/uienpoeder. Als de boontjes helemaal glazig zijn er 2 -3 el water bij gieten met wat zout en de pan sluiten. Stoof ze gaar in 15-20 minuten.

Soezen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	16 stuks			Sterren	

Ingrediënten

1 dl water
zout
50 g boter
70 g bloem
2 kleine eieren
Vuklkling:
3 dl banketbakkersroom (zie recept daar) of slagroom
poedersuiker

Bereiding

Breng het water met het zout aan de kook, voeg in een keer d bloem toe enm roer tot de massa als een bal van d bodem loskomty. Neem van het gas en roer er een voor een de eieren door en blijf roeren tot het deeg lichter van kleur wordt en gaat glanzen.Verwarm de oven 15 minuten voor op 180 graden en vet een bakplaat in.
Maak met twee natgemaakte lepels porties op de plaat op enige afstand van elkaar en zet gedurende 20 minuten gaar. Kijk echter de eerste 15 minuten beslist NIET in de oven. Ze zijn gaar als ze stevig en licht aanvoelen. Laat helemaal afkoelen, knip er een gat in en vul ze met banketbakkersroom of slagroom. Bestuif met poedersuiker.

Variatie:
Kaassoesjes: (30 stuks) Vulling:
200 g boter, 100 g geraspte oude kaas, peper,aromat, zout
maak het deeg als boven echter maak er 30 ipv 16. Bak als boven en maak de vullig. Roer de boter zacht en voweg d andere ingredienten toe. Vul de afgekoelde soesjes met de kaasboter.

Spaghetti Bolognese

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g spaghetti
350 g rundergehakt
uienvlokken
5 tomaten of 1 blik tomatenblokjes op sap
200 g champignons in plakjes
boter/olijfolie
zout en peper
paparikapoeder
kleine verpakking zure room

Bereiding

Kook de spaghetti volgens de verpakking. Bak de ontvelde tomaten met de uienvlokken en het gehakt rul (gebruik je een blik tomaten dan de tomaten later toevoegen) in 15 minuten.
Voeg de champignons toe en laat ze even meesmoren. Breng op smaak met peper, zout en paprikapoeder. Voeg nu de tomaten in sap toe en sluit het deksel. Laat 10 minuten zachtjes stoven.
Voeg de zure room toe en laat zonder te koken even meewarmen.
Geef de saus bij de spaghetti.

Een echte Italiaan eet spaghetti alleen met een vork zonder lepel!!!!!

Sperciebonen, Slabonen en Princessebonem

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg boontjes afgehaald en gebroken
zout
30 g boter
nootmuskaat

Bereiding

Kook de boontjes in water met zout in 30 minuten gaar. Giet af, bestrooi met nootmuskaat en verdeel er wat klerine klontjes boter over. schud even op.

Spiegeleieren in de Oven

Menugang	Lunch	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Ei	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 eieren
boter
peper en zout
platte ovenschaal of 4 ramequins (1 persoon ovenschaaltje)

Bereiding

Verwarm de oven voor op180 graden C.
Smelt de boter in de ovenschaal(tjes) zonder dat deze kleurt. Breek de eieren erin en zet de schaaltjes in de oven tot het eiwit is gestold. Bestrooi licht met peper en zout.

Variatie:
Met ham waarop het ei gebroken wordt en bakt tot het eiwit is gestold.

Spinazie

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg spinazie
15 g bloem
zout
boter
2 eieren hardgekookt en in plakjes gesneden

Bereiding

Zoek de spinazie uit en was ze enige malen zorgvuldig om alle zand te verwijderen.
Kook de groente in het aanhangende water 1n 10-15 minuten gaar. Giet het kookvocht af en snijd (twee messen) of hak de spinazie fijn. Strooi er tegelijkertijd wat zout en de bloem in. roer door.
Laat de bloem in 5 minuten op een klein pitje gaar worden en het vocht binden of doe dit met paneermeel. Roer er een klontje boter door en beleg met de plakjes ei. Serveer direct.

Tip:
Bereid de spinazie voor als boven echter droog ze met een slacentriguge.
Doe wat olie in een watjang/wok en voeg wat gehakte knoflook naar smaak toe. Roerbak dan op de grootste pit de spinazie snel gaar in niet te groete hoeveelheden om zoveel mogelijk vocht kwijt te verdampen.
Het resterende vocht binden met panermeel. Voeg wat zout toe en beleg met de plakjes ei.

Spinaziesoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g jonge spinazie
55 g boter
8 dl bouillon
35 g bloem2 dl gekookte melk
peper en zout
aromat of maggi
nootmuskaat

Bereiding

Was de spinazie en verwijder ongewenste delen. Snijd/hak ze heel fijn.
Smelt 20 g boter en voeg de spinazie toe. Laat in een gesloten pan in 10 minuten gaar smoren. Voeg de bouillon toe.
Smelt de rest van de boter in een soeppan en roer de bloem erdoor. Laat even garen en roer vervolgens de vloeistof in kleine hoeveelheden erdoor tot een gladde soep ontstaat.
Breng de soep op smaak met de melk, peepr,zout, aromat en nootmuskaat.

Spruitjes

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g spruitjes
zout
15 g boter
nootmuskaat

Bereiding

Schoon de spruitjes en kook ze in water met zout in 15-20 minuten gaar (niet langer). Giet ze af en bestrooi met nootmuskat en een klontjes boter. Schud even op.

variatie:
Met kastanjes:
500 g kastanjes pellen en door de groente roeren na het afgieten. Volg verder het recept boven.

Stamppot Boerenkool met Worst

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 grote zak boerenkool
1-1 1/2 kg aardappels geschild, gewassen en in stukken
1 (verse) rookworst 275 -300 g
zouten peper
2 dl melk
aromat
40 g boter
(overgebleven) jus
eventueel 60 gt hvermout

Bereiding

Doe de aardappels met water in een grote pan en verdeel de boerenkolol erover. Bestrooi met zout (evenmtueel de havermout) en kook in 30 minuten gaar. De laatste 10 minuten de rookworst op de boerenkool leggen. Neem uit de pan en stamp de boerenkool met de melk en de boter door elkaar, proef en breng op smaak met peper , zout en aromat. Maak de jus (warm).
Leg de woirst er weer op en serveer met de jus.

variatie:
Neem eenhalve verpakking spekblokjes en bak deze uit met een gesnipperdt uitje. roer dit er op het laatst door.

