



## MENU OP MAAT

*De smakelijkste menusite voor de thuiskok*

**Tapabuffet voor 8 à 10 personen**





## Tapabuffet voor 8 à 10 personen

*Cerdo al pimentón*, gemarineerde blokjes varkenshaas

*Gambas picantes*, pikante grote garnalen

*Pollo a la plancha*, gegrilde gemarineerde kipreepjes

*Morcilla asada*, gebakken bloedworst

*Tortilla de chorizo y pimientos*, tortilla met chorizo en paprika

*Ensalada de penne con atún*, pennosalade met tonijn

*Plato de fiambres*, gemengde vleeswarenschotel

*Calabazines a la plancha*, gegrilde en gemarineerde courgettes

*Tomates al horno*, cherrytomaatjes uit de oven

*Rabanos picantes*, radijsjes met peperdip

*Aceitunas adobadas*, gemarineerde olijven

*Pan con mayonesa de ajo y hierbas frescas*, brood met knoflookmayonaise met veel verse kruiden



## Gemarineerde blokjes varkenshaas

- 2 varkenshaasjes, in éénhapsblokjes gesneden
- 2 eetlepels pure olijfolie
- 1 ½ theelepel gerookt paprikapoeder (pimentón)
- 1 theelepel gedroogde oregano
- 5 eetlepels medium sherry
- 2 teentjes knoflook uit de pers
- zout en vers gemalen zwarte peper

1. Roer een marinade van alle ingrediënten. Mariner de varkenshaasblokjes minimaal 4 uur, maar liefst een heel etmaal.
2. Verhit een koekenpan met dikke bodem. Niet te heet: de paprika verbrandt gauw. Roerbak de varkenshaasblokjes totdat ze net gaar zijn. Dat duurt ruim vijf minuten.
3. Serveer de tapa meteen.

### Tip:

Pimentón is verkrijgbaar bij gespecialiseerde kruiden- en specerijenwinkels en via diverse websites. Kun je geen pimentón vinden, gebruik dan 1 ½ theelepel mild paprikapoeder en 1 theelepel pikant paprikapoeder.



## Pikante grote garnalen

- 2 ons middelgrote (gare en gepelde) roze garnalen
- 1 dl geurige extra virgen olijfolie
- 1 à 2 eetlepels citroensap (naar smaak)
- 3 centimeter Spaanse peper, zonder zaadlijsten, zeer fijn gesnipped
- 1 teentje knoflook, zeer fijn gesnipped
- 3 eetlepels gehakte peterselie
- 1 eetlepel gehakte, verse tijm (of als het niet anders kan ½ theelepel gedroogde tijm)

1. Roer een mengseltje van alle ingrediënten.
2. Laat de garnalen minstens 4 uur, maar liefst een heel etmaal in de marinade staan. Serveer ze op kamertemperatuur.



## Gegrilde gemaarneerde kipreepjes

- 2 kipfilets
- 3 eetlepels citroensap
- 3 eetlepels extra virgin olijfolie
- een ruime hoeveelheid verse rozemarijn
- zout en zwarte peper naar smaak

1. Snijd de kipfilets elk in 4 à 5 reepjes.
2. Ris de blaadjes van de rozemarijn en doe ze samen met de rest van de ingrediënten (behalve de kip) in een vijzel. Kneus de kruiden goed.
3. Laat de kipreepjes minimaal 4 uur, maar liefst een etmaal in het mengseltje marinieren.
4. Verhit een grillpan en gril de kipreepjes in enkele minuten gaar en krokant.

Tip:

Dip de kipreepjes in de knoflookmayonaise, waarvan het recept hieronder gegeven wordt.



## Gebakken bloedworst

- 2 ons pikante, niet te vette bloedworst
- 2 eetlepels pure olijfolie

1. Snijd de bloedworst in plakjes, blokjes of puntjes, afhankelijk van de maat van de worst.
2. Verhit de olie in een koekenpan met anti-aanbaklaag en bak de bloedworst in een paar minuutjes krokant. Hij moet vanbinnen nog zacht blijven.
3. Serveer meteen.



