

Recepten

Carta

**57 recepten /
(Carta2005-Dick)**

Ruud 's Kookboek

Inhoudsopgave.

1. Aardbeienshake met munt
2. Alle geiten op een stokje
3. Apenfratsen
4. Appelballen
5. Appelbootjes
6. Aubergine bolognese
7. Ballentoren
8. Barbecue teriyaki vispakketjes
9. Berenbroodjes
10. Bikburgers
11. Bloemkoolcurry met pappadums
12. Broodje tonijn
13. Broodtoetje uit de oven
14. Chili-gembermihoen met zomergroenten
15. Chinese zoetzure drumsticks met prei
16. Chocobananen
17. Chocoladeflikken met frambozen
18. Chocosmulrol
19. Citroen crème met aardbeien
20. Citroenkip met geroosterde paprikadip
21. Coole soep
22. Courgette gevuld met hüttenkäse en ham
23. Couscoussalade met kerriekip
24. Crispy burgers
25. Crostini's met zalmspread
26. Dekselse wafels
27. Discodip
28. Dubbeldikke sandwich
29. Eiercurry met broccoli en rijst
30. Farfalle met gehakt en tomaten-mascarponesaus
31. Feesttaart met frambozen en witte chocolade
32. Flensjes gevuld met notenragout
33. Flinterflensjes
34. Flippie vla
35. Focacciasandwich
36. Frambozendroom
37. Frikano's
38. Fruitverstoppertje
39. Funpasta met bolognesesaus en maïs
40. Funpatatzakken
41. Gebakken schol met zomergroenten
42. Gegrilde kipfilet met yoghurtsaus
43. Gegrilde venkelsalade met feta
44. Gegrilde zalm met driepepersaus
45. Gemarineerde lamskoteletjes met pofaardappels
46. Geroosterde drumsticks met aardappelsalade
47. Gevuld speculaas 4
48. Gevulde puntpaprika's
49. Gevulde worsten
50. Gevulde zonnetjes
51. Griesmeelpudding met rood fruit
52. Groene gruwel
53. Groene salade met meloen
54. Hamburger met frisse salade
55. IJsyoghurt met kiwi
56. Pizzadip
57. Wienerbrød

Aardbeienshake met munt

Menugang Nagerecht

Keuken -

Bron www.c1000.nl

Soort -

Type Fruit

Snel Ja

Slank Nee

Sterren

Ingrediënten

250 g aardbeien, schoongemaakt

5 dl Mona Yomild naturel

4 bollen roomijs aardbei (Hertog)

2 eetlepels munt, geknipt

Bereiding

Houd 4 mooie aardbeien apart en snijd de rest in vieren.

Doe de aardbeienstukjes met de Yomild en het ijs in de blender of in een hoge kom en draai er een schuimige shake van of pureer met een staafmixer tot een schuimige shake.

Voeg de munt toe en laat de machine kort draaien.

Schenk de shake in hoge glazen.

Snijd de hele aardbeien een stukje in en zet ze op de glazen.

Serveer de shake met dikke rietjes.

Alle geiten op een stokje

Menugang Hapje
Keuken Hollands
Bron www.ah.nl

Soort Vegetarisch
Type -

Snel Nee
Slank Ja
Sterren

Ingrediënten

voor 25 personen

400 g harde Hollandse geitenkaas
3 eieren
50 g bloem
1 pakje paneermeel
½ eetlepel Zaanse mosterd
3 eetlepels mayonaise
2 eetlepels melk
olie om te frituren

Bereiding

Om te beginnen snij je de korstjes van de kaas.

Snij dan blokjes van 2 bij 2 cm.

Pak drie diepe borden.

Bord één: breek de eieren erboven en klop ze los met een vork.

Bord twee: hier doe je de bloem in.

Bord drie is voor het paneermeel.

Met de borden op een rij ga je verder aan de slag.

Eerst haal je de blokjes kaas door het ei, dan rol je ze door de bloem.

Nóg een keer door het ei en daarna door het paneermeel.

De kaas is klaar om gefrituurd te worden!

Even een sausje maken...

In een kommetje meng je mosterd, mayonaise en melk door elkaar.

Verhit de olie in de frituurpan tot 180 °C.

Bak steeds 1/3 deel van de kaasblokjes in 2 à 3 minuten lichtbruin en laat ze uitlekken op een stukje keukenpapier.

Alle kaasblokjes krijgen een prikkertje.

Zo kun je ze lekker in de mosterdsaus dippen.

Apenfratsen

Menugang Hapje
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort -
Type Fruit

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

voor 6 personen

2 zakken M&Ms minis (zak à 200 g)
6 bananen
1 flesje Croq'lce (chocoladetopping 125 ml)
1 spuitbus slagroom

Bereiding

Strooi de M&M's op een plat bord.
Pel de bananen en wikkel ze elk voor de helft in aluminiumfolie.
Giet de Croq'lce in een longdrinkglas.
Doopt de banaan in de chocolade en smeer die uit tot aan de folie.
Rol het met chocolade bedekte gedeelte door de kleurige M&M's.
Leg de bananen op een of meer bordjes en zet die ongeveer 15 minuten in de diepvries, zodat de chocolade hard wordt.
Haal de bananen uit de diepvries en leg ze elk apart op een bordje.
Spuit er een flinke toef slagroom bij.
Als je nog wat M&M's over hebt, kun je ze over de slagroom strooien.

Appelballen

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

4 plakjes bladerdeeg (diepvries)
4 kleine handappels
4 eetlepels rozijnen
1 theelepel citroenrasp (potje)
½ theelepel kaneelpoeder
1½ eetlepel bruine basterdsuiker
1 eetlepel bloem

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 °C of gasovenstand 4.
Verspreid de plakjes bladerdeeg over het aanrecht en laat ze in ongeveer 5 minuten ontdooien.
Schil de appels en haal met een appelboor de klokhuizen eruit.
Schip de rozijnen, citroenrasp, kaneel en ½ eetlepel basterdsuiker door elkaar.
Strooi wat bloem op het aanrecht.
Rol met een deegroller de plakjes bladerdeeg iets groter (15 bij 15 cm).
Zet de appels in het midden van de plakjes.
Vul het gat van de appels met het rozijnenmengsel.
Smeer met het kwastje wat water op de randen van het bladerdeeg.
Vouw de punten naar elkaar toe en plak ze boven op elke appel aan elkaar vast.
Smeer het deeg in met wat water en strooi 1 eetlepel basterdsuiker op de appels.
Leg het bakpapier op de bakplaat en zet de appels erop.
Zet de bakplaat in het midden van de oven en bak de appelballen in ongeveer 25 minuten gaar en een beetje bruin.

Appelbootjes

Menugang Hapje
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort -
Type Fruit

Snel Nee
Slank Ja
Sterren

Ingrediënten

1 pakje (roomboter)bladerdeeg (diepvries, 10 plakjes)
4 appels (Elstar)
1 eetlepel citroensap
1 eierdooier
1 eetlepel paneermeel
60 g fijne suiker
½ theelepel kaneelpoeder

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 °C of gasovenstand 4.
Laat de plakjes bladerdeeg op het aanrecht ontdooien (dat duurt ongeveer 10 minuten).
Intussen schil je de appels en snij je ze in 4 partjes.
Klokhuisen eruit, en elk appelpartje snij je weer in 4 plakjes.
Druppel wat citroensap over de plakjes, zodat ze niet verkleuren.
Leg het bakpapier op de bakplaat.
De bootjes mogen komen!
Rol de hoeken van elk bladerdeegplakje 2 keer om.
Zo krijg je een soort achthoekige bootjes met kleine opstaande randjes.
Leg ze op de bakplaat.
Klop in een kopje met een vork de eierdooier met 1 eetlepel water los.
Dit mengsel strijk je dun over de rand en bodem van de deegbootjes.
Strooi ook het paneermeel erover.
Leg de plakjes appel als dakpannen op de bodem.
Meng in een kopje kaneel en suiker door elkaar en bestrooi de taartjes met lekker veel kaneelsuiker.
Bak ze in 20 minuten bruin (in het midden van de oven).
Laat de taartjes iets afkoelen.

Aubergine bolognese

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Groente	Slank	Nee
Bron	www.c1000.nl			Sterren	

Ingrediënten

2 aubergines
1½ dl olijfolie traditioneel
1 pot Grand'Italia Bolognesesaus à 425 g
2 rode uien, in ringen
1 zakje witte saus (Knorr)
2½ dl melk
125 g mozzarella, grof geraspt
75 g geraspte belegen kaas
2 eetlepels basilicum, geknipt

Bereiding

Snijd de steelaanzet van de aubergines en snijd ze in lange plakken.
Verhit de olie in een ruime koekenpan en bak de plakken aan beide kanten lichtbruin.
Leg ze in een ovenschaal en schenk er de bolognesesaus erover. Verdeel de uiringen erover.
Bereid de witte saus met de melk volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Roer er de kaas en het basilicum erdoor en schenk de saus over de uien.
Zet de schotel ± 30 min. in een voorverwarmde oven (200 °C).
Lekker met gekookte aardappelen.