Stamppot Rauwe Andijvie

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1-1 1/2 kg aardappels geschild, gewassen en in stukken
1 struik andijvie
melk
boter
zout en peper
200g mager rookspek
1 ui gesnipperd

Bereiding

Verwijder de lelijke bladeren van de andijvie, snijd in dunne repen en was het goed. Doe het spek in een koekenpan met de ui en laat zachtjes uitbakken.
Kook de aardappels gaar in water met zout, giet af en stamp tot puree met de melk en wat boter.
Roer er in kleine hoeveelheden de andijvie door. Wordt het te droog nog wat melk toevoegen. Is alle anduijvie erdoor geroerd dan het spek met de uien en het vet erdoor roeren..

Stamppot Rauwe Tomaten

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1-1 1/2 kg aardappels geschild, gewassen en in stukken
750 g tomaten ontvelt door ze in te kruizen en in kokend water te dompelen in stukken gesneden
1 grote ui gesnipperd
warme melk
boter
aromat
zout en peper
4 dikke plakken jong belegen kaas van 50-70 g
25 g bloem
3 el water
paneermeel

Bereiding

Kook de aardappels in water met zout gaar, giet af en stamp met de melk en een klont boter..
Meng de bloem met water en zout tot een glad papje. Haal de kaasplakken erdoor, wentel ze door de paneermeel en en bak ze in een koekenpan met botervlug goudbruin en krokant.
Meng de tomaten door de puree en breng op smaak met aromat en peper.

Stamppot Snijbonenn met Witte Bonen (Blote Billetjes in het Gras)

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg aardappels geschild, gewassen en instukken
500 g snijbonen geschoond en in stukjes
kleine pot of klein blikje witte bonen ca 120 g
aromat
boter
zout

Bereiding

Zet de snijbonen op in ruim water met zout en kook ze 20 minuten. Voeg de aardappels toe en kook nog 20 minuten. Giet af en stamp alles door elkaar.
Giet de bonen af in een kom en meng ze voorzichtig door de stamppot zodat ze heel blijven. Gebruik het witte bonen nat om de stamppot smeuig te maken.
Breng alles op smaak met zout en aromat.

Stamppot Zuurkool

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stamppot	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1-1 1/2 kg aardappels geschild, gewassen en in stukken
350 g verse worst of zuurkoolspek
400 g zuurkool
4 dl melk warm
60 g boter
zout
aromat

Bereiding

Kook de aardappels met wat water en zout aan de kook. Leg de worst of het spek op de aardappels en kook in 30 minuten gaar. Snijd de zuurkool zeer fijn.
Giet de aardappels af en neem de worst of het spek uit de pan. Stamp de aardappels met de melk en roer de zuurkool erdoor. Warm goed door op een klein pitje en snijd ondertussen het spek in plakken. Leg het vlees op de tamppot en serveer.

Stokvisschotel

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Ovenschotel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g stokvis zie recept elders
puree van 1 kg aardappels zie recept elders
150 g rijst
3 grote uien gesnippert en gebakken
4 dl mosterdsaus zie recept elders
paneermeel
boter

Bereiding

Kook alle ingredienten zodanig dat ze alle tegelijk gaar zijn. Vet een ovenvaste schaal in en verwarm de oven op 200 graden.
Leg alle ingredientenm laag om laag in de schaal: stokvis, mosterdsaus, rijst, uien en puree.Strooi er paneermeel over en leg hier en daar een klontje boter.
Zet gedurende 15 minuten in de oven tot de schotel een mooi bruin korstje heeft.

Stoofperen

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg stoofperen geschild met het steeltje echter zonder het kroontje
2 dl rode wijn of rode Port of madeira
kaneelpoeder
70 g suikerm
1 el maizena losgeroerd met 1 el water
3 dl water

Bereiding

Doe de peren in een pan en voeg het water, kaneel, suiker en de wijn toe. Je kunt de peren ook in vieren snijden, verwijder dan de klokhuizen.
Breng aan de kook en laat op een zaccht pitje rustig gaar stoven en rood kleuren in 1-1 1/2 uur. nem de hel peertjes uit het kooknat en bind het kooknat met de maizena (de kwart peertjes hoeven niet verwijdert teworden om te binden.).

Stoofschotel met Gehakt

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg aardappels geschild, gewassen in stukken
250 g sperciebonen geschoond inn stukkjes van 3 cm
250 g wortels geschoond
1 ui gesnipperd
zout en peper
75 g boter
1 bouillonblokje
10 g aardappelzetmel
peterselie gehakt
4 dikke plakken (1 cm) gebraden gehakt vleeswaar
bloem
20 g boter

Bereiding

Wentel de plakken gehakt door de bloem. Kook de aardappels gaar met een kopje water en zout. Doe er de groentes bovenop en vervolgens de ui.. Als de aardappels gaar zijn afgieten in en pannetje.
Voeg boter en het bouillonblokje toe aan het vocht en breng het aan de kook. Bak de gehaktplakken snel bruin in een koekenpan met boetr.
Roer het aardappelzetmeel los metwater tot een dun papje en bind de bouillon ermee. Strooi er de peterselie bijen breng op smaak met zout en peper. Doe het sausje bij de aardappels en de groente en roer alleen maar door of stoom de stoofpot droog en geef het sausje er apart bij. Sreveer met het gehakt.

Stoofschotel Witte Kool met Kaas

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kleine witte kool geschoond, harde kern verwijdert en in reepjes
1 bouillonblokje
2 kg aardappels geschild, gewassen en in dunne plakken
75 g rijst
zout en peper
aromat
150 g geraspte oude kaas
snufje kerrie
50 g boter
warme melk

Bereiding

Zet de kool op ineen bodempje water met wat zout. Leg de aardappels erop en strooiii de rijst erover heen. aat 30 minuten zachtjes koken.
Neem van het vuur en schep de kaas er voorzichtig door. Breng op smaak met zout, peper, kerrie en aromat. Giet de melk erover en voeg de boter toe.

