



Dressingrecepten / v3.3

Inhoudsopgave.

Aardbeiendressing.....	3
Aceto balsamico dressing.	4
Antwerpse rooie.	5
Avocadodip III.	6
Basilicum-vinaigrettedressing I.....	7
Basisrecept - vinaigrette (Franse dressing).....	8
Bulgaarse dressing.	9
Caesardressing I.....	10
Caesardressing II.	11
Carpacciodressing I.....	12
Carpacciodressing II.....	13
Citroen-balsamicodressing.	14
Citrusdressing.	15
Dressing I.....	16
Druivendressing.	17
Frambozendressing.	18
French dressing.	19
Frisse citroendressing.	20
Honingdressing.....	21
Honingmosterddressing.....	22
Mieriksworteldressing.	23
Mosterd-kruidendressing.....	24
Oosterse tomatendressing.....	25
Oreganodressing.	26
Pittige dressing.	27
Sjalotjes-kappertjes dressing.	28
Tomatenbieslookdressing.	29
Tuinkruidendressing I.	30
Vegan dressing.....	31
Vinaigrettedressing.	32
Wasabidressing.	33
Yoghurtdressing.	34
Zeewierdressing.	35
Gebruikte afkortingen.....	36

Aardbeiendressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

**1 el aardbeien-
kersendrank (Dubbel-
drank)**
**1½ el azijn, frambozen-
wijn**
**½ zk koriander, verse
(à 15 gram)**
5 el olie
**1 tl peperbessen, roze
(potje à 23 g Royal
Mail)**
- zout

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 115
Eiwit: 0 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 13 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Roer in een kommetje olie, aardbeiendrank en azijn tot een dressing roeren.
Knip de koriander boven de dressing fijn.
Breng de dressing op smaak met zout.
Druk de peperbessen fijn tussen 2 el.
Roer de peperbessen door de dressing.

Aceto balsamico dressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: Goldweb.nl-Koki

Ingrediënten

2 dl aceto balsamico
1 l olie, olijf-
20 g peper, verse
20 g zout

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

Bereiding.

Vermeng de aceto balsamico met de peper en zout.

Meng er de olie door.

Verdeel de dressing over een aantal kleine flesjes.

Zet de flesjes tot gebruik donker weg.

Antwerpse rooie.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Belgische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman,
Carta-Dick,
ReceptenPlein.nl,
Smulweb

Ingrediënten

1 fl De Koninck (ale-
type)
3 dl bouillon, vis-
3 dl crème fraîche
3 dl Pommodore (dik
tomatensap)
3 dl room, slag-
1 el basilicumpasta of
pesto

Bereidingstijd: 20-30
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.

Verhit in een pannetje de visbouillon en het flesje bier.

Laat dit wat inkoken.

Voeg de crème fraîche toe en laat de saus verder inkoken.

Voeg de Pommodore en de slagroom toe en laat het nogmaals tot sausdikte inkoken.

Voeg vlak voor het opdienen naar smaak de basilicumpasta (of pesto) toe.

Tips:

- Deze saus is lekker bij vis, gamba's of mosselen.
- Alternatieven voor De Koninck zijn bijv. Vieux Temps, Grolsch Amber, Speciale Palm en Klassiek 1628 van 3 Hoefijzers.

Avocadodip III.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Mexicaanse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Carta,
Keukentafel.nl

Ingrediënten

1 avocado
- bieslook, verse, fijn-
gehakte
1 tn knoflook
1 el olie, olijf-
- sap, citroen-
100 g yoghurt, Griekse,
0% vet
- zout

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

Bereiding.

Doe alle ingrediënten, met uitzondering van de bieslook, in een blender.

Maak er een glad mengsel van en schep het in een schaaltje.

Voeg de bieslook toe.

Tips:

- Deze dip is een prima basis voor een saladedressing. Leng 'm dan aan met water.
- Ook lekker als pastasaus. Roer de dipsaus met wat opgevangen pastakookvocht door de afgegoten pasta.

Basilicum-vinaigrettedressing I.



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

Ingrediënten

7 cl azijn, wijn-, witte
120 g basilicum, verse,
fijngesneden
3 tn knoflook, gepeld
2 el mosterd, Dijon-
25 cl olie, olijf-
- 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe de azijn, mosterd en knoflook in een keukenmachine.
Meng de ingrediënten goed door elkaar.
Voeg de basilicum toe aan het azijnmengsel.
Meng de ingrediënten goed door elkaar.
Zet de keukenmachine aan en voeg langzaam de olie toe.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.

Basisrecept - vinaigrette (Franse dressing).



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

Ingrediënten

2 el azijn, wijn-, witte
1 tl mosterd, Franse
80 ml olie, olijf-, lichte
- 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe de witte-wijnazijn, lichte olijfolie en mosterd in een pot met schroefdeksel. Schud de pot goed (tot alle ingrediënten goed gemengd zijn). Breng de vinaigrette op smaak met zout en peper.

