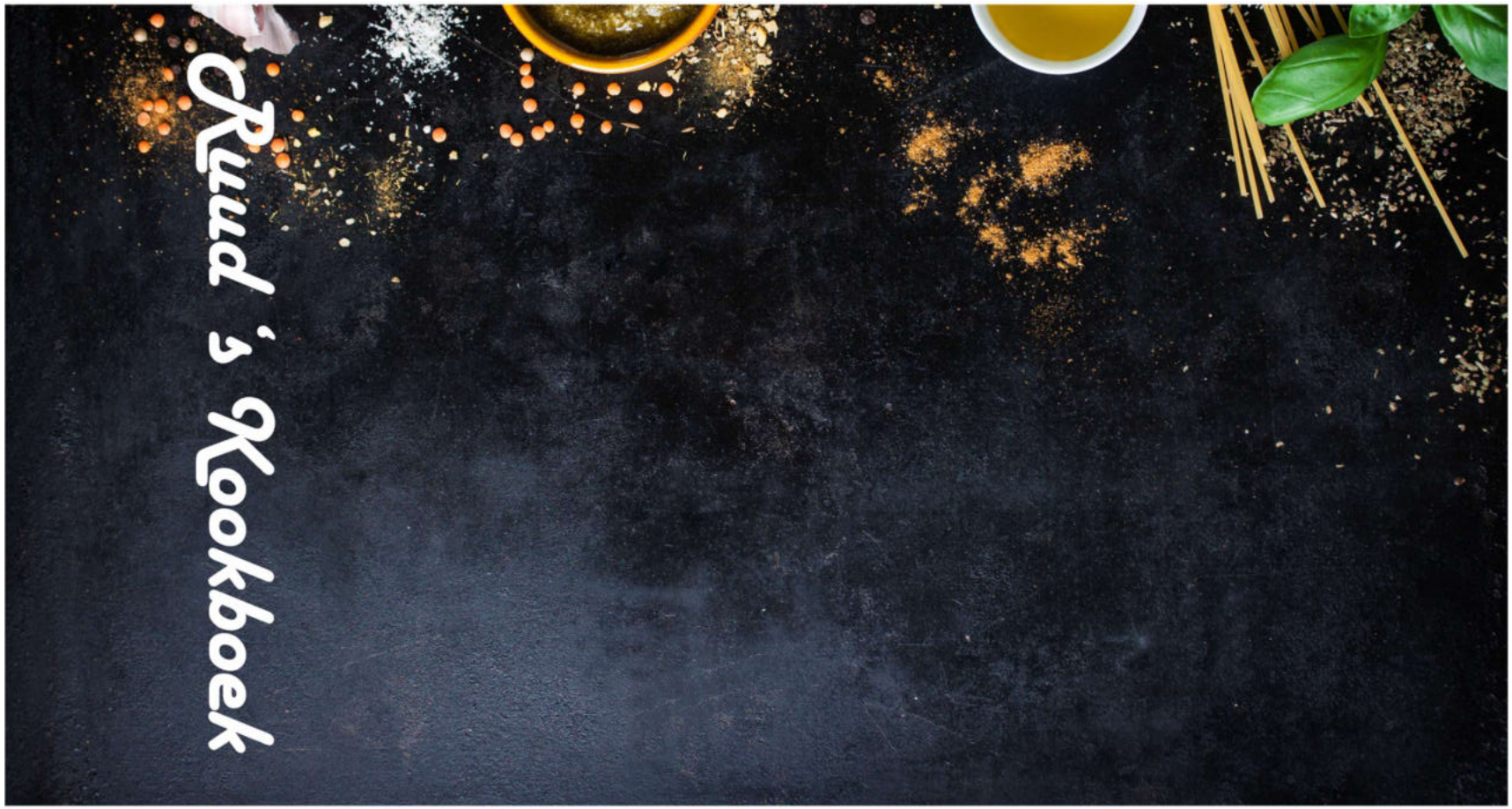


Appelrecepten II v1.7

Inhoudsopgave.