Wijnadvies: Valpolicella Terre di Verona

Ballentoren

Menugang	Hapje	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

voor 25 personen

50 slagroomsoesjes (diepvries)
300 g witte chocolade (of bruine)
125 ml slagroom (op kamertemperatuur)
1 potje decoratiemimosa (40 g)

Bereiding

Haal de soesjes uit de verpakking en laat ze op een schaal of bord ongeveer 45 minuten ontdooien.
Breek de chocolade boven een steelpan in stukjes.
Schenk de slagroom bij de chocolade.
Zet de pan op heel laag vuur.
Roer met een houten pollepel tot alle chocolade gesmolten is.
Zet het kommetje omgekeerd op een platte schaal.
Haal 15 soesjes een voor een door de chocolade zodat ze er goed mee bedekt zijn.
Zet ze in een cirkel rond het kommetje.
Doop voor de volgende laag 12 soesjes in de chocolade en plak ze op de eerste rij soesjes en tegen de kom.
Bouw zo de toren de hoogte in.
Leg wanneer er een gat ontstaat, ook een soesje in het midden voor de stevigheid.
Ga door tot alle soesjes op zijn.
De overgebleven chocolade is nu waarschijnlijk hard geworden.
Zet de pan nog 1 minuut op laag vuur en roer weer even.
Laat de rest van de chocolade over de soesjestoren druipen.
Versier de taart, nu de chocolade nog zacht is, met de mimosabolletjes.

Barbecue teriyaki vispakketjes

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Nee
Keuken	Oosters	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

300 g snelkookrijst
2 rode pepers
1 prei
2 schaaltjes kabeljauwfilet (a 250 g)
8 eetlepels teriyaki marinade & saus (flesje a 250 ml)
3 eetlepels zonnebloemolie
1 zak Thaise roerbakmix (400 g)

Bereiding

Barbecue aansteken en op temperatuur laten komen.
Rijst volgens gebruiksaanwijzing koken.
Pepers schoonmaken, zaadjes verwijderen en in reepjes snijden.
Prei schoonmaken en in ringen snijden.
Vier stukken aluminiumfolie (25 x 25 cm) op werkvlak uitspreiden.
Vis, rode peper en prei erover verdelen.
Van teriyaki 2 eetlepels erover sprenkelen en pakketjes goed dichtvouwen.
Pakketjes op hete barbecue in 10-15 minuten gaar laten worden.
Rijst laten uitlekken en afkoelen.
Intussen in wok olie verhitten.
Groentemix 5 minuten roerbakken.
Gewokte groente door rijst scheppen en met rest van teriyaki op smaak brengen.
Vispakketjes met rijstsalade serveren.
Lekker met Javaanse kroepoek.

Wijnadvies: Concilio Pinot Grigio Trentino

Berenbroodjes

Menugang	Lunchgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Brood/broodjes	Slank	Ja
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

8 witte afbakpistolets
500 g gehakt half-om-half
1 theelepel gedroogde Italiaanse keukenkruiden
1 zakje gehaktkruiden
1 theelepel mosterd
tomatenketchup of curry

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 °C of gasovenstand 4.
Van alle broodjes snij je van de bovenkant een kapje af.
Nu hol je ze met je vingers of een lepeltje uit (de kruimels zijn voor de vogels!).
Zo is er plaats voor het gehakt, dat straks ín de broodjes gaat.
Gehakt, Italiaanse kruiden, gehaktkruiden en mosterd doe je samen in één kom.
Kneed het met je handen stevig door elkaar.
Vul alle broodjes (er mag best een bergje op!) met gehakt.
Zet ze op het rooster, in het midden van de oven en bakken maar...
Na 20 minuten zijn ze knapperig en gaar.
Extra lekker met tomatenketchup of curry.

Bikburgers

Menugang Lunchgerecht
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort Vlees
Type Brood/broodjes

Snel Nee
Slank Ja
Sterren

Ingrediënten

350 g rundergehakt
1 theelepel zout
peper
½ theelepel milde paprikapoeder
1 kleine ui
2 eetlepels mayonaise
1 eetlepel curry-ketchup
1 grote zoetzure augurk
4 blaadjes sla
1 tomaat
2 eetlepels boter of margarine
4 zachte witte bolletjes

Bereiding

Kneed het gehakt met zout, peper en paprikapoeder goed door elkaar.
Maak er 4 ronde ballen van en druk ze plat tot echte hamburgers.
Pel het uitje en snij het in kleine stukjes.
Meng in een kommetje ui, mayonaise en curry door elkaar.
Was de tomaat en de slablaadjes.
Snij de augurk en de tomaat in dunne plakjes.
Verhit in een koekenpan de boter en bak de hamburgers 5 minuten aan de ene, en 5 minuten aan de andere kant.
Snij intussen de broodjes open.
Smeer de onderkant dun in met de saus, en leg blaadjes sla op de broodjes.
Daarop leg je de hamburgers.
Schep de rest van de saus op de hamburgers.
Plakjes augurk en tomaat erop.

Bloemkoolcurry met pappadums

Menugang	Hoofdgerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Indiaas	Type Groente	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl		Sterren	

Ingrediënten

1 bloemkool
3 grote aardappels
2 schaaltes vegetarische roerbakblokjes mild gekruid (a 175 g)
100 ml zonnebloemolie
2 eetlepels milde Indiase currypasta (pot a 283 g)
1 blik tomatenblokjes (400 g)
1 pakje kokosmelk (200 ml)
1 doosje pappadums naturel (100 g)
½ zakje verse koriander (a 15 g)

Bereiding

Bloemkool schoonmaken en in roosjes verdelen.
Aardappels schillen en in blokjes snijden.
In braadpan 3 eetlepels olie verhitten en roerbakstukjes 3 minuten bakken.
Aardappels erbij doen en 1 minuut meebakken.
Currypasta erdoor roeren en 1 minuut meebakken.
Tomaten, kokosmelk en bloemkool toevoegen en geheel aan de kook brengen.
Curry 10 minuten zachtjes laten koken.
In grote koekenpan rest van olie verhitten.
Pappadums een voor een 2 tot 3 seconden in hete olie bakken.
Pappadums op keukenpapier laten uitlekken.
Koriander fijnknippen.
Curry met zout op smaak brengen.
Curry met koriander bestrooien en serveren met pappadums.

Wijnadvies: Norton Torrontés

Broodje tonijn

Menugang Lunchgerecht
Keuken -
Bron www.c1000.nl

Soort Vis
Type Brood/broodjes

Snel Ja
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

4 zachte witte broodjes
4 eetlepels curryketchup
1 blik Princes tonijnstukjes light mayo à 185 g
2 augurken, grof gehakt
4 bladen ijsbergsla, fijngesneden
2 cocktailtomaten, in dunne plakjes
1 eetlepel bieslook, geknipt

Bereiding

Snijd de broodjes open en bestrijk ze met de ketchup.
Schep de tonijn, de augurk en de doperwtjes door elkaar.
Verdeel de sla en het tonijnmengsel over de broodjes.
Leg de tomaatplakjes erop en bestrooi met het bieslook.

Broodtoetje uit de oven

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron	www.c1000.nl			Sterren	

Ingrediënten

2 eetlepels boter
2 dl slagroom
2 scharreleieren
2 eetlepels lichte basterdsuiker
4 sneetjes boeren sesam witbrood
2 eetlepels 5-vruchtenjam
2 eetlepels crème fraîche
2 eetlepels halfvolle melk

Bereiding

Vet 4 souffléschaaltjes dik in met boter.
Klop de slagroom met de eieren en de suiker door elkaar.
Snijd de sneetjes brood in blokjes.
Verdeel de helft over de bodem van de schaaltes en lepel in het middel ½ eetlepel jam.
Verdeel de rest van het brood erover.
Schenk het slagroommengsel erover en bak het toetje in een voorverwarmde oven (200 °C) in ± 20 minuten goudbruin en gaar.
Klop de crème fraîche met de melk los en serveer bij het broodtoetje.

Chili-gembermihoen met zomergroenten

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Indisch	Type	Groente	Slank	Nee
Bron	www.conimex.nl			Sterren	

Ingrediënten

300 g geschrapte jonge worteltjes

200 gezouten pinda's

500 g geschaafde snijbonen

Conimex Woksaus Chili Gember

Conimex Ketjap Asin

1 pak Conimex Mihoen

Conimex Seroendeng

Conimex Wok Olie

Bereiding

Breng in een ruime pan een flinke laag water (met wat zout of ketjap asin) aan de kook.

Voeg de mihoen toe aan het kokende water en laat de mihoen ca. 2 minuten koken.

Direct afgieten in een vergiet, met koud water afspoelen en goed laten uitlekken.

Snijd de worteltjes in dunne plakjes.

Hak de pinda's grof.

Zet een grote wok op het vuur en laat de wok goed heet worden.

Voeg een scheutje olie toe en roerbak de wortelplakjes en snijbonen ca. 5 minuten voorzichtig gaar.

Voeg de mihoen, de grofgehakte pinda's en de woksaus naar smaak (ca. 8 eetlepels) toe en roerbak voorzichtig nog 2 minuten.

Schep de mihoen in diepe borden of kommen en bestrooi met wat seroendeng.

Serveertip: Zet Conimex Sambal en de rest van de Seroendeng op tafel, om naar eigen smaak toe te voegen en erbij te nemen.

