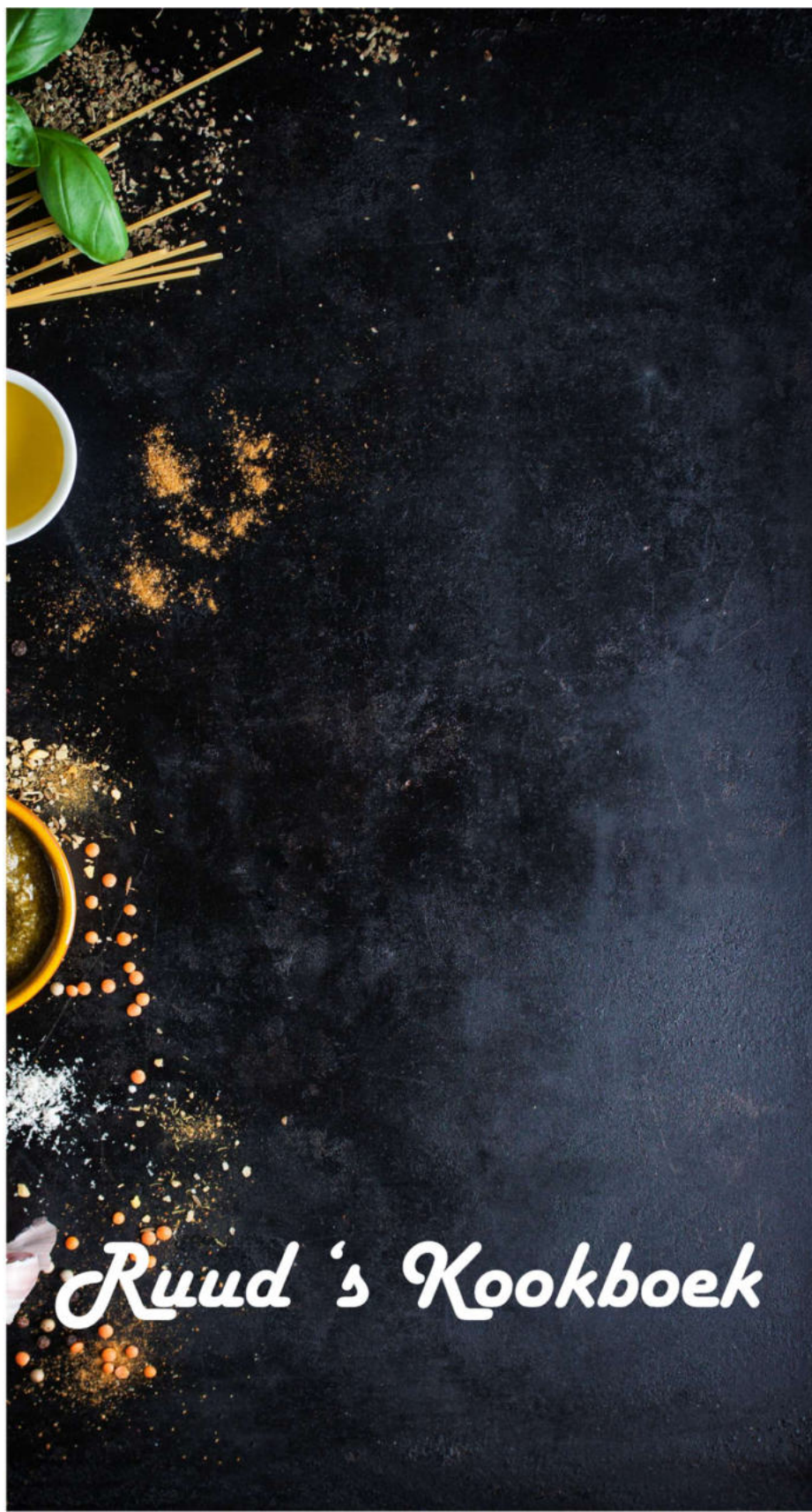




100 hapjes I

Inhoudsopgave.

Aardappel-kaaskroketjes.....	4
Aardbeienkaasprikkers.....	5
Amandelappelbroodjes.....	6
Amuse van gekarameliseerde scampi's.....	7
Arubaanse kaasballetjes.....	8
Augurkjes met achterham.....	9
Augurkjes met boterhamworst.....	10
Augurkjes met rookvlees.....	11
Blini's.....	12
Boerenkaasmuffins met prei.....	13
Borrelhapje rookvlees.....	14
Borrelhapjes met varkensvlees.....	15
Bruschetta met haring en paprika.....	16
Bulgogi.....	17
Champignons in bacon.....	18
Cheddar croissants.....	19
Cheese squares.....	20
Chorizo tapas.....	21
Crêpes met basilicumpesto en geitenkaas.....	22
Crostini met huisgemaakte makreelsalade en peer.....	23
Crostini met Parmaham en vijgen.....	24
Driekazentosti.....	25
Duivelse kerrie eieren.....	26
Eieren gevuld met krab.....	27
Eieren met kerrie.....	28
Eipoffertjes met kruiden.....	29
Flan met krab.....	30
Filipijnse lumpia's.....	31
Loempiasaus.....	32
Fricandel sapi.....	33
Frikandelborrelhapje.....	34
Gamba's met spek.....	35
Gambas al ajillo - gebakken knoflookgarnalen.....	36
Garnalentoast I.....	37
Gazpacho met mosselen.....	38
Gefrituurde mosselen I.....	39
Gegratineerde champignons.....	40
Gehaktbuideltje met filodeeg.....	41
Geitenkaas met honing en spek.....	42
Gestoofde kokkels in witte wijn.....	43
Gevulde dadels I.....	44
Gevulde eieren I.....	45
Gevulde eieren à la Dennis.....	46
Gevulde eieren met bieslook en mosterd.....	47
Gevulde eieren met zalm.....	48
Gevulde kerstomaatjes.....	49
Haringtartaar.....	50
Hartige poffertjes met pesto, oude kaas en rauwe ham.....	51
Hollandse tapas II.....	52
Kaassoufflé van bunkerkaas.....	53
Kaasstengels.....	54
Kaastapas.....	55
Kalkoenhapjes.....	56
Kaneelbroodjes (airfryer).....	57
Kipbuideltjes.....	58
Kleine saucijzenbroodjes.....	59
Knabbelzalm.....	61
Knoflookstokbrood met salami.....	62
Luxe eitje met gerookte zalm.....	63
Maïs-paprikataartjes.....	64
Malfattini - spinazieballetjes.....	65
Mango met rauwe ham.....	66

Meloen-hamcocktail.....	67
Mini-gehaktbroodjes in biersaus.....	68
Mini kaasbroodjes.....	69
Mini kaastaartjes met cranberrymarmelade.	70
Mini knakbroodjes.	71
Mierikswortelmousse met paling.	72
Mosselspiesjes.....	73
Mosselspiesjes met spek en ananas.....	74
Mosselspiesjes 'Sylt'.	75
Palingtortillarolletjes.....	76
Pangsit I.	77
Pittige drumsticks.....	78
Pizzarolletjes.....	79
Planet Hollywood potstickers.	80
Poffertjeshapje met geitenkaas, honing en prosciutto.....	81
Puffhapjes met kip.....	82
Rotolini.	83
Sambal goreng mossel - hete mosselen.....	84
Satékroketten I.	85
Satékroketten II.	87
Schotse eieren met mosterdsaus.	88
Sesamringetjes.....	89
Snackballetjes (airfryer).....	90
Snel ragoutbroodje.	91
Spaanse preiballetjes.	92
Spinaziegehaktballetjes.....	93
Stokbrood gevuld met Mon Chou.	94
Stokbrood met tomatenknoflook.	95
Tapasbordje.....	96
Tortillachips met guacamole.....	97
Vegetarische sushi.....	98
Verfijnde zalmrolletjes.	99
Vissticks in bladerdeeg (airfryer).	100
Vleesballetjes.	101
Wrap met roomkaas en fricandeau.	102
Zalm-roomkaashapjes.	103
Zalmrolletjes.	104
Zalmtortilla.....	105
Gebruikte afkortingen (v2.6).....	106

Aardappel-kaaskroketjes.



Menugang: Bijgerecht,
hapjes
Keuken: -
Stuks: -
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

400 g aardappelen,
gekookt
50 g boter
1 ei
100 g kaas, belegen
½ dl melk
- nootmuskaat
- paneermeel
- peper
- zout

Bereiding.

Stamp de warme, gekookte aardappelen fijn met de melk, een klontje boter, zout, peper en nootmuskaat.

Maak er een stevige puree van.

Laat de puree afkoelen.

Rasp de kaas.

Meng de kaas door de puree.

Vorm hier kroketjes van.

Met een dikke eetlepel eerst een ovaalvormige bal vormen en deze met de hand vormen tot kroketmodel (of ronde balletjes).

Oppassen dat er geen barstjes aan de buitenkant zitten.

Haal de kroketjes door losgeklopt ei en paneermeel.

Bak de kroketjes in niet te heet frituurvet goudbruin.

Laat de kroketjes op keukenrolpapier uitlekken.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Aardbeienkaasprikkers.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Ned. Hartstichting

Ingrediënten

- aardbeien
- cocktailprikkers
- druiven
- kaas, jonge, blokjes
(30+ / 40+)
- munt of
citroenmelisse, blaadjes

Bereiding.

Was de aardbeien.

Was de druiven.

Dep het fruit droog met keukenpapier.

Prik met cocktailprikker op elk blokje kaas
eerst een blaadje munt of citroenmelisse,
vervolgens een druif en daarna een aardbei.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 250
Energie kcal: 60
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 15 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 5 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Amandelappelbroodjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: **
Bron: SlankeRecepten.nl

Ingrediënten

1 appel, hand-, grote,
gesnipperde
1 tl amandellikeur
4 el amandelschaafsel
150 g amandelspijs
6 pl bladerdeeg,
roomboter-, diepvries,
ontdooide
1 ei, losgeklopt
1 eidooier

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Vermeng de spijs met de appel, rozijnen,
eidooier, vanillesuiker en likeur.
Vorm 6 spijsrolletjes van 9 cm lengte
Leg de spijsrolletjes op de bladerdeegplakjes.
Vouw het deeg over de spijsrolletjes.
Plak de randen van het deeg met water vast.
Druk met een vork streepjes in het deeg.
Bestrijk het deeg met ei.
Vermeng het amandelschaafsel met de suiker.
Strooi het mengsel over de broodjes.
Druk het strooisel licht in het deeg.;
Leg de broodjes op een omgespoelde bakplaat.
Bak de broodjes 15-20 minuten in het midden
van de oven.
Haal de broodjes uit de oven en van de
bakplaat.
Bestrooi de broodjes direct met kaneel.

Amuse van gekarameliseerde scampi's.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Carta-Dick

Ingrediënten

1 tn knoflook, geperst
2 tl olie, chili-
1 tl olie, olijf-
16 scampi's, gepeld
½ ui, in ringen
3 uitjes, bos-, in stukjes
van 2½ centimeter

Voor de karamelsaus:

50 ml saus, vis-
125 g suiker, bruine
125 ml 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak eerst de karamelsaus.
Meng alle ingrediënten voor de saus in een pannetje.
Verhit het pannetje.
Breng de saus langzaam aan de kook.
Laat de inhoud zachtjes koken tot de suiker is opgelost.
Neem de pan van het vuur.

Verhit de olijfolie in een wok tot de damp er vanaf slaat.
Roerbak hierin de knoflook met ui goudbruin.
Voeg garnalen, 2 el karamelsaus en de chili-olie toe aan het uienmengsel.
Kook de saus in 1 min. zover in dat de garnalen nog net bedekt zijn.
Voeg de bosuitjes toe aan de garnalen.
Roerbak het geheel nog 30 sec.
Serveer de garnalen met de rest van de saus.

Arubaanse kaasballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Antilliaanse,
Arubaanse
Personen: -
Sterren: ***
Bron:
AntilliaanseKeuken.nl

Ingrediënten

1 tl bakpoeder
1 kp bloem
2 eieren
500 g kaas, oude,
gemalen
1 tl suiker
1 tl 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kluts de eieren goed.
Meng de eieren daarna met de gemalen oude kaas.
Meng beetje bij beetje de bloem bij het ei/kaasmengsel.
Voeg er tussendoor het zout, de suiker en het bakpoeder bij.
Kneed het mengsel 20 min. goed door elkaar.
Dek de kom met een theedoek af.
Laat de kom een poosje staan.
Vorm balletjes van het mengsel.
Frituur de balletjes.

Augurkjes met achterham.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron: dr. Frank

Ingrediënten

2 augurkjes
2 pl ham, achter-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Omwikkel de augurkjes ieder met een plakje achterham.