Appel-bladerdeegtaartjes. **3**
Appel-meloensap. **4**
Appel-pannenkoekjes. **5**
Appelballen. **6**
Appelcompote met abrikozen en rozijnen. **7**
Appelcrumble II. **8**
Appelcrumble van de BBQ. **9**
Appelgalette met gember en kaneel. **10**
Appelschotel. **11**
Betuwse appelflappen. **12**
Čorba od jabuka - Kroatische appelsoep. **13**
Gebraden eendenborst met spruitjes, appel en mosterd-saus. **14**
Havermout met appel (voor onderweg). **15**
Hemelse appel-kaneel buns. **16**
Knoflook-appelclafoutis. **18**
Milopita - Griekse appelcake. **19**
Surinaamse appeltaart met een krokant laagje. **20**
Gebruikte afkortingen. ..... Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Appel-bladerdeegtaartjes.



Menugang: Gebak
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Culy.nl

Ingrediënten

2 appels, zoete, kleine
8 pl bladerdeeg (diep-vries)
- kaneel, naar smaak
1 el melk
2 el suiker, bruine

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: 20 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 360
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.

Verhit de oven op 200°C.
Laat de plakjes bladerdeeg bijna helemaal ontdooien.
Steek er met een glas of kooksteker vier ringen uit, zo groot mogelijk.
Snijd de appels in kleine blokjes (je kunt ze schillen, maar dit hoeft niet per sé).
Roer de blokjes om met wat kaneel naar smaak.
Verdeel de appelblokjes over 4 van de rondjes bladerdeeg.
Leg de andere rondjes erop en druk voorzichtig aan met je vingers, zodat je mooie gesloten taartjes hebt.
Druk vervolgens de randen plat met een klein gebaksvorkje.
Bestrijk de bovenkant van de bladerdeegtaartjes vervolgens met wat melk (een siliconen kwastje is hier handig voor, gebruik anders voorzichtig je vingers) en bestrooi ze daarna met bruine suiker.
Bak ze ca. 20 min. in de voorverwarmde oven (200°C).
Check daarna of het bladerdeeg mooi gerezen is en goudbruin is gekleurd; zo niet, bak ze dan nog enkele min. langer.

Tips:

- **Je kunt ook op het eind de grillstand aanzetten, zodat de bovenkant extra mooi karameliseert.**
- **Je kunt natuurlijk eindeloos variëren met de vulling. Denk aan appel met rozijnen, stukjes walnoot of pecannoot, of ander fruit (zoals peer).**

Appel-meloensap.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: AllerHande 2011-10

Ingrediënten

750 g appels, friszoete
1 meloen

- sapcentrifuge

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 75
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 18 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Halveer de meloen en schep de zaadlijsten eruit met een lepel.
Snijd elke helft in 4 of 5 parten, zodat ze door de opening van de sapcentrifuge kunnen.
Snijd de appels in kwarten en verwijder het klokhuis.
Doe het fruit in de sapcentrifuge, vang het sap op en verdeel over 4 grote glazen.
Serveer direct.....

Appel-pannenkoekjes.



Menugang: Ontbijt-gerecht
Keuken: Amerikaanse
Personen: 4
Sterren: *
Bron: BudgetKoken.eu

Ingrediënten

2 appels, grote, geschild, in dunne plakjes
- boter of olie
2 eieren
1 tl kaneel
400 ml melk
200 g pannenkoekenmix
2 el suiker

Voorb. tijd: 15 min.
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

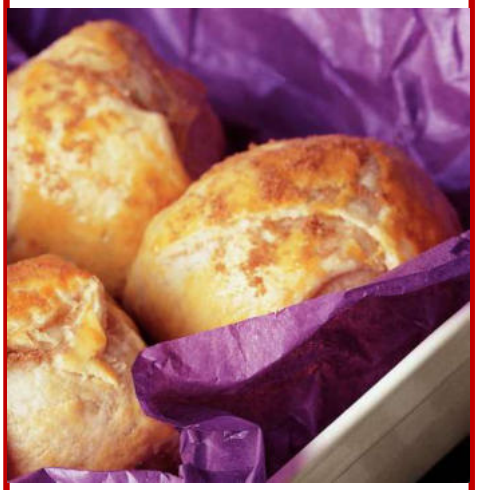
Bereiding.