Variatietip: Voeg aan het gerecht 300 g stevige kort gewokte visfiletblokjes en een handje verse spinazie toe.

Chinese zoetzure drumsticks met prei

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Kip	Snel	Nee
Keuken	Chinees	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

voor 1 persoon

5 eetlepels zonnebloemolie
1 pakje Chinese zoetzuur (74 g)
8 drumsticks
300 g rijst
2 rode paprika's
3 preien
50 g gezouten cashewnoten

Bereiding

Zakje marinade uit pakje voor Chinese zoetzuur met 2 eetlepels olie tot gladde massa mengen.
Drumsticks toevoegen, goed mengen en 10 minuten marineren.
Rijst volgens gebruiksaanwijzing koken.
Paprika en prei schoonmaken en in stukjes snijden.
In koekenpan drumsticks in 20 minuten gaarbakken.
In wok rest van olie verhitten en paprika en prei 5 minuten roerbakken.
Sausmix uit pakje met 350 ml water toevoegen en aan de kook brengen.
Saus 5 minuten zacht laten koken.
Kip, rijst, groenten en saus over vier borden verdelen en met noten bestrooien.
Lekker met komkommersalade en kroepoek.

Wijnadvies: Norton Torrontés

Chocobananen

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Ja
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

2 bananen
1 reep pure chocolade (200 g)
1 doosje M&M mini's (35 g)
spuitbus slagroom

Bereiding

Pel de bananen, snij ze elk in 6 stukken en steek in elk stuk een cocktailprikker.
Zet een pan met water op het fornuis en breng het water aan de kook.
Zet het vuur laag en hang in de pan een kleinere pan of een vuurvaste schaal.
Breek boven deze pan de chocolade in stukken.
Blijf erin roeren tot de chocolade gesmolten is.
Leg het vel bakpapier klaar op een groot bord.
Doopt de stukjes banaan in de chocolade tot ze helemaal ermee bedekt zijn.
Leg ze op het bakpapier en strooi er dan meteen wat M&M's over.
Zet de bananen even in de koelkast, dan wordt de chocolade snel hard.
Spuut op vier bordjes een toef slagroom.
Leg er telkens 3 chocobananenprikkers naast.

Chocoladeflikken met frambozen

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

200 g extra bittere chocolade
1 zakje ongezouten pistachenoten (55 g)
125 ml slagroom
1 eetlepel fijne kristalsuiker
2 bakjes verse frambozen (a 150 g)

Bereiding

Chocolade boven hittebestendige kom in stukjes breken.
Kom in grote pan met laag kokend water hangen (bodem van kom en pan mogen elkaar niet raken).
Chocolade langzaam laten smelten.
Pistachenootjes grof hakken.
Bakplaat of werkvlak met bakpapier bekleden, papier aan hoeken vastzetten met plakband.
Telkens dessertlepel gesmolten chocolade op bakpapier scheppen en tot zo dun mogelijke cirkel uitsmeren.
Pistachenootjes op nog warme chocolade strooien.
Zo nog 11 cirkels maken en laten opstijven.
Chocolade ca. 20 minuten verder hard laten worden in koelkast.
Slagroom met suiker stijfkloppen.
In midden van vier borden klein beetje slagroom scheppen.
Chocoladeflik erop leggen en voorzichtig vastdrukken.
Dessertlepel slagroom in midden van elke chocoladeflik scheppen.
Frambozen rond slagroom plaatsen en iets aandrukken.
Hierop tweede laag maken van chocoladeflik, slagroom en frambozen.
Afsluiten met laatste chocoladeflikken.

Wijnadvies: Warre's Late Bottled Vintage

Chocosmulrol

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

voor 6 personen

100 g bloem
mespuntje zout
2 dl halfvolle melk
2 eieren (M)
1½ eetlepel boter of margarine
100 g chocoladepasta wit
3 buisjes mini M&M's buisje
100 g chocoladepasta melk

Bereiding

Doe de bloem en het zout in een kom.
Schenk de melk er langzaam bij terwijl je met een garde of mixer klopt.
Zo krijg je een glad beslag.
Breek de eieren een voor een boven een apart schaaltje.
Zorg dat er geen stukjes eierschaal bij zitten.
Klop de eieren door het beslag.
Smelt een klontje boter in de koekenpan.
Scheep met een juslepel 1/6 deel van het beslag in de pan.
Bak het flensje aan beide kanten bruin en gaar.
Bak zo ook de andere 5 flensjes.
Laat de flensjes afkoelen.
Leg 3 flensjes op een rijtje op het aanrecht.
Zorg dat ze half op elkaar liggen.
Besmeer de flensjes met de witte chocoladepasta.
Strooi de M&M's erover.
Leg de andere 3 flensjes op dezelfde manier erop.
Besmeer ze met de melkchocoladepasta.
Rol de flensjes op.
Verpak de rol in plasticfolie en laat hem in ongeveer 45 minuten in de koelkast koud worden.
Haal de plasticfolie eraf.
Snij de flensjesrol met een scherp mes in 6 plakken en leg deze op zes bordjes.

Citroencrème met aardbeien

Menugang	Nagerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	-	Type Fruit	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005		Sterren	

Ingrediënten

2 citroenen
200 ml slagroom
4 eieren
150 g fijne kristalsuiker
500 g aardbeien
4 eetlepels VodkaPlus citroen of roodfruit (fles 500 ml)
1 bakje Griekse yoghurt (150 g)
2 eetlepels donkere basterdsuiker

Bereiding

Oven voorverwarmen op 175 °C.
Citroen schoonboenen, 2 theelepels van schil raspen en uitpersen.
Rasp met 4 eetlepels sap door helft van room roeren.
Met mixer eieren met 125 g kristalsuiker schuimig kloppen.
Citroenroom erdoor kloppen.
Mengsel over soufflévormpjes verdelen en elk vormpje paar keer op aanrecht tikken, om luchtbelletjes te verwijderen.
Vormpjes op enige afstand van elkaar in braadslede zetten en deze op rooster in midden van oven plaatsen.
Kokend water in braadslede schenken tot 1 cm onder rand van vormpjes.
Oven sluiten en crème in waterbad in 30-40 minuten stevig en gaar laten worden.
Na afkoelen verder laten opstijven in koelkast.
Aardbeien schoonmaken, halveren en omscheppen met VodkaPlus en eventueel wat suiker.
Smaak 10 minuten laten intrekken.
Yoghurt over crème uitstrijken en bestrooien met dun laagje basterdsuiker.
Rest van slagroom stijfkloppen met 1-2 eetlepels suiker.
Slagroom met in heet water gedompelde lepel uit kom scheppen en over yoghurt verdelen. Aardbeien met vocht in glazen scheppen, crème ernaast serveren.

Wijnadvies: Warre's Heritage Ruby Port

Citroenkip met geroosterde paprikadip

Menugang	Hapje	Soort	Kip	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

voor 6 personen

2 citroenen

1 eetlepel bloem

½ eetlepel gedroogde Italiaanse keukenkruiden

1 teentje knoflook, geperst

1 schaal kipfilethaasjes (ca. 300 g) of 2 kipfilets, in brede repen

½ pot geroosterde paprika's (a 465 g), uitgelekt

½ bakje ricotta (kaas, a 250 g)

olijfolie om in te vetten

Bereiding

Citroenen schoonboenen en schil raspen (citroenen worden verder niet gebruikt).

In plastic zak citroenrasp met bloem, Italiaanse kruiden, knoflook, zout en peper mengen.

Kiprepen toevoegen, zak dichtknopen en goed schudden om kip gelijkmatig met kruiden te bedekken.

In koelkast smaken minstens 30 minuten laten intrekken.

In hoge kom paprika's met ricotta pureren.

Mengsel op smaak brengen met zout en peper.

Grillpan verhitten en licht met olie bestrijken.

Kiprepen in ca. 6 minuten op matig vuur bruin en gaar grillen.

Gegrilde kip koud of warm met paprikadip serveren.

Wijnadvies: Swartland Chardonnay

Coole soep

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Soep	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

6 kiwi's
2 dl vers sinaasappel-kiwisap (koelvitrine)
4 eetlepels witte basterdsuiker
1 zakje vanillesuiker
2 nectarines
1 bekertje sour cream (zure room 125 ml)
8 ijsklontjes

Bereiding

Schil de kiwi's en pureer ze met het sinaasappel-kiwisap en 3 eetlepels basterdsuiker in de keukenmachine.
Zet een zeef op een bakje.
Giet het sap door de zeef en zet het bakje met fruitsoep in de koelkast.
Roer in een kom 1 eetlepel basterdsuiker en de vanillesuiker door de zure room.
Schil de nectarines en snij ze in partjes.
Doe de ijsklontjes in de plastic zak, knoop hem dicht en rol de klontjes met de deegroller tot gruis.
Haal de fruitsoep uit de koelkast en verdeel deze over vier diepe borden.
Roer het ijsgruis erdoor.
Schep in het midden van elk bord een eetlepel zure room en trek er met een vork strepen mee.
Verdeel de partjes nectarines over de borden.

