



*Ruud 's Kookboek*

*Komkommerrecepten II v0.5*

## **Inhoudsopgave.**

|                                                         |   |
|---------------------------------------------------------|---|
| Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer. ....       | 3 |
| Berglinsensalade met tomaat, komkommer en avocado. .... | 4 |
| Cottage cheese chips met zalm en komkommer. ....        | 5 |
| Komkommerbouillon.....                                  | 6 |
| Mini burgertjes met paling en komkommer. ....           | 7 |
| Gebruikte afkortingen.....                              | 8 |

## Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Indische  
Personen: -  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Carta, Tallsay.com

### Ingrediënten

3 el azijn, rijst-  
1 komkommer  
1 peper, rode, in  
stukjes, pitten  
verwijderd  
25 g suiker, palm-  
(goela djawa)  
1 ui, zoete, in halve  
dunne ringen

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

### Bereiding.

Snijd de rode peper in ringetjes en verwijder de pitten.  
Snijd de komkommer in heel dunne schijfjes.  
Snijd de ui in kwart ringetjes.  
Meng de palmsuiker met de azijn.  
Voeg hier de rode peper, de ui en de komkommer aan toe.  
Laat het mengsel gedurende 4 uur in de koelkast staan.

### Tip:

Lekker bij nasi of bami.

## Berglinzensalade met tomaat, komkommer en avocado.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: -  
Personen: 2  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Carta, Smulweb

### Ingrediënten

1 avocado, in grote blokjes  
¼ komkommer, in plakjes  
200 g linzen, berg-  
2 paprika's, geroosterd, in slierten  
- rucola (of ijsbergsla)  
2 tomaten, verse, in plakjes

### Voor de dressing:

¼ tl komijn  
1 el koriander, verse  
4 el olie, olijf-  
- peper, versgemalen  
1 tl rozemarijn, verse, fijngesneden  
2 el sap, citroen-  
1 tl tijm, verse, fijngesneden  
1 ui, kleine, in dunne halve ringen  
- zout

### Bereiding.

Week de berglinzen voor.  
Kook de linzen in 30 min. gaar en spoel ze koud af.

Bereiding dressing:  
Meng alle ingrediënten en laat de dressing 20 min. staan.

Bereiding salade:  
Verdeel de slabladeren over een saladeschaal.  
Verdeel het andere naast elkaar over de schaal.  
Meng de dressing goed door elkaar en verdeel de dressing over de salade.

4

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

## Cottage cheese chips met zalm en komkommer.



Menugang: Hapjes  
Keuken: -  
Stuks: 12  
Sterren: \*\*\*  
Bron: AllerHande

### Ingrediënten

5 g bieslook, verse  
250 g cheese, cottage-  
¼ tl knoflook, gemalen  
2 komkommers, snoep-  
1 tl oregano, gedroogde  
- peper, versgemalen  
100 g zalm, gerookte  
  
- bakpapier  
- staafmixer met hoge  
beker

Bereidingstijd: 15 min.  
Grill-/oventijd: 25 min.  
Wachttijd: 20 min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: 30  
Eiwit: 5 g  
Koolhydraten: 1 g  
w/v suikers: 1 g  
Natrium: - mg  
Vet: 1 g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: 1 g  
Vezels: 0 g  
Groente: - g  
Zout: 0,3 g

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 170°C.  
Doe 4/5 van de cottagecheese met de knoflookpoeder, oregano en versgemalen peper naar smaak in de hoge beker van de staafmixer en pureer het glad.  
Verdeel de gepureerde cottagecheese in 12 hoopjes over een met bakpapier beklede bakplaat en druk ze een beetje plat.  
Bak ze ca. 25 min. in de oven.  
Haal ze eruit en laat ze in 20 min. afkoelen.  
Schaaf ondertussen de komkommers in dunne linten en snijd de zalm in stukjes.  
Snijd de bieslook fijn.  
Beleg de cottagecheesechips met een komkommerlint, de zalm en de rest van de cottagecheese.  
Bestrooi ze met de bieslook en breng ze op smaak met versgemalen peper.

## Komkommerbouillon.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Zwitserse  
Personen: 300 ml  
Sterren: \*\*\*  
Bron:  
Andreas Caminada,  
Gastronomixs.com

### Ingrediënten

- azijn, balsamico-,  
witte  
- basilicum  
- dragon  
1 komkommer  
- koriander  
½ peper, chili-, groene  
- peper, versgemalen  
½ sjalot  
1 tomaat  
50 g yoghurt  
- xanthaangom  
- zout

### Bereiding.

*Door de koude bereiding van deze bouillon blijft de heldergroene kleur van de komkommer prachtig en de smaak erg krachtig.*

Snijd de komkommer met schil tot een fijne brunoise.