Doe de pannenkoekenmix in een grote meng-kom.
Voeg de melk en eieren toe en mix het geheel tot een glad beslag.
Is het beslag te dik?
Voeg dan een beetje extra melk toe tot de gewenste dikte bereikt is.
Je kunt de appels schillen en in dunne plakjes snijden, terwijl je beslag rust.
Meng in een kleine kom de suiker en de kaneel en bestrooi de appelplakjes ermee (dit zorgt niet alleen voor extra smaak, maar helpt ook om de appels een licht gekarameliseerde textuur te geven tijdens het bakken).
Verhit een beetje boter of olie in een koekenpan op een middelhoog vuur.
Schep een kleine hoeveelheid beslag in de pan en leg enkele appelplakjes op het beslag voordat de bovenkant begint te stollen.
Bak de pannenkoek tot de onderkant goudbruin is, draai hem dan voorzichtig om en bak de andere kant.

Tips:

- **Serveer de warme appelpannenkoekjes met een beetje poedersuiker of je favoriete siroop.**
- **Een bolletje vanille-ijs erbij kan ook fantastisch zijn als dessert.**

Appelballen.



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

Ingrediënten

4 appels, hand-, kleine
4 pl bladerdeeg (diep-vries)
1 el bloem
1 tl citroenrasp
½ tl kaneelpoeder
4 el rozijnen
1 el suiker, basterd-, bruine

Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 380
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 44 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.

Verwarm de oven voor op 200ºC of op gas-ovenstand 4.
Verspreid de plakjes bladerdeeg over het aanrecht en laat ze in ca. 5 min. ontdooien.
Schil de appels en haal met een appelboor de klokhuizen eruit.
Schep de rozijnen, de citroenrasp, de kaneel en ½ el basterdsuiker door elkaar.
Strooi wat bloem op het aanrecht.
Rol met een deegroller de plakjes bladerdeeg iets groter (15x15 cm).
Zet de appels in het midden van de plakjes.
Vul het gat van de appels met het rozijnenmengsel.
Smeer met het kwastje wat water op de randen van het bladerdeeg.
Vouw de punten naar elkaar toe en plak ze boven op elke appel aan elkaar vast.
Smeer het deeg in met wat water en strooi 1 el basterdsuiker op de appels.
Leg bakpapier op de bakplaat en zet de appels erop.
Zet de bakplaat in het midden van de oven en bak de appelballen in ca. 25 min. gaar en een beetje bruin.

Appelcompote met abrikozen en rozijnen.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: *
Bron: Boodschappen 9-10-1996, Jan Linders

Ingrediënten

100 g abrikozen, gedroogde
600 g appels (goud-reinetten)
1½ citroen, sap van
75 g rozijnen
1 sinaasappel, sap van
1 sch siroop, gember-
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.

Knip of snijd de abrikozen in stukjes.
Snijd de geschilde appels in blokjes.
Doe de appelblokjes met de stukjes abrikoos, de rozijnen, de gembersiroop, het sinaasappelsap, het citroensap en de suiker in een steelpan met een dikke bodem en laat het met het deksel op de pan op middelhoog vuur ca. 10 min. zachtjes koken (schep het af en toe om).
Laat de compote afkoelen en schep het in een passende schaal.

Tip:

De appelcompote wordt luxueuzer als er een scheutje rum door wordt geroerd.

Appelcrumble II.



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

Ingrediënten

500 g appels (Elstar)
50 g bloem, tarwe-
25 g boter, room-, ongezouten
50 g hazelnoten, ongebrande
1 tl kaneel, gemalen
40 g suiker, kristal-
1 el suiker, poeder-

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.
Zeef het tarwebloem boven een kom, voeg de roomboter en ⅔ van de suiker toe en kneed dit tot een kruimelig deeg.
Halveer de appels, verwijder het klokhuis en snijd het vruchtvlees in blokjes.
Schep de appelblokjes met de rest van de suiker en de kaneel om in de ovenschaal.
Hak de noten grof.
Verdeel het kruimelige deeg met de noten over de appels.
Bak de appelcrumble in de oven in ca. 25 min. goudbruin en gaar.
Haal de crumble uit de oven en bestrooi die met de poedersuiker.

Appelcrumble van de BBQ.



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

Ingrediënten

4 appels (Elstar of Goudreinet)
100 g bloem, tarwe-
125 g bosvruchten (diepvries)
75 g boter, room-, koude
½ citroen, sap en rasp van
1 mp kaneelpoeder
60 g Pecannoten
4 el siroop, ahorn- (of honing)
50 g suiker, basterd-, witte

Bereidingstijd: 25 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.

