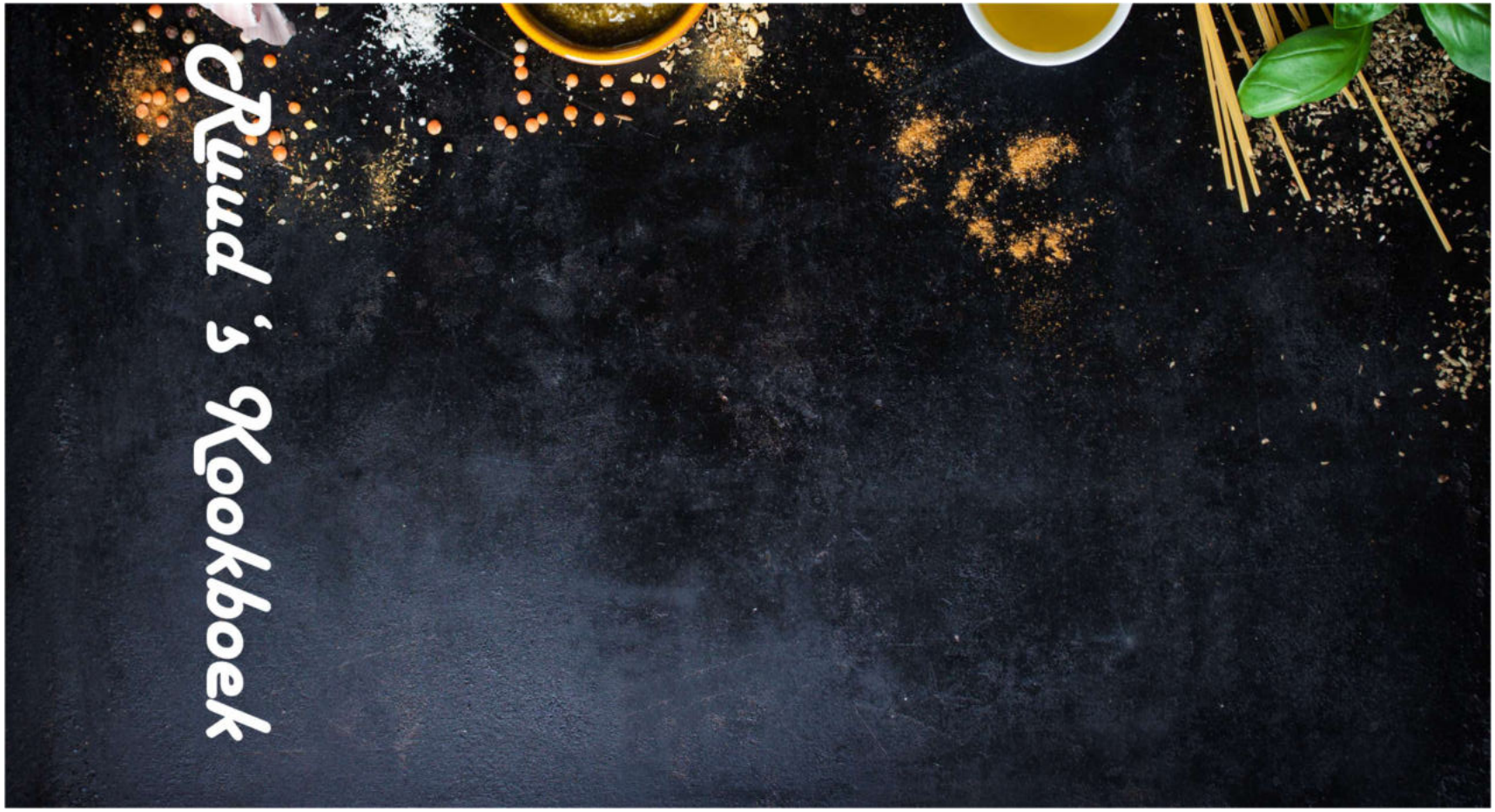


Zuivelrecepten VII v2.5

Inhoudsopgave.