Augurkjes met boterhamworst.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron: dr. Frank

Ingrediënten

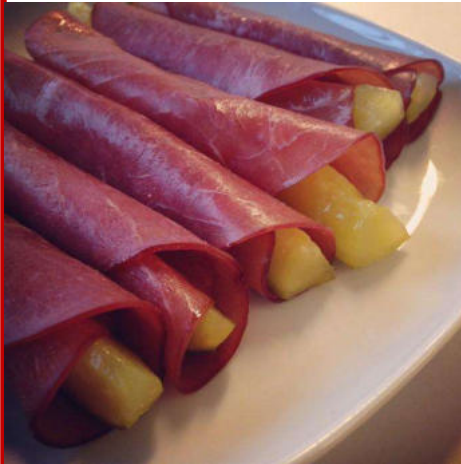
2 augurkjes
2 pl boterhamworst

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Omwikkel de augurkjes ieder met een plakje boterhamworst.

Augurkjes met rookvlees.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: dr. Frank

Ingrediënten

8 augurkjes
8 pl rookvlees

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Omwikkel de augurkjes ieder met een plakje rookvlees.

Blini's.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Stuks: -
Sterren: ***
Bron:
GezondheidsNet.nl

Ingrediënten

75 g boekweitbloem
2 eieren
250 ml melk, halfvolle
1 el olie, plantaardige
50 g tarwebloem
- zout

Voorb.tijd: 20 min.
Bereidingstijd: 50 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Scheid de eieren.
Klop de eierdooiers los met de melk.
Zeef er de bloem in en roer tot een glad beslag.
Laat het 15 min. rusten.
Klop de eiwitten stijf met een snufje zout.
Scheep ze onder het beslag.
Bak de blini's (kleine pannenkoekjes) in de olie
aan beide kanten goudbruin.
Laat ze lauw worden en serveer bijvoorbeeld
met een stukje gerookte zalm, zure room en
een plukje verse dille.
Probeer ook eens rauwe tonijn met wasabi of
rauwe ham met meloen op een blini.

Tip:

Blini's zijn het mooist als je ze in een
poffertjespan bakt (te koop in de
kookwinkel).
Gebruik ook een speciale spuitfles om ze in de
vakjes te spuiten, dan knoei je minder.
Heb je geen poffertjespan?
Bak ze dan, om ze mooi te krijgen, wat groter
en snijd ze uit, bijvoorbeeld met de bovenkant
van een eierdopje.

Boerenkaasmuffins met prei.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 16
Sterren: **
Bron:
Boerderijzuivel.nl

Ingrediënten

4 pl bladerdeeg
3 el bloem, gezeefd
25 g boter
3 eieren
250 g kaas, extra
belegen
- peper, versgemalen
3 preien
2 dl slagroom
- zout

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Rasp de kaas.

Snijd (alleen het wit/licht groen van) de prei in smalle ringetjes en bak gedurende 3 min. in de boter.

Laat de prei goed uitlekken en iets afkoelen.

Verwarm de oven voor op 200°C.

Snijd de plakjes bladerdeeg in vieren en rol ze iets uit.

Druk in elke opening van de muffinvorm(en) een plakje bladerdeeg en zorg dat de plakjes goed aansluiten op de bodem.

Laat de hoekjes langs de zijwanden omhoog steken.

Verdeel de prei over de deegbakjes.

Klop de eieren los met de slagroom en roer de gezeefde bloem en 150 g geraspte kaas erdoor. Breng op smaak met wat versgemalen peper en eventueel wat zout.

Schep het eimengsel in de vormpjes en strooi de rest van de kaas erover.

Bak de muffins gedurende 20-25 min. goudbruin.

Borrelhapje rookvlees.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Boursin.nl

Ingrediënten

100 g rookvlees
1 kp Boursin Cuisine
Knoflook & Fijne
Kruiden
- prikkertjes

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe in elk plakje rookvlees met een lepel wat Boursin Cuisine.
Rol het plakje op en doe het prikkertje erin.

Borrelhapjes met varkensvlees.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Verzamelde
Indische Chinese
Recepten

Ingrediënten

250 g bloem
2 eieren
1 el ketjap
1 tl knoflookpoeder
- peper
500 g varkens- of
hamlappen, magere
2 el ve-tsin
- ve-tsin
½ kp water
½ l water of melk
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het vlees in reepjes.
Meng het vlees met 1 tl knoflookpoeder, 1 el ketjap, 2 tl ve-tsin, peper, zout en ½ kopje water en laat het goed trekken (1 nacht in de koelkast).

Doe de bloem met 1 mp ve-tsin, 1 mp peper, 1 mp-zout, de eieren en de helft van de melk in een kom en meng met de garde of met de mixer tot een glad beslag.

Meng er de resterende melk door en laat het beslag circa 30 min. rusten.

Wentel het vlees erin.

Bak de hapjes bruin in de frituurpan.

Tips:

Serveer de hapjes bijv. met Pangsit-saus.
Koud geworden stukjes kunnen in de oven weer krokant worden gemaakt.

Bruschetta met haring en paprika.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: WCRF.nl

Ingrediënten

2 el bieslook,
fijngesneden
1 brood, stok-,
donkerbruin
3 haringen, zoute
1 stk komkommer
2 paprika's,
geroosterde, uit pot, in
repen gesneden
- peper, zwarte,
versgemalen_150 g
rookkaas, light, verse
6 uien, Amsterdamse,
fijngesneden

Bereiding.

Haring is gezond vanwege de grote hoeveelheid omega 3 vetzuren. Haring is de meest verkochte vissoort in Nederland. Door invriezing is hij het hele jaar verkrijgbaar. Bovendien worden aan deze bruschetta's verschillende groenten toegevoegd, zoals komkommer en paprika. Deze laatste zit boordevol vitamine C. Samen met de vezels van het bruine stokbrood zijn deze bruschetta's een lekker en gezond borrelhapje.

Snijd het stokbrood schuin in 8 lange plakken en rooster ze onder een hete grill goudbruin. Snijd de haringen in reepjes. Bestrijk de sneetjes stokbrood met verse roomkaas en verdeel de komkommer, haring en paprika erover. Strooi tot slot de Amsterdamse uien en bieslook erover en maal er wat peper over.

16

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 220
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 5½ g
w/v verzadigd: 2 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bulgogi.



Menugang: Hapje
Keuken: Koreaanse
Personen: -
Sterren: **
Bron: Carta

Ingrediënten

800 g biefstuk
3 tn knoflook,
uitgeperst
1 el olie, sesam-
1 tl peper, zwarte
125 ml saus, soja-
1 el sesamzaadjes,
geroosterd
1 el suiker
3 uitjes, lente-, in
ringetjes

Bereidingstijd: 30 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het vlees in hele dunne plakjes (dit gaat beter als het vlees iets bevroren is).

Mix alle ingrediënten in een kom en voeg het vlees toe.

Marineer alles minimaal 1 uur.

Warm een tafelgrill voor en leg het vlees er in kleine porties op.

Laat het vlees grillen totdat het gaar is.

Haal het vlees van de grill en leg er een andere portie op.

Tip:

Serveer het vlees met sla en sesambladeren.

Info:

De Koreanen nemen een blaadje sla, leggen het vlees erop, smeren er wat rode pepersaus of sojasaus op en vouwen het blad samen.

Vervolgens steek je het hele pakketje in je mond. Als extra kun je ook nog wat hele knoflookteentjes en shiitake paddenstoelen mee grillen die je vervolgens ook in het slablaadje rolt en opeet.

Champignons in bacon.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 25
Sterren: **
Bron: All recipes

Ingrediënten

25 champignons
25 pl spek, doorregen

Bereidingstijd: 30 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

De oven voorverwarmen op 200°C/gasstand 6.
Wikkel elke champignon in een plakje bacon.
Zet het rolletje vast met een cocktailprikker.
Verdeel de champignons over een middelgrote bakplaat.
Bak de champignons ca. 15 min. in de voorverwarmde oven tot de bacon gelijkmatig gaar is.
Serveer de champignons warm.

Cheddar croissants.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 24
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

50 g kaas, cheddar-
1 blk party-croissants
(Daneroles)

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Leg de cheddarkaas in plakjes over de
deeglapjes.
Rol de deeglapjes op.
Bak de croissants in het midden van de oven in
15 minuten goudbruin en gaar.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Cheese squares.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 16
Sterren: **
Bron: Carola's recept-
idee

Ingrediënten

2 pl bladerdeeg
(diepvries)
1 ei
100 g kaas, oude,
geraspte
6 olijven, met rode
pimentvulling
- peper
3 el sesamzaad

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Ontdooi het deeg.
Snijd elke plak deeg in 8 vierkantjes.
Klop het ei los.
Bestrijk het deeg met het losgeklopte ei.
Meng de kaas met het sesamzaad.
Verdeel het kaasmengsel over het deeg.
Bestrooi de kaas met peper.
Leg de vierkantjes op bakpapier op de bakplaat.
Bak de cheese squares af in 10-12 minuten.
Snijd de olijven in ringetjes.
Garneer de hapjes met de ringetjes olijf.

20

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Chorizo tapas.



Menugang: Hapje
Keuken: Spaanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

125 g chorizo, in plakjes
- olie, olijf-
½ tl paprikapoeder
- peterselie
½ tl suiker
- tijm 1 ui, grote

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Pel de ui, snijd hem in dunne ringen en fruit die in wat olijfolie goudbruin.
Voeg de overige ingrediënten toe en laat 2 minuten zachtjes pruttelen.
Verdeel het mengsel over de plakjes chorizo.
Vouw de plakjes dubbel en steek ze met een cocktailprikker vast.

Crêpes met basilicumpesto en geitenkaas.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

60 g bloem
35 g boter
2 eieren, kleine
175 g kaas, geiten-,
zachte 1 2-2½ dl melk
8 el pesto, basilicum-
1 vanillestokje, open
gesneden
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Zeef de bloem en voeg het zout toe.
Klop de bloem, de eieren en de melk tot een
glad beslag.
Laat dit ± 30 min. rusten.
Smelt de boter, roer die door het beslag en bak
hiervan in een koekenpan 8 flensjes (extra vet
toevoegen is niet nodig).
Houd de flensjes boven heet water warm.
Besmeer elk flensje met een lepel pesto,
verbrokkel de geitenkaas erover en vouw de
flensjes dicht.
Serveer ze direct.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - 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.

Crostini met Parmaham en vijgen.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht, hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: **
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

12 sn brood, stok-
12 pl ham, Parma-
12 pl kaas, geiten-
- olie, basilicum-olijf-
4 el olie, olijf-
4 vijgen (verse of
gewelde)

Bereiding.

Snijd de courgettes in plakjes van 1½ cm.
Besprenkel de champignons en courgette-
plakjes met citroensap.
Snijd de paprika in stukjes van 3 x 3 cm.
Vermeng het gehakt met zout, cayennepeper,
kerriepoeder en oregano.
Draai van het gehaktmengsel balletjes van 3 cm
doorsnede.
Rijg de courgettes, champignons,
paprikastukjes en gehaktballetjes om en om
aan spiesen.
Bestrijk de spiesen met olie.
Rooster de spiesen op de barbecue of onder de
hete grill onder regelmatig draaien ± 10 min.

24

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 255
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 21 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 15 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Driekazentosti.



Menugang: Hapje
Keuken: Wereldse
Personen: 4
Sterren: **
Bron:
AllerHande 2000-3

Ingrediënten

8 sn brood, meer-
granen-
2 el kaas, Parmezaanse,
grofgeraspte
1 bk kaas, Magor (à
150 g)
1 bol kaas, Mozzarella
(à 125 g)

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

Bereiding.

Snijd de bol Mozzarella in 8 even dikke plakken.
Besmeer de sneetjes brood aan één zijde met
Magor.
Eén boterham op met Magor besmeerde zijde
beleggen met 2 plakken Mozzarella en ½ el
Parmezaanse kaas.
Boven op het beleg 1 boterham met de met
Magor besmeerde zijde naar onder leggen.
Beleg de overige boterhammen op dezelfde
wijze
Bak de tosti's in een elektrisch tosti-apparaat of
in een broodrooster met tostiklem in 4 à 6 min.
goudbruin.

Duivelse kerrie eieren.



Menugang: Hapje
Keuken: Nederlandse
Stuks: 12
Sterren: **
Bron: Sonja Sprenkels

Ingrediënten

½ tl
bieslook, fijngehakte
6 eieren, hardgekookte
1 tl kerriepoeder
2 el mayonaise
¼ tl peper, witte
½ tl 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de eieren in de lengte doormidden.
Verwijder de eigelen en doe deze in een schaal.
Voeg mayonaise, bieslook, kerriepoeder, zout
en peper bij de eigelen.
Vermeng deze goed.
Vul de eiwitten met dit eigeelmengsel.

Eieren gevuld met krab.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Ch. Bréhant

Ingrediënten

6 eieren
1 blk krab (400 g)
- mayonaise, een groot kommetje
100 g olijven, zwarte
1 krp sla

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de eieren hard (12 min. in kokend water).
Houd de eieren onder stromend koud water tot koud aanvoelen.

Pel de eieren.

Snijd de eieren in de lengte open.

Haal de dooiers uit de eieren.

Meng het eigeel met een beetje mayonaise, de afegoten krab, de helft van de ontpitte en stuk gehakte olijven.

Vul elk half ei met deze vulling.

Bedek een schotel met slabladeren.