Variatie:
In plaats van een stoofschotel een stamppot maken. De aardappels dan niet in plakken maar in stukken snijden. Volg het recept en na de kooktijd stampen met de melk en de boter. Volg dan het recept weer.

Stoofvlees

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400-500 g runder stooflappen of lamslapjes
zout en peper
1 dl rode wijnazijn
1 dl water
1 gesnipperde uio
1 laurierblad
nootmuskaat
1 kruidnagel
1/4 tl tijm
120 g boter

Bereiding

Zout en pepr het vlees en doe de azijn, ui, water en andere kruiden toe en overgiet het vlees hiermee zodanig datb het vlees geheel is bedekt. draai regelmatig om of wissel de bovenste met de onderste lap. Laat 24 uur marineren. Neem uit het marinadevocht en dep droog.
Smelt de boter in een braadpan op hoog vuur. Schroei het vlees snel aan beide kanten dicht en bruin. Giet de marinade in de pan en als het kookt de pan sluiten en op het kleinste pitje 1 uur laten stoven (of langer) tot de lappen goed mals zijn.

Tomatensaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g tomaten
60 g boter
1 laurierblad
1 kruidnagel
4 peperkorrels
1 uitje gesnipperd
40 g bloem
3 dl bouillon
peper en zout

Bereiding

Was de tomaten en snijd ze in kleine stukjes.
Smelt 20 g boter in een koekenpan en voeg de tomaten, ui en kruiden toe. Smoor op een klein pitje in ongeveer 10 minuten gaar. Zeef ze en doe de tomatenpuree bij de bouillon.
Smelt de rest van de boter en roer de bloem erdoor, laat even garen en voeg dan met kleine beetjes de tomatenbouillon erbij zodat een gladde saus ontstaat.
breng op smaak met zout, peper en aromat.

Variatie:
35 g boter, 1 uitje gesnipperd, 1 laurierblad, 4 el tomatenpuree, 35 g bloem, 5 dl bouillon, peper, zout en aromat.
Smelt de boter en fruit het laurierblad en de ui licht geel. Neem het laurierblad uit de pan als hde ui klaar is. Voeg de tomatenpure toe en laat even ontzuren.
Voeg de bloem toe en laat even garen voor de bouillon er in kleine hoeveelheden door gaat en je een gladde saus krijgt. Breng op smaak met zout en peper.

Tomatensoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

30 g boter
1 ui gesnipperd
500 g pruimtomaten
3/4 l water
eventueel 50 g (runder)gehakt balletjes
2 bouillonblojes
peterselie
maggi
peper en zout

Bereiding

Smelt de boter in een soeppan en fruit de ui lichtbruin. Ontvel de tomaten eventueel door ze in te kruizen en even in kokend water te dompelen. Snijd ze vervolgens in stukken en voeg die bij de ui sluit de pan en laat 20 minuten op en zacht pitje gaar smoren. Na 10 minuten de soep pureren met een staafmixer en eventueel de gehaktballetjes erbij doen.
Breng alles op smaak met zout, maggi en peper.

variatie:
Schenk vin elke soepkom een scheutje room en strooi er wat geknipte bieslook over.

Tompoucen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
200 g koude boter kleingesneden
1 dl koud water
1/4 dl banketbakkersroom (zie receptdaar)
glazuur van 100 g poedersuiker (zie recept aldaar)

Bereiding

Maak het deeg op dezelfde wijze als voor de zoute stengels (zie daar). Bevochtig de bakplaat met water en leg de deeglap erop en prik over de gehele opervlakte gaatjes met een vork. Bak het als de zoute stengels. Snijd de lap met een mes in de breedte doormidden en bestrijk er 1 dik met de banketbakkersroom. Leg de andere helft erop en betrijk de bovenkant met glazuur.
Snijd met een scherp mes er tompoucen van de gewenste grootte van (zonder te drukken).

Tong a la Meuniere

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

12 tongfilets
zout
1 ei
paneermeel
100 g roomboter
1 citroen 12 geperst en de 1/2 in schijfjes
peterselie gehakt
1 el water

Bereiding

Zout de filets licht en klop het ei los met water. haal de filets door het ei en vervolgens door de paneermeel. Leg ze niet op elkaar!!!!
Verhit de boter in een grote koekenpan en bak de filets bruin, krokant en gaar.
Neem uit de pan en maak de bakjus af met citroensap en water.
Bestrooi de filets met de peterselie en beedruppel met wat citroensap of geef er een schijfje citroen bij.

Tongfilets

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

voor ieder een tongfilet
25 g roomboter
zout en eventueel wat peper
citroensap
5 dl boter of peterseliesaus (zie het recept elders)

Bereiding

Wrijf de filets in met zout en peepr. Smelt de boter in een grote koekenpan en leg de filets dubbelgevouwen met de brede kant naar de rand van de pan. Leg een schoteltje omgekeerd op de filets in het midden van de pan om de filets op hun plaats te houden. Doe een bodempje water in de pan en breng dit aan de kook. temper de warmtebron en neem de vis na 4 minuten uit de panleg op een schaal of op de borden en giet er wat van de saus over. Druppel wat citroensap over de vis.

Tip:
Is je pan groot genoeg de filets niet dubbel leggen en in 2 minuten per kant goudbruin bakken zonder water toe te voegen.

Tournedos of Chateaubriants

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 chateaubriants van 100 g/stuk of tournedos van 75 g/stuk
zout en peper
boter
olijfolie
Madeira

Bereiding

Wrijf het vlees stevig in met peper en bestrooi pas vlak voor, of tijdens, het bakken met zout.
Maak een koekenpan goed heet en smelt bijna alle boter met de olie en laat deze bruin kleuren.
Bak het vlees (zonder er met een vork in te prikken) snel aan beide kanten bruin en temper het vuur dan naar medium. Om verbranden van de boter te voorkomen telkens wat van de overgebleven boter toevoegen. Bak het vlees nu tot de gewenste gaarheid (bepalen door er op te drukkn met een vinger: rare: voelt elastisch en zacht, medium rare: is minder elastisch en watsteviger, done: voelt nog een weinig elastisch en behoorlijk steveig, well done: voelt niet elastisch en erg stevig).
neem het vlees uit de pan en laat dez afgedekt met alufolie even rusten.
Doe nu alle overgebleven boter in de pan en giet kleine hoeveelheden water in de pan onder regelmatig roeren zodat je een mooie bruine gebonden jus krijgt. Giet een scheutje Madeira bij de jus om een mooie smaak te krijgen en laat even goed doorwarmen. Serveer bij het vlees.