Beurre noir sauce. 3
Bladerdeegplaattaart met blauwe kaas en venkel. 4
Cottage cheese chips met zalm en komkommer. 5
Dadels met Roquefortmousse. 6
Engelse zalmboter. 7
Gebakken brie met wortelsalade. 8
Griezelige chocolademousse. 9
Hasselback aardappelen met kruidenboter. 10
Jeneverbesboter. 11
Kabeljauw met kruidenboter in een pakketje. 12
Karnemelksebroodjes. 13
Kruidenboter II. 14
Lasagna met spinazie en ricotta (airfryer)....15
Lemon curd I. 16
Olijfboter I....17
Quiche met paprika, prei, spinazie en kaas....18
Rettichboter....19
Roereieren met gerookte zalm....20
Roereieren met ham en bosuitjes. 21
Salade van rauwe venkel met gegrilde geitenkaas. 22
Tagliatelle met mozzarella en prei. 23
Tomaat-pestoboter. 24
Vlamtosti met pittig gehakt en kaas. 25
Volkoren ontbijtwrap met roerei en geroosterde paprika. 26
Zalmtoast met kervelboter. 27
Gebruikte afkortingen (v2.6). 28

Beurre noir sauce.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: *
Bron: Carta, Classic-Culinary-Arts.com

Ingrediënten

½ dl azijn, wijn-, witte
150 g boter, gezouten
1 el kappertjes, uitgelekte
1 el peterselie, uitgelekte

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

Bereiding.

Breng de witte wijnazijn in een pan met dikke bodem aan de kook.
Houd de wijnazijn warm.
Laat in een pan met dikke bodem de boter donkerbruin worden.
Roer de kappertjes, peterselie en warme azijn door de boter.

Tip:

Een echte klassieker bij gepocheerde vis.

Bladerdeegplaattaart met blauwe kaas en venkel.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Ghislaine Voogd

Ingrediënten

2-3 el crème fraîche
1 rl deeg, blader- (ca. 270 g)
1 ei, losgeklopt
2 el honing
150 g kaas, blauwe, zoute (bijv. bleu d'Auvergne of blue stilton)
1 el Maldon-zoutvlokken
2 el olie, olijf-
1 peer, in dunne plakjes (conference)
- peper, zwarte, vers-gemalen
1 venkelknol (ca. 200 g)
1 el venkelzaad
1 hv walnoten

Bereiding.

Maak de venkelknol schoon en snijd de groene stelen eraf.
Snijd de venkel doormidden.
Leg de platte zijde van een venkelhelft op een mandoline en schaaf hem voorzichtig in flinter-dunne plakjes (let goed op je vingers).
Schaaf ook de andere helft.
Breng water aan de kook in een kookpan met een snuf zout.
Kook de plakjes venkel 5 min. en giet ze dan af.
Dep de venkel even droog met wat keuken-papier.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bekleed een bakplaat met bakpapier.
Rol het deeg uit op de bakplaat en prik er met een vork wat gaatjes in de het deeg.
Strijk de crème fraîche uit over het deeg, maar laat rondom een rand van ca. 1 cm vrij.
Verdeel de plakjes gekookte venkel en de peer over de crème fraîche.
Verkruimel er vervolgens de blauwe kaas en de walnoten over.
Besprenkel het geheel tot slot met de honing en de olijfolie en maal er wat zwarte peper over.
Bestrijk de deegrand met losgeklopt ei en bestrooi die met de venkelzaadjes en Maldon-zoutvlokken.
Bak de plaattaart 23-25 min. in de oven.

Tip:

Je kunt in in plaats van blauwe kaas ook geraspte gruyère of pittige cheddar gebruiken.

Bereidingstijd: 35 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadig d: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Cottage cheese chips met zalm en komkommer.



Menugang: Hapjes
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: *
Bron: AllerHande

Ingrediënten

5 g bieslook, verse
250 g cheese, cottage-
¼ tl knoflook, gemalen
2 komkommers, snoep-
1 tl oregano, gedroogde
- peper, versgemalen
100 g zalm, gerookte

- bakpapier
- staafmixer met hoge beker

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: 20 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 30
Eiwit: 5 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: - mg
Vet: 1 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 0 g
Groente: - g
Zout: 0,3 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 170°C.
Doe 4/5 van de cottagecheese met de knoflookpoeder, oregano en versgemalen peper naar smaak in de hoge beker van de staafmixer en pureer het glad.
Verdeel de gepureerde cottagecheese in 12 hoopjes over een met bakpapier beklede bakplaat en druk ze een beetje plat.
Bak ze ca. 25 min. in de oven.
Haal ze eruit en laat ze in 20 min. afkoelen.
Schaaf ondertussen de komkommers in dunne linten en snijd de zalm in stukjes.
Snijd de bieslook fijn.
Beleg de cottagecheesechips met een komkommerlint, de zalm en de rest van de cottagecheese.
Bestrooi ze met de bieslook en breng ze op smaak met versgemalen peper.

Dadels met Roquefortmousse.