Bereid de BBQ voor op indirect grillen.
Verwarm de oven voor tot 175°C.
Schil de appels, snijd ze in partjes en haal het klokhuis eruit.
Doe de appelpartjes met het kaneelpoeder, de honing, de bosvruchten en het citroensap en -rasp in de skillet.
Hak de pecannoten fijn en voeg 2 el noten toe aan de appelpartjes.
Plaats de skillet op de BBQ en smoor ca. 15-20 min. tot de appelstukjes net uit elkaar vallen.
Snijd de roomboter in kleine blokjes.
Meng de resterende pecannoten, de boter, de bloem, de suiker en een snufje zout met je handen in een kom.
Verdeel het over een bakplaat met bakpapier en bak het ca. 10-15 min. in de oven.
Verdeel de crumble over het appelmengsel en serveer het direct.

Tips:

- **Indirect barbecueën (low & slow) creëert een oven-effect waarbij het gerecht niet direct boven de hittebron, maar ernaast gaart. Dit bereik je door kolen aan één kant te plaatsen of, bij gas-BBQ's, de branders aan één zijde uit te laten. Het is perfect voor grote stukken vlees of langzame garing.**
- **Laat de appel compote afkoelen en serveer in lege conservenblikjes die je natuurlijk heel goed hebt afgewassen.**

Appelgalette met gember en kaneel.



Menugang: Gebak
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Sandra Bekkari

Ingrediënten

1 ei
½ tl gemberpoeder
½ el kaneel
80 g meel, amandel-
80 g meel, haver-
2 el siroop, ahorn-

Voor de vulling:

1 appel, zoete, kleine
½ citroen, zeste en een scheutje sap
1 eidooier
1 snf gemberpoeder
½ el kaneel
1 el meel, amandel-
100 g ricotta
20 g walnoten of pecan-noten, grofgehakt

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Meng alle ingrediënten voor de galette, voeg een snufje zout toe en kneed het goed met je handen.
Vorm het deeg tot een bal.
Maak ondertussen de vulling: meng de ricotta met een scheutje citroensap en de zeste.
Snijd de appel in halve maantjes.
Meng de plakjes appel voorzichtig met een klein scheutje citroensap, kaneel en gemberpoeder.
Rol het deeg uit tot een cirkel van zo'n 0,8 cm dikte.
Bestrooi de bodem met amandelmeel, houd de randen vrij.
Beleg de bodem, met de ricotta en verdeel de plakjes appel erop (laat de randen vrij).
Vouw de randen naar binnen over de stukjes appel.
Roer het eigeel los met een klein scheutje water.
Bestrijk de randen met eigeel.
Leg de galette op een bakplaat met bakpapier.
Bak de gallete 20 min. in de oven.
Strooi na 15 min. de walnoten over de vulling.

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 20 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

Appelschotel.



Menugang: Gebak, na-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Marc Auwers

Ingrediënten

25 g amandelen, geschaafde
500 g appels, moes- (goudreinetten)
75 g boter
1 citroen
1 ei
150 g meel, bak-, zelf-rijzend
1 el melk
75 g suiker
75 g suiker, basterd-, witte
- suiker, poeder-

Bereidingstijd: 60 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.

Boen de citroen schoon en rasp de gele schil er dun af.
Schil de appels en snijd ze in stukjes.
Vet een wijde ovenschaal (inhoud ca. 1½ liter) in.
Verdeel de appelstukjes over de bodem.
Strooi de suiker en de geraspte citroenschil erover.
Klop in een kom de boter en de basterdsuiker met de handmixer in ca. 5 min. tot een lichte romige massa.
Klop het ei erdoor.
Spatel het zelfrijzend bakmeel er luchtig door en roer de melk erdoor.
Strijk het beslag over de appels uit.
Strooi de amandelen erover.
Bak de schotel in de oven in ca. 45 min. goud-bruin en gaar.
Haal de schotel uit de oven en strooi er poeder-suiker over.
Serveer de appelschotel lauwwarm.

Tip:

Lekker met vanillevla of half stijfgeklopte room.

Betuwse appelflappen.