## Tortilla met chorizo en paprika

- 3 ons vastkokende aardappelen
- 1 ½ ons pikante boerenchorizo, in blokjes gesneden
- 1 grof gesnijperde ui
- 1 teenje fijn gesnijperde knoflook
- 1/3 groene paprika, in kleine blokjes
- 1/3 rode paprika, in kleine blokjes
- 4 eieren
- 1/3 theelepel pikant paprikapoeder
- 2 theelepels mild paprikapoeder
- pure olijfolie
- een beetje margarine
- zout en vers gemalen zwarte peper

1. Schil de aardappelen en snijd ze in kleine dobbelsteentjes. Verhit wat margarine en een paar eetlepels olijfolie in een grote koekenpan en bak hierin de aardappelen goudbruin en halfgaar. Schep ze af en toe om.
2. Voeg na ongeveer 10 minuten de uien toe en fruit deze even mee.
3. Draai het vuur wat lager en doe de worst, de knoflook, de paprikablokjes en de twee soorten paprikapoeder bij het aardappelmengsel. De volgende vijf minuten zal de worst zachtjes uitsmelten en een deel van zijn heerlijke smaakmakers afgeven aan met name de aardappelen. Proef deze aardappelen en beslis hoeveel zout en zwarte peper je nog nodig acht om het geheel af te maken. Maak de omeletvulling niet te zout; beter is het om nog wat zout toe te voegen aan de eieren, die je vervolgens gaat loskloppen in een kom.
4. Je kunt de tortilla bakken in een pan, maar wanneer je hem in de oven bakt, heb je er geen omkijken naar. Makkelijk!
5. Neem een kleine, lage ovenschaal en vet deze licht in met olijfolie. Doe het aardappelmengsel over in de schaal en schenk de eieren eroverheen.
6. Plaats de schaal in een oven van zo'n 175° C en bak de tortilla-ovenschotel totdat de eieren licht gesouffleerd en nét gestold zijn. Dat duurt ongeveer een half uur. Druk even licht op het gerecht om de gaarheid te testen.
7. Je kunt de tortilla meteen heet uit de oven serveren, maar nog beter is het om hem minstens enige uurtjes te laten staan (een dag is zelfs mogelijk; dat kan handig zijn). Dan kunnen de smaken goed doortrekken. Snijd de tortilla in vierkante blokjes en serveer hem lauw.



## Pennesalade met tonijn

- 150 gram penne
- zout naar smaak
- 2 blikjes tonijn in zonnebloemolie, afgegoten en in vlokken verdeeld
- 50 gram Spaanse zwarte olijven, grof gehakt
- 1 rijpe tomaat, in blokjes gesneden
- 1 kleine rode ui, fijn gesnippert
- 2/3 groene paprika in kleine blokjes
- 2/3 rode paprika in kleine blokjes
- een zeer ruime hoeveelheid verse basilicum (of diepvriesbasilicum)
- witte balsamico-azijn naar smaak
- extra virgin olijfolie
- vers gemalen zwarte peper
- eventueel nog een beetje zout

1. Kook de pasta in ruim water met zout naar smaak beetgaar en spoel hem af met koud water.
2. Meng er de overige ingrediënten doorheen.

Tip:

Witte balsamico-azijn smaakt heel anders, frisser, dan rode balsamico-azijn. Kun je geen witte balsamico vinden, gebruik dan witte wijnazijn.



## Gemengde vleeswarenschotel

– 2 à 3 ons Spaanse vleeswaren

1. Kies voor een paar soorten lekkere ham en worst.
2. Leg deze op een schaal samen met de gemarineerde olijven en de radijsjes.

