



Ruud 's Kookboek

Zwitserse recepten II v0.4

Inhoudsopgave.

| | |
|--|---|
| Äplermagronen - Alpenmacaroni. | 3 |
| Komkommerbouillon..... | 4 |
| Zwitserse broodschotel..... | 5 |
| Zwitserse rösti-omelet met een frisse salade. | 6 |
| Gebruikte afkortingen..... | 7 |

Älplermagronen - Alpenmacaroni.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Zwitserse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta, Jumbo, Smulweb

Ingrediënten

400 g aardappelen
300 g kaas, Gruyère
1 tn knoflook
100 ml melk, halfvolle
1 snf nootmuskaat
1 snf peper, zwarte
300 g Pipe Rigate
200 ml room, slag-, onbereid
250 g spekreepjes
2 uien
1 snf zout

Bereiding.

Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes.
Kook de aardappelblokjes en de pasta gaar.
Bak de spekreepjes krokant.
Voeg halve ringen ui en de fijngehakte knoflook toe aan de spekreepjes.
Bak tot ze de uien glazig zijn.
Giet de aardappelen en de pasta af en laat ze goed uitlekken.
Schep dit door het spek, ui en knoflook mengsel.
Meng er de helft van de geraspte kaas doorheen en doe het geheel in een ovenschaal.
Meng zout, peper en nootmuskaat door het room/melk mengsel.
Verdeel dit over de ovenschaal.
Strooi de rest van de kaas eroverheen.
Zet het geheel 15-20 min. in een voorverwarmde oven op 180°C.
De Älplermagronen zijn klaar als de kaas gesmolten is en het een mooi bruin korstje heeft gekregen.



Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

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.

Snijdt de komkommer met schil tot een fijne brunoise.

Snijdt 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

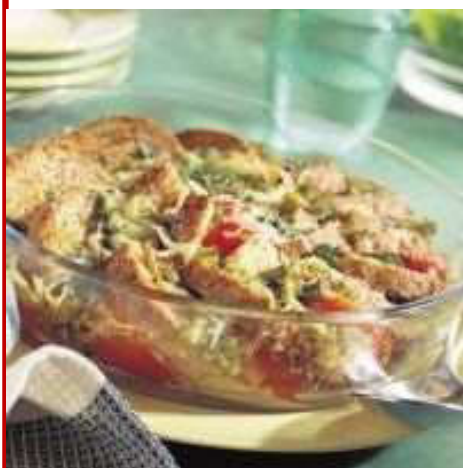
w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Zwitserse broodschotel.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: Zwitserse

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Carta

Ingrediënten

2 el basilicum,
fijngehakte
½ brood, vloer-,
volkoren òf bruin,
gesneden
200 gr kaas, geraspte
(bijv. Gruyère òf
Emmentaler)
- nootmuskaat
3 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
1 prei
200 ml room (slag-)
3 tomaten, tros-
2 uien
- zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Maak de uien schoon.
Snijd de uien in ringen.
Maak de prei schoon.
Snijd de prei in ringen.
Verhit 2 el olie in een koekenpan.
Fruit de ui en prei in ca. 4 min. zachtjes gaar.
Roer de helft van de room erdoor.
Voeg zout, peper en nootmuskaat naar smaak toe.
Snijd de tomaten in partjes.
Halveer de grote sneden brood.
Vet een lage ovenschaal in.
Leg de sneden brood er dakpansgewijs in met steeds wat van het ui-preimengsel, partjes tomaat, wat geraspte kaas en basilicum ertussen.
Verdeel er de rest van de basilicum en geraspte kaas over.
Sprenkel er tot slot de rest van de slagroom over.
Laat de schotel in de oven in ca. 20-30 minuten door en door heet worden en goudbruin kleuren.

Tip:

Zo'n snelle ovenschotel is een manier om oud brood te verwerken. Brood van een dag oud zuigt het vocht uit de groente beter op dan vers brood. Dat komt de smaak ten goede.

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

Zwitserse rösti-omelet met een frisse salade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Zitsers
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten:

30 g boter
150 g broccoli
3 eieren
± 100 g kaasplakken
1 paprika, rode
- peper, versgemalen
1 prei dunne
350 g rösti, diepvries-,
ontdooit
1 ui
- zout

Voor de salade:

1 appel
3 augurken
1 pl ham, schouder-,
dikke
1 stj komkommer
2 el mayonaise
- peper, versgemalen
2 tomaten
1 ui, rode
3 el uitjes, zilver-
3 strk witlof
- zout

Bereiding.

Snijd de ui in ringen, duw die los en fruit ze in de boter.

Snijd de broccolistronk eraf, snijd hem in plakjes en snijd de roosjes klein.

Snipper de paprika en snijd de prei in smalle ringetjes.

Schep de groenten bij de ui en bak ze 5 min.

Strooi er wat zout en versgemalen peper over en meng er de rösti door.

Klop de eieren los en schep ook die erdoor.

Leg dan een deksel op de pan en bak het geheel zachtjes tot een koek.

Keer deze met behulp van het deksel en bedek de tweede kant met plakjes kaas.

Bak nog even met het deksel erop en serveer de koek in punten gesneden, evt met de frisse salade.

Bereiding salade.

Was de groenten en snijd ze, samen met de ham, de augurken en de appel klein.

Vermeng alles met de mayonaise en breng de salade op smaak met versgemalen peper en 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

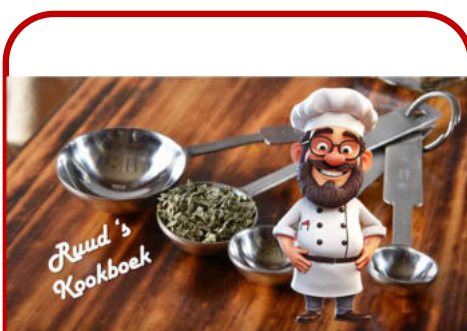
w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

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 |
| klnj | 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 |
| 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 |
| wgls | Wijnglas |
| zk | Zak(je) |



Compressed by 