Menugang: Gebak
Keuken: -
Stuks: 10
Sterren: *
Bron: KeukenLiefde.nl

Ingrediënten

10 appels (Elstar en/of Goudreinet)
- boerenjongens of rozijnen
- boter, room-
1 pk deeg-blader-, roomboter (diepvries)
1 ei, losgeklopt
- kaneelpoeder
-suiker, riet-, fijne
2 zk suiker, vanille-

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 appels en snijd ze in blokjes.
Laat wat roomboter smelten in een pan en bak de appels samen met de vanillesuiker en een flinke snuf kaneelpoeder tot ze zacht zijn.
Laat het appelmengsel afkoelen en roer dan wat boerenjongens of rozijnen door de moes.
Maak dit appelmengsel een dag van tevoren zodat hij helemaal kan afkoelen.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Leg een vel bakpapier op het aanrecht.
Verwijder de folie van het bladerdeeg en laat ze ontdooien op het bakpapier.
Schep, wanneer het bladerdeeg ontdooid is, in het middel van het bladerdeeg 1 el appelmengsel (niet teveel anders kun je hem niet meer dichtvouwen).
Vouw het bladerdeeg eroverheen en druk de randen met een vork dicht.
Prik de appelflap bovenop een keer in met een mesje zodat de lucht kan ontsnappen.
Bestrijk de appelflappen met het losgeklopte ei en bestrooi ze royaal met rietsuiker.
Leg de appelflappen op bakpapier op een bakplaat en bak ze ca. 10-15 min. in de oven (tot de bovenkant goudbruin is).
Laat ze op een rooster afkoelen.

Čorba od jabuka - Kroatische appelsoep.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: Kroatische
Personen: 4
Sterren: **
Bron: SmakelijkRecept.nl

Ingrediënten

6 appels, zachtzure, geschild, in stukjes
1 el bloem
50 g boter
4 sn brood, oud, zonder korst, in kleine blokjes
2 el citroensap
1 mp kaneel
5 dl water
5 dl wijn, witte, droge
1 mp 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.

Doe de stukjes appel met het water, citroensap, zout en kaneel in een pan.
Breng het geheel aan de kook.
Zet het vuur laag.
Leg een deksel op de pan.
Laat de stukjes appel ± 10 minuten zachtjes koken tot ze zacht zijn.
Pureer het appelmengsel in een mixer-blender of door een roerzeef.
Smelt 25 g van de boter in een pan.
Roer de bloem door de boter.
Voeg al roerend beetje bij beetje de witte wijn toe aan de boter tot een licht gebonden geheel is ontstaan.
Voeg de gepureerde appels toe aan de boter.
Roer de appelsoep goed door elkaar.
Laat de appelsoep door en door warm worden.
Verhit de rest van de boter in een koekenpan.
Bak de blokjes brood in de boter rondom mooi bruin en knapperig.
Serveer de appelsoep bestrooid met de blokjes gebakken brood.

Gebraden eendenborst met spruitjes, appel en mosterd-saus.



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

Ingrediënten

2 aardappelen, kruimige
2 appels (Tessa)
1 el bloem, tarwe-
30 g boter, room-
150 ml bouillon, kippen-
2 eendenborstfilets
1 knolselderij
500 ml melk, halfvolle
2 el mosterd, grove
1 snf nootmuskaat
1 snf peper, zwarte
150 ml room, kook-, 20%
150 g spekreepjes, gerookte
350 g spruitjes
1 snf zout

Bereiding.

Schil de knolselderij en de aardappelen en snijd ze in kleine blokjes.
Breng de melk aan de kook in een ruime pan.
Kook de knolselderij en de aardappelen ca. 20 min. op een laag vuur gaar.
Giet ze af, voeg de boter toe en pureer ze met de staafmixer tot een gladde puree.
Breng ze op smaak en voeg de nootmuskaat toe.
Snijd het vel van de eendenborsten kruislings in zonder in het vlees te snijden.
Bestrooi de eendenborst met peper en zout.
Leg de filets met het vel naar beneden in een koude koekenpan en bak ze 8-10 min. op een middelhoog vuur tot het vel krokant is.
Draai ze om en bak ze nog 3-4 min.
Laat de eendenborsten rusten op een bord en bewaar de pan met het braadvet.
Giet het meeste braadvet uit de pan.
Roer de bloem door het achtergebleven vet en bak het 1 min. op een middelhoog vuur.
Blus het af met de kookroom en de kippenbouillon en roer het glad.
Laat het zachtjes inkoken tot een romige saus en roer de mosterd erdoor.
Breng de saus met peper op smaak.
Halveer intussen de spruitjes en snijd de appels in parten.
Bak de spekreepjes uit in een hapjespan.
Voeg de spruitjes toe en bak ze 8-10 min. mee.
Voeg de laatste 3 min. de appelparten toe en breng het geheel op smaak.
Verdeel de knolselderijpuree over de borden.
Snijd de eendenborstfilets in plakken en leg ze op de puree.
Schep er de spruitjes met appel en spek naast en serveer ze met de mosterdsaus.