Menugang: Voor-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-schrift

Ingrediënten:

24 dadels
2 bld gelatine, witte
4 el port
1 dl room, slag-
100 g Roquefort

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

Bereiding.

Week de blaadjes gelatine in ruim koud water.
Prak de kaas in een wijd kommetje heel fijn.
Verwarm de port in een pannetje.
Knijp de gelatine goed uit.
Los dit al roerend, van het vuur af, door de warme port.
Roer dit mengsel door de Roquefort.
Klop de slagroom stijf en schep het kaas-mengsel erdoor.
Schep de mousse in een spuitzak met een niet te kleine spuitmond.
Laat de spuitzak in de koelkast in ongeveer 1,5 uur opstijven.
Halveer de dadels.
Verwijder de pitten uit de dadels.
Spuit de dadelhelften vol met de Roquefort-mousse.
Spuit in het midden van een bord een toef Roquefortmousse en rangschik de dadelhelften er omheen.

Engelse zalmboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Britse
Personen: -
Sterren: **
Bron: AllerHande 2005-3

Ingrediënten

75 g roomboter
½ bk tuinkers
150 ml wijn, droge witte
400 g zalmfilet
½ bk zalmsnippers, gerookte (à 100 g)

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

Bereiding.

Breng in een pan de wijn met 100 ml water aan de kook.
Draai het vuur zeer laag.
Leg de zalmfilet in de wijn leggen (eventueel nog wat water toevoegen, vis moet net onderstaan).
Laat de zalmsnippers in 10 min. gaar worden.
Neem de zalm met een schuimspaan uit pan.
Verwijder de donkere stukjes zalm.
Pureer de rest van de zalm met 50 g boter en 3 el van het kookvocht in keukenmachine of met de staafmixer.
Voeg de donkere zalmsnippers toe aan de puree.
Pureer de donkere zalmsnippers kort mee (zodat nog enigszins grove stukjes zalm zichtbaar blijven).
Schep de helft van de tuinkers door het mengsel.
Breng het mengsel op smaak met zout en peper.
Schep het zalmmengsel in een schaaltje.
Strijk de bovenkant van het schaaltje glad.
Smelt de rest van de boter (in de magnetron).
Schenk de boter in een dun laagje op het zalmmengsel.
Laat de inhoud van het schaaltje (in de koelkast of vriezer) opstijven.
Zet de zalmboter tot gebruik afgedekt in de koelkast.
Neem de schaal zalmboter uit koelkast.
Garneer de zalmboter met de rest van de tuinkers.

Tip:

Lekker met geroosterd wit- of bruinbrood.

Gebakken brie met wortelsalade.



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

Ingrediënten

100 ml azijn, wijn-, rode
240 g brie, gevuld met cranberry (Jumbo)
50 g cranberry's, gedroogde
1 ei
4 el olie, zonnebloem-
4 el panko (Japans broodkruim)
15 g peterselie, platte
1 el suiker
2 uien, rode
300 g winterpeen

Bereiding.

Snijd de uien in flinterdunne ringen en doe ze in een kom.
Breng 1 l water aan de kook en schenk die bij de ui.
Laat de ui 2 min. staan en giet de uienringen af in een zeef.
Doe ze in een bakje of potje waar ze precies in passen en voeg de azijn en de suiker toe.
Sluit het af en laat het minimaal 1 uur staan.
Snijd met een dunschiller dunne linten van de winterpeen en doe die in een schaal.
Hak de peterselie fijn en meng die samen met de cranberry's door de wortellinten.
Meng de ingemaakte uienringen met wat vocht door de wortelsalade.
Klop het ei los in een diep bord.
Doe de panko in een ander bord.
Halveer de stukken brie in de lengte.
Haal de stukken brie eerst door het ei en vervolgens door de panko zodat ze rondom bedekt zijn.
Verhit de olie in een koekenpan en bak de stukken brie 6-8 min. rondom.
Serveer de brie met de wortelsalade.

Tip:

Je kunt de salade 2 dagen van tevoren maken en de brie 2 uur van tevoren paneren.

Bereidingstijd: 85 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 1 uur
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 454
Eiwit: 14 g
Koolhydraten: 34 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 28 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Griezelige chocolademousse.