Trommelkoek

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
2 afgestreken tl bakpoeder
1 ei
zout
100 g rozijnen en krenten gewassen en gedroogd
geraspte schil van 1 citroen
50 g gesmolten boter
1 1/2 dl melk
paneermeel

Bereiding

Vet een schaal in met boter en bestrooi met paneermeel.
Zet een grote pan met water op en breng aan de kook.
doe alle droge ingredienten met het ei in een kom en roer goed door. Voeg de melk toe met de gesmolten boter en meng tot een glad beslag.
het beslag in de schaal en deze au bain marie inde pan met water in 2 uur gaar koken.
Serveer met bruine suiker en/of stroop en /of boter.

Tuinbonen

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 kg tuinbonen gedopt
3 dl melk
zout
24 g boter
24 g bloem
aromat
bonenkruid

Bereiding

Zet de bonen op in een bodempje water met 1 dl melk en zout. Kook ze gaar in 20 minuten.
Kook ondertussen het sausje door de boter te smelten en er de bloem door te roeren. Laat de bloem even garen. Roer er dan in kleine hoeveelheden de melk door tot een gladde saus.
iet de bonen af en voeg het sausje toe met het bonenkruid. Warm nog even goed door.

Variatie:
Zonder saus maar met een klonthje boter en bonenkruid.

Tulband

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	tulbandvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

125 g bloem
zout
100 g harde boter
5 eieren
100 g suker
1 zakje vanillesuiker
75 g gewassen en gedroogde rozijnen en krenten
25 g sucade snippers of kleingesneden gember uit een potje
poedersuiker

Bereiding

Vet de vorm in en bestuif met poedersuiker.
Maak het deeg volgens het recept oor moscovietjes (zie daar).Verwarm de oven voor op 180 graden.
Stort het deeg in de vorm en bak in 35 minuten gaar en goudbruin.
Neem uit de oven en lat afkoelen en stort het op een schaal. Bestrooi met poedersuiker.

Variatie:
-Chipolata-Tulband: 125 g bloem, zout, 100 g harde boter, 5 eieren, 100 g suker, 1 zakje vanillesuiker, 75 g gewassen en gedroogde rozijnen en krenten, 100 g geconfijte vruchtjes geweekt in 1 dl mareaquin, poedersuiker.
-Aardbeientaart: 100 g bloem, zout, 80 g harde boter, 4 eieren, 80 g suker, geraspte schil van 1 citroen
Vulling en garnering: 1 diepvries aardbeien of 1/2 blikje aardbeien op sap, 3/4 dl geklopte slagroom (met suiker), geroosterde amandelen, Springvorm 20 cm
Maak het deeg en bak het in de voorverwarmde oven.
Snijd de taart 2 x overlangs door met een draadje en bestrijk de onderste laag met slagroom met daarop 1/3 van de vruchten. Leg de daropvolgende plak er weer op en herhaal dee vorige stappen. druk er dan de bovenste plak op en bestrijk de zijkant met slagroom en druk de amandelen ertegen. Herhaal nu de eerste stappen en garneer tenslotte met de resterende slagroom in en spuitzak.
-Jamtaart: 100 g bloem, zout, 80 g harde boter, 4 eieren, 80 g suker, geraspte schil van 1 citroen
Vulling en garnering: 1 potje jam naar keuze, glazuur van 50 g poedersuker (recept zie daar), Springvorm 20 cm
Volg het vorige aardbeienrecept doch ipv aardbeien de jam en geen slagroom. De zijkanten van de taart met de rest van de jam in 1 el water even losgeroerd bestrijken.

Uiensaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 vrij grote ui in lange dunne reepjes
40 g boter
35 g bloem
5 dl bouillon
2 el azijn
peper en zout

Bereiding

Smelt de boter en fruit de ui zonder dat dez kleurt.
Voeg de bloem toe en laat even garen.Voeg dan de bloem in kleine hoeveelheden toe zodat je een gladde saus krijgt. Breng op smeaak met zout en peper.

Utrechtse Sprits

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloen
160 g boter
100 g witte basterdsuiker
1/2 tl bakpoeder
1 ei
zout
1 zakje vanillesuiker
spuitzak

Bereiding

Roer de boter met de suiker tot een zachte massa ontstaat. Voeg het ei, zout en vanillesuiker toe en roer goed door.
Voeg de bloem,gezeefd en gemengd met het bakpoeder, in een keer toe en meng dit door de botermassa. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een bakplaat in en doe het deeg in een puitzak met een grove, gekartelde spuitmond.
Spuit het deeg in een slingerende beweging op de bakplaat ca 8-10 cm lang. Herhaal dit tot het deeg op is.
Bak de koekejes verder volgens het spritskoekjes recept (zie daar).

