



Ruud 's Kookboek

Pruimrecepten / v0.9

Inhoudsopgave.

Gemarineerd en gevuld varkensribstuk met pruimen en kruidenspätzli.....	3
Kartoffelklösse mit Pflaumenmus.	5
Konijn met pruimen met witlofsalade.	7
Pikante pruimensaus.	9
Pruimen met spek.	10
Pruimen-yoghurt.	11
Pruimenbrood.	12
Tonijntartaar met pruimen en koffielikeur.	13
(Wild)pâté met pruimencompote en Bockbier.	14
Gebruikte afkortingen.	15

Gemarineerd en gevuld varkensribstuk met pruimen en kruidenspätzli.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 6-8
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

Voor het vlees:

1-2 el bloem
1 bouquet garni (1 winterwortel, 1 prei, 1 ui, 4 tn knoflook, 1 laurierblaadje en 4 kruidnagels)
3 el olie, olijf-
- peper
200 g pruimen, gedroogde, ontpitte
1½ kg varkensribstuk, ontbeend
1 fl wijn, rode, Zuid-Franse
- zout
(- aardappelzetmeel)

Voor de kruidenspätzli:

100 g bloem
± 30 g boter
2 eieren
3-4 el kruiden, verse, fijngesneden (peterselie, selderij, bieslook en dragon)
- nootmuskaat
2 el olie, olijf-
- peper
- zout

Bereiding.

Maak met een aanzetstaal over de hele lengte in het vlees een gat en vul dit met de pruimen. Verwarm de rode wijn met het bouquet garni en schenk dit, voordat het kookt over het vlees. Marineer het vlees 24 uur in de koelkast. Pureer de kruiden voor de spätzli en kneed ze met de bloem, eieren, zout, peper en nootmuskaat tot een glad deeg (tot het deeg bellen blaast). Strijk het deeg met een paletmes op een houten plank uit. Breng in een ruime pan water met zout en de olie aan de kook. Laat het deeg in dunne reepjes in het water vallen en kook die 2-4 min. Schep ze uit de pan, koel ze met koud water af en laat ze op een doek uitlekken. Verwarm de oven voor op 190°C. Neem het vlees uit de marinade, dep het met keukenpapier droog en bestrooi het met zout, peper en 1-2 el bloem. Braad het vlees in een braadpan in 3 el olie rondom aan, blus af met de marinade en zet de pan in oven. Schakel de oven terug naar 160°C en stoof het vlees in ± 60 min. gaar (schenk de marinade regelmatig over het vlees). Neem het vlees uit de pan en houd het warm. Laat de marinade tot een mooie saus inkoken en bind de saus eventueel met wat aardappelzetmeel. Bak de spätzli voor het serveren in 30 g boter en breng ze op smaak met zout en peper.

Ingrediënten (vervolg)

1 braadpan, ovenvaste

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

Kartoffelklösse mit Pflaumenmus.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Duitse
Stuks: 15 knoedels
Sterren: *
Bron:
GratisKookboek.be

Ingrediënten

6 aardappelen,
middelgrote (± 1 kg),
schoongeboend, niet
geschild
1 el bloem
65 g bloem
115 g boter
 $\frac{1}{4}$ kp broodkruim, wit-,
fijn, droog
2 eidooiers
1 eiwit, licht geklopt
(1 snf kaneel)
1 snf nootmuskaat
15 tl pruimenmoes of
appelmoes
55 g suiker
2 tl zout

Bereiding.

Verhit 55 g boter in een flinke koekenpan.
Voeg het broodkruim toe aan de boter.
Bak het broodkruim onder voortdurend roeren
bruin.
Neem de pan van het vuur.
Zet het broodkruim apart.
Doe de aardappelen in ruim kokend water met
wat zout.
Laat de aardappelen ± 20 min. flink doorkoken
tot ze gaar zijn.
Laat de aardappelen uitlekken.
Schil de aardappelen.
Rasp de aardappelen fijn.
Klop 60 g boter door de aardappelen.
Klop één voor één de eidooiers door de
aardappelen.
Voeg het zout toe aan de aardappelen.
Voeg de nootmuskaat toe aan de aardappelen.
Blijf de aardappelen kloppen tot een glad deeg
is verkregen.
Breng het deeg op smaak.
Dek het deeg af met plasticfolie.
Zet het deeg 1 uur in de koelkast.
Bestrooi een flink bakblik gelijkmatig met 1 el
bloem.
Leg het gekoelde deeg op het bakblik
Rol het deeg met een met bloem bestoven
deegroller uit tot een rechthoekige lap van ruim
20 cm breed en 35 cm lang.
Zet, als het deeg te kleverig wordt, het dan op
het blik weer even in de koelkast tot het weer
stevig is.
Snijd het deeg in vierkanten van ± 7 cm.
Lepel 1 tl pruimenmoes in het midden van ieder
vierkant deeg.
Bestrijk de kanten van het deeg met wat
geklopt eiwit.
Vouw het lapje deeg diagonaal om.
Druk de zijkanten van het deeg op elkaar.
Breng in een grote pan 4 l water en 2 tl zout
aan de kook.
Doe 4-5 knoedels in de pan.
Roer zachtjes, zodat de knoedels niet aan
elkaar of aan de bodem van de pan gaan
klevan.
Laat de knoedels 3-4 min. flink koken tot ze
komen bovendrijven.
Haal de knoedels met een schuimspaan uit de
pan.
Rangschik de knoedels, als ze allemaal klaar
zijn, op een voorverwarmde schotel.
Bestrooi de knoedels met het gebakken
broodkruim.
Bestrooi de knoedels met de suiker (eventueel
vermengd met kaneel).
Serveer 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