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

Ingrediënten

2 pl bladerdeeg
500 g chocolademousse
1 snf kaneel
- melk of ei
4 Oreokoekjes
2 tl suiker

- decoratiestift chocolade

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: 15 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snijd of steek uit de plakjes bladerdeeg 4 grafzerken.
Prik ze in met een vork.
Bestrijk de grafzerken met opgeklopt ei of wat melk.
Bestrooi ze met wat suiker en kaneel.
Leg de grafzerken op een met bakpapier beklede bakplaat.
Bak ze 15 min. in de voorverwarmde oven.
Haal ondertussen de Oreokoekjes uit elkaar.
Het witte midden gebruik je niet: snoep het op of gooi het weg.
Verkruimel de koekjes fijn.
Verdeel de chocolademousse over vier glazen.
Leg de koekkruimels er bovenop.
Als de grafzerken uit de oven en afgekoeld zijn, schrijf je er met de decoratiestift RIP op.
Steek de grafzerken in de glazen met chocolademousse en koekkruimels.

Hasselback aardappelen met kruidenboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: AllerHande

Ingrediënten

1 kg aardappelen, iets kruimige
150 g boter, kruiden-
1 tl zout, zee-

- ovenschaal (30 x 20 cm, ingevet)

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 465
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 48 g
w/v suikers: 3 g
Natrium: - mg
Vet: 26 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 17 g
Vezels: 8 g
Groente: - g
Zout: 0,9 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Boen de aardappelen schoon en snijd ze in de breedte in dunne schijfjes van ca. 4 mm, maar laat ze aan de onderkant aan elkaar zitten.
Leg de aardappelen in de ovenschaal.
Bestrooi met het zeezout.
Smelt de kruidenboter in een steelpan en giet over de aardappelen (zorg dat er ook boter tussen de inkepingen terechtkomt door de inkepingen een beetje open te houden met een vork.

Tot hier kan vooraf worden gedaan.

Laat de aardappelen in ca. 55 min. in de oven gaar worden.
Bedruppel halverwege met wat gesmolten kruidenboter uit de ovenschaal.

Tip:

Leg de aardappel tussen de stelen van 2 houten pollepels, zo ga je er tijdens het insnijden niet helemaal doorheen.

Jeneverbesboter.



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

Ingrediënten

125 g boter, room-
15-20 jeneverbessen
- peper, versgemalen
- zout

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

Bereiding.

Laat de roomboter enige uren op kamertemperatuur wat handzaam worden.
Stamp de jeneverbessen fijn in een vijzel.
Roer de roomboter daarna met een houten lepel tot ze los en smeuïg is.
Meng de jeneverbessen met de boter.
Breng de boter op smaak met peper en zout.
Rol hiervan als het ware een dikke kroket in aluminiumfolie.
Zorg dat hij goed rond van vorm wordt.
Laat de boter enige uren in de koelkast opstijven.
Snijd de boter vlak voor het opdienen in ronde schijfjes.

Tips:

De boter blijft in de aluminiumfolie zeker 2 weken goed (in de koelkast).

Kabeljauw met kruidenboter in een pakketje.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: ZuivelOnline.nl

Ingrediënten

20 g boter, om in te vetten
50 g boter, kruiden-
4 st kabeljauw (of zalm) van elk 200 g
- peper, versgemalen
1 tl tijm
4 tomaten
- zout

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

Bereiding.

Ontvel de tomaten: kruis de velletjes in, dompel ze ca. 30 sec. in kokend water en trek de velletjes eraf.
Halveer de tomaten, verwijder het vocht en de zaadjes en snijd het vruchtvlees in kleine stukjes.
Verwijder evt. het vel van de vismoten.
Dep de moten droog met keukenpapier en wrijf ze, aan beide kanten in met zout en peper.
Vet 4 grote stukken aluminiumfolie in met de boter en leg de moten erop.
Verdeel de tomaat over de moten, bestrooi met de tijm en verdeel de in plakjes gesneden kruidenboter erover.
Vouw de folie losjes om de vis en vouw de uiteinden stevig dicht.
Bewaar de pakketjes tot gebruik in de koelkast.

Afwerking:

Verwarm de oven voor op 220°C.
Leg de vispakketjes op een bakplaat in het midden van de oven en laat ze in ca. 12 min. gaar worden.
Leg de pakketjes op de borden.

Tip:

Lekker met tuin- of sperziebonen en aardappelpuree.

Karnemelksebroodjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Stuks: 16
Sterren: ***
Bron: Grootmoeders keuken

Ingrediënten

3½ tl bakpoeder
300 g bloem
- bloem, om te bestuiven
50 g margarine
200 ml melk, karne-
¾ tl zout

Voorb. tijd: 15 min.
Bereidingstijd: 15-20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

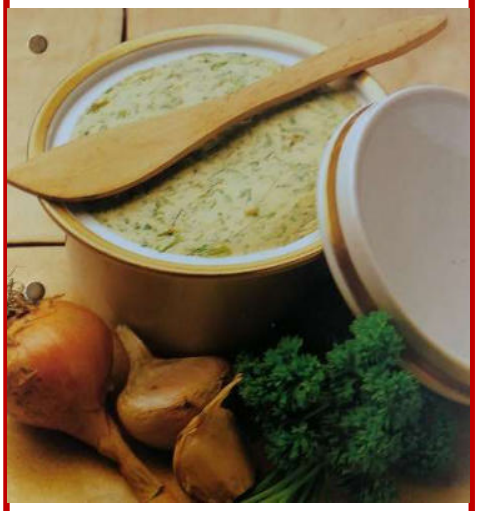
Bereiding.

Doe de bloem, het bakpoeder en het zout in een grote kom en meng het goed door elkaar.
Voeg de margarine toe en werk alle ingrediënten met de vingertoppen goed door elkaar.
Druk in het midden van het mengsel een kuiltje.
Giet daar de karnemelk in en kneed alles dan vlot tot een soepel deeg.
Bekleed een bakplaat met bakpapier en verwarm de oven voor op 225°C (heteluchtoven 200°C
Rol het deeg uit op een met bloem bestoven werkvlak tot een vierkante deeglap met 20 cm lengte.
Snijd daarvan 16 vierkanten van elk 5 cm lang en doe de stukken deeg over op de bakplaat.
Bak de karnemelksebroodjes 15-20 min. in de voorverwarmde oven tot ze goudgeel geworden zijn.
Neem de broodjes dan van de bakplaat en serveer ze bij voorkeur warm.

Tip:

Geen karnemelk beschikbaar? Meng 250 ml melk met 1 tl citroensap en laat dit 5 min. staan.

Kruidenboter II.



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

Ingrediënten

½ tl bieslook, klein geknipt
100 g boter, room-
1 tl citroensap
6 dooiers van hard-gekookte eieren
½ tl dragon, klein gesneden
½ tl kervel, gehakte
- peper, versgemalen
½ tl peterselie, gehakte
1 uitje of sjalotje, fijn gesnipperd
- worcestersaus of aroma
- zout

Bereiding.

Roer de boter zacht.
Wrijf de eierdooiers door een zeef in de kom.
Roer tot een gladde eierboter is ontstaan.
Voeg daaraan, al roerend, de ui en de kruiden toe.
Roer druppel na druppel ½ tl citroensap door de boter; proef die en roer er naar smaak de rest van het citroensap, worcestersaus, peper en zout door.
Voeg nog een paar druppels water toe, als dat nodig is, om de boter juist smeerbaar, dus niet te dun te maken.
Serveer de boter in één- of meerpersoons-schaaltjes en zet die eventueel vlak voor het gebruik nog even in de koelkast, zodat de boter bij gebruik niet van het mes zal glijden.

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Koeltijd: 10 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Lasagna met spinazie en ricotta (airfryer).



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

Ingrediënten

1 citroen, schoon-geboend
100 g kaas, 30+, geraspte
2 tn knoflook
2 tl kruiden, Italiaanse, gedroogde
250 g lasagnevellen, volkoren, koelverse
50 ml melk, magere
228 g mozzarella, Italiaanse (1 bol)
2 el olie, olijf-, milde
- peper, versgemalen
2 el pijnboompitten
600 g prei
500 g ricotta
400 g spinazie, verse
1 ui, middelgrote
- zout

- ovenschaal (ca. 24x19 cm)

Bereiding.

Snijd de prei in ringen.
Spoel de prei in een vergiet onder koud stromend water af en laat het uitlekken.
Snipper de ui en snijd de knoflook fijn.
Verhit de olie in een hapjespan op een middelhoog vuur.
Voeg de prei, de ui, de knoflook en de Italiaanse kruiden toe en bak het 8 min.
Voeg de spinazie in delen toe, schep het om en laat het 3 min. slinken. Boen de citroen schoon en rasp de schil.
Snijd de mozzarella in kleine blokjes.
Meng de mozzarella, de ricotta, de melk en het citroenrasp door elkaar. Breng het op smaak met peper en evt. zout.
Verdeel 1/5 van het preimengsel over de bodem van de ovenschaal. Beleg het met een laag lasagnebladen.
Verdeel hier 1/5 van het ricottamengsel over en beleg het met een laag lasagnebladen.
Herhaal dit tot alles op is en eindig met een laag ricottamengsel.
Verdeel de geraspte kaas erover en bestrooi het met de pijnboompitten. Dek het af met aluminiumfolie en bak het ca. 45-50 min. in de airfryer op 180°C.
Verwijder de laatste 10 min. de folie.