Courgette gevuld met hüttenkäse en ham

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Groente	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

2 courgettes
1 grote ui, gesnipperd
3 eetlepels olijfolie
1 dikke plak ham (100 g), in kleine blokjes
1 bakje hüttenkäse (200 g)
1 zakje verse peterselie (30 g), fijngesneden
150 g geraspte belegen kaas
1 voorgebakken boulogne stokbrood

Bereiding

Oven voorverwarmen op 225 °C.
Courgettes in lengte halveren en met lepel of meloenboor uithollen tot op ½ cm van wand.
Vruchtvlees kleinsnijden en met ui in 2 eetlepels olie 3 minuten zachtjes bakken.
Ham toevoegen en 1 minuut meebakken.
Courgettehelften bestrooien met zout en peper.
Hüttenkäse mengen met peterselie en helft van geraspte kaas.
Courgettemengsel erdoor scheppen.
Op smaak brengen met zout en peper.
Uitgeholde courgettes in ingevette ovenschaal leggen en vullen met courgette-kaasmengsel.
Rest van kaas erover strooien en rest van olie erover druppelen.
Schaal in midden van oven schuiven en courgettes in 20-25 minuten goudbruin en gaar bakken.
Stokbrood ernaast leggen en in 6-8 minuten afbakken.
Stokbrood in plakjes snijden en bij courgettes serveren.

Couscoussalade met kerriekip

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Kip	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Salade	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

300 g sperziebonen
250 g couscous
4 romatomen
1 rode peper
6 eetlepels olijfolie
3 eetlepels citroensap
100 g olijven met piment
1 schaal kipfilet à la minute kerrie (350 g)

Bereiding

Sperziebonen schoonmaken, in 6 minuten beetgaar koken, afgieten en in vergiet onder koud water afspoelen.

Couscous volgens gebruiksaanwijzing laten wellen.

Tomaten in stukjes snijden.

Rode peper schoonmaken, zaadjes verwijderen en peper fijnsnipperen.

Van 4 eetlepels olijfolie, citroensap, rode peper en zout naar smaak pittige dressing kloppen.

In grote schaal couscous, sperziebonen, tomaat en dressing mengen.

Olijven halveren en over salade verdelen.

Kip in stukken snijden.

In koekenpan rest van olie verhitten en kip in 7 minuten gaarbakken.

Kip over salade verdelen.

Wijnadvies: Trio White Concha y Toro

Crispy burgers

Menugang Hapje
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort Vlees
Type Groente

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

voor 10 personen

350 g kalkoengehakt
½ eetlepel kipkruiden (zakje à 25 g)
50 g boter of margarine
10 witte minibolletjes
mayonaise
2/3 zakje jonge bladsla (zakje à 200 g)
curry-ketchup
20 grote ribbelchips (naturel)
10 cherrytomaatjes

Bereiding

Meng het gehakt met de kipkruiden en kneed het goed door elkaar.
Maak 10 gelijke balletjes van het mengsel en druk ze een beetje plat.
Verhit de boter in de koekenpan.
Bak de miniburgers ongeveer 4 minuten aan iedere kant.
Snij de broodjes open en besmeer ze met mayonaise.
Verdeel de sla over de onderste helften.
Leg de kalkoenburgers op de broodjes en doe er lekker veel curryketchup op.
Leg op iedere burger 2 chips en zet de bovenkant van het broodje erop.
Prik de vlaggetjes door de tomaatjes en zet ze op de broodjes.

Crostini's met zalmspread

Menugang	Voorgerecht	Soort	Vis	Snel	Ja
Keuken	Italiaans	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

1 klein stokbrood
1 teentje knoflook
3 eetlepels olijfolie
1 blikje rode zalm (213 g)
3 eetlepels crème fraîche
3 eetlepel kappertjes (potje)

Bereiding

Grill voorverwarmen.
Stokbrood in 12 plakjes snijden.
Knoflook boven olie uitknippen en stokbrood met knoflookolie besprenkelen.
Zalm laten uitlekken, vel en graatjes verwijderen.
In kom zalm met crème fraîche en 2 eetlepels kappertjes mengen.
Met zout en peper op smaak brengen.
Stokbrood onder grill in 2 minuten goudbruin roosteren (= crostini's).
Plakjes met zalmspread besmeren en met rest van kappertjes garneren.

Wijnadvies: Rocca Bianca Soave

Dekselse wafels

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

voor 8 personen

1 blikje ananasschijven op sap (netto 227 g)

8 eetlepels ananasjam

50 g boter of margarine

150 g zelfrijzend bakmeel

3 eetlepels witte basterdsuiker

1 zakje vanillesuiker

zout

1 ei

2 dl melk

poedersuiker

Bereiding

Laat de ananas uitlekken en snij de schijven in kleine stukjes.

Het sap heb je niet meer nodig.

Doe de jam in een pannetje en schep de ananas erdoor.

In een ander pannetje smelt je de boter (de boter hoeft alleen maar te smelten, bruin worden mag niet).

In een beslagkom doe je bakmeel, basterdsuiker, vanillesuiker en 'n mespunt zout (zo weinig als op de punt van een mes past).

Breek het ei erboven en doe de gesmolten boter erbij.

Klop dit alles met de mixer tot een glad mengsel.

Schenk dan beetje bij beetje de melk erbij.

Blijf kloppen tot het een glad beslag wordt.

Laat het wafelijzer heet worden op de één na hoogste stand (3).

Schep met een juslepel een laagje beslag in de vorm zodat alle ruitjes net vol zijn.

IJzer dicht en bakken maar.

In 4 minuten zijn je wafels gaar en bruin.

Haal de wafels met een vork uit het ijzer en laat ze op een rooster afkoelen.

Leg ze op een schaal en bestrooi ze met poedersuiker.

Maak de ananassaus warm.

Neem een wafel op je bord en schep er saus over.

Discodip

Menugang	Bijgerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Saus	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

1 flesje Exotic saus (180 ml)
2 eetlepels zilveruitjes
4 eetlepels rozijnen
2 eetlepels musket gemengd (flesje à 20 g)

Bereiding

Doe de inhoud van het flesje saus in een kom.
Snij de zilveruitjes klein.
Meng de uitjes samen met de rozijnen door de saus.
Roer er kort voor het serveren 2 eetlepels musket door.
Lekker met tortillachips.

Dubbeldikke sandwich

Menugang Lunchgerecht
Keuken -
Bron www.c1000.nl

Soort Vlees
Type Brood/broodjes

Snel Ja
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

12 sneetjes witbrood
3 eetlepels groene pesto (Grand'Italia)
2 eetlepels mayohalf
4 blaadjes kropsla, gewassen en gedroogd
4 plakken Maaslander beleggen kaas (pak à 400 g)
4 cocktailtomaten, in dunne plakjes
12 plakjes chorizo

Bereiding

Rooster de boterhammen lichtbruin en bestrijk er 8 dun met pesto en de rest met de mayohalf.
Leg op 4 van de met pesto bestreken boterhammen een blaadje sla en een plak kaas.
Leg hier de andere 4 met pesto bestreken boterhammen op.
Verdeel er de tomaatplakjes en de chorizo over en dek alles af met de met mayohalf bestreken boterhammen.
Snijd de sandwiches schuin middendoor en serveer direct.

Eiercurry met broccoli en rijst

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Oosters	Type	Rijst	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

300 g zilvervliesrijst

6 eieren

600 g broccoli

3 eetlepels olie

1 grote ui, gesnipperd

2 eetlepels kerriepoeder

400 ml kokosmelk

100 g cashewnoten

Bereiding

Rijst gaarkoken volgens gebruiksaanwijzing.

Eieren in 8 minuten bijna hard koken.

Broccoliroosjes lossnijden, stronk schillen en in blokjes snijden.

In ruim water met zout broccoli in 3-4 minuten beetgaar koken.

In vergiet laten uitlekken.

In wok olie verhitten en ui 3 minuten zachtjes fruiten.

Kerriepoeder erdoor scheppen en 2 minuten meebakken.

Eieren pellen en halveren.

Kokosmelk door ui roeren.

Broccoli en eieren erdoor scheppen en curry nog 5 minuten zachtjes laten sudderen.

Cashewnoten erdoor scheppen.

Pittig op smaak brengen met zout en peper.

Curry met rijst serveren.

Farfalle met gehakt en tomaten-mascarponesaus

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	Italiaans	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

300 g farfalle (pasta)
1 ui
3 eetlepels olijfolie
1 schaal half-om-halfgehakt (ca. 350 g)
1 zak Italiaanse roerbakgroentemix (400 g)
2 potten tomatensaus met mascarpone (a 185 g)
50 g geraspte kaas (belegen)

Bereiding

Pasta volgens gebruiksaanwijzing koken.
Oven op 200 °C voorverwarmen.
Ui pellen en snipperen.
In braadpan olie verhitten en ui 2 minuten fruiten.
Gehakt toevoegen en rul bakken.
Roerbakgroente toevoegen en 3 minuten meebakken.
Helft van pasta in ovenschaal scheppen.
Gehakt-groentemengsel over pasta verdelen en helft van tomaten-mascarponesaus erop scheppen.
Afdekken met rest van pasta en rest van tomaten-mascarponesaus erover verdelen.
Schotel bestrooien met kaas en in midden van oven in ca. 15 minuten door en door heet laten worden en bruin laten kleuren.
Lekker met komkommersalade.