Valillerijst

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk
zout
80 g rijst
20 g custardpoeder
suiker

Bereiding

Breng 8 dl melk met wat zout aan de kook. Voeg de rijst toe en kook gar in ongveer 1 uur.
Roer de custard los met de resterende melk. Giet dit bij de rijstebrij, laat even koken en breng op smaak met suiker. serveer koud of warm.

van Dobben Kroket 1945

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Frituur	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

500 g runder- of kalfspoulet
500 g koude bouillon getrokken van rund- of kalfsvlees. (trek de bouillon min 3 en max 6 uur. Zet 1 l water op, hier houdt je ongeveer 500 g bouillon van over)
60 g boter
60 g bloem
verse peterselie
150 g paneermeel
zout en peper
nootmuskaat
worcestersaus
1 el melk
2 eieren

Bereiding

Snijd het vlees in stukjes van ongeveer 1 bij 1 cm. Smelt de boter in een pan, voeg de bloem erbij en roer dit door. Laat dit 3 minuten garen. Voeg al roerende de koude bouillon toe, blijft dit doorroeren tot er een gladde ragout ontstaat.
Meng het vlees erdoor en laat 4 minuten zachtjes doorkoken. Breng op smaak met zout, peper, nootmuskaat, peterselie en worchestersaus.
Verdeel de ragout in een diep bord en laat dit minimaal 4 uur in de koelkast koud en stijf worden.
Strooi het paneermeel op een plat bord. Meng 2 eieren met een el merk, meng dit goed door.
Verdeel de ragout in porties (b.v. met een ijslepel). Vorm van elke portie een kroket.
Rol de kroketten door de paneermeel, dan door het eimengsel en tot slot nog een keer door de paneermeel. De kroketten moeten aan alle kanten goed bedekt zijn zonder scheuren of barstjes.
Leg de kroketten minimaal twee uur in de koelkast om op te stijven.
Verhit het frituurvet tot 180 ºC. Frituur de kroketten ongeveer 5 minuten.

Vanille Vla

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l melk
1 stokje vanille
2 eieren
30 g maizena
60 g suiker

Bereiding

breng de melk met het vanillestokje langzaam warm worden op een klein pije.
klop de eieren met de suiker en de maizena wit schuimig met een garde.
giet hier onder voortdurend kloppen d hete melk bij. doe terug in de pan en laat de vla onder voortdurend kloppen even doorkoken. verwijder het vanillestokje ,snijd het overlangs door en schraap het merg eruit. Roer dit weer door de vla.
Laat de vla onder af en toe kloppen afkoelen in een bak koud water om velvorming te voorkomen.

Variatie:
-Met vruchten- rabarber- of appelmoes: 1/2 l gezoete verse vruchten of gedroogd. Zie recepten appalmoes/compote, abrikozen compote.
-Met biscuits: 5 dl vanillevla en 100 g zachte biscuits die je in de vla legt.
-Met bitterkoekjes: 1 zak bitterkoekjes, 1 dl bruine rum en 5 dl vanillevla. Week de bitterkoekjes in de rum 1-2 uur. De rum die nog niet is opgenomen door de vla roeren.
Doe een llagje va in een schaal en leg er de helft van de bitterkoekjes op. weetr eenlag vla erover en de rest van de bitterkoekjes erover verdelen. De rest van de vla daar weer over en goed koud laten worden.
-Met sultana rozijnen: 100 g sutana rozijnen, 1 1/2 dl bessensap, 1 dl water, 10 g aardappelzetmeel, 50 g suiker, 5 dl vanillevla. Was de rozijnen in warm water en zet ze op met het besssensap en het water. Laat ze op het kleinste pitje 20 minuten opwellen. Meng de aardappelzetmeel aan met wat waqter tot een dun papje en bind hier het bessensap mee. Giet dit onder in de schaal en giet er de afgekoelde vla over.

Vanillebatons

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Frans	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	50 stuks			Sterren	

Ingrediënten

160 g bloem
120 g boter
zout
80 g witte basterdsuiker
1/2 zakje vanillesuiker
1/2 tl bakpoeder
1 el water
Glazuur:
1 eiwit
200 g gezeefde poedersiuker

Bereiding

Kneed alle ingredienten, behalve voor de glazuur, door elkar en laat dat 1/2 uur rusten.
Rol uit tot een deeglap van 1/3 cm dik.
Meng de suiker met zovel van het eiwit totdat een mooi glazuur ontstaat. Strijk dit met een warm mes over de deeglap. Snijd er met een deegwiel koekjes van van 10x1,5 cm.Verwarm de oven voor op 170 graden. Vet een bakplaat in met boter enleg de koekjes erop zodanig dat ze elkaar niet raken. Bak ze gaar in 25 minuten.

Vanillesaus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Zoete Gerechten	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

3 dl melk
1/4 stokje vanille
1 eierdooier
4 g maizena
20 g suiker

Bereiding

Doe de melk en het vanillestokje in een pan en breng zachtjes aan de kook.
Roer de dooier met de suiker en de maizena door elkaar en giet er langzaam, al kloppende, wat hete melk door.
Dit mengsel al kloppende door de rest van de melk mengen en alles onder voortdurend roeren even goed doorkoken. verwijder ht vanillestokje, snijd overlangs doormidden en schraap het merg eruit wat je weer bij de saus doet.

Varkens- of Kalfshaas

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

75 g boter
varkens of kalfshaas
zout en peper

Bereiding

Bak de varkenshaas in de hete boter aan alle kanten bruin maar niet helemaal door en door gaar. Snijd het vlees in plakken van 2 cm dik en bak even vlug 1 minuut per kant. Neem uit de pan en laat onder alufolie even rusten.
Blus de jus af met water.

Variatie:
Als het vlees uit de pan genomen is er 150 g, in plakjes gesneden, champignons en 1 klein gesnipperd uitje in het bakvet zachtjes smoren zonder te veel te kleuren.
doe er dan een kleine verpakking room bij zonder het te laten koken en breng op smaak met zout en peper. Serveer bij het vlees.

Vermicellisoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vlees-Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l bouillon
stukje foelie of poeder
40 g vermicelli
eventueel 50 g gehaktballetjes
aromat
zout en peper

Bereiding

Breng de bouillon aan de kook met de en voeg de vermicelli toe. Laat, afhankelijk van de dikte van de vermicelli, 15-25 minuten koken.
Voeg de laatste 10 minuten de balletjes bij de soep en verwijder het stukje foelie. Breng op smaak met aromat, zout en peper.

Verse Worst of Saucijzen

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g verse worst of saucijzen
bloem
boter

Bereiding

Wentel het vlees dor de bloem, smelt de boter en bak het vlees aan alle kanten bruin en gaar op een klein vuur in 15 minuten
Blus het bakvet af met water om een mooie jus te verkrijgen.

