



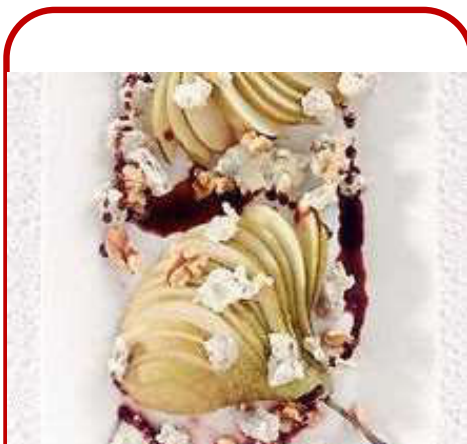
Ruud 's Kookboek

Peerrecepten / v4.9

Inhoudsopgave.

Afterdinner carpaccio.	3
Anec amb peres - Catalaanse eend met peer.	4
Appel-peren crumble met kruidnoten.	5
Basisrecept - stoofperen.	6
Camembert-crostini met peer en pancetta.	7
Chocoladetaart met witte stoofperen.	8
Crostini met huisgemaakte makreelsalade en peer.	9
Filotaart met stoofpeertjes.	10
Fruit uit de wok.	11
Fruittrio sapsnack.	12
Gebraden tamme duif met peren en portosaus.	13
Gevulde peren met brie en cranberry.	15
Gevulde stoofperen uit de oven met camembert en dadel-pompoencrumble.	16
Hete bliksem met peer en rozijnen.	17
Koteletten van wild zwijn met peren.	18
Krokant beursje met St. Bernardus-kaas en gekarameliseerde peren.	19
Peer brûlée.	20
Peer in kaneel-sinaasappelsiroop met kwark.	21
Peer met bitterkoekjes en amaretto (airfryer).	22
Peer met mascarpone.	23
Peren met ijs en chocoladesaus.	24
Peren met chocoladesaus en slagroom.	25
Perenchutney II.	26
Perensalade met geitenkaas en walnoot.	27
Perensalade met walnoten.	28
Perenspoom Christmas.	29
Perentoetje.	30
Perenzoetzuur.	31
Pittig peerdessert.	32
Pittige stoofpeertjes.	33
Poire 'Belle Hélène'.	34
Poires Liègeoises – Luikse peren.	35
Rijstcharlotte met peertjes.	36
Rucolastamppot met peer en kaas.	37
Salade van appel, peer en blauwe kaas.	38
Slavink met peer en bieslook.	39
Smoothie met avocado, komkommer en perensap.	40
Smoothie met peer, venkel, appel en munt.	41
Sperziebonen met peer.	42
Spoem van citroen en stoofpeer.	43
Stoofpeertjes met yoghurtcrème.	44
Stoofpeertjes met koffie en kaneel.	45
Stoofperen.	46
Stoofperen op steel.	47
Stoofperen-chutney.	48
Tosti met kaas, serranoham en peer.	49
Waterkers-peersalade.	50
Yoghurtflip met appel en/of peer.	51
Zoete bitterballen.	52
Gebruikte afkortingen.	53

Afterdinner carpaccio.



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

Ingrediënten

1 tl azijn, rodewijn-
1 el bouillon
1 tl honing
100 g kaas (Blue
Stilton), in blokjes
1 tl mosterd
1 el noten, wal-, grof
gehakt
1 el olie, maïskiem-
1 el olie, noten-
2 peren, hand-,
gehalveerd
2 el port, rode

Bereiding.

Garneer de peren met de walnoten.

Meng de olie, de azijn, de mosterd, de honing, de port en de bouillon goed door elkaar met de staafmixer.

Snijd de peren in de lengte in plakjes, maar laat ze aan de kant van het steeltje intact.

Leg de peren als een waaier op de borden.

Kruimel de kaas over de peren.

Giet de dressing over de peren.

3

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

Anec amb peres - Catalaanse eend met peer.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Spaanse,
Catalaanse
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Culinaire kalender
2004

Ingrediënten

25 g amandelen, blanke
1 eendenborst (òf 2
kleintjes)
½ dl fond, gevogelte-
1 tn knoflook, gehakt
½ gl Muscat de
Rivesaltes òf sherry,
medium
- olie, olijf-
- peper
2 peren, hand- (hoeven
niet rijp te zijn)
1 tomaat, gepeld
1 ui, ragfijn gehakt
- zout

Bereiding.

Snijd de tomaat in stukjes.
Schil de peer.
Verwijder het klokhuis van de peer.
Snijd de peer in niet te dunne plakjes.

Saus:

Bak de ui op een niet te hoog vuur mooi
goudbruin in de olie (ca. 15 min.).
Voeg de tomaat toe.
Bak de tomaat even mee.
Schenk de wijn en de fond in de pan.
Laat het geheel 10 min. zachtjes koken.
Pocheer er de plakken peer in gedurende 5 min.
Vis de plakken peer voorzichtig uit de saus en
bewaar ze.
Doe de amandelen, knoflook en saus in de
beker van een staafmixer en pureer het geheel.
Doe de saus terug in de pan.
Laat de saus nog 5 min. zachtjes pruttelen.
Breng de saus op smaak met peper en zout.

Kerf met een scherp mes een grof
ruitjespatroon in de vetkant van de
eendenborst (tot op het vlees).
Bak de eendenborst eerst op een laag vuur ca.
5 min. op de vetkant.
Draai dan het vuur wat hoger.
Draai het vlees om.
Bak de eendenborst vervolgens af en toe
draaiend 3 min. aan de vleeskant en g 8 min.
aan de vetkant.
Bestrooi de eendenborst met peper en zout.
Snijd het vlees aan plakken.
Leg de plakken peer bij de plakken vlees.
Overgiet de peer en vlees met de saus.

Bereidingstijd: - min.
Oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - g

Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Appel-peren crumble met kruidnoten.



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

Ingrediënten

2 appels (Elstar)
55 g bloem, tarwe-
100 g boter, room-,
ongezouten
75 g havermoutvlokken,
grove
2 tl kruiden, speculaas-
80 g kruidnoten
2 peren (Conference)
100 g suiker, riet-
1 mp zout

- ovenschaal (15 x 20
cm, ingevet)

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Schil de appels en peren, verwijder het klokhuis en snijd ze in blokjes van 2 cm.
Meng het fruit met de speculaaskruiden, 1 el bloem en 2 el rietsuiker (per 4 personen).
Doe het fruitmengsel in een ingevette ovenschaal.
Doe de kruidnoten in een zip-lockzak-je of een schone theedoek.
Verkruimel ze met een deegroller of ander zwaar voorwerp.
Snijd de koude boter in blokjes.
Meng de verkruimelde kruidnoten met de rest van de bloem, de suiker, de havermout, het zout en blokjes boter met je handen tot een kruimelig deeg ontstaat.
Wrijf hierbij de boter tussen je vingers door de andere ingrediënten.
Verdeel het kruimelmengsel over het fruit in de ovenschaal, zodat alles bedekt is.
Bak de crumble 20-25 min. in het midden van de oven.

Tip:

Lekker met ongezoete, lichtgeklopte slagroom en/of vanille-ijs.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 575
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 79 g
w/v suikers: 46 g
Natrium: 240 mg
Vet: 25 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 16 g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: - g

Basisrecept - stoofperen.