Bulgaarse dressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Nederlands
Zuivelbureau

Ingrediënten

3 el bieslook,
fijngeknipt
- peper
1 tl suiker
- tabasco
1 dl yoghurt, Bulgaarse
- zout

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

Bereiding.

Meng de yoghurt met suiker en bieslook.
Breng de dressing op smaak met zout, peper, en
tabasco.

Tip:

Geef deze dressing bij salades met groenten, vlees of
vis.

Caesardressing I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Julius Jaspers

Ingrediënten

60 ml citroensap
80 g kaas,
Parmezaanse, geraspt
2 tn knoflook, geperst
50 g mayonaise
10 g mosterd, scherpe
(Dijon)
250 ml olie, olijf-
- peper
- zout

Bereiding.

Meng de mayonaise
met de mosterd, knoflook en citroensap tot een
egale massa.
Meng daar al roerend de olijfolie doorheen.
Roer de Parmezaanse kaas door de saus.
Laat de saus 15 min. rusten.
Breng de saus op smaak met peper en zout.

10

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 10 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

Caesardressing II.



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

Ingrediënten

1 ansjovisfilet
2 tl azijn, wijn-, witte
1 ei
1 tn knoflook,
uitgeperst
3 tl mosterd, Dijon-
80 ml olie

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.

Leg het ei in een pan kokend water.
Laat het ei na 1 min. koken uitlekken.
Breek het ei in een kleine kom.
Voeg de azijn, mosterd, ansjovis en knoflook toe.
Meng het geheel goed met een garde.
Voeg, al roerend, de olie in een dunne straal toe tot een gladde, romige massa ontstaat.

Tips:

Bewaar de dressing afgedekt max. 2 dagen in de koelkast.
Uitstekende dressing voor een caesarsalade (snijsla, gebakken spek, croutons, Parmezaanse kaas). Ook heerlijk over andere groene salades.

Carpacciodressing I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron:
Streekgerechten.nl

Ingrediënten

4 el azijn
1½ el azijn, rode wijn-
½ el honing
1 mp mosterd
- peper

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.

Klop een dressing van alle ingrediënten.

Carpacciodressing II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron:
Streekgerechten.nl

Ingrediënten

1 tl azijn, balsamico-
1 el azijn, witte wijn-
1 el bieslook
1 el olie, olijf-
- peper
1 el 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Klop een dressing van alle ingrediënten.

Citroen-balsamicodressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Oosterse
Personen: -
Sterren: ***
Bron:
MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

100 ml azijn, balsamico-
, witte
1 citroen
2 el honing

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.

Pers de citroen uit.
Meng het citroensap met de overige ingrediënten.

Citrusdressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Het Nederlandse
zuivelbureau

Ingrediënten

2 el citroensap
2 el mayonaise
- peper
1 dl room, slag-
2 el sinaasappelsap
1 tl suiker
- zout

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

Bereiding.

Klop de slagroom lobbig.
Roer er voorzichtig mayonaise, vruchtensappen
en suiker door.
Breng het mengsel op smaak met zout en
peper.
Geef deze dressing bij salades met groenten of
vruchten.

Dressing I.



Menugang: -
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron:
Boodschappen 1 - 2006

Ingrediënten

3 el azijn
2 tl mosterd, Franse
2 dl olie, zonnebloem-
of arachide-
- peper, snuffje
1 sjalotje, gesnipperd
2 tl suiker, poeder
3 el water
1 tl zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 327
Energie kcal: 78
Eiwit: 1,6 g
Koolhydraten: 30,8 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 4,1 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe alle ingrediënten, behalve de olie, in een blender.
Draai de inhoud van de blender tot een gladde massa.
Giet langzaam de olie erbij (tot een gladde dressing ontstaat).

Tip:

Als u verse kruiden in de blender toevoegt, krijgt u een prachtige groene dressing.
Houd u er wel rekening mee dat de frisse kleur onder invloed van azijn snel terug zal lopen.
Direct gebruiken dus!

16

Druivendressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: -
Sterren: ***
Bron:
AllerHande 2001-11

Ingrediënten

1 el azijn, wijn-, witte
1/3 bk druiven, witte,
pitloze (à 500 g)
1 tl honing, vloeibare
4 el olie, zonnebloem-
- peper
1 el wijn, witte
- zout

Bereiding.

Was de druiven.
Snijd de druiven in vieren.
Klop in een kommetje de azijn, wijn, olie en honing tot een sausje.
Breng de saus op smaak met zout en peper.
Schep de druiven door de saus.

17

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

Frambozendressing.