Vet Uitsmelten

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

rundervet of vet spek

Bereiding

Men leest vaak in buitenlandse recepten over b.v. reuzel of ander vet.
Maal het vet of koop het gemalen. Doe het in een ovenschaal of braadslee en zet op 150-160 graden in de oven gedurende en bepallde tijd (regelmatig controleren) totdat je ziet dat zich er veloeistof begint te vormen en de kaantjes bruin beginnen te kleuren. Neem uit de oven en giet alles door een zeef in b.v. een glazen, afsluitbare, pot. Bewaar tot gebruik. (bakken en braden)
De kaantje szijn ook heel goed te gebruiken als b.v broodbelg met wat mosterd en/of zout.

Vijgencompote

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Mediterraan	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 g gedroogde vijgen
100 g suiker
citroensap
1 pijpkaneel
135 ml water

Bereiding

Volg het recept voor abrikozencompote. Verwijder voor het aanmaken eerst de pijpkaneel.

Variatie:
Verse vijgen compote:
24 kleine of 12 grote verse vijgen, 2 grote stukken dun geschilde sinaasappelschil, 3 el rode wijn, 3 el rode Port, 3 el basterdsuiker, 1 kaneelstokje, 6 kruidnagels, 1 takje verse munt
Giet het water in een sauspan. Voeg wijn, sinaasappelschil, basterdsuiker, het kaneelstokje, de kruidnagels en de munt toe. Breng het geheel aan de kook en laat het 10 minuten stoven met de deksel op de pan.
Voeg nu de vijgen toe en laat ze 6 minuten op laag vuur meestoven. Schep ze voorzichtig uit de pan en leg ze in een mooie kom of op een mooi bord. Kook het overgebleven vocht nu nog 15 minuten in tot het een dikke saus is. Haal de sinaasappelschil eruit en snijd het in dunne reepjes en meng het weer door de saus. Giet nu de saus over de vijgen. Laat het geheel afkoelen.

Vissoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 l water
2 kleine visjes
peterselie deels gehakt
ui
zout en peper
35 g boter
mespunt kerrie
35 g bloem
enkele stukjes verse vis of garnalen
witte wijn en/of citroensap
aromat
1 ei
1 dl room

Bereiding

Trek van het water met de vis en kruideneen bouillon in 30 minuten. Houd de stukjes vis apart en pureer de rest met een staafmixer.
Smelt de boter in een soeppan en roer er de kerrie en de bloem door, laat even garen zonder te kleuren en voeg tot slot in kleine beetjes de bouillon erbij onder roeren.
Doe de achtergehouden stukjes vis er weer bij en breng alles op smaak met aromat, zout, peper, witte wijn, citroensap en de gehakte peterselie.
roer het ei los met de room en een paar el hete soep. Voeg dit al roerende bij de soep.

Vleesjus

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Saus	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

100 g boter
vlees naar keuze gekruid
2-3 dl water
eventueel een beetje bouillonpoeder

Bereiding

Smelt de boter in een koekenpan en bak het vlees zoals u gewent bent. Neem het vlees uit de pan en voeg het water toe (en eventueel de bouillon). Roer de aanbaksels los en laat even goed doorwarmen.

Vleeskoekjes

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1/2 ui gesnipperd
boter
restjes gaarvlees
aardappels
1 -2 el bloem
peper en zout
nootmuskaat
aromat
peneermeel
eventueel fijngesneden groenten b.v. soepgroenten kleine verpakking

Bereiding

Vrui de ui in de boter lichtbruin. Maal het vlees in de molen of hak het heel fijn. Voeg eventueel de groenten, het uitje, de bloem en de aardappels en de kruiden toe en maal mee tot alles fijn maar niet tot puree gemalen is.
Vorm van de massa koekjes van 5 cm doorsnede en wentel deze door de paneermeel. Verhit de boter in een koekenpan en bak de kokjes op midelhoog vuur aan beide kanten gaar en goudbruin.

Vleeskoekjes

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g vleesresten
100 g oud brood
1 kleine gesnipperde ui
peterselie gehakt
1 ei
nootmuskaat
peper en zout
aromat
boter

Bereiding

Maal het vlees, de ui en het brood in b.v. een hakmolen. Smelt de boter in een koekenpan.
Vermeng de vleesmassa met de overige ingredienten. en breng op smaak met zout, peper en aromat.
Vorm er 4-8 platte koekjes van en bak deze in de panaan beide zijden bruin.

Vruchtengruwel

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 1/4 l water
citroenschil
80 g rijst
2 appels geschild, klokhuis verwijdert en in blokjes
1 sinaasappel gepeld, wit verwijdert en in stukken
1 banaan gepeld en in plakjes
1 peer of perzik Geschild, pit/klokhuis verwijdert en in blokjes
citroensap
suiker

Bereiding

Breng het water met de citroenschil aan de kook en voeg de rijst toe. Kook in 30 minuten gaar.
Doe de vruchten in de vloeistof en laat in 5 minuten warm worden. verwijder d citroenschil en breng op smaakl met suker en citroensap.
Serveer warm inm de winter en koud in de zomer.

Vruchtentaart

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	springvorm van 20 cm			Sterren	

Ingrediënten

150 g bloem
100 g boter
75 g witte basterdsuiker
1 zakje vanillesuiker
zout
Vulling:
400 g verse of bevroren of uit blik vruchten
7 g gelatine
eventueel suiker en/of citroensap

Bereiding

Zetb hetn fruit met de bastterdsuiker weg en laat uitlekken als er 2 dl sap is uitgetrokken. Niet wegdoen!
Verwarm de oven voor op 180 graden.
Laat de gelatine weken in water en doe dit in het vruchtensap. Laat even oplossen op een klein vuur.
Voeg citroensap naar smaak toe.
Kneed van alle ingredienten voor de taart een soepel deeg.
Vet een springvorm in en druk er het deeg gelijkmatig op de bodem en maak een rand langs de oopstaande kant van 3-4 cm. Prik met een vork vele keren in de bodem en zet het gedurnde 25 minuten in de oven om gaar en goudbruin te worden.
Laat de taart in de vorm afkoelen. Snijd met een mes langs de rand en verwijder de rand. Stort de uitgelekte vruchten in de bodem en giet de gelei erover. (is ze te stijf nog even verwarmen).