Menugang: Bij-, nagerecht
Keuken: -
Hoeveelheid: 1 kg
Sterren: ***
Bron: Frans Huits

Ingrediënten

1 kaneelpijpje
1 kg peren, stoof-
1 el meel, aardappel-
2 el suiker
3 dl water

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.

Schil de peren, snijd ze in vieren en verwijder de klokhuizen.
Breng de partjes aan de kook met 3 dl water, een stukje pijpkaneeel en 2 el suiker.
Stoof de peren ca. 45 min. tot ze zacht en rood zijn.
Neem ze met een schuimspaan uit de pan.
Bind het stoofvocht met 1 el aardappelmeel.
Schenk het vocht over de peren en dien ze warm of koud op.

Tip:

Extra lekker en mooi van kleur worden de peren als u 2 dl water en 1 dl rode wijn of bessensap gebruikt.

Camembert-crostini met peer en pancetta.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

1 brood, ciabatta-
1 camembert, in plakjes
8 pl pancetta
2 peren, in plakjes
1 el rozemarijn, grof
gehakt

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 15 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 450
Eiwit: 25 g
Koolhydraten: 39 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 21 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 11 g
Vezels: 3 g
Groente: - g
Zout: 2,5 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 170°C.
Rooster de pancetta op een bakplaat met bakpapier in de oven in circa 10 min. krokant. Schakel de oven niet uit.
Laat de pancetta even uitlekken op keukenpapier.
Breek de pancetta dan in stukjes.
Snijd de ciabatta in plakjes en beleg ze met de camembert.
Leg de peer erop en bestrooi ze met de rozemarijn.
Rooster ze circa 5 min. op de bakplaat in de oven, tot de camembert gesmolten is.
Bestrooi de crostini met de krokante pancetta en serveer ze direct.

Chocoladetaart met witte stoofperen.



Menugang: Gebak, nagerecht
Keuken: -
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: Lidl

Ingrediënten

Voor de stoofperen:

5 peren, stoof-, geschild
1 fls wijn, witte
60 g suiker
3 tl kaneel
2 rp sinaasappelschil
3 cm gember, in plakjes

Voor de taart:

250 g boter
- boter, om in te vetten
350 g chocolade, pure, fijngesneden
5 eieren
150 g suiker, riet-
- zout
5 el siroop, agave-
90 g bloem
200 g crème fraîche

- bakpapier
- mixer
- springvorm

Bereiding.

Stoofperen:

Kook de stoofperen 2 uur lang in witte wijn samen met de suiker, kaneel, sinaasappelschil en gember.
Voeg eventueel tussentijds extra water toe, zodat de peren mooi onder water blijven staan.

Taart:

Verwarm de oven voor op 180°C.
Bekleed een springvorm met bakpapier en vet de randen in met boter.
Smelt de boter en chocolade samen au bain-marie of op laagvermogen in de magnetron. Let op, de chocolade mag niet te warm worden tijdens het verhitten.
Klop de eieren, rietsuiker, snufje zout en agavesiroop met een mixer luchtig.
Voeg het boter-chocolademengsel toe en spatel vervolgens de bloem door het beslag.
Giet het beslag in de springvorm en bak 25 min. af in de voorverwarmde oven.
Laat de taart helemaal afkoelen op een rooster.
Decoreer de chocoladetaart met crème fraîche en de warme witte stoofperen.

Tip:

Kook het kookvocht van de stoofperen in tot een siroop en serveer die bij de taart.

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Stooftijd: 2 uur
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

Crostini met huisgemaakte makreelsalade en peer.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht, hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Lidl.nl

Ingrediënten

1 ciabatta
1 citroen,
schoongeboend
200 g kwark
200 g makreel,
gerookte
1 peer
- peper
10 g peterselie
1 ui, rode ui
- 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 180°C.
Snijd de ciabatta in dunne sneetjes en leg ze op een bakplaat.
Bak de sneetjes 10 min.
Verwijder de buitenste schil van de ui en snipper deze fijn.
Rasp de schil van de citroen en pers de vrucht uit.
Hak de peterselie fijn.
Scheur de makreel in kleine stukjes.
Meng de makreel met de helft van het citroensap, de schil van de citroen, de ui, peterselie en kwark goed door elkaar.
Breng het mengsel op smaak met zout en peper.
Was en halveer de peer.
Verwijder het klokhuis.
Snijd dunne partjes van de peer en besprenkel deze met het resterende citroensap.
Serveer de makreelsalade op de crostini en garneer met een stukje peer.

Filotaart met stoofpeertjes.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron:
Mascha Hoogeboom

Ingrediënten

100 g boter
3 el cognac
1 pk deeg, filo-
(diepvries)
1 kaneelstokje
1 kg peren, stoof-
200 g suiker, basterd-,
witte
- suiker, poeder-
½ l wijn, rode

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.

Maak de broccoli schoon.
Verwarm de roosjes in een ovenvaste schaal met 1 el water (afgedekt) 2-3 min. op 600 watt.

De saus:

Verwarm de oven voor op 200°C.
Schil de peren, snijd ze doormidden en verwijder het klokhuis.
Gaar de peertjes in de rode wijn met het kaneelstokje, de basterdsuiker en de cognac.
Laat de peertjes afkoelen en verwijder het kaneelstokje.
Smelt de boter en vet de springvorm (Ø 24 cm) in.
Bestrijk een lap filodeeg met gesmolten boter, leg deze in de springvorm.
Herhaal dit 4 keer.

Tip:

Erg lekker met chocoladesaus en slagroom.

Fruit uit de wok.



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

Ingrediënten

150 g aardbeien,
gehalveerd
½ ananas, in halve
plakken
40 g boter
2 el honing
1 mango, in partjes
1 snf nootmuskaat
1 peer, in partjes
2 sharon (fruit), in
partjes
1¼ dl slagroom

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.

Smelt de boter, roer de honing erdoor en laat het mengsel licht karamelliseren.
Verwarm de partjes fruit hierin 5-10 min. zachtjes onder regelmatig omscheppen, zonder ze echt te laten kleuren.
Schep er vlak voor het serveren de aardbeien door en strooi er de nootmuskaat over.
Verdeel het fruit over de borden.
Klop de slagroom tot yoghurtdikte en serveer die bij het fruit.

Fruittrio sapsnack.



**Menugang: Drank,
smoothy
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: AllerHande**

Ingrediënten

**250 g bosbessen, verse
1 peer, hand-
(Conference)
½ l sap, appel-

- blender**

**Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 140
Eiwit: 2 g
Koolhydraten: 34 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 handpeer in een blender of keuken-
machine.**

**Voeg het appelsap en de bosbessen toe en mix
1 min.**

Schenk het sap in de glazen.

Gebraden tamme duif met peren en portosaus.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Kook 2015-2016

Ingrediënten

Voor de duif:

4 duiven, hele
8 jeneverbessen
4 laurierblaadjes
4 el olie, zonnebloem-
- peper
4 tk rozemarijn
4 tk tijm
4 pl vetspek, gerookt
- zout

Voor de portosaus:

- boter
1 grapefruit, rode
4 el honing
- peper, versgemalen
2½ dl port, rode
5 dl wildfond
- zout

Voor de peren:

1 citroen
1 kaneelstokje
(4 kruidnagels)
(1 laurierblad)
1 kg peren, stoof-
(Gieser Wildeman)
75 g suiker
250 ml wijn, rode

Bereiding.