Bereidingstijd: 45 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

Havermout met appel (voor onderweg).



Menugang: Ontbijt-gerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: *
Bron: Florum, Peter Mecklenfeld

Ingrediënten

2 el appelmoes
50 g havermout (Quaker)
1 el honing
½ tl kaneel
100 ml melk, amandel-
1 hv rozijnen
100 g yoghurt, Griekse

1 pot, met afsluitbare deksel

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.

Dit ontbijt lijkt bijna op een toetje! Er zit bijna geen suiker in maar smaakt toch heerlijk zoet. De smaak heeft ook veel weg van appeltaart. Daarnaast zitten voldoende vezels en vitamines in dit ontbijt. De basis van het recept is havermout. Havermout komt oorspronkelijk van de plant haver (Avena Sativa) en wordt al lange jaren geteeld in Nederland. De haver werd voordat deze gebruikt werd in Nederland jaren geteeld in Zuidoost-Europa en Azië. Er zijn verschillende soorten haver maar we kennen vooral de havervlokken die je kunt eten en gebruiken voor in de keuken.

Het ontbijt kun je het beste één dag van te voren klaarmaken.
Neem de pot met afsluitbare deksel en doe als eerste de havermout in de pot en daarna de yoghurt.
Voeg als derde de appelmoes en als vierde de rozijnen toe.
Voeg daarna de amandelmelk toe.
Voeg voor extra smaak de honing toe en strooi als laatste de kaneel op de top.
Sluit de pot goed af met de deksel en zet hem in de koelkast.
De volgende ochtend kun je het ontbijt meenemen (let goed op dat de deksel van de beker goed dicht zit, want dat voorkomt lekken; neem ook een lepel mee van huis).

Hemelse appel-kaneel buns.



Menugang: Gebak, na-gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: AppelenRoes.be

Ingrediënten

Voor het deeg:

320 g bloem
50 g boter, ongezoute, op kamertemperatuur
1 ei
7 g gist, droge (1 zk)
120 ml melk, volle
50 g suiker
¼ tl zout

Voor de vulling:

2 appels
40 g boter, ongezoute, op kamertemperatuur
1 el kaneel
50 g suiker, bruine (lichte of donkere)

Voor de topping:
De gezoute karamel:

16 g boter
25 ml room
50 g suiker
1,5 el water
¼ tl zout, zee-

Overige ingrediënten:

60 g bloemsuiker
¼ tl vanille extract
1½ el melk

Bereiding.

In de categorie 'zoete zonden' heeft dit recept voor appel-kaneel buns absoluut zijn plaats verdiend. Het maken ervan kan tellen als een volwaardige dagactiviteit, maar geloof me, als je ze hebt geproefd, was het de kostbare uren meer dan waard. De appel-kaneel buns kun je lauw eten, maar ik prefereerde eerder de afgekoelde versie. Welke versie jij ook kiest, na het proeven van deze appel-kaneel buns kijk je al uit naar de volgende zondag-bakdag om deze lekkernij terug op tafel te toveren.

Maak het deeg:

Warm de melk op tot ze lauw is (ongeveer 35°C) en giet het over in een grote mengkom.
Meng met een garde de suiker en de gist door de melk.
Bedek de kom met een handdoek en laat hem 10 min. staan.
Snijd de boter in stukjes en meng die samen met het ei en het zout door de melk (de boter zal niet volledig oplossen, maar dat is geen probleem). Voeg geleidelijk de bloem aan het mengsel toe.
Na een tijdje zal het deeg te zwaar worden om met de garde te mengen, ga dan verder met een deeghaak of met je handen.
Meng, als alles goed is gemengd, het deeg nog zo'n 5 minuten door.