Schik de gevulde eieren op de sla.

Omring de eieren met de rest van de mayonaise.

Serveer de eieren koel.

Tip:

Versier de eieren met citroenschijffjes.

Eieren met kerrie.



Menugang: Hapje
Keuken: Indiase
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

50 g boter
4 eieren
1 el hotcurry
2 tn knoflook,
uitgeperst
2 paprika's, rode,
schoongemaakte,
kleingesneden
6 el room, slag-
2 uien, gesnipperd
- waterkers

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de eieren hard.
Laat de eieren schrikken.
Pel de eieren.
Snijd de eieren overlangs doormidden.
Leg de eieren op een platte schaal.
Fruit de ui en knoflook in de boter.
Voeg de paprika, met zout en hotcurry toe aan de ui.
Laat al roerend alles even mee fruiten.
Voeg de room toe aan de ui.
Laat de saus onder goed roeren warm worden.
Schenk de warme saus over de eieren.
Garneer de eieren met een toefje waterkers.

Eipoffertjes met kruiden.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: AllerHande (1994-03)

Ingrediënten

2 el bieslook, fijn-
gehakte
4 eieren
2 el jenever
2 el kaas, oude,
geraspte
- margarine
1 el melk
- peper
- zout

Bereiding.

Klop de eieren los met zout, peper, melk, jenever, geraspte kaas en bieslook. Schep dit beslag in een ingevette poffertjespan. Bak de poffertjes aan beide zijden lichtbruin.

Tip:

Lekker als borrelhapje.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Flan met krab.



Menugang: Hapje, voorgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron:

PietHuysentruyt.com

Ingrediënten

2 eieren (grote)

3 eidooiers

- kerriekruiden (snf)

1 tn knoflook, fijngehakt

300 g krabvlees (blik)

100 ml melk, volle

- paprikapoeder (snf)

- peper (snf)

2 el peterselie, verse, fijngehakt

100 ml room, volle

- zout (snf)

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 160°C.

Doe de eieren met de eidooiers in een kommetje en roer even los.

Kruid het eimengsel met peper, zout, paprika en kerrie en roer er de melk en de room door. Wring evt. het vocht uit de kreeft alvorens af te wegen en toe te voegen.

Roer de krab door het eiermengsel en voeg indien gewenst extra ingrediënten (look en peterselie of wat kreeftenbouillon) toe. Roer alles goed door elkaar.

Boter de ovenvaste potjes in (met uw handen om makkelijk te werken), vouw aluminiumfolie op tot een reep en leg in het potje, zodat je de flan na het bakken makkelijk uit de vorm kunt halen.

Vul de potjes en zet ze 35 min. in een warm water bad in een rustige oven van 160°C zodat de eitjes, de krab en de kruiden mooi de tijd hebben om 1 geheel te vormen in de flan.

Leg een bord op het potje en keer alles om.

Houd de aluminiumfolie vast en trek het potje van de flan.

Serveer met wat extra kerrie poeder.

Tip:

Serveer de flan met wat geroosterd brood.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Filipijnse lumpia's.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: Filipijnse
Stuks: ca. 35
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

500 g aardappelen, in
kleine blokjes
250 g bleekselderij,
kleingesneden
500 g gehakt, runder- of
kip-
250 g haricots verts
(diepvries)
2 tn knoflook,
uitgeperst
500 g kool,
kleingesneden
1 pk loempiavelletjes (ca.
35 stuks)
- olie, plantaardige
- peper, versgemalen
1¼ dl sojasaus
1 ui, gesnipperd
250 g wortelen,
kleingesneden
- zout

Bereiding.

Fruit de knoflook, ui en vlees in zo weinig mogelijk olie, tot de ui glazig is.
Voeg de sojasaus toe aan het vlees.
Laat het vlees ca. 15 minuten sudderen.
Voeg dan alle groenten toe aan het vlees.
Laat het vlees nog eens 10 minuten sudderen.
Giet het vocht van het vlees af.
Laat het mengsel ca. 1 uur afkoelen.
Rol het mengsel in de loempiavelletjes.
Bak de lumpia's in de hete olie bruin.

Tip:

Serveer er een zoetzure saus bij.

31

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Loempiasaus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Filipijnse
Hoeveelheid: 2½ dl
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

2½ dl azijn
4 tn knoflook, fijn-
gesneden
½ tl peper
½ tl 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng alle ingrediënten goed door elkaar.
Serveer de saus bij de warme loempia's.

Fricandel sapi.



Menugang: Hapje
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
**Bron: Ruud 's Kook-
schrift**

Ingrediënten

500 g gehakt, runder-
1 tn knoflook, fijn-
gesneden
- olie
1 paprika, rode, fijn-
gesneden
1 tl peper, zwarte, vers-
gemalen
2 uien, fijngesneden
2 uien, in ringen
½ tl 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng gehakt met fijngesneden ui, knoflook, paprika, zout en peper.
Vorm vingerdikke en vingerlange rolletjes van het gehakt.
Bak de rolletjes gehakt in wat olie in ongeveer 10 min. bruin en gaar.
Bak de uiringen in wat boter bruin.
Drapeer de uiringen op de rolletjes gehakt.
Serveer de fricandel sapi direct.

Frikandelborrelhapje.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

- bosuitjes
- champignons
4 frikandellen
100 g ontbijtspek

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

Bereiding.

Snijd de frikandellen elk in 5 stukjes.
Omwikkel de frikandellen met een plakje ontbijtspek.
Prik elk stukje frikandel met een champignon of een stukje bosui aan een cocktailprikker.
Rooster de spiesjes onder de hete grill, om en om, in ca. 10 min gaar.

Gamba's met spek.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: Belgische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Sven Kok

Ingrediënten

8 pl bacon of spek
8 gamba's, grote
1 el gembersiroop
100 g kaas, verse of
kwark
4 el mayonaise
2 tl olie, olijf-
1 tl peper, zwarte, vers-
gemalen
1 el peterselie, fijn-
gesneden
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 230°C
Doe de ongekookte gamba's in een kookpan.
Voeg water toe aan de gamba's tot ze
onderstaan.
Voeg wat zout toe.
Kook de gamba's tot ze licht roze zijn.
Giet de gamba's af.
Laat de gamba's afkoelen.
Pel de gamba's, maar laat de staart eraan.
Maak een snede in de rug van de gamba's.
Meng de verse kaas met wat peper.
Vul de snede op de rug van de gamba's met dit
mengsel.
Wikkel een plak bacon om iedere gamba (laat
de staart vrij).
Bestrijk de gamba's aan alle zijden met olijfolie.
Strooi peterselie over de gamba's.
Leg de gamba's op een ovenschaal.
Bak ze gedurende 20 min. gaar in de
voorverwarmde oven.
Breng de mayonaise op smaak met de
gembersiroop.
Voeg op smaak peper en zout toe aan de saus.
Serveer de gamba's op een schaal met een
kommetje saus in het midden.

Tip:

Serveer de gamba's direct vanuit de oven.

Gambas al ajillo - gebakken knoflookgarnalen.



Menugang: Hapje
Keuken: Spaanse
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: Mawi

Ingrediënten

600 g garnalen, roze,
gekookt en gepeld
6-8 tn knoflook
- olie, olijf-
- zout, zee-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Pel de teentjes knoflook.
Snij de knoflook in dunne plakjes.
Verhit de olie in een hapjespan.
Fruit de plakjes knoflook in de olie.
Voeg de garnalen toe aan de knoflook zodra de knoflookplakjes lichtbruin kleuren.
Laat de garnalen even meebakken.
Breng de garnalen op smaak brengen met wat zeezout.
Verdeel de garnalen met olie en knoflook over 4 verwarmde ronde, platte ovenschaaltjes.
Serveer de garnalen direct.

Tips:

Lekker met stokbrood en een frisse salade.

Dit recept wordt ook wel bereid met een vers rood pepertje.
Afhankelijk van hoe pikant je het wilt hebben, kun je beginnen met een 1/4 pepertje.
Hak het zo fijn mogelijk en fruit het samen met de knoflook in de olie.

In plaats van een rood pepertje kun je ook een handvol verse peterselie toevoegen.
Hak het fijn en fruit het samen met de knoflook in de olie.

Garnalentoast I.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4-8
Sterren: **
Bron: Gezond en
verantwoord koken

Ingrediënten

40 g boter, zachte
8 sn brood, casino-,
dunne
1 kbl garnalen, kleine
(126 g)
8 pl kaas, Goudse,
jonge, dunne
2 dl melk
- peper, versgemalen
3 el peterselie,
fijnggehakte
1 ui, kleine, zeer fijn
gesnipperde

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Snijd desgewenst de korstjes van het brood.
Snijd de kaasplakken zo, dat ze even groot zijn
als de boterhammen.
Leg de kaas in een diep bord.
Schenk de melk over de kaas.
Beboter de bakplaat dun.
Bestrijk het brood aan één zijde met de rest
van de boter.
Leg het brood met de besmeerde zijde naar
boven op de bakplaat.
Verdeel de ui en de peterselie over het brood.
Strooi wat peper over de ui en peterselie.
Laat de garnalen in een zeef uitlekken.
Overspoel de garnalen met veel lauwwarm
water (hoe zouter; hoe meer).
Verdeel de garnalen over de boterhammen.
Leg de plakjes kaas over de garnalen.
Schuif de bakplaat in het midden van de oven.
Serveer de toast zodra de kaas gesmolten en
het brood warm geworden is.

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

Gazpacho met mosselen.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ****
Bron: Mosselen.nl

Ingrediënten

250 ml bouillon,
groente-, koud
2 tn knoflook
1 komkommer
12-18 mosselen,
gekookte (uit de schelp)
½ paprika, rode
- peper
1 sjalot
1 blk tomaten, gepelde
(400 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Houd van de komkommer, de paprika en de sjalot een stukje apart voor de garnering.
Schil de rest van de komkommer.
Halveer de komkommer in de lengte en schraap met een theelepeltje de zaden eruit.
Doe de komkommer met de rest van de groenten, de knoflook en het blik tomaten in een keukenmachine of een grote maatbeker.
Pureer de groenten in de keukenmachine of met de staafmixer glad.
Voeg de bouillon toe en pureer nog 10 sec.
Breng de gazpacho goed op smaak met zout en peper.
Zet de gazpacho minimaal 2 uur (liever nog 1 nacht) in de koelkast, zodat de smaken goed kunnen ontwikkelen.
Snijd intussen de apart gehouden groenten in piepkleine blokjes.
Schenk de koude gazpacho in kleine (wijn)-glazen en garneer met de mosselen en de blokjes groenten.

Gefrituurde mosselen I.



Menugang: -
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Marc Auwers

Ingrediënten

2 eieren
4 el meel, paneer-
48 mosselen, gekookte
- olie, frituur-
- peper
- tartaarsaus
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Klop de eieren los.
Doe wat peper en zout bij de eieren.
Klop de eieren nog eens goed door.
Haal de gekookte mosselen uit de schelpen.
Wentel de mosselen door het ei.
Wentel de mosselen vervolgens door het paneermeel.
Zet de mosselen 5 minuten in de koelkast, zodat het paneer stijver wordt.
Bak de mosselen goudgeel in de frituurolie van 175°C.
Serveer de mosselen met tartaar saus.

Tip:

Geschikt als borrelhapje en als voorgerecht.

Gegratineerde champignons.



Menugang: Hapje
Keuken: Mediterrane
Stuks: ca. 18
Sterren: **
Bron: Tina de Vries

Ingrediënten

250 g champignons,
kastanje-
50 g kaas, pittige
1 tn knoflook
2 el paneermeel
- peper, versgemalen,
royaal
2 el port
1 tomaatje op olie,
gedroogd
2 stngl ui, bos-
- zout

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

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Was de champignons.
Verwijder de steeltjes van de champignons.
Snijd de steeltjes klein.
Rasp de kaas.
Vermeng de port, het paneermeel en de kaas.
Snijd het tomaatje fijn.
Roer het tomaatje door het kaasmengsel.
Snijd de bosui heel fijn.
Verhit een beetje olie.
Bak daarin de steeltjes van de champignons met de bosui en de knoflook goudbruin.
Roer de groente door het kaasmengsel.
Breng de vulling op smaak met peper en zout.
Vul de champignons met het mengsel.
Zet de champignons 10-15 min. in de voorverwarmde oven.
Serveer de champignons (warm of koud) op een mooi schaalpje.

Gehaktbuideltje met filodeeg.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 15
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

20 g boter, gesmolten
3 vel deeg, filo-
150 g gehakt
1 tn knoflook
1 el kruiden, shoarma-
½ el olie
1 prei, kleine
50 g spek, ontbijt-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak de prei schoon.
Snijd de prei in dunne ringetjes.
Pel het teentje.
Snipper de knoflook.
Snijd het spek in smalle reepjes.
Verhit de olie.
Bak het gehakt met de knoflook,
shoarmakruiden en spekjes rul en bruin.
Laat het mengsel afkoelen.
Laat intussen het filodeeg, afgedekt met
huishoudfolie en een theedoek, ontdooien.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Snijd het deeg in de lengte in drieën.
Snijd de repen deeg in 5 vierkantjes.
Leg steeds 3 vierkantjes schuin op elkaar.
Verdeel het gehaktmengsel over de vierkantjes.
Druk de buideltjes deeg dicht.
Bestrijk de buideltjes met boter.
Bak de buideltjes in de voorverwarmde oven in
± 15 minuten bruin en gaar.