Konijn met pruimen met witlofsalade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Belgische, Vlaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten:

Voor het konijn met pruimen:

1 scht azijn, natuur-
75 cl bier (amberkleurig of bruin, naar eigen wens)
2 el bloem
- klnj boter
4 konijnenbouten
3 kruidnagels
4 bl laurier
2 el mosterd
- peper, versgemalen
250 g pruimen, gedroogde, liefst ontpit
2 el pruimenconfituur (of gebruik wat bruine suiker)
4 tk tijm
4 uien
- zout

Voor de witlofsalade:

15 ml azijn, natuur-
2 el mayonaise
- peper, versgemalen
6 strnk witloof
- zout

Bereiding.

Konijn met pruimen.

Kruid de konijnenbouten langs de beide zijden met versgemalen peper en wat zout.
Pel de uien, halveer ze en snijd ze in fijne halve ringen.
Smelt een royale klont boter in een grote stoofpot op een matig vuur.
Leg de stukken konijn in de pot en geef ze een goudbruin korstje.
Draai het vlees tijdig om.
Scheep het vlees uit de pot ook al is het vlees verre van gaar.
Vervang indien nodig een deel van het braadvet door wat verse boter.
Stoof de uien in het hete braadvet (roer regelmatig en laat ze gerust een beetje zachtbruin bakken).
Snijd de gedroogde (en ontpitte) pruimen in hapklare stukken (kleine exemplaren gaan in z'n geheel) en doe ze in de stoofpot.
Voeg de pruimenconfituur toe (of gebruik wat bruine suiker).
Zet het vuur wat zachter.
Bepoeder de inhoud van de pot met een laagje bloem en roer.
Laat alles 1 min. bakken.
Leg de stukken kortgebakken konijn opnieuw in de pot en schenk het bier erbij.
Voeg ook de mosterd toe.
Roer nog even, zodat er geen ingrediënten vastkleven aan de bodem van de pot en zet het vuur zacht.
Bind de takjes tijm en blaadjes laurier samen met een eindje keukentouw.
Doe het 'bouquet garni' samen met de kruidnagels in de pot.
Voeg een beetje versgemalen peper toe én een bescheiden snufje zout.
Roer het door, zet het deksel op de pot en laat het vlees minstens 1 uur sudderen in de saus (het konijn hoort zo zacht te zijn dat het bijna van de botjes valt).

Witlofsalade.

Bereid het witloofslaatje kort voor de stoofpot van konijn met pruimen gaar is, zodat ze fris en knapperig blijft.
Verwijder het taaie 'kontje' uit elke stronk.
Snipper het witlof zeer fijn en doe de groente in een schaal.
Meng de mayonaise erdoor (gebruik een bescheiden hoeveelheid, zodat er een dun laagje rond elk stukje witlof kleeft.
Proef en werk de salade af met een scheutje natuurazijn, wat versgemalen peper en zout.

Ingrediënten vervolg:

- aardappelkroketjes
(diepvries)

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

Bak de aardappelkroketten goudbruin.
Voeg kort voor het serveren een bescheiden
scheutje natuurazijn toe aan de pot met konijn
en roer het goed door (een kleine hoeveelheid
zuur geeft het gerecht een opmerkelijke
smaaktoets die proeft naar meer).
Bedien iedereen met een malse konijnenbout,
voldoende biersaus met pruimen, een schep
frisse witlofsalade en aardappelkroketjes.

Pikante pruimensaus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Chinese
Hoeveelheid: 3,75 dl
Sterren: ***
Bron: Anne Wilson,
Chinees koken

Ingrediënten

85 ml azijn
1 mp kruiden, Chinese,
gemengde
2 el maïzena
400 g pruimen (uit blik)

Bereidingstijd: 10 min.
Kooktijd: 5 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.

Ontpit de pruimen.
Pureer de pruimen met het sap in de
keukenmachine.
Doe de inhoud over in een steelpan.
Voeg de rest van de ingrediënten toe.
Kook de saus al roerend tot hij indikt.