Tip:

In plaats van vleeswaren kun je ook voor Spaanse kazen kiezen, zoals bijvoorbeeld de heerlijke manchego.



## Gegrilde en gemarineerde courgettes

- 2 courgettes
- 1 ½ dl extra virgin olijfolie
- het sap van ½ citroen
- een forse bos peterselie, gehakt
- een forse bos basilicum, gehakt
- vers gemalen zeezout
- vers gemalen zwarte peper
- 1 teentje knoflook uit de pers

1. Verhit de grillpan tot zeer heet.
2. Snijd ondertussen de courgettes (ongeschild) in lange plakken van ongeveer een halve centimeter dik.
3. Gril de courgetteplakken aan elke kant een paar minuten, totdat er mooie zwarte strepen op staan en de plakken gaar zijn.
4. Vermeng alle andere ingrediënten in een platte schaal.
5. Marineer de gegrilde courgetteplakken minstens 3 uur in de kruidenolie.

Tip:

Je kunt de courgettes ook diagonaal in plakken snijden van een halve cm dik. Zo ziet je tapa er weer heel anders uit.



## Cherrytomaatjes uit de oven

- 4 ons rijpe cherrytomaatjes
- 4 eetlepels extra virgen olijfolie
- 1 teentje knoflook, zeer fijn gehakt
- enkele eetlepels vers gehakte tijm, marjolein en basilicum
- zout en vers gemalen zwarte peper

1. Neem een platte ovenschaal en verdeel de tomaatjes over de bodem. Prik ze met de punt van een scherp mes allemaal op een paar plaatsen in. De smaken van de rest van de ingrediënten kunnen er dan lekker intrekken.
2. Maak een mengseltje van de olijfolie, de knoflook, de kruiden, wat zout en een beetje peper.
3. Verdeel de mix over de tomaatjes en plaats de ovenschaal een paar minuten in een oven van 175° C. De tomaatjes zijn klaar als de velletjes openbarsten en ze aan de buitenkant een beetje gaar zijn geworden. Van binnen moeten ze nog nét een beetje rauw zijn.
4. Serveer de tomaatjes warm of lauw in hun kruidenbadje.

Tip:

De verse kruiden kun je eventueel vervangen door diepvrieskruiden. Gebruik liever geen gedroogde kruiden.



## Radisjes met peperdip

- ± 3 ons radijsjes
- 1 ons dun gesneden ontbijtspek
- 1 eetlepel olie
- verschillende soorten peper, bijv. grof gemalen viersezoenenpeper, cayennepeper, gedroogde rode pepervlokken, pikant paprikapoeder, grof gemalen zwarte peper, etc.
- eventueel een beetje bouillonpoeder of zeezout

1. Maak de radijsjes schoon en halveer ze.
2. Bak het ontbijtspek zeer krokant.
3. Laat het spek afkoelen en verkruimel het in de foodprocessor.
4. Meng wat pepersoorten door de spekkruimels.
5. Dip een radijsje in het mengseltje en proef. Wil je de dip nog wat zouter maken, voeg dan een klein beetje bouillonpoeder toe. Dat is smaakvoller dan zout. Je kunt ook kiezen voor een lekkere soort vers gemalen zeezout.





## Gemarineerde olijven

- 150 gram olijven naar keuze
- 2 teenjes knoflook, in dunne plakjes gesneden
- vers gehakte tuinkruiden, zoals bijv. basilicum, marjolein, oregano, platte peterselie, bieslook en/of tijm
- ½ theelepel gemalen komijn (djintan)
- extra virgen olijfolie
- 1 theelepel citroensap
- 2 cm zeer fijn gehakte Spaanse peper (zonder pitjes en zaadlijsten)

1. Marineer de olijven in de rest van de ingrediënten.
2. Laat de marinade minstens 4 uur, maar het liefst een etmaal intrekken.