Wijnadvies: Australian Valleys wit

Feesttaart met frambozen en witte chocolade

Menugang	Hapje	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

voor 24 personen

150 g bloem + bloem om te bestuiven

1 vanillestokje

350 g suiker

10 eieren

100 g maïzena

300 g witte chocolade

1½ l slagroom

75 ml frambozenlikeur (slijter)

1 pot frambozenjam (370 g)

600 g frambozen

1 zakje verse munt (15 g)

Bereiding

Bodem van springvorm losmaken, met bakpapier bekleden en terug in vorm klemmen.

Springvorm dun met bloem bestuiven.

Vanillestokje in de lengte opensnijden en zaadjes (= vanillemerg) met scherp mes eruit schrapen.

Vanillemerg met suiker omscheppen.

Eieren splitsen (er mag géén eigeel in eiwit terecht komen).

In grote kom eierdooiers met 100 g van vanillesuiker mixen tot lichtgele, luchtige crème.

Oven voorverwarmen op 175 °C.

In vetvrije kom met schone mixer eiwitten met mespunt zout zeer stijf kloppen.

Tijdens kloppen in gedeelten 150 g vanillesuiker toevoegen.

Eiwit voorzichtig door eierdooier scheppen.

Bloem en maïzena erboven zeven en er in enkele slagen doorheen spatelen.

Mengsel over 3 springvormen verdelen en gladstrijken.

Bodems in midden van oven in ca. 35-40 minuten gaarbakken (kleinste vorm na ca. 30 minuten uit oven nemen).

Bodems op rooster laten afkoelen.

Witte chocolade in kom boven pan met net niet kokend water hangen.

Chocolade voorzichtig laten smelten.

Chocolade op metalen plaatje uitstrijken, in koelkast laten opstijven.

Na ca. 20 minuten plaatje met chocolade uit koelkast nemen, op werkvlak leggen en tegen muur plaatsen (voorkomt schuiven).

Breed paletmes net iets onder chocolade steken en voorzichtig duwen, zodat krullen ontstaan.

In grote kom helft van slagroom met 50 g vanillesuiker stijf slaan.

Taartbodems elk in 2 lagen snijden door eerst met groot mes halverwege taart te snijden.

Vervolgens taart al draaiend snijden tot laag los is.

Opengesneden taarten met likeur besprenkelen.

In steelpannetje jam verwarmen, tot jam vloeibaar wordt.

Van elke taart 1 helft dun met jam, en vervolgens met slagroom bestrijken.

Helft van frambozen over taartbodems verdelen.

Bovenste taarthelften op helften met frambozen leggen.

Feesttaart met frambozen en witte chocolade

Rest van slagroom met rest van vanillesuiker stijfslaan en boven- en zijkanten van taarten rijkelijk met slagroom besmeren.

In midden van taarten met appelboor gat eruit boren.

Blaadjes munt van takjes plukken.

Taarten met chocoladekrullen, rest van frambozen en munt garneren.

Taarten op etagère leggen en deze opbouwen.

Flensjes gevuld met notenragout

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	-	Type	-	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

voor 2 personen

1 eetlepel boter
1 rode ui, gesnipperd
200 g paddestoelenmelange, in plakjes
1 eetlepel bloem
150 ml kruidenbouillon (van tablet)
4 pannenkoeken naturel (kant-en-klaar)
75 g pecannoten
½ bekertje crème fraîche (a 125 ml)
50 g oude kaas, geraspt
½ zakje peterselie (a 30 g), fijngesneden

Bereiding

In koekenpan boter verhitten.

Ui en paddestoelen 3 minuten in boter al omscheppend bakken, tot alle vocht verdampt is.

Bloem erboven zeven en 1 minuut meebakken.

Bouillon erbij schenken en geheel 5 minuten zachtjes laten koken.

Pannenkoeken (volgens aanwijzing op de verpakking) verwarmen.

Pecannoten grof hakken (enkele noten achterhouden voor garnering).

Gehakte noten, crème fraîche en kaas door paddestoelenmengsel scheppen en ragout nog 1 minuut verwarmen, op smaak brengen met zout en peper.

Op het laatste moment ¾ van peterselie door ragout roeren.

Pannenkoeken dubbelklappen en op twee borden elk 2 pannenkoeken leggen.

Elke pannenkoek met ¼ deel van ragout vullen.

Rest van peterselie over pannenkoeken strooien en gerecht met rest van pecannoten garneren. Lekker met frisse eikenbladsalade.

Wijnadvies: Eugène Loron Beaujolais Villages

Flinterflensjes

Menugang Nagerecht
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort -
Type Fruit

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

300 g aardbeien
1 klein blikje perzikstukjes
3 eetlepels vloeibare margarine (fles)
2 eetlepels amandelschaafsel
1½ eetlepel suiker
100 g bloem
1 eetlepel poedersuiker
zout
2 dl melk
2 eieren
8 bolletjes vanille- of aardbeienijs

Bereiding

Aardbeien wassen, de kroontjes eraf en grote aardbeien doormidden snijden.
Laat de perzikstukjes goed uitlekken.
Verhit in een koekenpan 1 eetlepel vloeibare margarine.
Daarin bak je het amandelschaafsel samen met de suiker tot het lichtbruin is.
Je voegt het fruit toe en bakt het zachtjes 3 minuten mee.
Af en toe voorzichtig omscheppen.
Zeef de bloem samen met de poedersuiker en 'n mespuntje zout boven een kom.
Giet daarna, terwijl je roert, de melk er heel langzaam bij.
Heb je een mooi, glad beslag?
Klop dan met een vork de eieren en 1 eetlepel vloeibare boter erdoor.
Verhit een paar druppels vloeibare boter in een kleine koekenpan.
Scheep 2 eetlepels beslag in de koekenpan en verdeel het beslag over de bodem.
Bak het flensje ongeveer 30 seconden aan de ene, en 30 seconden aan de andere kant.
Schuif het op een bord dat je eerst in de oven hebt voorverwarmd.
En bak nog 7 flensjes.
Leg ook deze op het voorverwarmde bord, zodat je een stapeltje van 8 flensjes hebt.
Maak het fruit weer even warm.
Scheep op de flensjes een bolletje ijs en vouw ze op.
Leg twee flensjes op elk bord.
Fruit rondom... en smullen!

Flippie vla

Menugang Nagerecht
Keuken Hollands
Bron

Soort -
Type -

Snel Ja
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

1 pak vanillevla (of vla met koekjessmaak)
4 eetlepels appeldiksap
slagroom (uit spuitbus)
4 eetlepels schuddebuikjes (Bolletje)

Bereiding

Schenk de glazen voor driekwart vol met vla.
Scheep in elk glas op de vla 1 eetlepel diksap.
Roer het diksap door de vla.
Maak als dat nodig is de randjes van het glas schoon met een stukje keukenpapier.
Spuit bovenop de vla een torentje slagroom en scheep over elk toetje nog 1 eetlepel schuddebuikjes.
Steek in elke flip een leuk gekleurd lepeltje voordat je ze op tafel zet.

Focacciasandwich

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Ja
Keuken	-	Type	Brood/broodjes	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

2 focaccia's (voorgebakken)
1 pakje ontbijtspek (in plakjes, ca. 125 g)
3 eetlepels olijfolie
3 theelepels gedroogde Provençaalse kruiden
½ krop ijsbergsla, in reepjes
2 bollen mozzarellakaas, in plakken
4 tomaten, in plakjes

Bereiding

Oven voorverwarmen op 225 °C en focaccia's in 6-8 minuten afbakken.
In hete koekenpan plakjes ontbijtspek knapperig uitbakken.
Op keukenpapier laten uitlekken.
In kom olie mengen met Provençaalse kruiden.
Brood halveren en opensnijden.
Onderste helften op vier borden leggen en bedruppelen met wat kruidenolie.
Helft van ijsbergsla erover verdelen.
Hierop plakken mozzarella, tomaat en ontbijtspek leggen.
Bestrooien met zout en peper naar smaak en rest van kruidenolie erover druppelen.
Afdekken met bovenste broodhelften.
Rest van ijsbergsla rond sandwiches verdelen.

Frambozendroom

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

1 pakje puddingpoeder framboos (75 g)
1 bekertje slagroom (125 ml)
375 ml halfvolle melk
3 blikjes frambozen (a 75 g)
1 bakje verse frambozen (200 g)
60 g suiker
1 eetlepel citroensap
slagroom (uit spuitbus)
2 eetlepels nougatine (zakje a 150 g)

Bereiding

Doe de puddingpoeder in een kom.
Klop met een garde de slagroom erdoor.
Breng de melk aan de kook.
Haal de pan van het vuur en roer het slagroommengsel erdoor.
Breng de melk opnieuw aan de kook.
Blijf goed roeren, terwijl de pudding op een zacht vuur nog 2 minuten kookt.
Spoel de puddingvormpjes om met koud water en schenk de pudding erin.
Dek de puddinkjes af met plasticfolie.
Laat ze in ongeveer 1 uur afkoelen en zet ze daarna nog 1 uur in de koelkast om stijf te worden.
Giet het sap van de frambozen af.
Kook in een steelpan de frambozen, de suiker en het citroensap ongeveer 2 minuten.
Doe het frambozenmengsel in een zeef en druk het erdoor met de bolle kant van een lepel.
Vang de saus op in een bakje.
Snij de puddinkjes los van het vormpje.
Zet een bordje op elk vormpje en draai de vormpjes om.
Schep de saus naast en over de puddinkjes.
Spuit wat slagroom op de puddinkjes en strooi daarop de nougatine.