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: 50 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 675
Eiwit: 37 g
Koolhydraten: 44 g
w/v suikers: 12 g
Natrium: 520 mg
Vet: 36 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 18 g
Vezels: 11 g
Groente: - g
Zout: - g

Lemon curd I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: LaurasBakery.nl

Ingrediënten

125 g boter, room-, ongezouten
2 citroenen, rasp van
2 citroenen, sap van (ca. 130 ml)
2 eieren, geklutste
200 g suiker, kristal-, fijne

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

Bereiding.

Rasp de citroenen en pers ze uit.
Zeef het sap even om velletjes en pitjes te verwijderen.
Doe de citroenrasp, suiker en roomboter in een kom.
Dit recept maak je au bain marie, zet de kom dus op een pan met een laagje kokend water.
Zet het vuur niet te hoog.
Laat de ingrediënten in de kom smelten en roer rustig door tot een gladde massa.
Als alle boter is gesmolten voeg je het citroensap toe, roer dit door het mengsel en voeg dan ook de eieren toe.
Nu is het een kwestie van geduld.
Hou af en toe wel even in de gaten of er nog genoeg water in je pannetje zit.
Blijf rustig roeren in de kom terwijl de lemon curd steeds wat dikker wordt.
Als de lemon curd de dikte van yoghurt heeft is hij goed.
Om een tijdsindicatie te geven; dit duurt ongeveer 20 minuten.
Giet de lemon curd in een schaal om af te koelen (ik maakte een grote portie, voor dit recept is een kleine schaal voldoende).
Terwijl de lemon curd afkoelt, dikt hij ook nog verder in tot de uiteindelijke juiste dikte.
Wanneer de lemon curd helemaal is afgekoeld doe je het in een pot die je in de koelkast bewaard, daar blijft het zo'n twee weken goed.

Olijfboter I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

150 g boter, room-, gezouten
1 tn knoflook geperst
50 g olijven, zwarte, fijngehakte
1 tl peper, versgemalen
1 sjalotje, heel fijngehakt

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

Bereiding.

Meng alle ingrediënten goed door elkaar.

Quiche met paprika, prei, spinazie en kaas.



Menugang: Lunch-gerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

2 pl bladerdeeg
- boter
50 g crème fraîche
1 ei
30 g kaas
- nootmuskaat
1 el olie
⅛ paprika
- peper, versgemalen
¼ prei
45 g spinazie
- zout

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

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200ºC (boven en onder) en haal de bakplaten eruit .
Smeer de ovenschaal in met wat boter en leg de plakjes bladerdeeg er zo in dat je 1 mooi geheel krijgt.
Prik met een vork gaatjes in het bladerdeeg.
Snijd de prei in de lengte door de helft en snijd er dunne halve ringen van.
Was de prei vervolgens in een vergiet.
Snijd de paprika in blokjes.
Verwarm de olie in een koekenpan en bak de de prei en de paprika 2 min. op een middelhoog vuur.
Voeg de spinazie toe en breng het geheel op smaak met zout en versgemalen peper (evt. kruiden naar smaak).
Leg het prei/paprika/spinazie-mengsel in de ovenschaal met het bladerdeeg.
Meng het ei, de crème fraîche en geraspte kaas door elkaar in een mengkom.
Voeg zout, versgemalen peper en nootmuskaat naar smaak toe.
Schenk het ei/crème fraîche/kaas-mengsel over de rest heen in de ovenschaal.
Bak de quiche in 30-35 min. gaar in het midden van de oven.

Rettichboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Duitse
Personen: -
Sterren: *
Bron: Marions-Koch-buch.de

Ingrediënten

1 el bieslook, fijngesneden
125 g boter
1 ei, hardgekookt
- peper, cayenne-
1 el peterselie, fijngesneden
1 el rettich, geraspt
- zout

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

Bereiding.

Roer het eigeel, de zachte boter en de rettich goed door elkaar.
Hak het eiwit in kleine stukjes.
Roer het eiwit, de bieslook en de peterselie goed door de boter.
Breng de boter op smaak met zout en cayennepeper.
Laat de rettichboter in de koelkast goed opstijven.

Roereieren met gerookte zalm.