Garneren met slagroom.

Warme Gemberpudding

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Aziatisch	Type	Melk	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

boter om in te vetten
paneermeel
4 dl melk
geraspte schil van 1 citroen
1 suikerklontje
200 g oud brood zonder korst
zout
40 g boter
2 eierdooiers
80 g suiker
150 g fijngesneden geschilde gember
2 eiwitten
gemberstroop
vanillesaus (zie recept elders)

Bereiding

Vet een hoge ovenschaal in met boter. Bestrooi met paneermeel (ook het deksel).
Verwarm de melk met het citroensap, voeg brood en zout toe en kook tot eenn gladde dikke broodpap.
Roer er de boter door.
Roer de eidooiers met de suiker wit en schuiimig en voeg de gember toe met de gemberstroop.
Roer door de broodpap. Sla de eiwitten zeer stijf en schep deze ook, maar zeer rustig, door de pap.
Vul de schaal voor 3/4 met deze massa en zet deze 1-1 1/2 uur in een grote pan met kokend water: au bain marie.
Controleer met een breinaald of de eiwitten zijn gestold. De pudding is goed als er niets aan de naald hangt.
Laat de pudding dan even staan om uit te dampen en te drogen.
Serveer met de warme vanillesaus.

Watergruwel

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

70 g parelgort
1 1/4 l water
1 pijpkaneel
50 g krenten
75 g rozijnen
2 dl rode wijn of bessensap of 1 dl rode wijn en 1 dl bessensap
suiker
citroensap

Bereiding

Zet de gort een nacht te weken in het water. Breng de gort met het water aan de kook en kook in 1- 1/2 uur gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Was de rozijnen en de krenten goed in warm water. Laat de pij[pkaneel, krenten en de rozijnen de laatste 30 minuten meekoken.
Voeg de wijn of het bessensap toe en breng op smaak met de suiker en het citroensap. Verwijder de pijpkaneel.

Weespermoppen

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Streekgerechten	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g amandelen
275 g suiker
2 kleine eieren
1 suikerklontje
1/2 ctroen

Bereiding

Schraap met het suikerklontje de schil van de citroen. Maak fijn. Breng water aan de kook met de amandelen en spoel de amandelen daarna af, verwijder de schilletjes en maal ze.
Meng dat met d andere ingredienetn en maal nog eens.
Maak een rol van het deeg en wentel die door de suiker.
Vet een bakplaat in, leg er een vel bakpapier op en vet dat ook in.
Snijd de amandelrol in plakjes van 1 cm en leg deze op de bakplaat. Laat 1 uur op een droge warme plaats staan zodat ze iets uitdrogen.Verwarm de oven voor op 180 graden.
Bak ze lichtgeel en gaar in 20 minuten.

Wentelteefjes

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 ei
20 g suiker
kaneel
4 dl melk
12 sneetjes oud brood zonder korst
boter

Bereiding

Roer het ei los met de melk en 1 el suker op een bord. Dompel de sneetjes brood in het ei-melk mengsel. Smelt de boter en bak de uitgedruipte sneetjes bruin en knappend. Bestrooi met de gemende suiker-kaneel.

Wiener Schnitzel

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Oostenrijks	Type	Bakken/Braden	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

4 grote dunne kalfslapjes van 100 g/stuk
zout en peper
3 el bloem
1 ei
paneermeel
een weing salie
150 g boter
4 schijfjes citroen
1/4 glas pils

Bereiding

Zout en peper het vlees en klop het ei los met 1 el water. Haal de lapjes eerst door de bloem, dan door het ei en vervolgens door de paneermeel die gemengd is met de salie.
Smelt de boter in een koekenpan en bak de schnitzels in 10-12 minuten aan beide kanten goudbruin en gaar op een middelmatig heet vuur.
Neem uit de pan en leg op het bord met op elk een schijfje citroen.
Het bakvet afblussen met een scheutje pils en water

Winterstoofschotel met Poulet

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Stoven	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

400 gt runderpoulet
5 dl water
1 runder bouillonblokje
1 kg aardappel geschild gewassen en in dobbelsteentjes
1/2 kg koolraap geschild in dobbelsteentjes
1/2 kg spruitjes geschoond
100 g uien in ghesnipperd
zout en peper
30 g maizena
50 g boter
aromat
nootmuskaat

Bereiding

Breng het water aan de kook met het boullonblokje en voeg de poulet toe. Kook 30 minuten en voeg de groentes, aardappels met zout erbij. Roe de maizena los met 1 el water.
Laat 30 minuten zachtjes koken. Giet de bouillon af in een kom en bind dit met de maizenaoplossing. Breng opp smaak met boter, aromat en nootmuskaat.
Meng er rustig de groenten weer door en warm nog even zachtjes door. Serveer.

Witlof

Menugang	-	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Zie Brussels Lof

Bereiding

Witte Bonensoep

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Soep	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 grote pot witte bonen
1 ui
1 preitje in rinen en een klein stukje in reepjes als vullin in de soep
1/4 knolselderij geschild en in blokjes
selderij gehakt
1 laurierblad
2 bouillonblokjes
40 g boter
20 g bloem
peper en zoutaromat of maggi
eventueel 50 g hamblokjes
2 1/2 el water
melk

Bereiding

Giet de bonen af en vul het vocht aan tot 1 l. Doe de bonen met het nat in een soeppan met de kruiden en bouillonblokjes en breng aan de kook. Laat op een klein pitje zachtjes koken. Voeg de groenten, boter en de selderij een breng weer aan de kook gedurende 10 minuten. Roer de bloem los met het water tot een glad papje dat je verdunt met wat melk. Verwijder het laurierblad.
Pureer de soep met en staafmixer, voeg de achtergehouden preireepjes toe, laat 10 mniutjes koken en bind de soep dan met het bloempapje tot een gladde massa. Voeg nu eventueel de ham toe.
Breng op smaak met zout, peper en aromat.