Geitenkaas met honing en spek.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 3-6
Sterren: ***
Bron: Tapas-recepten.nl

Ingrediënten

- honing
150 g kaas, geiten-,
zachte gekruide
12 pl ontbijtspek,
gerookt (lange plakken)

Bereidingstijd: 18 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snij indien nodig de lange plakken ontbijtspek door zodat 24 plakjes ontstaan.
Leg 12 plakjes ontbijtspek op een bord of snijplank.
Leg op elk plakje een bolletje geitenkaas.
Scheep op elk bolletje kaas een theelepel honing.
Vouw de ontbijtspek dicht.
Rol de overige 12 plakjes spek kruislings om de pakketjes heen.
Leg de pakketjes in een ovenschaal.
Zet de pakketjes 8 min. in de voorverwarmde oven.

Gestoofde kokkels in witte wijn.



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

Ingrediënten

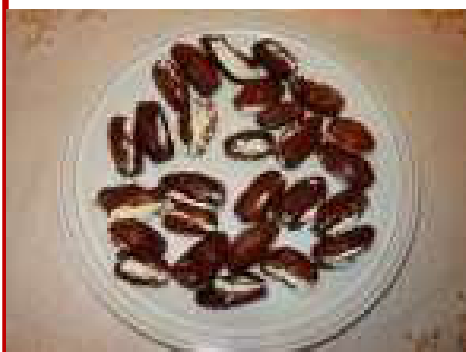
5 g boter
¼ citroen
250 g kokkels
1 bl laurier
- peper
1 dl wijn, droge witte
- zout

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Was de kokkels in ruim koud water.
Verhit in een wijde pan de wijn met de laurier.
Voeg de kokkels en de boter samen met een
snufje zout en een beetje peper toe aan de
wijn.
Doe de deksel op de pan.
Laat de kokkels 3 min. stomen.
Maal wat verse peper over de schelpen.
Besprenkel de schelpen met het sap van de
citroen
Serveer de schelpen direct met het kookvocht.

Gevulde dadels I.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Het nieuwe
kookboek

Ingrediënten

1 pk dadels (of 200 g
verse)
100 g kaas, zachte
(boursin, Mon Chou)

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

Bereiding.

Snijd de dadels in.
Ontpit de dadels.
Breng op de plaats van de pit de zachte kaas
aan.
Zet de dadelhelften met een prikke vast.

Tip:

Steek 2 ontvelde amandelen rechtop in iedere
dadel.

Gevulde eieren I.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: **
Bron: Emil

Ingrediënten

4 eieren, hardgekookt
- kerriepoeder
2 el mayonaise
- paprikapoeder
- peper
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de eieren doormidden.
Doe alle eigeel in een kommetje.
Meng het eigeel met de mayonaise, zout en kruiden tot een gladde pasta.
Vul de witte ei-delen met de pasta; eventueel met een spuitzak.

Gevulde eieren à la Dennis.



Menugang: Hapje
Keuken: Spaanse
Stuks: 40
Sterren: ****
Bron: Dennis' tapas recepten

Ingrediënten

1 augurk, zeer fijn gehakt
1 mp chilipoeder
20 eieren
3 el frietsaus
1½-2 tl mosterd, Dijon-
½ tl paprikapoeder
- peper, versgemalen
- peterselie, gedroogde
of bieslook (voor de garnering)
1 sjalotje, zeer fijn gehakt
5 drp tabasco
2 el tomatenketchup
- zout

Bereiding.

Kook de eieren zeer hard (ruim 10 min.).
Laat de eieren goed schrikken onder de koude kraan.
Laat de eieren afkoelen.
Pel de eieren voorzichtig; zodat ze niet stuk gaan.
Snijd de eieren over de lengte door midden.
Scheep met een theelepeltje het eigeel uit de halve eieren.
Leg de eiwitten op een schaal.
Bewaar het eigeel.
Meng het eigeel in een schaal met zout, peper, paprikapoeder, chilipoeder en tabasco.
Prak het mengsel fijn met een vork.
Voeg het sjalotje toe aan het mengsel.
Voeg de augurk toe aan het mengsel.
Voeg 2 el frietsaus toe aan het mengsel.
Voeg 1 el tomatenketchup toe aan het mengsel.
Prak het mengsel goed door elkaar.
Voeg eventueel extra frietsaus en tomatenketchup toe, totdat een mooi glad mengsel ontstaat.
Proef de vulling.
Voeg eventueel naar smaak meer kruiden, peper, zout en/of tabasco toe.
Doe de vulling in een spuitzak met een grote gekartelde mond.
Spuit de vulling in de halve eiwitten.
Garneer de gevulde eieren met een beetje peterselie of bieslook.

Tips:

Vervang de paprikapoeder eens door kerriepoeder.
Meng eventueel een paar eetlepels tonijnsalade door de vulling.
Gebruik niet al te verse eieren, verse eieren zijn moeilijk af te pellen.

46

Bereidingstijd: 15 min.*
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g

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

*(excl. kooktijd en koeltijd van de eieren)

Gevulde eieren met bieslook en mosterd.



Menugang: Hapje
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
AllerHande 2009-12

Ingrediënten

1 el bieslook, verse,
gesnipperd
1 el crème fraîche
4 eieren
1 tl mayonaise
1 tl mosterd, Dyon-
1 tl paprikapoeder
- peper
3 drp tabasco
- zout

Bereiding.

Kook de eieren in ruim kokend water in 10 min. hard.

Giet de eieren af.

Laat de eieren schrikken onder koud stromend water.

Pel de eieren.

Snijd de eieren voorzichtig in de lengte doormidden.

Haal de eidooiers met de punt van een mes uit het eiwit.

Meng in een kom met een vork de dooiers, mayonaise, crème fraîche, bieslook, mosterd en tabasco tot een gladde pasta.

Voeg naar smaak peper en zout toe.

Schep het eidooiermengsel in de spuitzak.

Vul de eiwitten met rozetten.

Bestrooi de eieren met paprikapoeder.

47

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Gevulde eieren met zalm.



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

Ingrediënten

4 eieren, hardgekookte
2 el mayonaise
- paprikapoeder
- peper
- tabasco
1 el zalm, rode (100 g)
1 blk
- zout

Bereiding.

Halveer de gepelde eieren.
Verwijder de dooiers.
Wrijf de dooiers door een zeef.
Ontdoe de rode zalm van ongerechtigheden.
Prak de zalm zeer fijn.
Vermeng de zalm met de mayonaise,
tomatenketchup en eierdooiers.
Breng de vulling op smaak met enkele druppels
tabasco, peper, zout en paprikapoeder.
Vul de halve eieren met de vulling.
Decoreer de halve eieren met toefjes peterselie
en paprikapoeder.

48

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Gevulde kerstomaatjes.



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

Ingrediënten

250 g garnalen
2 el mayonaise
24 tomaten, kers-
- peper
1 bs peterselie
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het deksel van de tomaatjes.
Hol de tomaatjes uit.
Doe een beetje peper en zout in de tomaatjes.
Meng de garnalen met de mayonaise.
Doe de garnalenvulling in de tomaatjes.
Garneer de tomaatjes met een toefje peterselie
of bieslooksnippers.

Tip:

Gebruik in plaats van mayonaise een
zelfgemaakte cocktailsaus.
Zet na het vullen de dekseltjes weer terug op
de tomaatjes.

Haringtartaar.



Menugang: Hapjes,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Culinaire kalender
2004

Ingrediënten

- cayennepeper,
piepklein snufje
2 haringen, nieuwe
½ el kappertjes,
grofgehakt
2 el mayonaise
- peterselie, vers
gehakte, handjevol
½ ui, gesnipperd

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Hak de haringen met een vlijmscherp mes
zonder kartels fijn.
Meng de haring met de andere ingrediënten.
Serveer de tartaar op sneetjes warm
geroosterd witbrood besmeert met wat boter.

Hartige poffertjes met pesto, oude kaas en rauwe ham.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 24
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

1 tl bakpoeder
175 g bloem
2 eieren
100 g ham, rauwe
150 g kaas, oude
2 dl melk
- pesto
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng de bloem, het bakpoeder en het zout in een kom.
Voeg beetje bij beetje de melk toe aan de bloem.
Meng het beslag met een garde goed door elkaar.
Voeg vervolgens één voor één de eieren toe.
Zorg dat het beslag glad wordt zonder klonten.
Rasp de kaas fijn en meng dit door het beslag.
Vet de poffertjespan in met een beetje boter of olie.
Giet het beslag in de daarvoor bestemde rondjes.
Bak de poffertjes aan weerszijden goudbruin.
Laat de poffertjes vervolgens afkoelen in een schaal.
Bestrijk de poffertjes met een tl pesto.
Drapeer op de pesto een half plakje rauwe ham.

Hollandse tapas II.



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

Ingrediënten

1 sn brood, casino-,
bruin
1 tl honing, vloeibare
50 g kaas, extra
belegen, 30+
50 g kaas, kruiden-
8 pl komkommer
1 tl mosterd
12 radijsjes
8 tomaatjes, Kerst-
12 uitjes, zoetzure
1 el yoghurt, magere

Bereiding.

Snijd de kazen in 8 blokjes.
Rooster het brood.
Snijd het brood in vier driehoekjes.
Meng de yoghurt met de mosterd en honing.
Doe het yoghurtmengsel in een schaaltje.
Serveer de kaasblokjes met het brood,
groenten en dipsaus op een mooie schaal.

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 120
Eiwit: 8 g
Koolhydraten: 7 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 7 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: 4 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Kaassoufflé van bunkerkaas.



Menugang: Snack
Keuken: -
Stuks: 40
Sterren: **
Bron: AD Weekend

Ingrediënten

300 g deeg, blader-
5 eiwitten, losgeslagen
400 g kaas, bunker-
150 g kaas,
Parmezaanse, geraspte
175 g meel, paneer-
64 g melk, volle
150 g room, slag-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de melk en de slagroom tot het kookpunt.
Giet de warme massa in een blender.
Voeg de kaas toe.
Draai het geheel tot een gladde massa.
Doe de massa in een spuitzak met een gladde spuitmond.
Rol het bladerdeeg op gelijke dikte uit (ca. 1 mm.)
Maak plakken van 6 x 3 cm.
Spuit de kaascrème in het midden van een plak.
Besmeer met een kwast een andere plak met losgeslagen eiwit.
Leg deze op de plak met de kaascrème.
Druk de zijkanten goed aan.
Leg de soufflé eerst in de losgeslagen eiwit.
Rol de soufflé daarna door het paneermeel.
Frituur de soufflé op 200°C aan beide zijden goudbruin.

Kaasstengels.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: -
Sterren: **
Bron: Tof

Ingrediënten

5 pl bladerdeeg
1 klt boter
1 ei
50 gr kaas,
Parmezaanse

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.



Laat de plakjes bladerdeeg ontdooien.



Vet 2 bakplaten in met boter. Verwarm de oven voor op 200 °C.



Klop in een bakje een ei los.



Bestrijk elk plakje bladerdeeg met ei.



Strooi een laagje kaas op de plakjes.



Snijd elk plakje bladerdeeg in reepjes.



Draai van elk reepje een spiraal. Leg de stengels op de bakplaten.



Bak de stengels goudbruin in de oven in 15 minuten.

Tip:

Kies de geraspte kaas die je lekker vindt.
Vervang de kaas eens door sesamzaad.

Kaastapas.



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

Ingrediënten

2 tl citroensap
1 tn knoflook
2 el olie, olijf-
150 g Parrano 45
(Uniekaas)
- peper
- sla
1 tk tijm
4 tomaten,
zongedroogde
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de Parrano in blokjes en de tomaten in stukjes.
Pel de knoflook en pers hem boven de olijfolie uit.
Pluk de blaadjes tijm van het takje.
Meng de kaas met de tomaat, de knoflookolie, de tijm en het citroensap en breng op smaak met zout en peper.
Serveer in kleine schaaltes, op een blaadje sla.

Kalkoenhapjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Robert Wevelkate

Ingrediënten

- kaasvlinders
- kalkoenfilet
- paprika-sandwich-spread (Heinz)
- tuinkers

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bestrijk de plakjes kalkoenfilet met paprika-sandwichspread (Heinz).
Bestrooi de plakjes kalkoenfilet met tuinkers.
Rol de plakjes kalkoenfilet op.
Snijd de rolletjes in plakjes.
Leg de plakjes op kaasvlinders.

Tip:

Lekker bij de borrel.

Kaneelbroodjes (airfryer).