Menugang: Lunch-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

1 el bieslook, fijn-gesneden
35 g boter
6 eieren
- peper, witte, vers-gemalen
1 el peterselie, fijn-gesneden
2 el room, kook-
150 g zalm, gerookte, in dunne plakken
- zout

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

Bereiding.

De wok leent zich uitstekend voor het bereiden van roereieren. De roereieren met gerookte zalm zijn over de gehele wereld bekend en worden bij voorkeur als een lunchgerecht gegeven.

Klop de eieren en de kookroom los in een kom.
Voeg wat zout en peper toe.
Snijd de zalm in uiterst smalle reepjes.
Verhit de boter in de wok.
Laat alles even door de pan "walsen".
Roer de gerookte zalm door de hete boter en voeg onmiddellijk daarna het eiermengsel toe.
Strooi de peterselie erover.
Blijf alles zolang roeren en omscheppen tot dat het eiermengsel is gestold, maar er aan de bovenzijde nog wel "nat" uitziet.
Verdeel de roereieren over voorverwarmde borden.
Bestrooi de gerechten met bieslook.

Tip:

Geef er sneetjes licht geroosterd witbrood bij.

Roereieren met ham en bosuitjes.



Menugang: Hoofd-, lunchgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: -

Ingrediënten

35 g boter
6 eieren
200 g ham, gekookte, dikke plakken
- peper, witte, vers-gemalen
1 el peterselie, fijn-gehakte
2 el room, kook-
4 uitjes, bos-
- zout

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

Bereiding.

Klop in een kom de eieren met de kookroom los.
Voeg wat zout en peper toe.
Snijd de ham in minuscule blokjes en de bosuitjes in uiterst smalle ringetjes (gebruik zoveel mogelijk groen van de bosuitjes).
Verhit de boter in een wok.
Laat alles even door de pan "walsen".
Roer de bosuitjes door de hete boter.
Schenk onmiddellijk daarna de losgeroerde eieren erbij.
Strooi de hamblokjes erover en blijf zolang roeren en omscheppen tot het eimengsel is gestold maar er aan de bovenzijde nog "nat" uitziet.
Verdeel de roereieren over voorverwarmde borden.
Strooi peterselie over de gerechten.

Tip:

Geef er droog gekookte rijst en een lichte tomaten-saus bij.

Salade van rauwe venkel met gegrilde geitenkaas.



Menugang: Voor-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Kreatieve keuken

Ingrediënten

- citroen
3 el honing, vloeibare
200 g kaas, geiten-, zachte
8 el olie, olijf-
1 hv olijven, zwarte
- peper, versgemalen
100 g rucola (of veldsla)
2 venkelknollen
4 walnoten
- zout

Bereiding.

Was de venkelknollen grondig.
Verwijder de stronk en de bovenkant en snijd de knollen in dunne plakjes.
Pers de citroen uit en meng 4 el daarvan met de olijfolie.
Breng het op smaak met versgemalen peper en zout.
Was de rucola en schik die aan de bovenkant van een groot bord.
Leg in het midden de plakken venkel.
Bestrooi ze met de vinaigrette.
Verwarm de grill voor.
Snij de kaas in plakken en leg die op een bakblik.
Schenk er de honing bovenop.
Grill het tot de bovenkant mooi bruin is.
Leg de kaasplakken op de venkelsalade en garneer ze met wat zwarte olijven en walnoten.

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

Tagliatelle met mozzarella en prei.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: C1000

Ingrediënten:

2 el basilicum, in dunne reepjes
150 g hamreepjes
1 pkj Honig Mix voor Italiaanse kruidensaus
1 tn knoflook, gesnipperd
1 mozzarellakaasje, in blokjes
2 el olie, olijf-, traditioneel
500 g prei, panklare
400 g tagliatelle
3 tomaten, in stukjes
- zout

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2835
Energie kcal: 675
Eiwit: 32 g
Koolhydraten: 87 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 22 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de tagliatelle in ruim water met zout beetgaar.
Bak de knoflook met de prei en de tomaten 5 min. in de hete olie.
Voeg ½ l koud water en de inhoud van het pakje mix toe en breng alles al roerend aan de kook.
Laat de saus 10 min. zachtjes koken.
Schep de hamreepjes en de mozzarella door de saus en verdeel de saus over de tagliatelle.
Bestrooi het gerecht met de basilicum.

Tip:

Lekker met een rucolasalade.

Tomaat-pestoboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Boodschappen 2006-10

Ingrediënten

125 g zachte boter
1 el pesto, rode
1 el tomaten, gedroogde, gehakte

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

Bereiding.

Meng de boter met de tomaten en de pesto goed door elkaar.