Tips:

- Voeg eens wat chilisaus toe.
- Voeg eens wat gemberpoeder of kaneel toe.
- Lekker bij loempia's of garnalentoast.

Pruimen met spek.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: BudgetKoken.nl,
LeukeRecepten.nl,
Libelle-Lekker.be, Table
d'hotes

Ingrediënten

- cocktailprikkers
16 pruimen, gedroogde,
ontpitte
8 pl spek, ontbijt-

Bereidingstijd: 10 min.
Kooktijd: - 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.

Laat de pruimen, als ze te hard zijn, 15-20 min. in heet water wellen.

Verwarm de oven voor op 200°C.

Halveer de plakjes ontbijtspek.

Wikkel elke pruim in ½ pl. ontbijtspek.

Zet ze vast met een cocktailprikker.

Schik de pruimen met spek op een bakplaat en bak ze 15 min. in de oven.

Serveer de pruimen warm.

Pruimen-yoghurt.



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

Ingrediënten

- cornflakes
500 g pruimen (bijv.
Victoria's)
- siroop, limonade-
½ 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.

Was, halveer en ontpit de pruimen.
Ontdoe de pruimen van hun schil en snijd het
vruchtvlees in stukjes.
Zet deze stukjes pruim met wat limonadesiroop
ca. 60 min. koel weg.
Vul 4 glazen schaaltes of coupes met de
pruimenstukjes en het sap.
Schenk er yoghurt overheen.
Strooi er vlak voor het opdienen wat cornflakes
over.

Pruimenbrood.



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

Ingrediënten

100 g boter
1 ei, losgeroerd
1 tl kaneel, gemalen
250 g meel, volkoren,
zelfrijzend-
50 g noten, fijngehakte
200 g pruimen, zonder
pit
1 tl soda, dubbel-
koolzure
100 g suiker, basterd-,
bruine
3 dl thee, hete
½ tl zout

Bereiding.

Verwarm de pruimen, thee, boter en suiker in een pannetje.
Laat de boter smelten en de suiker oplossen.
Laat het mengsel volledig afkoelen.
Verwarm de oven voor op 180°C.
Vet een broodvorm van 1 l inhoud in.
Zeef het meel met het zout, de soda en kaneel.
Roer er het afgekoelde pruimenmengsel en de noten door.
Scheep het beslag in de vorm en bak het brood 1 uur tot het stevig aanvoelt.
Laat het afkoelen in de vorm.
Laat het liefst een dag rusten, verpakt in vershoudfolie.
Serveer het brood met boter.

12

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

Tonijntartaar met pruimen en koffielikeur.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Koffiebean.nl

Ingrediënten

20 cl koffielikeur/-siroop
- peper
20 g pijnboompitten
50 g pruimen
500 g tonijnfilet
- 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.

Doe de pruimen in een kom.
Dompel ze volledig onder water.
Laat ze gedurende 2 min. in de magnetron op 700 watt wellen.
Laat de pruimen vervolgens uitlekken en hak ze in fijne stukjes.
Maak de tonijn schoon.
Snijd deze in kleine blokjes van 5 cm.
Schil de gember en snijd deze in kleine blokjes van ongeveer 1 cm.
Meng de tonijn met de pruimen, de pijnboompitten en de gember.
Voeg naar smaak peper en zout toe.
Giet de koffielikeur in een klein pannetje en breng deze aan de kook.
Laat de koffielikeur tot de helft inkoken en vervolgens afkoelen.
Leg een portie tonijntartaar in het midden van het bord en versier vervolgens met de ingekookte, afgekoelde koffielikeur.

Serveertip:

Serveer met vers gebakken stokbrood.

(Wild)pâté met pruimencompote en Bockbier.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: 1000 Bierrecepten

Ingrediënten

1 tl aardappelmeel
2 dl appelsap
33 cl bier, Bock-
1 kaneelstokje
1/4 tl pimentpoeder
250 g pruimen
1 tl suiker, gelei-
50 g veldsla, fijne
4 plk wildpâté

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 het bier met het appelsap, het kaneelstokje en het pimentpoeder aan de kook. Laat het op een laag vuur minstens een half uur trekken.

Zeef het mengsel boven een andere pan. Zet het terug op het vuur en roer de geleisuiker erdoor.

Roer het aardappelmeel met 1 el water tot een glad papje en voeg dit al roerend aan de gelei toe.

Was de pruimen, haal de pitten eruit, snijd ze in vieren, leg ze in de gelei en laat die afkoelen. Verdeel de sla over 4 borden, leg de pâté erop, schep er een beetje compote over en geef de rest er apart bij.

Tip:

Lekker met een glas Bockbier.



Gebruikte afkortingen.



v2.4

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
klmj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje

15



v2.4

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krr	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
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
trs	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Winglas
zk	Zak(je)