Snijd de sjalot, de tomaat en de groene peper ook tot een fijne brunoise.

Plaats het in een kom en breng het op smaak met zout, versgemalen peper, azijn en verse kruiden.

Laat dit mengsel 30 min. marineren.

Mix het in een blender tot een gladde masse en giet het door een zeef.

Meng voorzichtig de yoghurt erdoor.

Is de bouillon te dun, bind het dan met wat xanthaangom.

### Tips:

- Gebruik het in een compositie met bereidingen van komkommer, zure room, dille en avocado.
- Serveer apart bij een voorgerecht als drankje om de smaak van het gerecht te versterken.
- Gebruik het als sap in een tussengerecht van langoustine, radijs en venkelbereidingen.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: -

Eiwit: - g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: - g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g



## Mini burgertjes met paling en komkommer.



**Menugang: Hapje**  
**Keuken: -**  
**Stuks: 12-15**  
**Sterren: \*\*\***  
**Bron: Ik hou van paling,**  
**Spakenburg paling**

### Ingrediënten

**1 komkommer, in**  
**plakjes**  
**12-15 mini (afbak-)**  
**broodjes**  
**200 g paling, gerookt**  
**- saus, remoulade- (of**  
**mosterdmayonaise)**  
**- tomaatjes, cherry-**

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

### Bereiding.

Gebruik je afbakbroodjes? Bak ze dan af volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking en laat ze afkoelen.

Snijd de mini broodjes open en smeer 1 kant in met de remouladesaus (of mosterdmayonaise). Beleg ze met een plakje komkommer en stukjes palingfilet.

Rijg een cherrytomaatje aan een cocktailprikkertje en prik de cocktailprikkertje helemaal door het broodje.

## Gebruikte afkortingen.



v2.5

| Afkorting | Betekenis               |
|-----------|-------------------------|
| #         | Aantal                  |
| ael       | Afgestreken eetlepel    |
| akl       | Afgestreken koffielepel |
| atl       | Afgestreken theelepel   |
| bal       | Balletje                |
| bgls      | Bierglas                |
| bk        | Bekertje                |
| bkj       | Bakje                   |
| bl        | Blik                    |
| bld       | Blaadje                 |
| blj       | Blikje                  |
| blk       | Blok                    |
| blkj      | Blokje                  |
| bol       | Bolletje                |
| brd       | Bord                    |
| brgls     | Borrelglas              |
| bs        | Bosje                   |
| bdl       | Bundel                  |
| cgl       | Cocktailglas            |
| cp        | Cup(s)                  |
| dl        | Deciliter               |
| dln       | Deel                    |
| dp        | Dopje                   |
| drd       | Draadje(s)              |
| drp       | Druppel(s)              |
| dsl       | Dessertlepel            |
| ds        | Doosje                  |
| el        | Eetlepel (= 1/2 kol)    |
| fls       | Fles                    |
| flj       | Flesje                  |
| g         | Gram                    |
| gbk       | Grote beker             |
| gbl       | Groot blik              |
| gfl       | Grote fles              |
| gkp       | Grote kop               |
| gls       | Glas (150 ml)           |
| grl       | Groentelepel            |
| gzk       | Grote zak               |
| hoh       | Half-om-half            |
| hv        | Handvol                 |
| jgls      | Jeneverglas             |
| kbk       | Klein bakje             |
| kbl       | Klein blik              |
| kbs       | Klein bosje             |
| kfl       | Klein flesje            |
| kg        | Kilogram                |
| kkrp      | Kropje                  |
| kl        | Kleine                  |
| klmj      | Klontje                 |
| klnt      | Klont                   |
| km        | Kommetje                |
| knl       | Knol                    |
| kol       | Koffielepel (= 2 tl)    |
| kp        | Kopje                   |
| kpj       | Kuipje                  |





v2.5

| Afkorting  | Betekenis         |
|------------|-------------------|
| kpl        | Klein plukje      |
| kpt        | Klein potje       |
| krp        | Krop              |
| kst        | Klein stukje      |
| kstrk      | Kleine struik     |
| lgls       | Likeurglas        |
| m          | Moot              |
| 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            |
| tl         | Theelepel         |
| tn         | Teentje           |
| trs        | Tros              |
| trs        | Trosje            |
| tub        | Tube              |
| vel        | Volle eetlepel    |
| vl         | Vel               |
| vrk        | Vierkantje        |
| vlt        | Vingerlengte      |
| voorb.tijd | Vorbereidingstijd |
| wgl        | Wijnglas          |
| zk         | Zak(je)           |