Frikano's

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vlees	Snel	Ja
Keuken	Hollands	Type	-	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

12 mini-frikandellen (zak a 20 stuks)
2 eetlepels olie
12 blaadjes sla
tomatenketchup (tube)
mayonaise (tube)
1 potje zilveruitjes

Bereiding

Laat de frikandellen ongeveer 4 minuten ontdooien.
Verwarm de olie in een grote koekenpan op halfhoog vuur en bak de frikandellen in 4 minuten goudbruin.
Draai ze af en toe om.
Snij met een scherp mesje de frikandellen in de lengte in, maar snij ze niet helemaal door.
Knip de bekertjes van boven doormidden.
Was de slablaadjes en dep ze droog met wat keukenpapier.
Leg in elk half bekertje een blaadje sla.
Leg de frikandellen in de slablaadjes.
Spuut tomatenketchup en mayonaise in de frikandellen en strooi er wat zilveruitjes over.

Tip: Eet naast patat bij de 'Frikano's' lekkere frisse plakjes komkommer.

Fruitverstoppertje

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

2 theelepels citroenrasp (potje)

75 g suiker

4 plakjes bladerdeeg (diepvries)

1 ei (M)

250 g aardbeien

1 kiwi

1 mango

poedersuiker

Bereiding

Breng in een steelpan 4 dl water aan de kook.

Haal de pan van het vuur en roer de citroenrasp en de suiker erdoor.

Verwarm de oven voor op 200 °C of gasovenstand 4.

Leg de plakjes bladerdeeg naast elkaar op het aanrecht en laat ze in ongeveer 5 minuten ontdooien.

Klop in een kommetje met een vork het ei met 1 eetlepel water goed door elkaar.

Was de aardbeien en haal de kroontjes eraf.

Halveer de grote aardbeien.

Schil de kiwi en de mango en snij de vruchten in stukjes.

Rol de plakjes bladerdeeg met een deegroller een beetje uit, zodat ze iets groter worden.

Zet de bakjes op het bladerdeeg en snij rondjes die 1 cm groter zijn dan het bakje.

Vul de bakjes voor de helft met de vruchten.

Schenk het suikerwater eroverheen totdat het bakje ongeveer voor driekwart gevuld is.

Smeer met het kwastje de randen van het bladerdeeg in met het geklopte ei.

Leg op ieder bakje een plakje bladerdeeg met de besmeerde rand naar beneden.

Druk de randjes vast aan de buitenkant van de bakjes.

Smeer met het kwastje de bovenkant van het bladerdeeg in met losgeklopt ei.

Laat het toetje in het midden van de oven in ongeveer 20 minuten goudbruin worden.

Haal de bakjes uit de oven.

Laat ze even afkoelen en strooi er dan poedersuiker overheen.

Funpasta met bolognesesaus en maïs

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Ja
Keuken	-	Type	Pasta	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

1 pak funpasta Spongebob Squarepants (350 g)

1 ui

2 eetlepels olijfolie

1 schaaltje rundergehakt (ca. 300 g)

1 blikje maïskorrels (300 g)

1 pakje tomato frito (tomatensaus, 375 ml)

1 komkommer

½ zakje gemalen pittige kaas 45+ (a 200 g)

Bereiding

Pasta volgens gebruiksaanwijzing koken.

Ui pellen en snipperen.

In pan ui in olie fruiten.

Gehakt erbij scheppen en rulbakken.

Maïs uitlekken en samen met tomato frito door gehakt roeren.

Geheel door en door warm laten worden.

Komkommer schillen en in plakjes snijden.

Saus met zout en peper op smaak brengen.

Pasta met saus, kaas en plakjes komkommer serveren.

Funpatatzakken

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Groente	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

voor 12 personen

1 komkommer
12 miniworteltjes (zakje à 300 g)
2 rode paprika's (of gele)
1 stuk jonge kaas (plat stuk van ca. 300 g)
3 pakjes snackworstjes naturel en/of pikant (pakje 2 stuks à 28 g)
3 zakjes fantasia dipsaus (zakje à 6 g)
1 potje yoghurtmayonaise
1 zakje gevulde pepsels pinda

Bereiding

Was de komkommer en snij hem in 3 stukken.
Snij de stukken in de lengte doormidden en schraap er met een theelepel de zaadjes uit.
Snij elk stukje in 4 lange reepjes.
Snij de worteltjes in de lengte in 2 reepjes.
Snij de reepjes ook weer in de lengte doormidden.
Was de paprika's en snij ze doormidden.
Haal de zaadjes eruit.
Snij de paprika's in lange, dunne repen.
Snij de korst van de kaas.
Snij de kaas in lange, smalle repen.
Snij de worstjes elk in de lengte in 4 reepjes.
Meng in een kom de poeder voor de dipsausjes met 3 eetlepels water en 6 eetlepels yoghurtmayonaise.
Vouw van de vellen papier 12 grote puntzakken en plak ze vast met plakband.
Knip van het bakpapier 12 vellen ter grootte van een A4-vel en vouw ze tot puntzakken.
Plak die ook vast.
Zet de bakpapierzakken in de gekleurde zakken en plak ze aan elkaar met plakband.
Verdeel de repen komkommer, wortel, paprika, kaas, worst en pindapepsels over de zakken.
Schep er een flinke lepel van de dipsaus op.

Gebakken schol met zomergroenten

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vis	Snel	Ja
Keuken	Hollands	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

750 g aardappels (nieuwe)
½ bos bospeen
1 zak bloemkool-broccoli (350 g)
50 g boter
2 pakken hele schollen gepaneerd (diepvries, a 300 g)
1 limoen
½ zakje verse bieslook (a 25 g)
125 ml crème fraîche (light)

Bereiding

Aardappels schillen, wassen, in stukken snijden en in 20 minuten gaarkoken.
Bospeen schoonmaken en in stukjes snijden.
Bospeen, broccoli en bloemkool in 8 minuten gaarkoken.
In koekenpan boter verhitten en scholfilets volgens gebruiksaanwijzing gaarbakken.
Limoen halveren, ene helft in plakjes snijden en andere helft uitpersen.
Bieslook fijnknippen.
In kleine pan crème fraîche verwarmen.
Crème fraîche met limoensap, zout en peper op smaak brengen en op het laatst bieslook erdoor roeren.
Schol met aardappels, groenten en saus serveren en met limoenplakjes garneren.

Wijnadvies: Swartland Chardonnay

Gegrilde kipfilet met yoghurtsaus

Menugang Hoofdgerecht
Keuken -
Bron www.c1000.nl

Soort Kip
Type Aardappel

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

1 dl Turkse yoghurt
1 eetlepel mayonaise
1 eetlepel kerriepoeder
2 eetlepels koriander, geknipt
1 eetlepel bieslook, geknipt
peper
zout
4 enkele kipfilets
1 theelepel paprikapoeder
2½ eetlepel olijfolie traditioneel
1 zak Aviko Flavourites Mystic Indian
frituurolie

Bereiding

Klop een sausje van de yoghurt, de mayonaise, 2 theelepels kerriepoeder, de koriander, het bieslook en peper en zout naar smaak.
Bestrooi de kipfilet met 1 theelepel kerriepoeder, het paprikapoeder en peper en zout naar smaak.
Verhit de olie in een koekenpan en bak de kipfilets rondom bruin.
Temper het vuur en braad ze in ± 7 minuten gaar.
Bereid gelijktijdig de frites.
Serveer de kip met het sausje en de frites.
Lekker met gekookte worteltjes met citroenrasp en fijngeknipte koriander.

Wijnadvies: Huiswijn wit

Gegrilde venkelsalade met feta

Menugang	Bijgerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Ja
Keuken	-	Type	Salade	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

2 kleine venkelknollen
250 g cherrytomaten
8 groene pepers mild (pot a 310 g)
1 eetlepel witte-wijnazijn
5 eetlepels olijfolie extra vierge
150 g fetakaas
1 zakje basilicum (15 g)

Bereiding

Groen van venkel snijden en bewaren, knollen verticaal in dikke plakken snijden (wortelaanzet laten zitten, die houdt venkel bijeen).
Venkel in 5 minuten beetgaar koken en in vergiet laten uitlekken.
Tomaatjes en pepers omscheppen met 1 eetlepel olie en aan satépennen rijgen.
In slakom azijn met 3 eetlepels olie en zout en peper naar smaak tot dressing kloppen.
Venkelplakken met 1 eetlepel olie omscheppen en naast elkaar op barbecuerooster leggen.
Venkel in 10 minuten gaar en lichtbruin roosteren, regelmatig keren.
Venkel iets laten afkoelen.
Intussen tomaatspiesjes 5 minuten roosteren.
Venkelplakken in stukjes snijden en apart gehouden venkelgroen fijnsnijden.
Tomaatjes en pepers van spiesjes halen.
Venkel, venkelgroen, tomaatjes en pepers losjes door dressing husselen.
Feta erboven verkruimelen.
Basilicumbladeren van takjes plukken en door salade scheppen.
Lekker met geroosterd brood of shoarmabroodjes.