Rijzen van het deeg:

Leg het deeg op een licht bestoven werkblad, vorm het tot een bal en doe het in een licht ingevette kom.
Bedek het deeg met een vochtige handdoek en zet het op een warme plaats tot het deeg ongeveer verdubbeld is (ca. 2 uur).
(Zo deed ik het: vul een afwasbak zo'n 10 cm met heet water en zet de kom deeg daarin. Door de warmte zal het deeg sneller rijzen.)

Vullen van de buns:

Vet een ovenschotel van zo'n 27 x 18 cm in met wat boter.
Leg het gerezen deeg op een met bloem bestoven werkblad.
Druk het met je handen uit elkaar tot een rechthoek van zo'n 30 x 40 cm. Als het deeg te hard plakt, bestuif dan ook de bovenzijde met wat bloem.
Smeer de zachte boter over het deeg.
Zet evt. de boter heel kort in de microgolf/magnetron om zachter te worden.
Meng in een kleine kom de bruine suiker en kaneel en verdeel het gelijkmatig over het deeg.

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

Schil de appels, verwijder het klokhuis, snijd ze in kleine stukjes en verdeel die over het deeg.
Duw de stukjes appel lichtjes in het deeg, zodat het rollen gemakkelijker gaat.
Rol het deeg op tot een rol van 40 cm.
Snijd die in 12 gelijke rolletjes en schik ze in de ovenschotel.
Dek de rolletjes opnieuw af met een vochtige handdoek en laat ze 1 uur rijzen.

<u>Bakken van de buns</u>:

Verwarm de oven voor op 185°C.
Bak de appel-kaneel buns ongeveer 25 min. tot ze goudbruin zijn.
Haal ze uit de oven en laat ze afkoelen.

<u>Afwerking met de topping</u>:

Voor de topping starten we met gezouten karamel.
Giet de suiker en het water in een klein pannetje en zet het op een middelhoog vuur.
Wacht tot al het water verdwenen is.
Zodra dit gebeurt, zal de gesmolten suiker mooi goudbruin kleuren.
Haal vervolgens het pannetje van het vuur.
Meng de boter door de karamel.
Voeg ook de room en het zeezout toe en laat het afkoelen.
Meng de bloemsuiker, de melk en de vanille door elkaar.
Voeg vervolgens 1½ el van de gezoute karamel toe.
Besprenkel de buns met de topping.

<u>Tips</u>:

- **Je kunt de buns warm of koud eten.**
- **Koel bewaard, blijven ze tot 5 dagen goed.**

Knoflook-appelclafoutis.



Menugang: Gebak, na-gerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

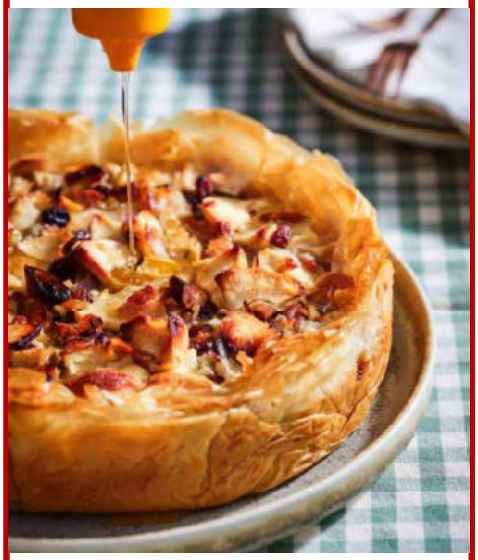
3 appels, geschild, in partjes
125 g bloem
½ citroen, rasp en sap van
4 eieren
3 tn knoflook, gepeld, in dunne plakjes
1 el maïzena
125 ml melk
1 tk rozemarijn, gerist
75 g suiker, basterd-, lichtbruine
- suiker, poeder-, om te bestuiven
- zout

Bereiding.

Schep de knoflook met de appelpartjes, citroenrasp, -sap en de rozemarijn door elkaar en verdeel dit over de ovenschaal.
Splits 2 eieren en klop de eiwitten met 1 snf zout tot stijve pieken.
Verwarm de oven voor op 175ºC.
Klop de eidooiers met de rest van de eieren in een kom met de basterdsuiker romig.
Zeef de bloem en maizena erboven en klop die erdoor.
Giet dan al kloppend de melk erbij tot een glad beslag.
Spatel de stijfgeslagen eiwitten rustig door het beslag en giet het beslag over de vulling in de ovenschaal.
Bak de clafoutis in het midden van de oven in ca. 40 min. gaar en goudbruin.
Bestuif het gebak met poedersuiker en serveer het bij voorkeur lauwwarm.