Menugang: Hapje,
brunch-, ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Martin Senders

Ingrediënten

320 g bloem
40 g boter
1 ei
1 zk gist, gedroogde (à
7 g)
125 ml melk, lauwe
30 g suiker
1 zk suiker, vanille-
1 snf zout

Vulling

2 tl kaneelpoeder
1 ei
100 g suiker, baster-
- suiker, poeder-

Bereiding.

Maak van de ingrediënten van het deeg een
zoet brood deeg.
Mocht je een keukenmachine hebben kan dit
makkelijk met de deeghaak.
Laat dit deeg 1 uur rijzen.
Meng de suiker met de kaneel.
Klop het ei los.
Rol de deegplak uit tot ongeveer grote A4 en
maak deze een beetje vochtig.
Verdeel de kaneelsuiker over de deegplak en rol
deze op.
Het uiteinde even insmeren met ei, zodat deze
plakt.
Snijd er met een dun mes plakken van 2 cm. dik
van en leg deze in papieren muffinvormpjes.
Smeer de broodjes in en bak ze in je Airfryer 15
min. 150°C.

Tips:

Voeg gerust eens amandelen toe.
Strijk ze eens met pindakaas in.
Lekker bij de koffie.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Kipbuideltjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: ca. 60
Sterren: ***
Bron: Jannekes.nl

Ingrediënten

3 el bamboescheuten
10 vel filodeeg
1 tl gember, verse
100 g ham, rauwe
400 g kip, gare
1 tn knoflook
1 el sojasaus (ketjap)
4 uitjes, bos-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C (hetelucht 170°C).

Meng de fijn gemalen kip, fijngesneden ham, fijngesneden bosuitjes, fijngesneden bamboescheuten, sojasaus, geperste knoflook en de geraspte gember.

Snijd het filodeeg in vierkantjes van ongeveer 10x10 cm.

Schep op elk stukje filodeeg een eetlepel van het mengsel.

Bestrijk de hoeken met wat water.

Vouw het deeg om de vulling tot een buideltje.

Bak de buideltjes ongeveer 15-20 min, totdat ze goudgeel zijn.

Serveer ze met sojasaus of loempiasaus.

Kleine saucijzenbroodjes.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 12
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-schrift

Ingrediënten

Voor het deeg:

100 g bloem
75 g boter
½ dl water
2 g zout

òf:

5 pl bladerdeeg,
diepvries-

Voor de vulling:

½ ei
125 g gehakt
- nootmuskaat
- peper
- zout

Bereiding.

Zeef de bloem.

Verdeel de koude harde boter met 2 messen in kleine stukjes, ter grootte van bruine bonen. Doe ¾ deel van de gezeefde bloem, boter en zout in een kom (houd ¼ deel van de bloem achter om later bij het rollen te gebruiken). Kneed de inhoud van de kom tot een kruimelige massa is verkregen.

Voeg het ijskoude water toe aan de kruimelige massa.

Kneed de kruimige massa tot een samenhangend, iets vochtig deeg is verkregen. Bestuif het deeg met bloem.

Rol het deeg op een met bloem bestoven werkvlak, onder nu en dan keren en bestuiven, luchtig uit tot een dunne rechthoekige elastische lap deeg is verkregen.

Vouw de lap in drieën.

Draai de lap een kwart slag.

Rol de lap opnieuw gelijkmatig uit.

Herhaal deze handeling nog tweemaal (een zgn. toer geven).

Laat het deeg afgedekt op een koude plaats minstens ½ uur rusten.

Geef het deeg na het rusten weer een toer (uitrollen, draaien, driemaal).

Laat het deeg nogmaals ½ uur rusten.

Verwarm de oven voor op 220°C.

Rol het deeg uit tot een lap van ± 8 x ± 50 cm.

Meng het gehakt met peper, zout en nootmuskaat en maak er een rol van ± 50 cm lengte van.

Leg de gehaktrol op het deeg.

Maak de lap deeg aan één van de lange zijden nat en sla hem dubbel.

Druk de randen stevig op elkaar.

Snijd de rol in stukjes van ± 4 cm lengte.

Leg de stukjes op een natgemaakt bakblik en bestrijk ze met losgeklopt ei.

Schuif het bakblik iets onder het midden in een hete oven (± 220°C).

Laat de saucijzenbroodjes in ± 30 minuten gaar en lichtbruin worden.

Serveer de broodjes warm op een verwarmde schaal, die met een servetje is bedekt.

Tip:

Verwerk het diepvriesbladerdeeg direct na het ontdooien.

Leg bij het gebruik van diepvriesbladerdeeg op ieder deegplakje 10 cm van de gehaktrol, sla de plakjes dubbel en halveer de broodjes daarna.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Knabbelzalm.



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

Ingrediënten

1 tl citroensap
100 g coppa di parma òf
parmaham
2 el mayonaise
1 el oregano, verse
- peper
2 el room
200 g zalmfilet
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Spreid de plakjes ham uit op een niet ingevette ovenplaat.
Snijd de zalmfilet in blokjes.
Leg op elk plakje ham een stukje zalm.
Vouw de plakjes om de vis.
Leg de plakjes op de kop zodat ze vanzelf dicht blijven.
Zet ze 5 minuten in de oven.
Meng ondertussen de mayonaise met de room, oregano, citroensap en een snufje zout en peper.
Draai het geheel met de staafmixer tot een gladde saus.
Verdeel de hapjes over een langwerpig bord.
Druppel er wat van het oreganosausje over.

Knoflookstokbrood met salami.



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

Ingrediënten

1 baquette, afbak
100 g roomkaas met
knoflook & kruiden
8 pl salami

Bereidingstijd: 18 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 294
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 28 g
w/v suikers: - g
Natrium: 620 mg
Vet: 16 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de baguette in plakjes maar snijd de onderkant niet helemaal door.
Vul de insneden met roomkaas en de halve plakjes salami.
Bak de baguette volgens de aanwijzingen op de verpakking goudbruin en knapperig.

Luxe eitje met gerookte zalm.



Menugang: Brunch-,
lunch-, ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Super de Boer

Ingrediënten

6 spr bieslook
1 el citroensap
2 eieren, grote
½ tl mierikswortelpuree
(potje, Kühne)
3 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
8 bld sla, rucola-
100 g zalm, gerookte
- zout

Extra nodig: 4 lage
glaasjes

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 640
Energie kcal: 155
Eiwit: 10 g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 13 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de eieren in ca. 6 min. in kokend water zacht.
Spoel de eieren onder koud water af.
Pel de eieren af.
Roer voor de dressing het citroensap met de olijfolie en mierikswortelpuree door elkaar.
Snijd de bieslook grof.
Meng de ½ van de bieslook door de dressing.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.
Halveer de eieren.
Verdeel in elk glaasje wat sla.
Besprenkel de sla met dressing.
Verdeel de zalm over de sla.
Zet een half ei op de zalm.
Garneer het gerecht met de overige bieslook.

Tip:

Garneer het eitje nog extra met wat
(nep)kaviaar.

Maïs-paprikataartjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 36
Sterren: ***
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

10 vl bladerdeeg,
diepvries-
2 eieren
60 g kaas, belegen,
geraspt
60 ml karnemelk
1 blk maïskorrels,
uitgelekt (300 g)
1 tl mosterd, Dijon
1 paprika, rode, kleine
160 ml room, dikke
- tabasco, scheutje

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Ontdooi het bladerdeeg.
Laat de maïs uitlekken.
Snijd de paprika fijn.
Vet 36 muffinvormpjes in en snijd met een
vorm van 6 cm. doorsnede rondjes uit het
bladerdeeg.
Bekleed de vormpjes met het bladerdeeg en
prik gaatjes in het deeg.

Bereidingswijze.

Meng de maïs, kaas en paprika en breng het op
smaak met zout en peper.
Klop de eieren los in een schaal en voeg de
karnemelk, room, mosterd en tabasco toe.
Verdeel het groentemengsel over de taartjes en
schenk er zo veel eiermengsel op dat de
taartjes bijna vol zijn.
Bak de taartjes 25 minuten in de oven tot ze
gerezen en stevig zijn.

Serveertips.

Serveer de taartjes warm of koud en garneer
met kruiden naar keuze.

Vorb.tijd: 20 min.
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Malfattini - spinazieballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
ReceptenMetkaas.nl

Ingrediënten

¼ bs basilicum, fijn-
gesneden
100 g bloem
½ el boter
1 ei
1 el olie, olijf-
50 g Parmigiano
Reggiano, geraspt
- peper
150 g ricotta
200 g spinazie, grof
gesneden
1 ui, fijngesnipperd
- zout

Bereiding.

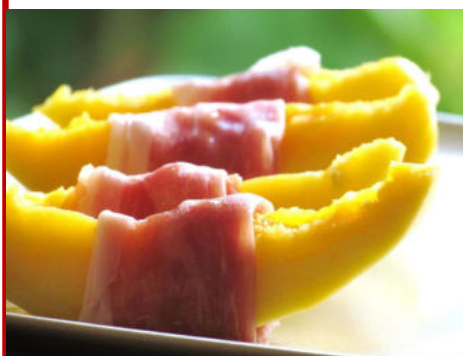
Verwarm de oven voor op 200°C.
Doe de spinazie 1 min. in kokend water.
Laat de spinazie op een zeef uitlekken.
Verwarm de olie.
Bak het uitje glazig in de olie.
Voeg de spinazie toe aan het uitje.
Bak de spinazie 1 min. mee.
Laat het mengsel afkoelen.
Meng de ricotta met het ei.
Breng het ricotta-mengsel op smaak met zout en peper.
Roer de spinazie en basilicum door de ricotta.
Voeg beetje bij beetje de bloem toe.
Kneed het geheel tot een deeg.
Breng een pan licht gezouten water aan de kook.
Maak met een theelepel balletjes van het deeg.
Laat de balletjes in het water zakken (zet het vuur laag).
Haal de balletjes, als ze boven komen drijven, uit de pan (ze zijn dan gaar).
Laat de balletjes uitlekken.
Vet een ovenschaal in.
Leg de balletjes in de ovenschaal.
Smelt de boter.
Giet de boter over de balletjes.
Strooi de kaas over de balletjes.
Zet de ovenschaal gedurende 8 min. in de oven.

Informatie:

Parmigiano Reggiano = Parmezaanse kaas

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Mango met rauwe ham.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1 mango, rijpe, verse
200 g ham, rauwe

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

Bereiding.

Schil de mango.
Snijd de mango in lange repen.
Vouw er een plak rauwe ham om.
Zet de rauwe ham vast met een houten cocktailprikkers.
Zet de mango voor het serveren koel weg.

Meloen-hamcocktail.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-schrift

Ingrediënten

2 el gembersiroop
100 g ham, parma
1 mango, kleine
2 meloentjes
6 el port, rode
1 ptj room, zure

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Halveer de meloentjes.
Haal de pitjes los.
Laat de pitjes er samen met het nat uitlopen.
Scheep het vruchtvlees los met een theelepeltje in een schaal.
Snijd de Parmaham in reepjes.
Schil de mango.
Snijd de mango in kleine stukjes.
Meng de meloenstukjes, ham en mango.
Verdeel het mengsel over de meloenhelften.
Maak een sausje van de zure room met de gembersiroop en de rode port.
Schenk de saus over de vruchten in de meloenhelften.
Dien de meloenhelften koel op.

Mini-gehaktbroodjes in biersaus.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Recepten uit
Limburg

Ingrediënten

200 ml bier, donker
Trappistenbier (type
Westmalle)
- boter
12 pl brood, wit
100 ml fond, runder-
500 g gehakt, gemengd
1 ei
2 kl maïszetmeel
- melk
- olie, zonnebloem-
½ kl paprikapoeder
- peper
1 kl tomatenpuree
- zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 80°C.
Pel en snipper 1 sjalot en de knoflook.
Stoof deze glazig in een beetje boter.
Week het brood in een bodempje melk en knijp goed uit.
Doe samen met het gehakt, de gestoofde sjalotmix en het ei in een mengkom en meng goed tot een smeuïg geheel.
Breng op smaak met peper, zout en paprikapoeder.
Vorm er 12 mini-gehaktbroodjes van en omwikkel elk broodje met een plakje ontbijtspek.
Verhit boter in een pan en bak de gehaktbroodjes rondom goudbruin.
Leg ze in een ovenschaal en hou ze warm in een voorverwarmde oven op 80°C.
Pel en snij de overige sjalotten in ringen.
Stoof ze glazig in het resterende bakvocht, schep er de tomatenpuree door en blus met het bier.
Laat de alcohol verdampen en voeg de fond toe.
Laat 10 min. op een hoog vuur inkoken.
Voeg eventueel nog maïszetmeel, opgelost in een bodempje water, toe om de saus in te dikken.
Neem de gehaktbroodjes uit de oven en serveer ze met de biersaus, bestrooi met peterselie.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Mini kaasbroodjes.