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

Ingrediënten

**3 el azijn, frambozen-
3 tl honing
3 tl mosterd
9 el olie, olijf-
1 sjalot, 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g**

Bereiding.

**Doe alle ingrediënten, behalve de olie, in een
blender.
Draai de inhoud van de blender tot een gladde
massa.
Giet langzaam de olie erbij (tot een gladde
dressing ontstaat).**

French dressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Albert Mol

Ingrediënten

½ kp azijn, wijn-
1 mp knoflookpoeder
1 tl mosterd, scherpe
1½ kp olie, sla-
½ tl paprikapoeder,
scherpe
- peper, witte
1 snf suiker
- zout

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

Bereiding.

French dressing past heel goed bij/over sla, andijvie, veldsla en lofsla.

Meng de wijnazijn met de slaolie en mosterd in een schaal.

Voeg de suiker, paprika, knoflook en zout en peper naar smaak toe.

Roer goed door elkaar tot suiker en zout zijn opgelost.

Zet de dressing 30 min. op een koele plaats.

Doe de dressing vlak voor het opdienen over de groenten.

Frisse citroendressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Joeri Zoggel

Ingrediënten

1-2 el citroensap
1 tl citroenschil,
geraspte
6 el olie, olijf- of olie,
druivenpit-
- 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Klop alle ingrediënten goed door elkaar.

Tip:

Lekker over zalm.

Honingdressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Het Nederlandse
Zuivelbureau

Ingrediënten

1 el citroensap
2 el honing
3 el sinaasappelsap
1 dl yoghurt, magere

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

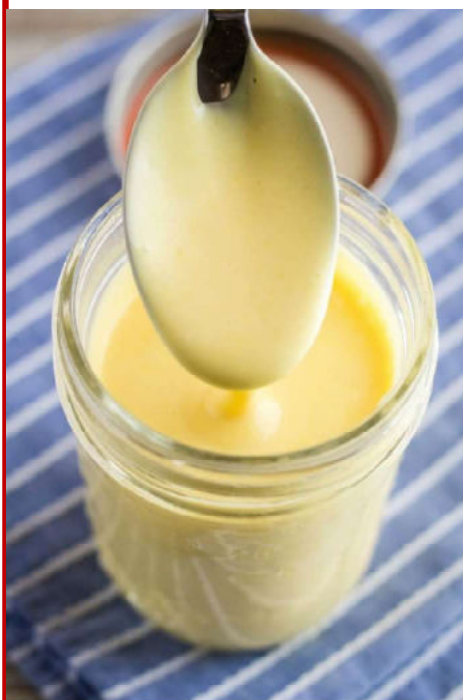
Bereiding.

Vermeng de yoghurt met de honing en de vruchtensappen.

Tip:

Geef deze dressing bij salades met vruchten.

Honingmosterddressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Engelse
Personen: -
Sterren: **
Bron: Kookboek.nl

Ingrediënten

2 el citroensap
1 el honing
½ tn knoflook
1 el mosterd
5 el olie, olijf-

Bereiding.

Hak de knoflook fijn.
Meng alle ingrediënten door elkaar.

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

Mieriksworteldressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Het Nederlands
Zuivelbureau

Ingrediënten

3 el mayonaise
1 el mierikswortel,
geraspte
- peper, versgemalen
1 bk room, zure
- zout

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

Bereiding.

Meng de zure room (sour cream) met de mayonaise.
Voeg mierikswortel en zout en versgemalen peper naar smaak toe.
Roer de dressing goed door elkaar.

Tip:

Geef deze dressing bij salades met kip of vis.

Mosterd-kruidendressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

1 el azijn, balsamico- of
wijn-
1 tk basilicum,
koriander, peterselie,
fijnggehakt
1-2 tn knoflook,
fijnggehakt
2 el mosterd, grove
3 el olie, olijf-
- peper, zwarte
1 peper, chili-, rode,
fijnggehakt
- zout

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

Bereiding.

Meng alle ingrediënten voor de dressing goed door elkaar.

Oosterse tomatendressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

2 el gembersiroop
2 el munt, fijngesneden
- peper
2 el sojasaus
2 dl Tomato Frito
(Heinz)
- zout

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

Bereiding.

Meng alle ingrediënten voor de dressing goed door elkaar.

Oreganodressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Griekse
Personen: -
Sterren: **
Bron: StreekRecepten.nl

Ingrediënten

1 dl azijn, wijn-, witte 1
eidooier
½ tn knoflook
1 el mosterd
1 dl olie, maïs-
1 dl olie, olijf-
½ bs oregano, verse
- 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe de eidooier, knoflook, mosterd en oregano in een blender of keukenmachine.
Meng alle ingrediënten goed.
Voeg geleidelijk de olie toe.
Voeg geleidelijk de azijn toe.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.