Witte of Savooiekool

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kooltje niet te groot
zout
2 dl melk
30 g bloem
30 g boter
nootmuskaat

Bereiding

Verwijder de buitenste beschadigde bladeren en snijd de kool doormidden.
Schaaf de kool in repjes. Zet in een pan met een bodempje water met zout op en kook in 30 minuten gaar. Giet af en voeg de melk toe. Strooi onder voortdurend roeren de bloem erbij en tot slot de boter. Laat de bloem op een klien pitje in 8-10 minuten garen en het vocht binden. Rasp/strooi er wat nootmuskaat over.

Wortels

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Groente	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg wortels of winterwortels geschrapt loof verwijdert
zout
suiker
boter
peterselie gehakt

Bereiding

Snijd grote wortels in vieren en kook ze gaar in water met zout en suiker naar smaak. Kook ze in 15-45 minuten gaar afhankelijk van de grote en de soort nog enigsins knapperig zijn.
Strooi er peterslie over en verdeel wat boter erover. Eventueel nog wat suiker. Schud even op.

variatie:
Doe er eens wat doperwtrjes door.

Zandkoekjes in 25 minuten gaar en goudbruin

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Wereldkeuken	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

150 g zelfrijzend bakmeel
125 g boter
100 g itte basterdsuiker
1 zkje vanillesuiker
zout

Bereiding

Doe alle ingredienten in en kom en kneed hier vlug een soepel deeg van. Verwarm de oven voor op 180 graden.
Vet een bakblik/springvorm in en vorm van het deeg 40 gelijke balletjes. Leg de helft in het bakblik en druk ze met een vork plat zodanig dat ze elkaar niet raken. Bak ze in de oven gedurende 25 minuten bruin en gaar. Doe dan de rest van de balletjes.

Zoete Appels

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 kg appels b.v. elstarof breaburn
citroenschil enkele draadjes
2 dl rode bessensap
20 g aardappelzetmeel met water losgeroerd tot en dun papje
citroensap
40 g suiker

Bereiding

Schil de appels, snijd in vieren en verwijder het klokhuis.
Doe het bessensap in een pan met de appel, de citroenschil en zoveel water dat ze net onder staan.
Breng aan de kook en gaar ze op een klein vuur in 40 minuten.
Verwijder de citroenschil en neem de vruchten met een schuimspaan voorzzichtig uit de vloeistof. Bind het kookvocht met het aardapelzetmeel en breng op smaak met suker en citroensap.
doe de vruchten weer terug in het vocht.

Zomerse Macaroni

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

250 g macaroni
350 g rundergehakt
olijfolie
uienvlokken
2 groene paprika's zaad verwijdert en in blokjes
1 klein blikje tomatenpuree
1/2 tl kerriepoeder
paprikapoeder
aromat
betje bouillon
peper en zout
basilicum gehakt

Bereiding

Kook de macaroni in ruim water met zout volgens de verpakking. Bak het gehakt met de uienvlokken rul in een pan met olijfolie en strooi er wat peper, kerrie, paprika en zout over. Voeg de tomatenpuree toe en laat even meebakken. Voeg de kruiden toe en laat alles zachtjes 10 minuten bakken terwijl je er een scheutje bouillon aan toe voegd.
Meng de macaroni door het gehaktmengsel en breng op smaak met peper, paprikapoeder en aromat. Laat even door en door heet worden en serveer.

Zoute Stengels

Menugang	Hapje	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Nerderlands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

200 g bloem
150 g koude boter klein gesneden
1 dl koud water
4 druppels azijn
zout
1 ei

Bereiding

Werk op en koud werkblad. Doe de bloem in een kom en voeg de boter toe. Meng het water met de azijn en zout door de bloem met twee messen.
bestuif het werkblad en de koude deegroller met bloem. Leg het deeg op het werkblad en rol het luchtig uit.. draai het om met een pannenkoekmes of vergelijkbaar en rol het uit tot een deeglap van 1/2 cm dikte. Rak het deg zo min mogelij met de handen aan en vouw het op, 2x. rol weer uit tot een deeglap van 1/2 cm en vouw het weer op , 3x. Laat in de koelkast opstijven.
Rol het weer uit tot een deeglap van 10 cm breed en 1/2 cm dik. Snijd hiervan 2 cm brede repen die je in het midden doorsnijd, in totaa dus 10 repen. Bevochtig een bakplaat met water en verwarm de oven voor op 170 graden. Leg de repen op de plaat en bestrijk het deeg met ei. Lat het in de oven in 15 minuten lichtbruin en gaar worden.

Variatie:
-Krakelingen: 250 g bloem, 150 g koude boter klein gesneden, 1 dl koud water, 4 druppels azijn, zout, suiker
Bereid het deeg als boven mar snijd hiervan repen van 1 cm breed en 18 cm lang die je de vorm van krakelingen geeft. Betrijk met water en bestrooi ze met suiker. Bak ze als boven.
-Carre's: 200 g bloem, 150 g koude boter klein gesneden, 1 dl koud water, 4 druppels azijn, 100 g gebrande amandelen, 1 ei
Bereid het deeg als boven maar snijd het deeg in vierkante lapjes van 2x2 cm die je met ei bestrijkt. Druk op elk een amandel. en bestrijk weer met ei. Bak als boven.
-Arnhemse Meisjes: 200 g bloem, 200 g koude boter klein gesneden, 1 dl koud water, zout, suiker
Bereid het deeg als boven en steek er met een rond vormpje koekjes uit. Strooi op een vel papier een dikke laag suiker , leg er de koekjes op en ga er met de deegroller over. draai ze om en ga er nog eens met de deegroller over. Bak als boven.
-Kaasvlinders: 200 g bloem, 200 g koude boter klein gesneden, 1 dl koud water, zout, 75 g geraspte oude kaas
Bereid het deeg als boven maar snijd het deeg in een lap van 20 cm breed en bestrooi met de kaas. Rol de beide smalle uiteinden naar elkar toezodat de rolletjes elkaar in het mideen raken.Druk steveig tegen elkaar aan en laat in de koelkast opstijven.
Neem uit de koelkast en snijd er met een mes dunne plakjes af die je op een ingevette bakplaat legt. Bak als boven.


Compressed by
PDF24
https://ruudskookboek.nl