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

Ingrediënten

5 pl bladerdeeg
1 ei
3-4 pl kaas (oude)
50 g kaas, room-
(naturel of met kruiden)
- kaas, geraspte, handje
- oregano, snufje
- peper, snufje

Bereidingstijd: 20 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Laat de vellen bladerdeeg ontdooien en verwarm de oven op 200°C.
Snijd de plakken bladerdeeg 1 x doormidden zodat er 2 rechthoekige stukken ontstaan.
Besmeer de onderste helft met een beetje roomkaas (houd een paar mm vrij van de rand).
Snijd de plakken kaas op hetzelfde formaat als de plek met roomkaas.
Leg 2 a 3 stukjes op de roomkaas.
Bestrooi met een snufje zwarte peper en oregano.



Maak met een mesje in de bovenste helft van het bladerdeeg 3 inkepingen (houd ook een paar mm van de rand vrij).
Klap het bovenste gedeelte over de kaas en druk goed dicht met een vork.
Leg de kaashapjes op een bakplaat met bladerdeeg.
Klop het ei los en bestrijk de bovenzijde van de kaashapjes hiermee.
Bestrooi als laatste met een beetje geraspte kaas.
Bak ze ongeveer 20 tot 25 min in de oven.
Ze zijn zowel warm als koud lekker.
Het liefst dezelfde dag serveren anders wordt het bladerdeeg wat slap.

Mini kaastaartjes met cranberrymarmelade.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 24
Sterren: **
Bron: C1000

Ingrediënten

3 el bieslook
6 pl bladerdeeg
2 el cranberrycompote
1 bk crème fraîche
100 g Danish blue
2 el marmelade
1 prei

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 420
Energie kcal: 100
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 6 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 8 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Ontdooi de plakjes bladerdeeg.
Verkruimel de Danish blue.
Snijd de prei in dunne ringetjes.
Knip de bieslook fijn.
Roer de marmelade met de cranberrycompote door elkaar.
Snijd de plakjes bladerdeeg in vieren en bekleed er de ingevette holletjes van een mini-muffin bakvorm mee.
Schep de Danish blue met de prei en de crème fraîche door elkaar.
Vul er de holletjes mee.
Bak de taartjes in een voorverwarmde oven (200°C)
In ± 15 minuten goudgeel en gaar.
Lepel er een klein beetje van de cranberrymarmelade op en strooi de bieslook erover.

Wijntip:

Stefano Ruby, zoete port.

Mini knakbroodjes.



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

Ingrediënten

5 pl bladerdeeg
(diepvries)
1 ei
1 blk worstjes, borrel-
(400 g)

Bereidingstijd: 40 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 51
Eiwit: 2 g
Koolhydraten: 4 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 3 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor tot 200°C.
Snijd de plakjes bladerdeeg elk in 5 repen.
Laat de cocktailworstjes uitlekken en wikkel in elke reep bladerdeeg 1 worstje.
Leg de knakbroodjes op een bakplaat met bakpapier, bestrijk ze dun met ei en bak ze in 20-25 min. goudbruin en gaar.

Tip:

Serveer met een schaaltje mosterd.

Mierikswortelmousse met paling.



Menugang: Amuse-,
voorgerecht, hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Visrecepten.nl

Ingrediënten

½ citroen, sap van
2 bld gelatine, witte
2½ el mierikswortel,
gerasppte
150 g paling, gerookte
- peper, versgemalen
125 ml slagroom
1 tomaat, tros-, kleine
150 ml yoghurt, Griekse
4 tf zeekraal of
waterkers
- zout

Bereiding.

Week de blaadjes gelatine 5 min. in ruim koud water.

Knijp de blaadjes uit en doe ze met iets vocht en 1 el citroensap in een glas.

Verwarm de gelatine 15-20 seconden op vol vermogen in de magnetron en laat de gelatine smelten, los de gelatine al roerende op in het vocht.

Meng in een kom het gelatinemengsel door de yoghurt (op kamertemperatuur).

Roer ook de mierikswortel erdoor.

Klop de slagroom stijf en spatel de room luchtig door het yoghurtmengsel.

Breng de mousse op smaak met zout en peper.

Verdeel de mousse over vier rechte glazen en laat de mousse in de koelkast in 1 uur opstijven.

Snijd de tomaat in vieren, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in dunne reepjes.

Laat ze op keukenpapier uitlekken.

Snijd de paling in stukjes van 2-3 cm en meng ze met een beetje citroensap en zout en peper naar smaak.

Schep in elk glas een bergje paling op de mousse en garneer met de reepjes tomaat en zeekraal.

Tips:

Lekker met lange repen vers geroosterd brood. In kleine borrelglasjes is dit gerechtje een lekkere amuse of borrelhapje, snijd de paling dan in smalle reepjes.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: 1129

Energie kcal: 269

Eiwit: 18 g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 20 g

w/v verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Mosselspiesjes.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

- citroensap, vers
2 laurierbladeren
15-20 mosselen, verse -
paneermeel
- peper
- remoulade of cocktail-
saus
- roomboter, voor het
fruiten
1 bs selderie
15-20 spek, gerookte,
dunne lapjes
1 ui, grote
½ l wijn, witte
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Was de mosselen zorgvuldig en doe ze met de wijn en de schoongemaakte en kleingesneden selderie in een pan.

Voeg de uien, de laurierbladeren en zout en peper toe.

Breng alles aan de kook en laat het 15 min. trekken.

Neem de mosselen uit de schelpen.

Rijg ze met het gerookte spek om en om aan tandenstokers.

Bak de spiesjes in een koekenpan met roomboter aan alle zijden vlug aan, wentel ze in paneermeel en zet ze 3 tot 5 min. onder de grill.

Breng ze met zout en peper op smaak.

Serveer de spiesjes met citroensap en remoulade of cocktailsaus.

Mosselspiesjes met spek en ananas.



Menugang: Voorgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Mosselen.nl

Ingrediënten

1 kblk ananasstukjes
- basilicum
- citroenmelisse
- citroensap
- dille
- dragon
2 eieren, hardgekookte
1 kg mosselen, verse
1 kp olie, olijf-
250 g ontbijtspek
- peper
- peterselie
1 ui, middelgrote
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de mosselen in licht gezouten water totdat ze open staan.

Kies de grootste mosselen en wikkel ze in reepjes spek.

Rijg de omwikkelde mosselen en de goed uitgelekte ananasstukjes om en om aan tandenstokers.

Leg ze ongeveer 5-8 min. onder de grill en draai ze eenmaal om.

Hak ondertussen de eieren en de kruiden fijn. Roer het mengsel met olie, een scheutje citroensap en de kruiden goed door tot er een smeuge saus, een Italiaanse groene saus, ontstaat die u bij de mosselspiesjes serveert.

Tip:

De groene saus wordt bijzonder smeug als u wat room toevoegt.

Mosselspiesjes 'Sylt'.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: ManInDeZorg.nl

Ingrediënten

- brood, wit, geroosterd
- chilipeper
- ½ citroen, sap van
- 100 g garnalen, grote of
shrimps uit de diepvries
- 400 g mosselen,
gekookte
- 3 el olie
- sojasaus, scheutje
- 50 g spek, doorregen
- 12 zilvertuitjes
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het spek in smalle repen.
Rijg de mosselen om en om met de
garnalen, de uitgelekte zilvertuitjes en de
spekrepen aan de grilleerpennen.
Bestrijk de spiesen met een marinade van
sojasaus, citroensap en olie.
Leg ze onder de grill en draai ze eenmaal om.
Kruid met zout en wat chilipeper na en geef er
geroosterd witbrood bij.

Palingtortillarolletjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: NeVePaling.com

Ingrediënten

100 g palingfilet,
gerookte
(1 pepertje, chili-)
1 bk room, zure (125
ml)
75 g sla, veld-
2 tortilla's, bloem-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bestrijk de bloemtortilla's met de zure room.
Verdeel er de veldsla en de gerookte palingfilet over.

Rol de tortilla's stevig op.

Snijd de tortilla's schuin in rolletjes van ca. 4 cm. breed.

Steek de rolletjes met een cocktailprikker vast.

Tip:

Chileens tintje toevoegen?

Roer door de zure room wat kleingesneden chilipeper.

Pangsit I.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: Chinese
Personen: -
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

200 g garnalen (blikje)
500 g gehakt, varkens-
1 tl knoflookpoeder
- olie, arachide-
- pangsitvellen
- peper
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kneed het gehakt met alle kruiden goed door elkaar.
Draai er kleine balletjes van.
Vouw de balletjes in de pangsitvellen.
Bak ze in de olie lichtbruin.

Pittige drumsticks.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Jacqueline van Roon

Ingrediënten

1 tl citroensap
8 drumsticks
3 el honing, vloeibare
2 tl mosterd, Dijon
2 el olie
- tabasco, enkele druppels
1 dl tomatensaus, gekruide

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Roer een sausje van de tomatensaus, honing, tabasco, Dijon-mosterd en citroensap. Smeer de drumsticks in met het sausje. Verhit de olie in een koekenpan. Bak de kip in ± 25 minuten bruin en gaar. Serveer de drumsticks koel.

Pizzarolletjes.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 2
Sterren: **
Bron: Dorothy Spijker

Ingrediënten

1 blk deeg, pizza-, gekoeld
2 tn knoflook
2 el olie, olijf-
1 el oregano
1 paprika, rode, kleine
1 paprika, groene, kleine
1 dl tomatensaus, gekruide
3 uitjes, bos-

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Maak de paprika's schoon en snijd ze in kleine blokjes.
Snijd de bosuitjes in ringetjes en hak de teentjes knoflook fijn.
Rol het pizzadeeg uit en snijd het deeg in 2 stukken.
Strijk de tomatensaus over de plakken deeg uit, strooi er de paprika, de bosui, de knoflook en de oregano over.
Rol de stukken deeg vanaf de korte kant stevig op.
Vet een bakplaat in.
Snijd de pizzarollen in plakken van ± 1½ cm., leg de rolletjes op de bakplaat en bestrijk ze met de olie.
Bak de pizzarolletjes in de oven in ± 10 min. goudbruin.

79

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 470
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Planet Hollywood potstickers.



Menugang: -
Keuken: Chinese
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Tastyweb.nl

Ingrediënten

1 ei
½ tl gember, verse
- saus, Hoisin-
125 g kalkoengehakt
1 tl kastanjes, water-
1/8 tl knoflookpoeder
- olie, frituur-
½ tl peper
¼ tl pepervlokken
½ tl sojasaus, Japanse
1 tl ui, lente-
12 wontonvellen
¼ tl zout

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Rasp de gember.
Snijd de lente-ui fijn.
Snijd de waterkastanjes fijn.
Maal de peper.
Maal de pepervlokken.
Klop het ei.
Meng alle ingrediënten, behalve het ei, de olie en de wontonvellen in een schaal.
Voeg 1 el van het geklopte ei toe.
Verhit de olie tot 180°C.
Snijd uit de wontonvellen cirkels met een diameter van ca. 7-8 cm.
Leg een ½ el vulling in het midden van een wontonvel.
Smeer met een kwastje wat ei aan de randen.
Vouw het vel dicht.
Druk met een vork de uiteinden op elkaar.
Frituur de potstickers tot ze mooi goudgeel zijn.
Serveer de potstickers met Hoisinsaus of een chili sojasaus.

Poffertjeshapje met geitenkaas, honing en prosciutto.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 36
Sterren: ***
Bron: Vrouw

Ingrediënten

- basilicumblaadjes
- boter, gesmolten
1 ei
1 el honing, vloeibare
150 g kaas, geiten-,
zachte
12 pl prosciutto, elk in 3
stukken 200 g meel,
bak-, zelfrijzend
2 dl melk
1 mp zout

Bereiding.

Zeef het zelfrijzend bakmeel en meng met het zout.

Voeg melk, geitenkaas, honing en ei toe.

Mix het geheel tot een glad beslag.

Bestrijk de kuiltjes van een warme poffertjespan met gesmolten boter.

Vul de kuiltjes voor $\frac{3}{4}$ met het beslag.

Bak de poffertjes op matige vuur tot de bovenkant bijna droog is en draai ze om.

Bak deze kant goudbruin.

Wikkel een stukje prosciutto om elk poffertje en steek het vast met een cocktailprikker.

Verdeel ze over 4 borden.

Garneer met een klein blaadje basilicum.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Puffhapjes met kip.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ikram,
Womanistical

Ingrediënten

1 zk boterhammen,
casino
½ bouillonblokje
2 -3 eieren
- gember
1 kipfilet, zeer klein
gesneden
- kipkruiden
1 tn knoflook
1 paprika, klein
gesneden
- paneermeel
- paprikapoeder
- peper
- roomkaas
1 tomaatje
1 uitje, zeer klein
gesneden
- zout

Bereiding.

Snijd de korstjes van de boterhammen (bewaren, hier kan je paneermeel van maken).
Bak de kipfilet samen met de groenten.
Breng het op smaak met kruiden en doe als laats pas wat roomkaas erdoorheen.
Laat de vulling afkoelen.
Pak nu je boterhammen erbij.
Druk elk boterham wat plat met een deegroller.
Besmeer elk boterham met wat roomkaas, mayonaise of kruidenkaas (of wat je ook maar lekker vind).
Leg in het midden van elk boterham wat kip (laat de randen wel vrij) en vouw de boterham dicht, druk de randen goed tegen mekaar aan, het plakt dan als het ware aan elkaar.
Zo werk je alle boterhammen af.
Haal je gevulde boterhammen nu door de losgeklopte ei en daarna door de paneermeel.
Laat ze goed drogen voordat je ze gaat frituren.
Zet ze even (het liefst een uurtje ofzo) in de koelkast.
Bak je boterhammen goudbruin in olie en leg ze even op wat keukenpapier.