Bereidingstijd: 30-40 min.
Grill-/oventijd: 40 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 335
Eiwit: 12 g
Koolhydraten: 56 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 6 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 3 g
Groente: - g
Zout: 0,2 g

Milopita - Griekse appelcake.



Menugang: Gebak
Keuken: Griekse
Personen: -
Sterren: **
Bron: SPAR

Ingrediënten

5 vl deeg, filo-
500 g appels
50 g suiker
50 g noten, gemengde
50 g vruchten, gedroogde*
2 el honing, vloeibare
3 tl kaneelpoeder
½ citroen, sap van
olie, olijf-, Griekse

Voor het beslag:

150 g suiker
125 g boter, room-
2 eieren
175 g bloem
8 g bakpoeder
3 el yoghurt, Griekse

- springvorm (Ø24 cm)

*** abrikozen, pruimen en rozijnen**

Bereiding.

Hak de noten grof en snijd grote gedroogde vruchten in stukken.
Schil de appels, snijd ze eerst in kwartjes en dan in schijfjes.
Doe ze in een kom en schep het door elkaar met het citroensap,
de kaneel, de vruchten, de noten en de suiker.

Beslag:
Smelt de boter en meng de suiker met de mixer erdoor.
Mix vervolgens een voor een de eieren erdoor.
Zeef de bloem en het bakpoeder erboven en klop het met de yoghurt tot een glad beslag.
Verwarm de oven voor op 180°C.
Bestrijk de vellen filodeeg met de olijfolie en schik ze verspringend
en overlappend in de springvorm, waarbij de hoeken over de rand
hangen.
Schep het beslag erin, verdeel het appelmengsel erover en bestrooi het met 1 tl kaneel.
Vouw het filodeeg naar binnen.
Bak de cake in 60 min. goudbruin en gaar.
Neem tijdens het bakken af en toe een kijkje.
Dek het filodeeg af met aluminiumfolie als het te donker gaat kleuren.
Laat de cake 15 min. rusten in de vorm.
Verwarm de honing en verdeel die over de taart.

Tip:

Serveer de cake met Griekse 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

Surinaamse appeltaart met een krokant laagje.



Menugang: Gebak
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten:

50 g ananas
5 appels, stevige (Elstar of Jonagold)
75 g boter, koude
- citroensap
½ ei, losgeklopt
4 drp essence, amandel-
4 drp essence, vanille-
1 tl gembersiroop
- kaneel, gemalen
½ pk Mix voor Appeltaart (Honig)
50 g rozijnen en/of krenten
1 brgls Strohrum of cognac
1 tl suiker
- suiker, voor garnering
10 g sukade, gehakte

Bereiding.

Week de rozijnen en/of krenten minstens 30 min. in de Strohrum of de cognac.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bereid van de mix, het ei en de boter een deeg, zoals op de verpakking staat aangegeven.
Verdeel het deeg in tweeën en bewaar de ene helft in de vriezer en het andere deel tot verder gebruik in de koelkast.
Schil de appels, snijd ze in vieren en verwijder de klokhuizen.
Snijd de parten in schijfjes en besprenkel de appel met citroensap om verkleuren te voorkomen.
Laat de rozijnen en/of krenten uitlekken en vang het vocht op.
Doe het vocht met de appel, de gembersiroop, de amandelessence en de vanille-essence in een pan, breng het aan de kook en kook de appelschijfjes beetgaar.
Vermeng de sukade, de theelepel suiker met de rozijnen en/of krenten en voeg naar smaak kaneel toe.
Vet een vaste bakvorm (lage (quiche)vorm) van ± 25 cm doorsnee in met boter.
Rol het deeg uit de koelkast uit en bekleed er de vorm mee.
Schep de vulling in de vorm.
Schaaf het deeg uit de diepvries met een grove rasp en verdeel het schaafsel over de vulling.
Bestrooi de taart licht met suiker en bak hem dan in 1 uur in de oven goudbruin en gaar.
Laat de taart in de vorm afkoelen.

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

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