Wijnadvies: Cape 1652 Chenin blanc/Chardonnay

Gegrilde zalm met driepepersaus

Menugang Hoofdgerecht
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort Vis
Type -

Snel Ja
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

600 g Schotse zalmfilet
1 eetlepel olie
6 tomaten
1 zakje verse basilicum (15 g)
4 eetlepels balsamicodressing
1 cup roomkaas drie pepers (250 ml)
1 ciabatta (brood)

Bereiding

Barbecue aansteken (of grillpan verhitten).
Zalm met olie bestrijken en met zout en peper naar smaak bestrooien.
Tomaten in partjes snijden.
Basilicum in reepjes snijden.
Tomaat, basilicum en dressing mengen.
Zalm op barbecue in 10 minuten gaargrillen.
Driepepersaus volgens gebruiksaanwijzing verwarmen.
Zalm met saus, salade en brood serveren.

Wijnadvies: Central Valley California wit

Gemarineerde lamskoteletjes met pofaardappels

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Aardappel	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005			Sterren	

Ingrediënten

2 eetlepels balsamicoazijn
2 teentjes knoflook, in plakjes
12 lamskoteletjes
4 grote vastkokende aardappels
200 ml crème fraîche
2 eetlepels scherpe mosterd (bijv. Dijon)
versgemalen zwarte peper
3 zongedroogde tomaten, in fijne stukjes
8 zwarte olijven, in ringetjes

Bereiding

2-3 takjes rozemarijn
3 eetlepels olijfolie
Rozemarijn van takjes rissen en grof hakken.
In lage schaal marinade maken van olie, azijn, knoflook en rozemarijn.
Koteletjes erdoor wentelen en smaken minstens 2 uur afgedekt in koelkast laten intrekken.
Vlees regelmatig omwentelen in marinade.
Aardappels schoonboenen, 10 minuten voorkoken en in vergiet laten afkoelen.
Aardappels paar keer met vork inprikken.
Elk apart verpakken in dubbelgevouwen vel aluminiumfolie.
Crème fraîche over 2 kommetjes verdelen.
Mosterd, peper en zout door eerste kommetje roeren.
Tomaat en olijven met zout en peper door tweede kommetje roeren.
Aardappels 20-25 minuten tussen gloeiende houtskool leggen.
Foliepakketjes met tang uit houtskool halen en iets laten afkoelen.
Intussen koteletjes laten uitlekken, met keukenpapier marinade eraf vegen en vlees bestrooien met zout en peper.
Vlees in 2 minuten per kant rosé roosteren.
Aardappels uitpakken, opensnijden en erin knijpen zodat kruim wat los komt.
Binnenkant bestrooien met zout en peper.
Koteletjes en aardappels over warme borden verdelen, sausen apart erbij geven.

Château Bon Ami Bordeaux

Geroosterde drumsticks met aardappelsalade

Menugang Hoofdgerecht
Keuken -
Bron AllerHande 07 2005

Soort Kip
Type Aardappel

Snel Nee
Slank Ja
Sterren

Ingrediënten

1 citroen
4 eetlepels mosterd
5 eetlepels olie
2 schaaltes drumsticks (a 5 stuks)
600 g vastkokende aardappels
500 g sperziebonen
½ eetlepel gedroogde Italiaanse keukenkruiden

Bereiding

Oven voorverwarmen op 225 °C.
Citroen schoonboenen, schil raspen en vrucht uitpersen.
In kom citroenrasp mengen met 3 eetlepels mosterd, 2 eetlepels olie en zout en peper naar smaak.
Drumsticks met dit mengsel insmeren en naast elkaar in braadslede leggen.
Kip in midden van oven in 35-40 minuten goudbruin en gaar roosteren, regelmatig keren.
Aardappels schoonboenen en in plakjes snijden.
Sperziebonen afhalen en halveren.
Aardappels en sperziebonen in weinig water met zout in 8-10 minuten beetgaar koken.
In slaschaal dressing kloppen van 2 eetlepels citroensap, 3 eetlepels olie, 1 eetlepel mosterd, Italiaanse kruiden en zout en peper naar smaak.
Aardappels en sperziebonen afgieten en warm door dressing scheppen.
Smaken 15 minuten laten intrekken.
In bakjes scheppen en drumsticks op aparte schaal ernaast leggen.

Gevuld speculaas 4

Menugang	Hapje	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	Hollands	Type	Gebak	Slank	Nee
Bron	AllerHande 14 2004			Sterren	

Ingrediënten

200 g zelfrijzend bakmeel
125 g donkere basterdsuiker
2 eetlepels koek- en speculaaskruiden
150 g koude roomboter (ongezouten)
2 eetlepels melk
2 eieren
1 pakje amandelspijs (300 g)
½ zakje garneermandelen (55 g)
bloem om te bestuiven

Bereiding

Leg een zeef op een kom en doe er bakmeel, basterdsuiker, speculaaskruiden en een mespunt zout in. Schud voorzichtig met de zeef, zodat alles in de kom valt. Wrijf met de bolle kant van een lepel eventuele klontjes meel of basterdsuiker nog door de zeef.

Leg de boter in het bakmeel en snijd de boter met twee gekruiste messen in piepkleine stukjes. Doe de melk erbij. Was je handen met koud water zodat ze koel worden, droog ze af en kneed het deeg nu tot een soepele bal.

Pak de bal in plasticfolie en leg hem 1 uur in de koelkast.

Klop de eieren met 1 eetlepel water los in een kom.

Verkruimel de amandelspijs boven een andere kom en schenk er de helft van het losgeklopte ei bij. Prak het ei met een vork door de amandelspijs, zodat hij smeug wordt.

Verwarm de oven (zonder bakplaat) voor op 175 °C.

Bedek de bakplaat met bakpapier.

Bestrooi het aanrecht en de deegroller met een klein beetje bloem.

Verdeel de deegbal in twee gelijke stukken.

Rol elk stuk deeg met de deegroller uit tot een lap van ongeveer 15 x 30 cm.

Leg 1 lap op de bakplaat.

Smeer het amandelspijs erover uit met natgemaakte handen of een pannenkoekmes, en laat rondom een randje deeg vrij.

Leg de tweede deegplak erop en druk de zijanten goed op elkaar.

Bestrijk de bovenkant van het deeg met de rest van het ei.

Druk de halve amandelen in het deeg als versiering.

Trek ovenwanten aan en schuif de bakplaat in het midden van de oven.

Bak de gevulde speculaas in 40-45 minuten gaar.

De amandelen bovenop zijn dan goudbruin geworden.

Trek ovenwanten aan en haal de plaat uit de oven.

Zet hem op het aanrecht en laat de speculaas op de bakplaat afkoelen.

Tip: Je kunt ook een ronde of vierkante bakvorm gebruiken. Druk de helft van het deeg uit in de ingevette bakvorm. Smeer de amandelspijs op het deeg. Rol de rest van het deeg uit in de juiste vorm en leg de deegplak op de amandelspijs. Bestrijk het deeg met losgeklopt ei en druk er wat amandelen in. Bak de gevulde-speculaastaart in 40-45 minuten af. Op de bakplaat kun je de speculaas elke vorm geven die je wilt. Maak er bijvoorbeeld een banketstaaf of sinterklaasstaf van, of een paar gevulde speculaaskoeken.

Gevulde puntpaprika's

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Groente	Slank	Nee
Bron	www.c1000.nl			Sterren	

Ingrediënten

4 puntpaprika's
2 eetlepels Blueband Culinesse voor koken, bakken en braden
1 ui, gesnipperd
1 teentje knoflook
300 g rundergehakt
1 theelepel gemalen komijn
2 theelepels gemalen koriander
½ theelepel kaneelpoeder
peper
zout
3 eetlepels amandelschaafsel
1 klein blikje tomatenpuree à 68 g
4 eetlepels geraspte Italiaanse kaas (Finello)

Bereiding

Breng in een ruime pan water aan de kook en blancheer de paprika's ± 5 minuten.
Druk ze regelmatig onder in het kokende water.
Neem ze uit de pan en laat ze afkoelen.
Verhit intussen het bakvet en fruit de ui met de knoflook al omscheppend in 3 minuten glazig.
Voeg het gehakt toe en bak het al omscheppend bruin en rul.
Voeg de komijn, de koriander, het kaneelpoeder, peper en zout naar smaak, het amandelschaafsel en de tomatenpuree toe en bak alles nog 2 minuten.
Snijd de paprika's in de lengte in maar laat de steeltjes zitten.
Verwijder de zaadlijsten.
Vul de paprika's met het gehaktmengsel en strooi de kaas erover.
Zet ze in een ovenschaal en bak ze 20 minuten in een voorverwarmde oven (200 °C).
Lekker met een gemengde salade.