Duif:

Verwarm de oven voor op 175°C.
Peper en zout de duiven van binnen en van buiten.
Maak in een braadslede 4 plekjes met de rozemarijn, tijm, jeneverbessen en laurierblaadjes.
Leg op elke plek een duif.
Verhit in een steelpan de zonnebloemolie tot het heet is en giet de olie vervolgens over de duiven.
Leg op elke duif een plak vetspek.
Plaats het geheel 10 min. in de hete oven.
Zet daarna de oven op 125°C
Verwarm het geheel nog 15 min. en bedruip de duiven elke 5 min. met het vrijgekomen braadvocht.
Haal 5 min. voor het eind van de braadtijd het spekvet van de duiven af voor een mooie korst op de duiven.
Laat de duiven voor het opdienen 10 min. rusten.

Portosaus:

Voeg de fond en de porto samen in een kookpot en laat het inkoken tot je ongeveer de helft overhoudt.
Voeg de honing toe en laat nog even verder inkoken.
Breng het op smaak met versgemalen peper en zout en werk de saus verder af met enkele klontjes boter.
Fris de saus op met het grapefruitsap naar smaak.

Stoofperen:

Snijdt met een dunschiller 3 reepjes gele schil van de citroen.
Schil de peertjes met een scherp mes of dunschiller (laat de steeltjes eraan).
Doe de peren in een ruime pan en voeg de wijn toe.
Vul het aan met water tot de peertjes net onder staan.
Voeg de citroenreepjes, de suiker en het kaneelstokje toe en breng aan het de kook.
Voeg voor een extra kruidig accent de kruidnagels en de laurier toe.
Stoof de peren 60 min. op een laag vuur.
Serveer de peren warm of koud.

Bereidingstijd:

- duif: 50 min.
- saus: 30 min.
- peren: 70 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

Gevulde peren met brie en cranberry.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Boodschappen,
DekaMarkt, Hoogvliet

Ingrediënten

150 g brie
4 el compote,
cranberry- (pot)
50 ml honing
1 laurierblaadje
4 peren, conference-
2 tk rozemarijn
375 ml wijn, witte,
zoete (bijv. Moscato)

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 30 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 336
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 42 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: 0,8 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Schil de peren, maar laat de steeltjes zitten.
Halveer ze en verwijder het klokhuis.
Leg de peerhelften, 1 takje rozemarijn en het laurierblaadje in de ovenschaal.
Schenk de wijn erover en besprenkel de peren met de honing.
Bak de peren 20 min. in het midden van de oven gaar.
Snijd intussen de naaldjes van het overige takje rozemarijn fijn.
Snijd de brie in 8 stukjes.
Vul elke peerhelft voorzichtig met 1 stukje kaas, ½ el cranberrycompote en bestrooi ze met de rozemarijnnaaldjes.
Bak ze nog 10 min. in het midden van de oven.

Gevulde stoofperen uit de oven met camembert en dadel-pompoencrumble.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Lidl

Ingrediënten

150 g camembertspread
50 g dadels, ontpit
1 el honing
1 tl kaneel
75 g pecannoten, fijn-
gesneden
50 g pompoen, in
blokjes
1 sinaasappel, schil van
4 stoofperen
40 g suiker, riet-
4 tk tijm
250 ml wijn, rode

Bereiding.

Schil de stoofperen en kook ze 1½ uur in rode wijn met kaneel, rietsuiker en sinaasappelschil. Verwarm de oven voor op 175°C. Snijd de pompoenblokjes in kleine dobbelsteentjes van een ½ cm. Snijd de dadels in plakjes. Halveer de stoofperen en schep de klokhuizen er voorzichtig uit met een lepel. Leg de gehalveerde stoofperen in een ovenschaaltje en verdeel de camembertspread over de stoofperen. Vul de stoofperen verder met de blokjes pompoen, plakjes dadel en fijngesneden pecannoten. Maak de peertjes af met honing en tijm. Rooster de stoofperen 20 min. in de voorverwarmde oven.

Tip:

U kunt uiteraard ook kant-en-klare stoofperen gebruiken voor dit recept.

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: 20 min.
Wachttijd: 90 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

Hete bliksem met peer en rozijnen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Unox

Ingrediënten

1½ kg aardappelen, kruimige
1 el margarine, vloeibare
1 dl melk
- nootmuskaat
- peper
1 kg peren, hand-
75 g rozijnen
1 ui
1 Unox Gelderse Rookworst (250 g)
- 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.

Schil de peren.
Verwijder de klokhuizen uit de peren.
Snijd de peren in blokjes.
Pel de ui.
Snipper de ui.
Schil de aardappelen.
Snijd de aardappelen in stukken.
Kook de aardappelen met een beetje zout in ca. 20 min. gaar.
Breid de rookworst volgens de verpakking.
Fruit de uisnippers in de margarine glazig.
Schep de blokjes peer bij de uisnippers.
Bak de peerblokjes rondom lichtbruin.
Giet de aardappelen af.
Stamp de aardappelen met de melk en peper en nootmuskaat naar smaak fijn.
Schep de ui, de peer en de rozijnen door de aardappelen.
Verdeel de stampot over 4 borden.
Serveer een stuk rookworst bij de stampot.

Koteletten van wild zwijn met peren.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Voer voor
gastronomen

Ingrediënten

80 g boter
2 citroenen
0,3 dl cognac
2 jeneverbessen
- kaneel
- olie
- peper
3 dl pepersaus
4 peren
3 el suiker
8 wildzwijnkoteletten
- zout

Bereiding.

Pers de jeneverbessen fijn.
Pers de citroenen uit.
Meng de jeneverbessen met het sap van de citroenen en 1 dl olie.
Laat de koteletten hierin 2 uur marineren.
Schil de peren.
Snijd de peren in tweeën.
Verwijder de klokhuizen uit de peren.
Breng een pan met water, suiker en wat kaneel aan de kook.
Pocheer de peren in het kokende water.
Laat de koteletten uitlekken.
Bestrooi de koteletten met zout en peper.
Verhit de boter in een pan.
Bak de koteletten in de boter ca. 7 min. aan elke kant.
Haal de koteletten uit de pan.
Leg de koteletten op een voorverwarmde schaal.
Blus het braadvocht af met de cognac.
Voeg het vocht bij de pepersaus.
Leg de peren bij de koteletten.
Schenk wat saus over de peren en koteletten
Serveer de rest van de saus in een sauskom bij de peren en koteletten.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2877
Energie kcal: 687
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 29 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 24 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Krokant beursje met St. Bernardus-kaas en gekarameliseerde peren.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
LekkerVanBijOns.be

Ingrediënten

75 g amandelschaafsel
40 g boter
4 pl deeg
200 g kaas, St.
Bernardus-
4 peren
2 dl port
4 el rozijntjes
4 el suiker



Bereiding.