Tips:

Je kunt eigenlijk als vulling van alles gebruiken.
Denk aan Kaas, ragout enz enz. Laat je fantasie er op los zou ik zeggen.
Lekker met een dipsausje



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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Rotolini.



Menugang: Hapje
Keuken: Italiaanse
Stuks: 12
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

1½ el azijn, wijn-, witte
75 g kaas, gruyère-, in
plakjes
4 knakworstjes, in
drieën
3 el olie
- peper
12 bl salie, kleine
4 schnitzels, varkens-,
dunne
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Sla de schnitzels plat.
Snijd de schnitzels in de lengte in drieën.
Leg de worst op de schnitzels.
Verdeel de kaas en de salie over de schnitzels
Rol het vlees op.
Steek het vlees vast met een
cocktailprikkertje.
Bak de rolletjes in de olie in ca. 5 minuten
rondom bruin.
Breng de rolletjes op smaak met zout en peper.
Besprenkel de rolletjes met azijn.
Braad de rolletjes afgedekt, op een matig vuur
in ca. 5 minuten gaar.

Tip:

Serveer de rolletjes warm of koud met wat
tomatensaus.

Sambal goreng mossel - hete mosselen.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: Indonesische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Salamat Makan

Ingrediënten

2 tn knoflook,
fijngesneden
1 tl laos
1 zk mosselen, verse (2
kg - nog in schelp)
- nootmuskaat
- olie, sla-
- peper
1 st prei, in ringen
- sambal
1 bs selderie, schone (6
á 8 st.)
1 tomaat, grote, in
stukjes
1 ui, grote, in ringen
2 uien, grote,
fijngesneden
- zout

Bereiding.

Was de mosselen.

Kook de mosselen in wat water met de
uienringen, wat prei en de hele selderie.

Haal de mosselen, indien gaar, uit de schelp.

Laat de mosselen uitlekken.

Fruit de knoflook, de stukjes ui en de stukjes
tomaat en sambal naar smaak in wat slaolie.

Voeg de mosselen er aan toe en maak af naar
smaak.

Serveer de mosselen bij witte rijst of gewoon
bij de borrel.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Satékroketten I.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron:
ZoMaakJeHetZelf.nl

Ingrediënten

120 g bloem, patent-
25 g boter, bak-
90 g boter, room-
150 g bouillon
1 tl gemberpoeder
2 el ketjap
- knoflookpoeder, snufje
2 l olie, zonnebloem-
- peper
2 el pindakaas
½ tl sambal
75 g ui, gesneden
200 g vlees, varkens-
- zout

Benodigdheden:

2 borden
1 (frituur)pan
1 koekenpan
1 kom
1 pan

Bereiding.

Doe de ketjap, sambal, gember- en knoflookpoeder en een beetje peper en zout in een kom.

Meng alles goed door elkaar en je hebt een marinade voor het vlees.

Snijd het vlees in kleine stukjes en leg het in de marinade (het mag er best voor enige tijd in liggen, zodat het vlees de marinade goed opnemen kan).

Smelt de roomboter in de pan.

Voeg de ui toe en fruit deze.

Voeg de bloem toe, meng het en even goed doorbakken (je hebt nu een roux gemaakt).

Haal de pan van het vuur en laat de roux afkoelen.

Verwarm de bouillon tot lauwwarm.

Voeg de pindakaas toe en roer deze door de bouillon totdat de pindakaas is opgelost.

Zet de koekenpan op het vuur, voeg de bakboter toe en bak het gemarineerde vlees snel aan.

Voeg de bouillon toe aan de roux, meng dit goed door elkaar en verhit het mengsel.

Voeg vervolgens het vlees toe.

Meng alles goed door elkaar tot een mooi gladde massa.

Laat het mengsel een beetje afkoelen.

Giet het uit op een met een beetje bloem bestrooid vel bakpapier.

Maak er 12 gelijke delen van en rol deze delen tot een worstvorm.

Het oppervlak moet glad zijn, er mogen geen naden in zitten (dit kan tijdens het frituren leiden tot het breken van de kroket).

Doe het eiwit in een bord en het paneermeel in een ander bord.

Rol de worstjes door het eiwit en vervolgens door het paneermeel.

Strooi nog extra paneermeel over de kroketten. Verhit de zonnebloemolie in de (frituur-)pan tot 180°C.

Bak de satékroketten met hooguit 3 tegelijk in de frituur in circa 4 minuten goudbruin.

Herhaal de laatste stappen voor alle satékroketten.

Tip:

Satékroketten zijn lekker uit het vuistje, als tussendoortje, bij de borrel of met een bord verse friet. Je serveert satékroketten met een likje mayonaise, ketchup of mosterd.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Satékroketten II.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Stuks: 6
Sterren: **
Bron: Dieuwertje Kievits

Ingrediënten

60 g bloem, patent-
15 g boter, bak-
45 g boter, room-
175 g bouillon
1 ei
½ tl gemberpoeder
2 el ketjap
150 g kippenvlees,
kleingesneden
- knoflookpoeder, snufje
- paneermeel
- peper
2 el pindakaas
1 mp sambal
40 g ui, gesneden
- zout

Benodigdheden:

2 borden
1 (frituur)pan
1 koekenpan
1 kom
1 pan

Bereiding.

Doe de ketjap, sambal, gember, peper, zout en knoflookpoeder in een bak, meng alles door elkaar, en marineer hier je kleingesneden kip in (hoe langer je kip marineert, hoe lekkerder hij wordt).

Bak je uitje in een pan in de roomboter en voeg na een paar minuutjes de bloem toe.

Laat dit even meebakken en zet even apart.

In een nieuwe pan verwarm je de bouillon tot deze lauwwarm is.

Voeg hierbij de pindakaas en laat dit oplossen in je bouillon.

Bak in een andere pan de kip even aan.

Voeg de bouillon met pindakaas toe aan je ui-bloem-mengsel, en verhit dit goed.

Als dit heet is, voeg je hier aan ook de kip toe en meng dit tot je een "gladde" massa hebt (er mogen nog wel wat stukjes kip te vinden zijn).

Proef op dit moment even en voeg eventueel wat extra kruiden, ketjap of pindakaas toe.

Laat je mengsel afkoelen tot lauw en giet het uit op een met wat bloem bestrooid bakpapier.

Verdeel in 6 ongeveer gelijke delen en rol hier een kroket van (probeer geen naden te maken).

Breek in een diep bord een ei, en kluts deze.

Strooi in een ander diep bord paneermeel.

Haal nu je kroket door het ei, vervolgens door het paneermeer, weer door het ei, en eindig weer met paneermeel.

Leg de kroket apart.

Als alle kroketten gedaan zijn, leg je ze in de koelkast tot gebruik of vries je ze in.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Schotse eieren met mosterdsaus.



Menugang: Hapje,
lunchgerecht
Keuken: Schotse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: AllRecipes.nl

Ingrediënten

125 g broodkruimels,
gedroogde
2 tl citroen, rasp van de
schil
6 eieren
1 ei, losgeklopt
¼ tl marjolein,
gedroogde
¼ tl nootmuskaat,
gemalen
2 l olie, om te frituren
- peper
1 el peterselie, gemalen,
gedroogde
350 g varkensworstjes,
zonder vel, in stukjes
gesneden
- zout

Voor de mosterdsaus:

1 ei
225 g mayonaise
4 el mosterd
2 el suiker

Bereiding.

Breek 1 ei in een kleine sauspan.
Roer, met het vuur laag, de mayonaise,
mosterd en suiker door het ei.
Als de saus nét begint te koken, is de saus
klaar.
Haal de saus meteen van het vuur.
Laat de saus afkoelen.
Zet de saus daarna minstens 10 minuten in de
koelkast.

Doe 6 hele eieren in een pannetje.
Bedek de eieren met koud water.
Breng het water aan de kook.
Kook de eieren 10-12 min.
Haal de eieren uit het water.
Laat de eieren afkoelen.
Pel de eieren.

Verhit de olie in een frituurpan op 190°C.
Doe de worst in een kom met de peterselie,
citroenrasp, nootmuskaat, marjolein, zout en
peper.
Knead met je handen alle kruiden goed door de
worst.
Bedek de eieren met het worstmengsel (met
natte handen om een gelijkmatige laag te
krijgen).
Rol de eieren door het losgeklopte ei.
Rol de eieren dan door de gedroogde
broodkruimels.
Laat voorzichtig 3 eieren in de frituurpan
zakken.
Bak de eieren 4-5 min., tot ze diep goudbruin
zijn.
Keer de eieren tijdens het frituren, zodat ze
gelijkmatig bruin worden.
Haal de eieren met een schuimspaan uit de olie.
Laat de eieren uitlekken op keukenpapier.
Herhaal dit met de andere 3 eieren.
Serveer de eieren met mosterdsaus.

Tip:

Perfect voor een lichte lunch met een groene
salade.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Sesamringetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Nederlandse
Stuks: 20
Sterren: **
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

1 bl croissantdeeg
(Danerolles, 270 g)
1 ei, losgeklopt
4 rundersaucijsjes,
verse, vel verwijderd
¼ tl saffraanpoeder
1 el sesamzaadjes
1 mp zout

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Doorkneed het deeg goed.
Voeg de saffraan toe aan het deeg.
Doorkneed het deeg nogmaals goed.
Verdeel het deeg in vieren.
Rol de delen deeg uit tot 4 plakjes van 10 x 8 cm.
Leg de saucijsjes op het deeg.
Rol het deeg stevig om de saucijsjes.
Druk de randen van het deeg goed aan.
Bestrijk het deeg met het ei.
Bestrooi het deeg met sesam
Snijd de rolletjes in 5 plakjes.
Leg de plakjes op de bakplaat.
Bak de sesamringetjes ca. 20-25 minuten op 200°C.

Snackballetjes (airfryer).



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Karin Besselink

Ingrediënten

500 g gehakt (h/h)
- melk, scheutje
1 zk uiensoep, Franse
(Honig)

Bereiding.

Meng alle ingrediënten goed door elkaar.
Maak er kleine (2 cm) balletjes van.
Daarna 10 min, op 185°C in de airfryer.

Tip.

Voor iets pittiger balletjes bij het mengen 1 tl chilipoeder of sambal toevoegen.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Snel ragoutbroodje.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Rudolph van Veen

Ingrediënten

4 pl bladerdeeg
- bloem
1 ei
4 kroketten, bevroren of
half bevroren (afhank-
lijk van de grootte van
de kroket)

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Verwarm de oven voor op 200°C graden.
Kluts het ei los.
Strooi wat bloem op je werkvlak.
Ontdooi het bladerdeeg en strooi ook daar een
weinig bloem op.
Rol de plak bladerdeeg iets naar één kant uit
tot het om de kroket past (even meten).
Druk niet te hard met de deegroller anders
verliest het bladerdeeg zijn luchtigheid.
Smeer het bladerdeeg met een kwastje aan de
korte kant in met wat ei.
Leg de bevroren (of half ontdooide) kroket erop
en rol het op.
Druk de zijkanten dicht.
Bestrijk met het losgeklopte ei.
Als je een bruiner korstje wilt laat dan het ei op
het broodje even 'drogen' en besmeer het
daarna nog een keer (je hebt toch genoeg ei).
Leg bakpapier (of bakvel) op de bakplaat en leg
de broodjes erop met de naad naar beneden.
Bak ze in de oven op 200°C voor zo'n 25-30
min.
Terwijl het bladerdeeg bakt wordt de bevroren
kroket lekker zacht!
En dan heb je een heerlijk ragoutbroodje en je
zal echt niet weten dat er een kroket in zit!

Tips:

Van het ragoutbroodje kunt u ook borrelhapjes
maken. Snijd het ragoutbroodje in smalle repen
en serveer het als een hartig hapje.

Spaanse preiballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 35
Sterren: ***
Bron: Pinterest

Ingrediënten

1 el bloem
15 g boter
6 el bouillon, kippen-
(van tablet)
1 ei, losgeklopt
1½ dl melk
2 el olie
- olie, frituur-
- paneermeel
1 el peterselie,
fijngesneden
500 g prei, in dunne
ringen

Bereiding.

Bak de prei ±5 min. in de olie.
Voeg de bouillon toe en stoof de prei op zacht
vuur 10-15 min. tot het vocht is verdampt.
Smelt de boter, voeg de bloem toe en warm die
2 min. mee.
Roer de melk erdoor en kook de saus zachtjes
10 min.
Meng de prei en de saus en laat afkoelen.
Vorm van het mengsel balletjes ter grootte van
een walnoot en rol die door het ei en daarna
door het paneermeel.
Verhit de frituurolie tot 170°C.
Frituur de balletjes hierin ±3 min.
Bestrooi ze met de peterselie.