## Knoflookmayonaise met veel verse kruiden

- 200 gram mayonaise
- 3 theelepels grove mosterd
- 2 theelepels citroensap
- 3 teentjes knoflook, fijn gehakt of uitgeperst
- veel gehakte verse kruiden (peterselie, bieslook, oregano, tijm, dille, basilicum, marjolein, salie en/of dragon (de laatste twee met mate); zorg dat de eerste twee er zeker bij zijn)
- veel vers gemalen zwarte peper

1. Vermeng alle ingrediënten.
2. Gebruik de saus als dipsaus bij de gegrilde kipreepjes en als smeerseltje voor op het brood.



## Boodschappenlijst

### Vlees en vis

2 varkenshaasjes  
2 ons pikante, niet te vette bloedworst  
1 ½ ons pikante boerenchorizo aan één stuk  
1 ons dun gesneden ontbijtspek  
2 à 3 ons Spaanse vleeswaren zoals chorizo of serranoham (eventueel verschillende soorten Spaanse kaas)  
2 kipfilets  
2 ons middelgrote (gare en gepelde) roze garnalen

### Groente en fruit

3 citroenen  
1 Spaanse peper  
een forse bos verse peterselie  
een forse bos verse tijm  
een forse bos verse rozemarijn  
een forse bos verse marjolein  
een forse bos verse basilicum  
verse bieslook  
3 ons vastkokende aardappelen  
1 rode paprika  
1 groene paprika  
1 rode ui  
2 courgettes  
4 ons rijpe cherrymaaltjes  
1 rijpe tomaat  
2 bolletjes knoflook  
3 ons radijsjes

### Supermarkt

gerookt paprikapoeder (pimentón); indien niet verkrijgbaar mild

paprikapoeder en pikant  
paprikapoeder (kijk ook in voorraad)  
verschillende soorten peper zoals vierseizoenenpeper, gedroogde rode peperblokken, cayennepeper, zwarte peper, pikant  
paprikapoeder  
eventueel diepvriesbasilicum  
eventueel diepvriestijm  
eventueel diepvriesmarjolein  
eventueel diepvriesbieslook  
4 grote eieren  
150 gram penne  
2 blikjes tonijn in zonnebloemolie (of olijfolie; nog lekkerder)  
50 gram zwarte Spaanse olijven  
150 gram olijven naar keuze (ongemarineerd)  
witte balsamico-azijn  
200 gram mayonaise van goede kwaliteit  
Spaanse extra virgen olijfolie  
een paar soorten goed boeren brood

### Check in de voorraadkast

zout  
zwarte peper  
mild paprikapoeder  
pikant paprikapoeder  
gemalen komijn (djintan)  
pure olijfolie  
plantaardige margarine  
gedroogde oregano  
medium sherry  
buillonpoeder of zeezout



## Vervolg boodschappenlijst

1 ui

een beetje grove mosterd



## Werkschema

### 1 dag of minimaal 5 uur van tevoren:

1. bereid de vulling voor de tortilla; schenk de eieren erover en bak de tortilla
2. gril en marineer de courgettes
3. marineer de varkenshaas
4. marineer de garnalen
5. marineer de kip
6. marineer de olijven
7. eventueel kan nu al de knoflookmayonaise gemaakt worden

### 2 uur van tevoren:

1. bereid de pennesalade
2. bereid de knoflookmayonaise
3. bereid de radijsjes
4. snijd de tortilla in blokjes

### 1 uur van tevoren:

1. maak de gemende vleesschotel klaar
2. bereid de tomaatjes voor
3. neem de gemarineerde producten uit de koelkast
4. dek de tafel
5. doe alle koude gerechten in mooie schalen

### ½ uur van tevoren:

1. verhit de grillpan en verwarm de oven voor
2. snijd het brood
3. zet alle koude gerechten op tafel
4. zet de tomaatjes in de oven
5. gril de kip
6. bak de varkenshaas
7. bak de bloedworst
8. zet de warme gerechten op tafel

**Buen Provecho!**