Rooster de amandelschaafsel.
Snijd de kaas in blokjes.
Week de rozijntjes in wat Port.
Strijk het deeg in met wat gesmolten boter en leg er in het midden wat rozijnen, wat amandelschaafsel en blokjes kaas op.
Vouw de hoeken naar binnen en bind de beursjes vast met een stukje keukentouw.
Bak ze af in een oven van 220°C.
Schil de peren en snijd ze blokjes.
Smelt wat boter en suiker tot een blonde karamel, voeg er de peren aan toe en laat ze op een zacht vuur gaar worden.
Plaats de beursjes op 4 bordjes en garneer ze met de gekarameliseerde peerstukjes.

19

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

Peer brûlée.



Menugang: Drank, nagerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: DekaMarkt

Ingrediënten

500 ml cava (naar smaak)
1 hv ijsklontjes
150 ml likeur, vanille-
1 peer
250 ml sap, peren-
50 ml siroop, karamel-
4 tl suiker, bruine
1 vanillestokje

- cocktailglazen
- cocktailshaker
- crème brûlée brander

Bereiding.

Halveer het vanillestokje over de lengte en schraap het merg eruit. Doe het merg met de perensap, de vanillelikeur en de ijsklontjes in een cocktailshaker en schud goed. Zet het tot gebruik in de vriezer. Snijd 4 dunne plakjes van het middelste stuk van de peer. Schep op elk plakje een theelepel bruine suiker en brand deze tot een krokant karamellaagje. Verdeel de karamelsiroop over de vier glazen. Schenk de peer-vanille mix zonder de ijsklontjes erbij en top het af met cava tot het glas bijna vol is. Snijd de plakjes peer elk een stukje in en schuif de schijven peer over de rand van het glas.

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 1066
Energie kcal: 55
Eiwit: 0 g
Koolhydraten: 34 g
w/v suikers: 33 g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 0 g

Peer in kaneel-sinaasappelsiroop met kwark.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 tl kaneel, gemalen
500 g kwark, halfvolle, Franse
2 peren, hand-
300 ml sinaasappelsap
75 g suiker

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 240
Eiwit: 10 g
Koolhydraten: 40 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 4 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Breng het sinaasappelsap met de kaneel en suiker tegen de kook aan.
Laat 5 min. zachtjes koken.
Schil intussen de peren, verwijder het klokhuis en snijd in partjes.
Voeg de peren toe aan de kaneelsinaasappelsiroop en verwarm 5 min. zachtjes.
Houd de peren warm op laag vuur of laat afkoelen tot kamertemperatuur.
Schep de kwark in 4 schaalpjes.
Verdeel de peer met een beetje kaneel-sinaasappelsiroop erover.

Peer met bitterkoekjes en amaretto (airfryer).



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

Ingrediënten

3 el Amaretto
100 g bitterkoekjes
2 el boter
1 eidooier
6 peren
2 el suiker

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.

Schil de peren en snijd deze door de helft.
Verwijder de klokhuizen en hol ze een klein beetje uit.
Verkruimel de bitterkoekjes.
Doe de Amaretto, de bitterkoekjes, de gesmolten boter, de suiker en de eidooier in een kom en mix het goed door elkaar.
Leg peertjes op de airfryer-bakplaat en giet de net gemaakte Amaretto-mix over de peertjes.
Bak de peertjes ca. 15 min. op 180°C in de airfryer.

Peer met mascarpone.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo 2008-13

Ingrediënten

1 snf cacao
2 el citroensap
100 g mascarpone
- muntblaadjes, verse
1 peer, rijpe
1 el suiker, tafel-, fijne

Bereidingstijd: 5-10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 43
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 3 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 3 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de peer, verwijder het klokhuis en snijd de peer in parten.

Smeer de parten in met citroensap, smeer hierop een laagje mascarpone, bestrooi het geheel met fijne tafelsuiker en een snuffje cacao.

Garneer met wat muntblaadjes.

Peren met ijs en chocoladesaus.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

100 g chocolade, bittere
½ l ijs, room- (witte chocolade of vanille)
2 el likeur, sinaasappel-
4 peren, hand-, rijpe
½ dl room, koffie-
- (room, slag-, stijfgeklopte)
- sap, citroen-, vers, gezeefd

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.

Schil de peren, halveer ze overlangs en snijd de klokhuisen er mooi uit.
Besprenkel ze direct met citroensap tegen verkleuring.
Breek de chocolade in stukjes.
Smelt de chocolade 'au-bain-marie'.
Roer er de koffieroom en de likeur door.
Neem 4 bordjes en schep op elk een flinke bol ijs, leg er 2 peerhelften op en schenk er de chocoladesaus over.
Garneer ze evt. met een toef slagroom.

Peren met chocoladesaus en slagroom.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Centraal Bureau
v.d. Tuinbouwveilingen,
Podium

Ingrediënten

- aardappelmeel
25 g cacao
- citroenschil
4 of 8 peren, hand-
1/8 l room, slag-
- suiker, naar smaak

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.

Kook een stroopje van water met suiker en het citroenschilletje.

Schil de peren, halveer ze en ontdoe ze van het klokhuis.

Verhit ze voorzichtig in het suikerstroopje (niet koken).

Schep de peren uit het stroopje zodra de peren glazig zien.

Leg de peren op een glazen schaal (of schaaltes).

Vermeng de cacao en wat aardappelmeel met wat vocht van het suikerstroopje.

Breng de rest van het vocht aan de kook en bind het met het aangemengde aardappelmeel.

Laat deze chocoladesaus, onder af en toe omroeren, afkoelen.

Giet de saus gedeeltelijk over de peerhelften.

Garneer de peren met een toef slagroom.

Serveer de rest van de chocoladesaus er apart bij.

Perenchutney II.



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

Ingrediënten

5 dl azijn, wijn-, rode
2 tn knoflook
2 tl piment, gemalen
1 kg pruimen
100 g rozijnen
500 g suiker, basterd-,
bruine
2 uien

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

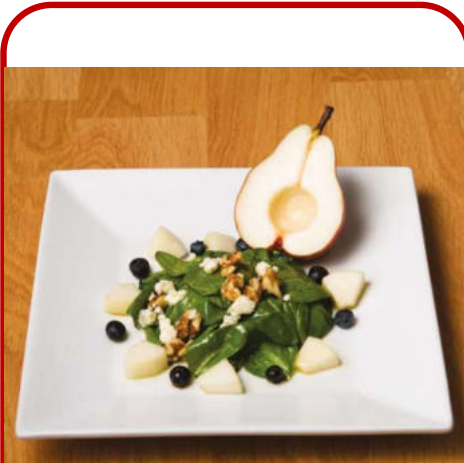
Bereiding.

Maak de pruimen schoon, halveer ze, neem de pitten eruit en snijd de vruchten in stukjes. Maak de uien schoon en snipper ze fijn. Pel de teentjes knoflook, maar laat ze heel. Zet de stukjes pruim op met de gesnipperde ui, de teentjes knoflook, de rozijnen, de suiker, de azijn en de piment. Breng het geheel aan de kook en laat alles op een laag vuur onder zeer regelmatig roeren in minstens een half uur tot een dikke moes koken (zorg, dat de chutney niet aanbrandt). Haal er dan de teentjes knoflook uit. Schep de chutney in een goed schoongemaakte en met kokend water omgespoelde pot, sluit de pot direct en laat deze afkoelen. Bewaar de chutney een paar weken voordat u deze gebruikt.