Wijnadvies: Côtes du Rhone Villages Domaine du Colombier Chusclan

Gevulde worsten

Menugang	Hoofdgerecht	Soort	Vlees	Snel	Ja
Keuken	Hollands	Type	-	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

8 Frankfurters (of andere grote knakworsten)
2 plakken jonge kaas (voorgesneden)
2 plakjes achterham
groene ketchup
8 kleine augurken

Bereiding

Haal de bakplaat uit de oven en leg er wat bakpapier op.
Verwarm de oven voor op 175 °C of gasovenstand 3.
Snij de worsten in de lengte in tweeën.
Snij elk plakje kaas in 4 ongeveer even brede repen.
Leg op 8 halve worsten een reep kaas.
Snij ook de plakken ham in 8 reepjes.
Leg de reepjes ham op de kaas.
Spuut een paar toefjes groene ketchup op de ham en leg de andere halve worst er bovenop.
Leg de worsten op de bakplaat, doe ovenwanten aan en schuif de plaat in de oven.
Verwarm de worsten in ongeveer 5 minuten.
Leg op elke worst een augurkje en prik 'm vast met een cocktailprikkertje met een vlaggetje.

Tip: Eet de 'Gevulde worsten' met patat en lekker met doperwten!

Gevulde zonnetjes

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Nee
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

8 halve perziken (2 kleine blikken a 410 g)

1 zakje vanillesuiker

1 eetlepel vloeibare honing

2 bekertjes Griekse yoghurt (a 150 g)

8 Kanelly's (koekjes)

Bereiding

Laat de perziken goed uitlekken in de zeef.

Roer intussen de vanillesuiker en de honing door de yoghurt.

Verkruimel 4 kanelly's.

Schep de koekkrumels door de yoghurt.

Snij van de bolle kant van de perziken een heel klein kapje af.

Zet op elk bordje twee perziken.

Snij de perzikkapjes in kleine stukjes en roer ze door de yoghurt.

Schep het yoghurtmengsel in het gat van de perzik.

Breek de kanelly's doormidden en leg ze op de perziken.

Of leg ze ernaast.

Griesmeelpudding met rood fruit

Menugang	Nagerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Hollands	Type Fruit	Slank	Nee
Bron	AllerHande 07 2005		Sterren	

Ingrediënten

1 zakje garneermandelen (55 g)
1 vanillestokje
500 ml volle melk
100 g suiker
50 g griesmeel (pak a 500 g)
250 g aardbeien
1-2 eetlepels vanillesuiker
150 g aalbessen (bakje a 500 g)
1 bakje frambozen (150 g)

Bereiding

Amandelen in keukenmachine fijnmalen.
Vanillestokje in lengte opensnijden en met mes merg eruit schrapen.
Melk met vanillestokje en -merg aan de kook brengen.
Suiker, amandel en griesmeel toevoegen.
Mengsel op laag vuur 10 minuten zachtjes laten doorkoken, regelmatig roeren.
Griesmeel wat laten afkoelen, vanillestokje verwijderen.
Vorm omspoelen met koud water, griesmeelmasse erin gieten en afgedekt minstens 2 uur in koelkast laten opstijven.
Aardbeien schoonmaken, halveren en in keukenmachine pureren.
Op smaak brengen met suiker.
Aalbessen wassen en met vork voorzichtig van takjes rissen.
In kom frambozen en aalbessen voorzichtig met aardbeipuree omscheppen.
Puddingvorm kort in warm water houden, snijplank of serveerschaal erop leggen en samen keren.
Vorm verwijderen en pudding in plakken snijden (dit kan ook aan tafel).
Fruitsaus erop en ernaast scheppen.

Wijnadvies: Conquerer Tawny Port

Groene gruwel

Menugang Bijgerecht
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort -
Type Saus

Snel Ja
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

voor 1 persoon

6 eetlepels groene tomatenketchup
2 dl volle yoghurt
1 theelepel taco seasoningmix (zakje à 35 g)
10 sprietjes bieslook

Bereiding

Doe de ketchup met de yoghurt en de tacokruiden in een kommetje.
Knip de bieslook erboven in stukjes en roer alles goed door elkaar.
Lekker met naturelchips.

Groene salade met meloen

Menugang Bijgerecht

Keuken -

Bron www.c1000.nl

Soort -

Type Fruit

Snel

Ja

Slank

Nee

Sterren

Ingrediënten

5 eetlepels olijfolie extra vierge

2 eetlepels vers geperst limoensap

1 eetlepel mosterd

peper

zout

1 rode ui, gesnipperd

75 g gepelde walnoten, grof gehakt

1 zak slamix à 400 g

1 blik Delmonte Exotics meloenbolletjes à 420 g, uitgelekt

Bereiding

Klop een dressing van de olie, het limoensap, de mosterd en peper en zout naar smaak en schep de ui erdoor.

Rooster de walnoten in een droge koekenpan lichtbruin en schud ze op een stuk keukenpapier.

Schep in een slakom de sla met de meloenbolletjes en 2/3 deel van de walnoten door elkaar.

Schenk de dressing erover en schep de sla voorzichtig op.

Bestrooi met de rest van de walnoten.

Lekker met frietjes en een vegetarische schnitzel.

Hamburger met frisse salade

Menugang Hoofdgerecht
Keuken -
Bron www.c1000.nl

Soort Vlees
Type Ei

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

200 g rundergehakt
200 g tartaar
6 eetlepels paneermeel
1 scharrelei, losgeklopt
1 theelepel gemalen komijn
1½ theelepel gemalen koriander
peper, zout
1 eetlepel zonnebloemolie
2 eetlepels dille, geknipt
1 bak Bieze Komkommer fresh à 250 g

Bereiding

Meng het gehakt met de tartaar, het paneermeel, het ei, de komijn, de koriander en peper en zout naar smaak en vorm er 4 mooie hamburgers van.
Verhit een grillpan tot loeiheet, bestrijk de burgers met de olie en grill ze aan beide zijde bruin en in 5-7 minuten net gaar.
Schep de dille door de komkommer fresh en serveer bij de hamburgers.
Lekker met meergranen of notenrijst met gebakken groenten.

Wijnadvies: Ernest & Julio Gallo Ruby Cabernet

IJsyoghurt met kiwi

Menugang	Nagerecht	Soort	-	Snel	Ja
Keuken	-	Type	Fruit	Slank	Nee
Bron	www.ah.nl			Sterren	

Ingrediënten

6 kiwi's

4 eetlepels witte basterdsuiker

½ l magere yoghurt (pak a 1 l)

14 ijsblokjes

Bereiding

Kiwi's schillen.

Van 1 kiwi 4 mooie plakjes snijden, rest in stukken snijden.

Kiwi's met staafmixer of in keukenmachine pureren.

Kiwimoes over 4 glazen verdelen.

Basterdsuiker door yoghurt roeren.

Ijsblokjes in een keukendoek leggen en met zwaar voorwerp (bijvoorbeeld een hamer) in splinters slaan.

Yoghurt met ijssplinters mengen en op kiwimoes schenken.

Met achtergehouden kiwiplakjes garneren.

Direct na bereiden serveren.

Pizzadip

Menugang Bijgerecht
Keuken -
Bron www.ah.nl

Soort -
Type Saus

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

voor 1 persoon

10 eetlepels yoghurtmayonaise
2 eetlepels geraspte belegen kaas
1 eetlepel pizzakruiden (doosje à 10 g)

Bereiding

Roer de mayonaise, de geraspte kaas en de pizzakruiden door elkaar.

Wienerbrød

Menugang Gebak
Keuken Deens
Bron

Soort -
Type Fruit

Snel Nee
Slank Nee
Sterren

Ingrediënten

voor 10 personen

15 plakjes roomboter bladerdeeg
1 pakje amandelspijs à 300 g (Baukje)
2 eetlepels citroensap
1 ei
150 g kersenjam
4 eetlepels (fijne) suiker
1 zakje geschaafde amandelen à 45 g (Baukje)
1 eetlepel boter of margarine om in te vetten
3 eetlepels bloem om te bestuiven

Bereiding

De oven voorverwarmen op 200°C of gasovenstand 4.

De bakplaat invetten.

De plakjes bladerdeeg op het aanrecht uitspreiden en in ± 10 minuten laten ontdooien.

Intussen in een kom de amandelspijs fijnprakken en het citroensap erdoor roeren.

In een kommetje het ei loskloppen.

Het aanrecht bestuiven met een eetlepel bloem en 5 plakken bladerdeeg naast elkaar in een lange reep leggen (dakpansgewijs 1½ cm over elkaar).

De randen bestrijken met ei en goed vastdrukken.

Dit tweemaal herhalen met de rest van de bladerdeeg.

De amandelspijs en de jam over de bladerdeeg verdelen, daarbij ± 2 cm van de randen vrijlaten.

De randen en de uiteinden bestrijken met ei, de repen bladerdeeg in de lengte tot een rol dichtvouwen en daarbij de randen goed dichtdrukken.

De bladerdeegrollen in de lengte naast elkaar leggen en er een 'vlecht' van vouwen.

De vlecht op de bakplaat tot een cirkel vormen.

De uiteinden in elkaar vlechten en tegen elkaar aandrukken.

De bovenkant bestrijken met de rest van het ei, de suiker en de geschaafde amandelen erover verdelen en goed aandrukken.

In het midden van de oven het wienerbrød in ± 35 minuten goudbruin en gaar laten worden.

Dan af laten koelen en in 10 stukken snijden.



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...

 **Blind Elephant**
Stg. **Experience**

...U ook???

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