Pittige dressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

3 augurkjes, zoetzure
1 tl basilicum
150 g mayonaise
12 olijven, groene
1 peper, rode

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

Bereiding.

Hak de olijven fijn.
Verwijder de zaadjes van de peper.
Snijd de peper in kleine ringetjes.
Snipper de augurkjes fijn.
Meng de olijven, pepertje, augurkjes en kruiden door de mayonaise tot een pittige dressing.

Sjalotjes-kappertjes dressing.



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

Ingrediënten

2 tl azijn
1 tl kappertjes,
fijnggehakt
2 el olie, olijf-
2 tl peterselie,
fijngesneden
4 tl sjalotjes, gehakte

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

Bereiding.

Meng alle ingrediënten goed door elkaar.

Tip:

Lekker bij hapjes.

Tomatenbieslookdressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

2 el azijn, wijn-, witte
12 spr bieslook (zk á 15
g)
1 mp knoflookpoeder
5 el olie
- peper
2 tomaten
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 115
Eiwit: 0 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 13 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Breng in een pan water aan de kook.
Kruis de tomaten in.
Dompel de tomaten enkele seconden onder in
het kokende water.
Spoel de tomaten af onder koud water.
Ontvel de tomaten.
Snijd de tomaten in vieren.
Verwijder boven een kommetje de pitjes uit de
tomaten.
Snijd het vruchtvlees klein.
Wrijf de tomatenpitjes en het vocht door zeef.
Roer in een kommetje de olie, azijn en
tomatenvocht tot een dressing.
Breng de dressing op smaak met zout, peper en
knoflookpoeder.
Knip boven een kopje de bieslook fijn.
Verwarm de dressing zachtjes in een pannetje
(niet laten koken!!!).
Roer de bieslook en tomatenblokjes door de
dressing.

Tuinkruidendressing I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: **
Bron: Cuisinio.nl

Ingrediënten

1½ el azijn, wijn-, witte
1 el bieslook,
fijnggehakte
1 el kervel, fijnggehakte
1 tl mosterd
1 dl olie, olijf-, extra
vierge
½ tl peper, versgemalen
1 el peterselie,
fijnggehakte
½ tl zout

Bereiding.

Meng de azijn, mosterd, peper en zout.
Voeg, al kloppende met een garde, de olijfolie
in een dun straaltje toe.
Roer als laatste de fijnggehakte kruiden erdoor.

Tip:

Varieer naar hartenlust met kruiden, mits het
maar verse, groene, zachte kruiden zijn.
Deze dressing is geschikt voor alle soorten
gemengde salades.

30

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

Vegan dressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Eetspiratie.nl

Ingrediënten

½ el azijn, balsamico-
1 el mosterd
- peper, versgemalen
½ el siroop, ahorn-
- zout

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

Bereiding.

Meng de azijn, de mosterd en de siroop goed door elkaar.
Breng het mengsel op smaak met peper en zout.

Vinaigrettedressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Het Nederlandse
Zuivelbureau

Ingrediënten

1 el citroensap
1 tn knoflook,
uitgeperst
3 el olie
- paprikapoeder
- peper
1 el sherry
1 tl suiker, bruine
- tabasco
1 el worcestershiresaus
- zout, selderij-

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.

Vermeng de olie met het citroensap en de sherry.
Breng het mengsel op smaak met de overige ingrediënten.

Tip:

Geef deze dressing bij salades met groenten, rijst of aardappelen.

Wasabidressing.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Japanse
Personen: -
Sterren: **
Bron: Receptjes.com

Ingrediënten

1 tl citroensap
1 el gembernat
2 el olie, arachide-
1 tl olie, sesam-
2 el sojasaus, Japanse
1 tl wasabi
- zout, naar smaak

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

Bereiding.

Klop van deze ingrediënten een lobbige sausje.

Tip:

Deze dressing is heel lekker op carpaccio van tonijn.

Yoghurtdressing.



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

Ingrediënten

1 el citroensap
- peper
1 tl suiker
1 dl yoghurt
- zout

Bereiding.

Roer deze ingrediënten goed door elkaar.

Tip:

Lekker bij salades met groenten, vruchten of vlees.

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

Zeewierdressing.



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

Ingrediënten

1 dl azijn, wijn-, witte
- citroensap
3 dl olie, olijf-
- peper
50 g zeewier, gemengde
- zout

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

Bereiding.

Wel de zeewieren 20 min. in water.
Doe de helft van het zeewier met de azijn in een mengbeker van de keukenmachine.
Draai er een zachte puree van.
Voeg al draaiend langzaam de olie toe, zodat een gladde saus ontstaat.
Doe de dressing in een kom.
Snijd de rest van het zeewier in smalle reepjes en roer die door de dressing.
Breng de dressing op smaak met peper, zout en wat citroensap.

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

36



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbl	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