Tip:

Pruimenchutney smaakt erg lekker bij varkensvlees.

Perensalade met geitenkaas en walnoot.



Menugang: Lunch-,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: WKOF

Ingrediënten

Voor de salade:

250 g bosbessen
75 g geitenkaas (of
Hüttenkäse),
verkruid
3 peren, rijpe, Doyenne
du Comice
400 g spinazieblaadjes
100 g walnoten

Voor de dressing:

2 el azijn, balsamico-
1 tl honing
1 el mosterd
4 el olie, olijf-
- peper, zwarte,
versgemalen, naar
smaak

Bereiding.

Doe alle ingrediënten voor de dressing in een kom.
Kluts dit goed door elkaar en zet het aan de kant.
Was de spinazie en laat deze goed uitlekken.
Was de bosbessen voorzichtig.
Hak de walnoten grof.
Schil 1 peer, verwijder het klokhuis en snijd de peer in blokjes.
Halveer de andere 2 peren en verwijder het klokhuis.
Verkruid de geitenkaas boven een kleine kom.
Doe de spinazie, walnoten en blokjes peer in een grote kom.
Giet de helft van de dressing erover en meng dit goed door elkaar.
Verdeel de salade over 4 borden.
Strooi hier de bosbessen en geitenkaas overheen.
Leg op elk bord een halve peer en verdeel de rest van de dressing erover.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 362
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 27 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 3 g
Vezels: 12 g
Groente: - g
Zout: - g

Perensalade met walnoten.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron:
Ria van Eijndhoven

Ingrediënten

2 el citroensap
- kaneel
4 peren, hand-,
middelgrote
2 el suiker
1 pk suiker, vanille-
2 el walnoten, gehakte
1½ dl yoghurt

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 300
Energie kcal: -
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 2 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de peren.
Snijd de peren in vieren.
Verwijder de klokhuizen uit de peren.
Snijd de peren in dunne plakjes.
Besprenkel de plakjes direct met citroensap.
Houd een paar plakjes achter voor de garnering.
Meng de yoghurt, suiker, vanillesuiker en kaneel met de staafmixer tot een saus.
Scheep de saus door de perenplakjes.
Scheep de gehakte walnoten door de perenplakjes.
Garneer de perensalade met de apart gehouden perenplakjes en een walnoot.

Perenspoom Christmas.



Menugang: Tussen-
gerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta-Ben

Ingrediënten

500 ml appelsap
1 fls champagne
½ citroen, uitgeperst
3 tk munt, verse
3 peren, rijpe, geschild en
in stukjes
(1-2 el wodka of tequila)

- blender
- cocktailglazen
- diepvriesbak
- ijsbolletjeslepel

Bereiding.

Kook de stukjes peer met het citroensap, het appelsap en evt.l de wodka (of tequila) en 2 bld. munt 15 min. op een laag vuur.

Laat het vervolgens volledig afkoelen.

Pureer het mengsel in de blender of keukenmachine, schep het in een diepvriesdoos en zet die in de diepvries.

Pureer de halfbevoren perensorbet na 2 uur met een staafmixer om te voorkomen dat er grove ijskristallen ontstaan.

Laat het hierna nog 2 uur in de diepvries staan.

Laat de perensorbet in 5-10 min. iets zachter worden. Schep in elk glas een bolletje perensorbet en schenk er champagne op.

Garneer de glazen met een blaadje munt.

Tip:

Geen champagne voorhanden, neem dan een andere mousserende witte wijn.

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

Perentoetje.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ned.Zuivelbureau,
Podium

Ingrediënten

- amandelen,
geroosterde
1 kp cacao
3 eierdooiers
- peren (uit blik)
¼ l room, slag-
65 g suiker
5 kp suiker, poeder-
1 pk suiker, vanille- (of
vanille-essence)
4 kp water
- zout

Vorbereiding.

Roer de eierdooiers met de suiker en de vanillesuiker goed door elkaar tot het gaat schuimen.

Sla de slagroom stijf.

Schep het eiermengsel door de slagroom.

Doe het mengsel in een diepvriesbakje en zet het tenminste 2 uur in de vriezer (na een uur er even een vork doorhalen).

Bereiding.

Verdeel het ijs over de coupeglazen.

Leg hier in ieder glas 2 halve peren op (snijkant naar beneden).

Giet er de hete chocoladesiroop over.

Garneer de coupes met geroosterde amandelen en een toef slagroom.

Chocoladesiroop.

Breng het water met het zout aan de kook.

Meng de poedersuiker met de cacao goed door elkaar.

Giet het kokende water onder voortdurend roeren bij het suikermengsel.

Breng het mengsel weer aan de kook en laat het indikken tot siroopdikte.

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

Perenzoetzuur.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Stuks: 3 potten (1 l)
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

**1 l azijn, appel-
15 jeneverbessen
2 bld laurier
1 el mosterdzaadjes
2½ kg peren
1 kg suiker, kandij-,
witte
5 dl water**

Bereiding.

Schil de peren, halveer ze en haal het klokhuis eruit.
Vermeng 2½ dl azijn met 2½ dl water en leg de geschilde peren hierin, zodat ze niet bruin worden.
Breng de rest van de azijn en van het water met de kruiden en de kandij aan de kook.
Voeg, zodra de kandij is gesmolten, de uitgelekte peren toe en laat ze in ± 10 min. in het siroopje gaar worden.
Haal de peren met een schuimspaan uit de pan en doe ze in glazen potten.
Laat het siroopje nog 10 min. koken en schenk het kokendheet over de vruchten.
Sluit de potten direct.

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

Pittig peerdessert.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jesse van der Velde

Ingrediënten

½ tl kaneel
4 el maïszetmeel
½ tl nootmuskaat
4 el olie, kokos-
4 peren, geschild en in
dunne schijfjes
4 el rozijnen
2 kp water

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 peer, de helft van het water, de rozijntjes, kokosolie, kaneel en nootmuskaat. Kook het geheel gedurende 10 min., of totdat het fruit zacht is.

Meng het maïszetmeel en de rest van het water.

Voeg het maïszetmeel toe aan het fruit.

Breng alles aan de kook, en zorg ervoor dat je constant roert.

Kook en roer het dessert 2 extra min., of totdat je denkt dat je brouwsel een fatsoenlijke consistentie heeft bereikt.

Serveer het dessert warm.

Pittige stoofpeertjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron:
GezondheidsNet.nl

Ingrediënten

1 chilipepertje
½ citroen
1 pijp kaneel
2 kruidnagels
½ el maïzena
1 kg peren, stoof-
4 peulen, kardemom-
50 g suiker

Bereiding.

Plet het pepertje en de specerijen met een groot mes.
Schil de stoofperen en snijd ze eventueel in vier (verwijder dan het klokhuis).
Breng de peren met de specerijen, 1 dl water, de halve citroen en de suiker aan de kook.
Kook de peertjes in 3-4 uur gaar en rood.
Bind het vocht van de peertjes met de met water aangemengde maïzena.
Laat de stoofperen afkoelen.

