



Ruud 's Kookboek

Diprecepten III v0.5

Inhoudsopgave.

Aïoli-dip (duyvis zonder zakje).....	3
Avocadodip 3.....	4
Boerenleverworstdip.....	5
Feta met honingdip.....	6
Pittige paprikadip.....	7
Gebruikte afkortingen.....	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Aïoli-dip (duyvis zonder zakje).



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

Ingrediënten

1 tl bieslook, vers
geknipte
2 tn knoflook, geperst
2 el mayo
- peper, versgemalen
1 tl uienpoeder
- zout

Bereidingstijd: 5-10
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 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 en zet de dip voor gebruik een uurtje in koelkast.

Avocadodip 3.



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.

Boerenleverworstdip.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron:
SlikkenEnVerslikken.nl

Ingrediënten

2 augurken, zoet-zuur
100 g leverworst
2 el mayonaise of
fritessaus

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 leverworst en de augurken in stukjes en doe het geheel in een hoge kom. Voeg de mayonaise toe en pureer het geheel met de staafmixer tot de gewenste gladheid. Schep het mengsel in een schaaltje en dek het af met wat huishoudfolie. Laat de dip minimaal 1 uur afgedekt in de koelkast staan.

Feta met honingdip.



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

Ingrediënten

½ tl basilicum,
gedroogde
1 el bieslook, fijn-
gehakte
2 el honing
225 g kaas, feta-,
verkruid
115 g kaas, room-,
(kamertemperatuur)
1 tn knoflook, fijngehakt
2 el noten, pistache-,
gehakte
2 el olie, olijf-
- peper, zwarte, vers-
gemalen, naar smaak

Bereiding.

Doe de feta, de roomkaas, de olijfolie, de knoflook en de basilicum in een keukenmachine.
Mix het tot een glad en romig geheel.
Scheep het mengsel in een ondiepe schaal en maak een mooie swirl bovenop.
Druppel de honing eroverheen en garneer het met de pistachenoten, de bieslook en de zwarte peper.

Tip:

Serveer de dip met geroosterd stokbrood, crackers of verse groenten.

6

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

Pittige paprikadip.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

¼ tl chilivlokken
2 el olie, olijf-, milde
¼ tl paprikapoeder,
gerookt, zoet
100 g spread, zuivel-,
naturel
1 uitje, bos-

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 110
Eiwit: 2 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: 80 mg
Vet: 11 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het bosuitje fijn.

Meng de milde olijfolie met de paprikapoeder, de chilivlokken en evt. een snufje zout.

Verdeel de zuivelspread naturel over een plat bord, verdeel de chili-paprikaolie erover en bestrooi die met de bosui.

Tip:

Lekker met platbrood, snoepgroente of toast.

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
krrp	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
trsje	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..  *..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by  PDF24