Vlamtosti met pittig gehakt en kaas.



Menugang: Lunch-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Familie over de kook

Ingrediënten

1 el bloem
8 sn brood
300 g gehakt, half-om-half
200 g kaas, geraspte
2 tl kerriepoeder
1 tl knoflookpoeder
2 tl korianderpoeder
4 tl paprikapoeder
1 snf peper, zwarte, versgemalen
2 tl sambal badjak
2 tl sambal oelek
2 tl suiker
2 el tomatenpuree
1 ui, gesnipperd
1 tl uienpoeder
1 snf zout

Bereiding.

Verhit een scheutje olie in een koekenpan.
Fruit de uien met een snuf peper en zout.
Voeg de uienpoeder, knoflookpoeder, korianderpoeder, paprikapoeder, kerriepoeder, suiker, sambal badjak en sambal oelek toe.
Bak dit ongeveer 30 sec. mee.
Voeg dan het gehakt toe en bak dit gaar en goudbruin.
Voeg de tomatenpuree en de bloem toe en bak dit 1 min. mee.
Leg op twee sneetjes brood wat geraspte kaas, daaroverheen het pittige gehaktmengsel en weer geraspte kaas.
Leg daarop de andere twee sneetjes brood.
Smeer beide kanten van het brood in met een beetje olie of roomboter.
Bak de tosti's in een tosti ijzer, op een grillpan of in een koekenpan.
Herhaal dit tot de sneetjes brood op zijn.

Tip:

Je kunt altijd een teentje verse knoflook extra mee aanfruiten met de uien.

Voorb. tijd: 10 min.
Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Volkoren ontbijtwrap met roerei en geroosterde paprika.



Menugang: Ontbijt-gerecht-
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: AllerHande

Ingrediënten:

½ citroen
6 eieren, middelgrote
50 ml melk, halfvolle
1 el olie, olijf-, milde
2 paprika's, rode
- peper, versgemalen
4 tortillawraps, volkoren
20 g tuinkers
- zout

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 340
Eiwit: 17 g
Koolhydraten: 34 g
w/v suikers: 5 g
Natrium: 360 mg
Vet: 14 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: 6 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de tortillawraps volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Boen de citroen schoon en rasp de gele schil van de vrucht.
Klop de eieren los met de melk, het citroenrasp, versgemalen peper en evt. zout.
Verhit de olie in een koekenpan op laag vuur, voeg het eimengsel toe en roer rustig met een houten lepel tot het ei net gestold is (dit duurt 8-10 min.).
Maak de paprika's schoon en snijd ze in dunne reepjes.
Verdeel het roerei, de paprikareepjes en de tuinkers over de tortilla's.
Rol ze strak op en snijd ze diagonaal doormidden.

Tips:

- **Iets meer tijd? Je kunt alle kleuren paprika's vooraf grillen in de grillpan of roosteren in de oven en in dunne reepjes snijden. Dan is de paprika wat zachter.**
- **Minder tijd? Je kunt de paprika ook vervangen door 250 g gegrilde groentemix.**
- **Meer eiwitten? Voeg een plak 20+ kaas toe.**
- **Deze ontbijtwrap is perfect om 'leftover' groenten in te verwerken. Snijd ze in zeer kleine blokjes, gril ze in de grillpan of doe ze in de oven (15 min. op 200°C).**

Zalmtoast met kervelboter.



Menugang: Hapje, tussendoortje, voor-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Jumbo.com

Ingrediënten

75 g boter, room-
4 sn brood, casino-, wit
2 el kervel
1 tn knoflook
100 g zalm, gerookte
1 snf zout

Bereidingstijd: 80 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe de boter in een diep bord.
Pers de knoflook erboven uit.
Bestrooi de boter met de kervel.
Prak alles met een vork door elkaar.
Voeg zout naar smaak toe.
Schep de kervelboter op een vel vershoudfolie.
Rol de boter als een snoepje op.
Leg de boter minimaal 60 min. in de koelkast om stevig te worden.
Rooster in de broodrooster de sneetjes brood goudbruin.
Snijd de sneetjes diagonaal door.
Verwijder de folie van de kervelboter.
Verdeel de toast over de borden.
Besmeer de sneetjes met de boter.
Leg de zalm er losjes op.
Garneer de zalm naar wens met wat extra kervel.

Gebruikte afkortingen (v2.6).



v2.6

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgls	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= ½ kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.6

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbl	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tk	Takje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Voorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)


Compressed by
PDF24
https://ruudskookboek.nl