33

Bereidingstijd: 115 min.
Grill-/oventijd: - min.
Kooktijd: 3-4 uur
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 150
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 35 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: 4 g
Groente: - g
Zout: 0,2 g

Poire 'Belle Hélène'.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Franse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: OhMyDish.nl, Ned.
Zuivelbureau

Ingrediënten

1 hv amandelschaafsel
150 g chocolade, pure
1 citroen
6 bol ijs, vanille-
6 peren, rijpe (bijv.
Williams)
200 ml room, slag-
200 g suiker
1 el suiker, poeder-
1 l water

Vorb.tijd: 40 min.
Bereidingstijd: 10 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

Voorbereiding.

Plaats water en suiker in een grote pan en breng het aan de kook.

Pers het sap uit de citroen en voeg dit samen met de uitgeperste citroen toe aan het water. Schil de peren en snijd een stukje van de onderkant zodat de peren rechtop kunnen blijven staan.

Plaats de peren in het water en zet het vuur laag.

Plaats de deksel op de pan en kook de peren zachtjes gaar in ca. 20 min.

Klop 150 ml slagroom en zoet deze met 1 el poedersuiker.

Doe deze in een spuitzak met stervormig mondje om er mooie toefjes van te kunnen spuiten.

Rooster het amandelschaafsel kort in een droge bakpan.

Bereiding.

Maak een 'au bain-marie' door een laagje water in een kleine pan te doen.

Plaats er een passende kom bovenop en voeg hier de donkere chocolade in stukken aan toe.

Smelt de chocolade dan rustig op laag vuur.

Roer er de resterende 50 ml slagroom bij om de chocoladesaus vloeibaarder te maken (hierdoor kun je deze beter over de peren schenken).

Haal de peren uit het water en zet deze rechtop op de borden.

Verdeel een kleine en een grote toef slagroom op ieder bord.

Leg een bol ijs op de kleine toef (door deze op een beetje slagroom te leggen zal deze niet gaan schuiven).

Maak het dessert af met chocoladesaus en amandelschaafsel.

Geniet ervan!

Poires Liègeoises – Luikse peren.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Belgische
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Over de grens

Ingrediënten

2 tl cacao poeder
3 el likeur, koffie-
4 peren, sappige (bijv.
Doyenné de Comice)
 $\frac{1}{8}$ l slagroom
80 g suiker
2 zk suiker, vanille-

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 295
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.

Schil de peren, maar laat de stelen eraan zitten.
Snijd van de onderkant van de peren een dun
schijfje af.

Zet de peren rechtop in een pannetje.

Giet zoveel kokend water bij de peren dat
alleen de steeltjes boven het wateroppervlak
uitsteken.

Strooi de suiker in het water.

Breng het geheel langzaam aan de kook.

Temper de warmtebron en kook de peren
zachtjes ca. 9 min.

Neem de peren uit het vocht.

Houd de peren warm

Kook het vocht snel boven een hoge
warmtebron tot een stroperige massa.

Meng de cacao poeder met 1 el water en de
koffielikeur.

Roer het mengsel door de suikersiroop.

Klop de slagroom half stijf met de vanillesuiker.

Plaats de peren rechtop op voorverwarmde
bordjes.

Schenk de saus over de peren.

Serveer de slagroom apart bij de peren.

Rijstcharlotte met peertjes.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

1 el boter
1 citroenschil
2 eiwitten
4 bld gelatine, witte
1 pk lange vingers
½ tl maïzena
½ l melk
80 g rijst, dessert-
80 g suiker
- stoofpeertjes, gare of
een blik peren op sap

- charlottevorm
(bakvorm)

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.

Vet de vorm in en bekleed hem met de lange vingers (met de suikerlaag naar buiten).
Breng de melk met de citroenschil aan de kook, voeg de rijst toe en laat die, onder af en toe roeren, in ca. 1 uur tot pap koken.
Week de gelatine.
Sla de eiwitten stijf.
Snijd de peertjes fijn en verwarm ze in hun kookvocht.
Bind de saus met de maïzena.
Verwijder, als de rijst alle melk heeft opgenomen, de citroenschil.
Los de uitgeknepen gelatine in 1 el kokend water op en roer dit goed door de rijst.
Schep de suiker en de eiwitten voorzichtig door de rijst en doe de massa over in de vorm.
Laat het in de koelkast in ca. 2 uur goed koud worden en opstijven.
Haal de charlotte vlak voor het serveren uit de vorm en serveer hem met de warme peertjes en de saus.

Tip:

Gebruik, als er geen stoofpeertjes voorhanden zijn, een blik peren op sap.

Rucolastamppot met peer en kaas.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: C1000 - 2005

Ingrediënten

200 g kaas, komijne-,
belegen, in blokjes
1 tn knoflook,
gesnipperd
1 pk Maggi puree voor
stamppot (2 zakjes)
1½ el olie, olijf-,
traditioneel
- peper
3 peren, hand-, geschild
en in stukjes
150 g rucola, grof
gesneden
2 uien, gesnipperd
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2035
Energie kcal: 485
Eiwit: 19 g
Koolhydraten: 55 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 21 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Fruit de uien met de knoflook in de hete olie goudgeel en glazig.
Breng 1 l water aan de kook.
Neem de pan van het vuur.
Roer het pureepoeder door het water.
Schep het uienmengsel, de rucola, de peerstukjes en de kaas door de puree.
Warm alles al omscheppend op een laag vuur goed door.
Breng de stamppot op smaak met peper en zout.
Serveer direct.

Salade van appel, peer en blauwe kaas.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Jumbo

Ingrediënten

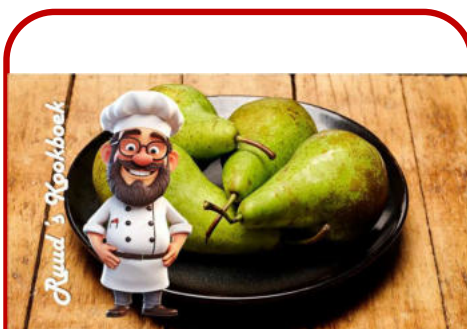
2 appels, frisure
(groene)
3 stl bleekselderij
200 g kaas, blauwe
1½ dl olie, olijf-, extra
vierge
1 peer, rijpe
- sap van 1 limoen
2 kr sla, kleine
2 tl tabasco, groene
1 bk tuinkers
- zout

Bereiding.

Haal de blaadjes sla los van de kropjes.
Was de slablaadjes.
Droog de blaadjes in een slacentrifuge of dep ze voorzichtig droog met keukenpapier.
Was de appels en peer.
Snijd de appels en peer met schil in partjes.
Snijd vervolgens de partjes appel en peer in plakjes van ½ cm.
Snijd de stengels bleekselderij in stukjes van 5 cm.
Snijd de stukjes bleekselderij over de lengte in reepjes.
Maak een dressing van limoensap, olijfolie, tabasco en zout.
Meng de dressing voorzichtig met de partjes appel, peer en selderijreepjes.
Rangschik ca. 10 blaadjes sla op een bord.
Verdeel het appel-peer-selderijmengsel over de slablaadjes.
Brokkel vervolgens de blauwe kaas over het appel-peer-selderijmengsel.
Garneer de salade met wat verse tuinkers.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 597
Eiwit: 12 g
Koolhydraten: 18 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 53 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 15 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Slavink met peer en bieslook.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: C1000

Ingrediënten

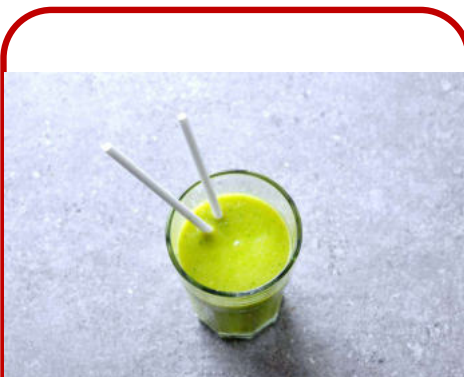
- bieslook
- peer
1 slavink, mini-

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.