92

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Spinaziegehaktballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: **
Bron: Spinazie

Ingrediënten

2 eieren, losgeklopt
350 g gehakt, kalfs-
2 tn knoflook
- olie, frituur-
2 el olie, olijf-
- paneermeel
2 tl paprikapoeder
- peper
100 g roomkaas met
tuinkruiden, verse
100 g spinazieblokjes
(Iglo Gehakte Spinazie)
- zout

Bereiding.

Leg de spinazie 1 uur in een schaal (3 min. in de magnetron op de ontdooistand).
Voeg de roomkaas toe aan de spinazie.
Roer de spinazie en roomkaas goed door elkaar.
Verdeel het roomkaasmengsel in 12 porties.
Pel de teentjes knoflook.
Snijd de knoflook fijn.
Meng de knoflook met de gehakt in een ruime kom met 1 tl zout, 1 tl peper, paprikapoeder, 2 el olijfolie, 1 ei en 4 el paneermeel.
Vorm 12 platte lapjes van het gehaktmengsel.
Leg op elk lapje gehakt een portie roomkaas.
Vouw het gehakt om de roomkaas heen.
Wentel de gevulde gehaktballetjes eerst door het losgeklopte ei en vervolgens door het paneermeel zodat ze er helemaal mee bedekt zijn.
Frituur de gehaktballetjes (6 tegelijk) in de hete olie 170°C goudbruin (ca. 7 min.).
Laat de balletjes ca. 15 minuten koelen alvorens ze te serveren.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Stokbrood gevuld met Mon Chou.



Menugang: Hapje, bijgerecht
Keuken: -
Personen: 2-4
Sterren: **
Bron: Lidy Nooy-Blokzijl & Irma Dakman

Ingrediënten

- bieslook, verse, geknipt
100 g Mon Chou
1 paprika, gele
1 paprika, rode
1 dl slagroom
1 stokbrood, volkoren

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het stokbrood in de lengte door.
Hol het stokbrood enigszins uit.
Prak de Mon Chou fijn.
Meng de Mon Chou met de slagroom.
Verwijder de zaden en de zaadlijsten van de paprika's.
Snijd het vruchtvlees in kleine stukjes.
Roer alle ingrediënten door elkaar.
Vul het stokbrood met de vulling.

Stokbrood met tomatenknoflook.



Menugang: Bijgerecht,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron:
MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

1 el basilicum
1 brood, stok-
100 g garnalen, Hollandse
2 tn knoflook
2½ dl mayonaise
2 el pesto, tomaten

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

Bereiding.

Pureer de mayonaise met tomatenpesto.
Pers de knoflook boven de mayonaise uit.
Snijd het stokbrood in plakjes.
Besmeer het stokbrood met het
mayonaisemengsel.
Leg op ieder plakje stokbrood wat garnalen.
Bestrooi de garnalen met basilicum.

Tapasbordje.



Menugang: Hapje
Keuken: Spaanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kook-schrift

Ingrediënten

1 blk ansjovisfilets
1 citroen
1 pt kappertjes
1 el olie, olijf-
1 pk Pan Tostado (= toast)
- peper
4 tomaten, tros-, kleine
1 tomaat, vlees-, zeer rijpe
1 blk tonijn, naturel
2 uitjes, rode, kleine
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Halveer de vleestomaat.
Scheep het vruchtvlees uit de vleestomaat.
Druk het vruchtvlees met 1 el olijfolie tot puree.
Bestrijk een deel van de toast met de tomatenpuree.
Snijd de kleine tomaatjes in plakjes.
Snijd de uien in ringen.
Druk de uiringen uiteen.
Beleg de ½ van de toast met plakjes tomaat en wat uiringen en schik er kruislings 2 ansjovisfilets op.
Snijd een dun plakje citroen af.
Snijd het citroenplakje in puntjes.
Garneer de toast met de citroenpuntjes.
Beleg de andere ½ van de toast met een flinke schep tonijn en 1 tl kappertjes.
Strooi wat paprikapoeder over de tonijn.

Tortillachips met guacamole.



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

Ingrediënten

2 avocado's, rijpe
1 snf (chili)peper
1 snf komijn, gemalen
1 el limoensap
1 el olie, zonnebloem-
3 el room, zure
3 tortilla's, naturel
1 snf zout

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 334
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 19 g
w/v suikers: - g
Natrium: 163 mg
Vet: 26 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Prak het vruchtvlees van de rijpe avocado's met een vork fijn en meng er de zure room, limoensap, (chili)peper naar smaak en eventueel zout door.

Snijd de tortilla's in puntjes en bak ze in een koekenpan met zonnebloemolie aan beide kanten goudbruin en krokant.

Bestrooi de tortillachips met gemalen komijn en eventueel zout en serveer met de guacamole.

Vegetarische sushi.



Menugang: Hapje
Keuken: Japanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Carta

Ingrediënten

4 el azijn, rijst-
15 g boter
2 eieren
3 cm gemberwortel
20 cm komkommer
4 vl nori (Japanse - of
natuurvoedingswinkel)
250 g rijst (kleine
korrel)
1 dl sojasaus, Japanse
1½ el suiker
1 tl suiker
1 el wasabi
(mierikswortelpasta)
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de rijst in 6 dl kokend water ± 10 minuten.
Haal de rijst van het vuur.
Laat de rijst ± 10 minuten rusten.
Roer 1½ el suiker, zout en ½ dl azijn door de rijst.
Laat de rijst afkoelen.
Snijd de gember in dunne plakjes.
Kook de gember in water met zout ± 5 minuten.
Laat de gember uitlekken.
Marineer de gember in 2 el rijstazijn en 1 tl suiker.
Schil de komkommer.
Snijd de komkommer overlans in vieren.
Verwijder de zaadjes uit de komkommer.
Bestrooi de komkommer met zout.
Laat de komkommer ± 30 minuten staan.
Laat de komkommer uitlekken.
Dep de komkommer droog.
Roer de eieren met zout los.
Bak in de boter een dunne omelet van de eieren.
Laat de omelet afkoelen.
Snijd de omelet in vieren.
Leg steeds een vel nori op een droge doek (of sushimatje).
Strijk de rijst 1 cm dik over de nori uit.
Verdeel een beetje wasabi over de rijst.
Leg een reepje omelet en komkommer op de wabasi.
Rol de nori op.
Snijd de nori in 6-8 stukjes.
Schenk de sojasaus in een kommetje.
Doe de rest van de wasabi in de sojasaus.
Laat de gember uitlekken.
Serveer de sushi met de wasabi in sojasaus en gember.

Tip:

Wasabi, te koop in Japanse winkels, is te vervangen door geraspte mierikswortel (potje) gemengd met crème fraîche.

Verfijnde zalmrolletjes.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Stuks: 16
Sterren: ****
Bron:
GezondheidsNet.nl

Ingrediënten

4 eieren
3 el kaas, geraspte (30+)
200 g kwark, (0% vet)
- peper
5 bld sla
150 g spinazie, blad- (diepvries)
2 gls water, mineraal-
180 g zalm, gerookt

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Roer de eieren schuimig en kruid ze met peper
Giet de eieren in een met bakvel bekleed bakblik.
Ontdooi de spinazie.
Laat de spinazie uitlekken en druk ze goed uit.
Leg de spinazie op de ei-massa.
Bestrooi de spinazie met de geraspte kaas en bak het geheel ca. 10 min. in de voorverwarmde oven.
Laat het geheel afkoelen.
Roer de kwark met het mineraalwater glad, bestrijk het ei-spinazieblik ermee en leg er de zalm in plakjes overheen.
Rol het geheel op, wikkel het in huishoudfolie en zet ca. 30 min. in de koelkast.
Snijd de zalmrol in 16 plakjes en schik ze op slablaadjes.

99

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Vissticks in bladerdeeg (airfryer).



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

Ingrediënten

10 pl bladerdeeg
1 ei
20 el heksenkaas, rode
10 vissticks

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

Bereiding.

Snijd de plakken bladerdeeg doormidden.
Leg een halve visstick op het bladerdeeg.
Doe een schep rode heksenkaas op de vissticks.
Vouw het bladerdeeg dicht zodat de vis bedekt is.
Herhaal dit totdat alle bladerdeeg en vissticks gebruikt zijn.
Klop het ei en bedek de bladerdeeg-pakketjes met het ei.
Bak de hapjes in 10 min. op 200°C in de Airfryer.



Vleesballetjes.



Menugang: Bijgerecht,
tussendoortje
Keuken: -
Porties: 8
Sterren: **
Bron: dr. Atkins

Ingrediënten

5 el boter
250 g kaas, Roquefort
500 g lende, gemalen*
1 el room,zure
1 el zout, kruiden-

* vraag er naar bij uw
slager

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng het vlees, zure room, kaas en zout goed door elkaar.

Rol kleine balletjes van het mengsel.

Smelt de boter.

Laat de balletjes in de boter bruin worden.

Serveer de balletjes warm.

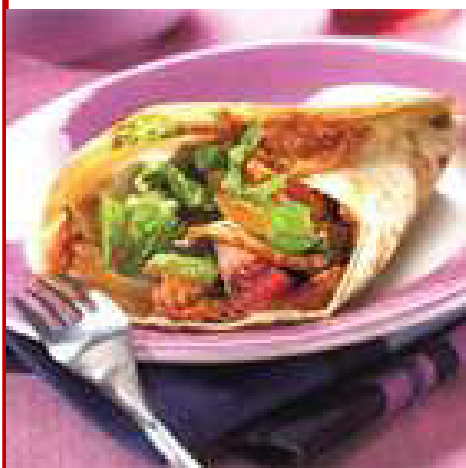
Tip:

Serveer de balletjes met prikkertjes.

Wijntip:

Canaletto, Montepulciano d'Abruzzo, rood,
Italië.

Wrap met roomkaas en fricandeau.



Menugang: Hapje,
lunchgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron:
Okokorecepten.nl

Ingrediënten

1 pk wraps (Honig)
125 g roomkaas met
tuinkruiden
150 g fricandeau
100 g sla, eikenblad-
melange

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Smeer de wraps dik in met de roomkaas
tuinkruiden.
Beleg de wraps met de plakjes fricandeau.
Verdeel de sla over de wraps.
Rol de wraps op.
Snijd de wraps schuin door.

Zalm-roomkaashapjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: VitamineZee.nl

Ingrediënten

1 bld andijvie, krul-
2 el azijn, balsamico-
2 el bieslook,
fijngesneden
- peper, zwarte,
versgemalen
100 g roomkaas, light,
verse
16 toastjes, ronde,
Melba
100 g zalm, gerookte
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Vermeng de roomkaas met de azijn, bieslook en peper en zout naar smaak.
Leg de zalm op plasticfolie.
Bestrijk de plakken met het kaasmengsel.
Rol strak op en leg 30 min. voor het serveren in de koelkast.
Verwijder de folie.
Snijd de zalmrollen in plakjes van 1 cm dik.
Leg deze op een toastje.
Garneer met een toefje krulandijvie.

Zalmrolletjes.



Menugang: Hapjes,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1 tl knoflookpoeder
200 g Mon Chou
1 el oregano
1 tl paprikapoeder
1 el peterselie
200 g zalm, gerookte

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Laat de Mon Chou zacht worden.
Men de Mon Chou goed met de oregano,
knoflookpoeder, peterselie en paprikapoeder.
Leg 2 stukken aluminiumfolie op een werkvlak.
Spreid op beide, naast elkaar, de zalm uit in een
rechthoek van ca.15 cm breed en 25 à 30 cm
lang.
Verdeel het Mon Chou-mengsel over beide
zalmrechthoeken.
Rol (m.b.v. de folie) de zalm in de lengte op en
draai de uiteinden van de folie dicht.
Leg de rol minimaal 1 uur in de diepvries om op
te stijven.
Snijd de rol in plakjes van ongeveer 1 cm.
Laat de rolletjes op kamertemperatuur komen.

Zalmtortilla.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Gezond snacken

Ingrediënten

1 el bieslook, fijngehakt
- peper, versgemalen
125 ml room, zure, light
2 tortilla's (Ø 25
cm) 100 g zalm,
gerookte

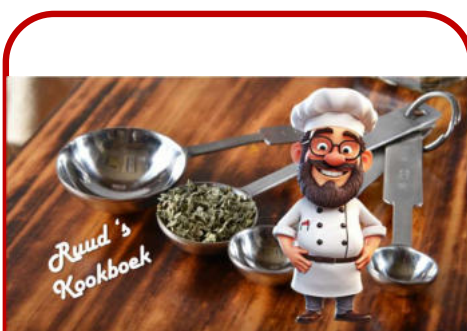
Bereiding.

Meng de bieslook en peper door de zure room.
Besmeer de tortilla's met dit mengsel en snijd
ze in vieren.
Beleg de tortillapuntjes met de zalm.
Rol ze op tot puntvormige zakjes en zet ze
eventueel in een eierdop.

105

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 85
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 5,5 g
w/v verzadigd: 2,5 g
w/v onverzadigd: - 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
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

106



v2.6

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	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	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