Schil de peer.
Snijd de peer in de lengte in vieren.
Snijd het klokhuis uit de peer.
Vet het pannetje licht in.
Verhit het pannetje.
Bak het slavinkje snel rondom bruin.
Voeg een peerkwart toe aan het slavinkje.
Voeg de bieslook toe aan het slavinkje.
Laat de peerkwart even warm worden.
Laat de ingrediënten van het pannetje op uw bord glijden.

Smoothie met avocado, komkommer en perensap.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2020-03

Ingrediënten

125 g avocadostukjes,
zachte (diepvries)
½ komkommer
200 ml sap, peren-
50 ml sap, sinaasappel-

Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 325
Eiwit: 3 g
Koolhydraten: 31 g
w/v suikers: 31 g
Natrium: 160 mg
Vet: 19 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: 7 g
Groente: - g
Zout: 0 g

Bereiding.

Snijd de ongeschilde komkommer in plakken.
Doe de zachte avocadostukjes met de komkommer, perensap en sinaasappelsap in de smoothie-maker.
Pureer in 30 sec. tot een glad drankje.
Schud de mengbeker halverwege het pureren.

Smoothie met peer, venkel, appel en munt.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Lentesmoothies

Ingrediënten

**300 ml appelsap,
troebel**
1 limoen
4 tk munt
2 peren, rijpe
200 g perennectar
½ venkel
100 ml yoghurt

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.

Schil de peren en snijd ze in blokjes.
Haal de blaadjes munt van de takjes; houd de topjes apart voor de garnering.
Pers de limoen uit.
Mix de peer, venkel, appelsap, perennectar, limoensap, yoghurt en muntblaadjes in de blender tot een egaal mengsel.
Schenk de smoothie in de glazen. Garneer de glazen elk met het bovenste topje van de munttakjes.

Sperziebonen met peer.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 3
Sterren: ***
Bron: Smulweb.com

Ingrediënten

15 g boter
1 bouillontablet,
rundvlees-
150 g ontbijtspek, in
dunne reepjes
- peper, versgemalen
2 peren, stevige,
geschild en in partjes
(b.v. Doyenne du
Comice)
500 g bonen, sperzie-,
schoongemaakt

Bereiding.

Verhit de boter in een ruime pan.
Bak het ontbijtspek op een laag vuur zachtjes uit.
Voeg de sperziebonen en peerpartjes toe aan de ontbijtspek.
Warm de sperziebonen en peerpartjes 2 min. mee.
Voeg 2 dl heet water en het bouillontablet toe aan de sperziebonen.
Kook de sperziebonen in ca. 7 min. gaar.
Giet de sperziebonen af.
Bestrooi de sperziebonen ruim met peper.

Tip:

Lekker met gebakken aardappelen en een gehaktbal.

42

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

Spoom van citroen en stoofpeer.



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

Ingrediënten

1 citroen
500 ml ijs, sorbet-,
citroen
200 ml sap, appel-,
cranberry- en peer-,
vers geperst
150 ml wijn,
mousserende

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 120
Eiwit: - g
Koolhydraten: 24 g
w/v suikers: 24 g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Boen de citroen schoon, snijd de gele schil van de vrucht en snijd hem in heel dunne reepjes (of gebruik een zesteur).

Doe de citroensorbet met het vers geperst sap en de mousserende wijn in een blender en meng dit tot een glad geheel.

Schenk het in de champagneflûtes en garneer die met de citroenschil.

Serveer het gerecht direct.

Stoofpeertjes met yoghurtcrème.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1 kaneelstokje
4 tf munt
8 peertjes, stoof-, kleine
¼ l room, slag-
60 g suiker
½ l wijn, rode
1 l yoghurt

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.

Maak een schone theedoek (zonder zeepresten) vochtig en hang deze in een vergiet. Schenk de yoghurt erin en laat die ca. 24 uur uitlekken.

Schil de stoofpeertjes, maar laat de steeltjes eraan zitten.

Zet ze naast elkaar in een pan, schenk de wijn erbij en voeg het kaneelstokje toe.

Breng de wijn aan de kook en kook de peertjes in ca. 1 uur zachtjes gaar.

Laat de peertjes in de wijn afkoelen.

Klop de slagroom met de suiker bijna stijf en spatel de uitgelekte yoghurt erdoor.

Schep de yoghurtcrème in het midden van vier diepe borden, zet de peertjes erin en garneer met een toefje munt.

Stoofpeertjes met koffie en kaneel.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: **
Bron: Koffiebean.nl

Ingrediënten

½ citroen, schil van
3 kp koffie
1 kaneelstokje
1 steranijs
6 stoofpeertjes, geschild
met steeltje eraan
3 el suiker, fijne

Bereidingstijd: 120 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.

Leg de stoofpeertjes in een pan met een dikke bodem, waar ze precies in passen. Voeg de koffie, kaneelstokje, steranijs, citroenschil en suiker toe en vul het geheel aan met koud water tot de peertjes net niet onder staan.

Breng het geheel langzaam aan de kook. Laat de stoofpeertjes vervolgens afgedekt, op een laag vuur, 2 uur koken.

Controleer na 2 uur of de stoofpeertjes gaar zijn, als ze na 2 uur nog niet gaar dan de kooktijd verlengen.

Verwijder vervolgens de steranijs en de citroenschil en laat de stoofpeertjes in het kookvocht afkoelen.

Haal ze nadat ze zijn afgekoeld uit het kookvocht.

Kook het kookvocht in tot licht stroperig, voeg eventueel extra suiker naar smaak toe.

Serveertip:

Heerlijk bij wild en gevogelte.

Stoofperen.



Menugang: Bij-, nagerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Stoofperen.nl

Ingrediënten

1 kaneelpijpje
4-6 kruidnagels
4 peren, stoof- (St Remy)
2 steranijs
50 g suiker
½ l wijn, rode

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.

Schil de peren.
Snijd de peren in 4 parten en verwijder de klokhuizen.
Brenge alle ingrediënten aan de kook, behalve de peren.
Laat dit even 5 min. koken.
Zet het vocht op een laag vuur totdat deze net niet kookt.
Voeg de partjes peer toe aan het vocht en gaar de peren gedurende ±60 min.
Laat de peren in het vocht afkoelen.

Stoofperen op steel.



Menugang: Bij-, na-
gerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Stoofperen.nl

Ingrediënten

1 kaneelpijpje
4-6 kruidnagels
4 peren, stoof- (St
Remy)
2 steranijs
50 g suiker
½ l wijn, rode

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.

Schil de peren, maar laat het steeltje eraan.
Breng de peren aan de kook met de rode wijn,
kaneel, suiker, steranijs en kruidnagel.
Zet het vuur laag zodra de peren koken en stoof
de peren in ongeveer 1½-2 uur gaar.

Stoofperen-chutney.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ekoplaza.nl

Ingrediënten

4 el azijn, appelcider-
6 dadels
4 cm gemberwortel
verse
2 kaneelstokjes
4 kruidnagels
1 el olie
1 peper, rode
1 kg peren, stoof-
100 g rozijnen
4 sinaasappels
2 el suiker,
kokosbloesem-
4 uien, rode, kleine

Bereiding.

Snijd de uien in dunne ringen.
Snijd de gember en de rode peper fijn (verwijder zaadlijsten en zaadjes).
Fruit de uien, gember en de rode peper aan in de olie in een grote stoof- of braadpan tot de uien zacht en gekarameliseerd zijn.
Schil ondertussen de stoofperen, verwijder de klokhuizen en snijd de peren in kleine stukjes. Doe de peren bij de uien.
Voeg ook de rasp van 2 sinaasappels, het sap van 4 sinaasappels, de kokosbloesemsuiker, de rozijnen, de fijngesneden dadels, de kaneelstokjes, de kruidnagels en het azijn erbij.
Breng het stoofperenmengsel al roerend aan de kook.
Zet het vuur laag en laat het in 45 min. zachtjes inkoken tot een dikke moes.
Blijf regelmatig roeren om aanbranden te voorkomen.
Laat de stoofperenchutney volledig afkoelen en verwijder de kaneelstokjes en kruidnagels.
Schep de chutney in de (schone) potten en sluit deze goed af.

Tip:

De chutney is, goed afgesloten en in de koelkast, ongeveer 2-3 weken houdbaar.

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

Tosti met kaas, serranoham en peer.



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

Ingrediënten

- boter
2 boterhammen, witte
- ham, serrano, # dunne
plakjes
- kaas, oude, # plakjes
1 peer

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 376
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.

Was de peer en snijd hem in dunne schijfjes.
Bouw de tosti als volgt: boterham, plakjes kaas,
schijfjes peer, plakjes serranoham en de
afsluitende boterham.
Smeer een laagje boter op de bovenkant van je
tosti.
Verhit een grillpan (of gewone braadpan) en
leg je tosti er in, met de boterkant naar
beneden.
Smeer gelijk boter op de nog onbeboterde kant.
Gebruik een spatel om de tosti regelmatig om
te keren en te voorkomen dat die verbrandt.
Zet het vuur gerust wat lager wanneer het
brood te snel zwart dreigt te worden.
Grill de tosti tot beide zijdes mooi geroosterd
zijn en de kaas gesmolten is.
Snijd de tosti voor consumptie nog diagonaal in
tweeën.

Waterkers-peersalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Porties: 6-8
Sterren: **
Bron: Salades

Ingrediënten

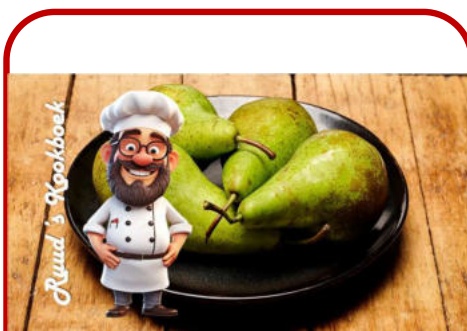
½ el azijn, wijn-, witte
1 el citroensap
- kaas, Parmezaanse,
geschaafd
3 el olie, olijf-
- peper
3 peren, hand-, sappige
- sla
2 bs waterkers
- zout

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.

Was de waterkers.
Dep de waterkers droog.
Klop de olie, citroensap, azijn, snufje peper en een snufje zout tot een lobbige dressing.
Snijd de peren in dunne schijven.
Meng de peren met de waterkers in een schaal.
Leg wat slabladeren op een platte schaal.
Besprenkel de slabladeren met de dressing.
Scheep de peren en de waterkers op de dressing.
Garneer de salade met de geschaafde Parmezaanse kaas.

Yoghurtflip met appel en/of peer.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 el amandelschaafsel
1 appel, hand- (en/of peer)
3 el jam, bosvruchten-
½ tl kaneel, gemalen
800 ml yoghurt, magere

Bereidingstijd: 10 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.

Rooster in een droge koekenpan het amandelschaafsel goudbruin.
Schud het schaafsel op een bord.
Meng de handappel en/of peer geschild en in kleine blokjes met de kaneel en de bosvruchtenjam goed door elkaar.
Schenk 400 ml yoghurt in 4 glazen of schaaltes.
Schep het fruitmengsel op de yoghurt.
Schenk de rest van de yoghurt langzaam over het fruit.
Bestrooi de glazen/schaaltjes met het amandelschaafsel.

Zoete bitterballen.



Menugang: Nagerecht,
snack

Keuken: -

Stuks: 18

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

300 g amandelspijs
50 g bloem
2 eieren
2 tl kaneel
125 g panko of
paneermeel
410 g peren, halve, op
siroop

- keukenpapier
- friteuse met plant-
aardige frituurolie

Bereiding.

Laat de peren goed uitlekken in een zeef en dep ze droog met keukenpapier (de siroop wordt niet gebruikt).

Hak de peren in kleine blokjes.

Prak de amandelspijs met een vork los in een kom. Meng er de blokjes peer, 50 g panko en de kaneel door en meng met de hand tot een samenhangend deeg.

Vorm ca. 18 bolletjes ter grootte van een bitterbal (ca. 30 g) van het amandelmengsel en leg ze naast elkaar op een bord.

Neem 3 diepe borden.

Doe in bord 1 de bloem, klop in bord 2 de eieren los en doe de rest van de panko in het 3e bord.

Haal de bolletjes door de bloem en draai ze strak tussen de handen.

Rol ze achtereenvolgens door het losgeklopte ei en de panko.

Zorg ervoor dat de bolletjes rondom goed gepaneerd zijn.

Verhit de olie in de friteuse tot 180°C.

Frituur de zoete bitterballen per 6 tegelijk ca. 3 min.

Laat ze even uitlekken.

Tip:

Meng een 2-3 el lemon curd met een beetje kaneel en serveer dit als 'mosterd' bij de zoete bitterballen.

Vorb. tijd: - min.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 129

Eiwit: 3 g

Koolhydraten: 18 g

w/v suikers: 10 g

Natrium: - mg

Vet: 5 g

w/v onverzadigd: - g

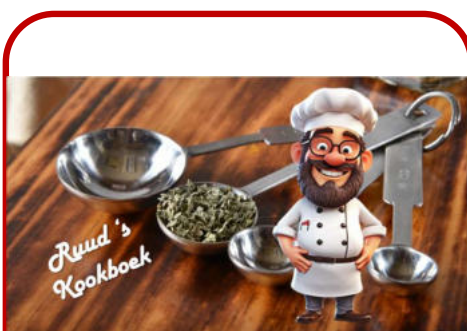
w/v verzadigd: 1 g

Vezels: 0 g

Groente: - g

Zout: 0,1 g

Gebruikte afkortingen.



v2.5

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
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 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



v2.5

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
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>