



*Ruud 's Kookboek*

*Aardpeerrecepten II v0.3*

## **Inhoudsopgave.**

Blinde vink met aardpeer.....	3
Sinaasappelcake met aardpeervla. ....	5
Soep van aardpeer.....	6
Gebruikte afkortingen.....	7

## Blinde vink met aardpeer.



Menugang: Hoofdgerecht  
Keuken: -  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*\*  
Bron: Jan Tournier,  
Njam.tv

### Ingrediënten

- boter  
500 g gehakt, varkens-  
- olie, olijf-  
- peper, versgemalen  
200 g postelein  
8 varkenslapjes, dunne  
- zout

### Voor zalfje van aardpeer:

12 aardperen  
2 klnt boter  
2 bouillonblokje,  
kippen-  
2 sch melk  
2 sch olie, olijf-  
2 sch room  
- zout

### Bereiding.

Schil de 6 aardperen voor het zalfje en snijd ze in stukken.

Kook ze gaar in gezouten water met een scheutje melk en een blokje kippenbouillon erbij.

Smelt de boter voor de gebakken aardperen in een steelpannetje en laat het goed heet worden.

Leg de aardperen erin en laat ze bakken (wanneer de boter een hazelnootbruine kleur heeft mag het vuur lager gezet worden zodat de aardperen rustig verder kunnen garen; draai de aardperen af en toe om zodat ze langs alle kanten gebakken worden).

Leg ondertussen de lapjes varkensvlees open en draai er kleine hoopjes varkensgehakt in.

Rol ze mooi op tot mini blinde vinken.

Bak de mini blinde vinken in een scheutje olijfolie.

Breng ze op smaak met peper en zout en voeg een klontje boter toe.

Laat ze nog even verder garen onder deksel.

Giet de aardperen voor het zalfje af en doe ze in de blender.

Voeg enkele lepeltjes van het kookvocht, een scheutje olijfolie, een scheutje room en een klontje boter toe.

Mix het tot een gladde crème.

Breng het op smaak met zout.

### Serveren:

Snijd de blinde vinken door midden en leg ze op een bord.

Leg de gebakken aardperen erbij en garneer het met het zalfje van aardpeer en enkele blaadjes postelein.

**Ingrediënten (vervolg):**

**Voor gebakken aard-  
peren:**

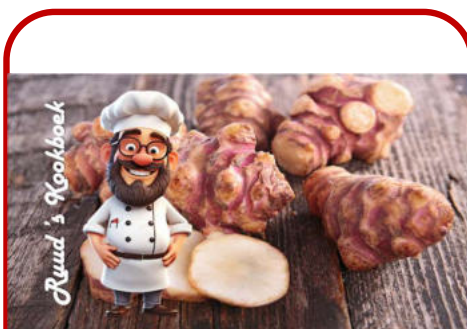
**12 aardperen  
400 g boter**

---

**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**

---

## Sinaasappelcake met aardpeervla.



Menugang: Gebak  
Keuken: -  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Fruitbedrijf Roest

### Ingrediënten

#### T.b.v. de cake:

1 tl kaneel  
300 g meel, bak-, zelf-  
rijzend  
90 ml olie, zonnebloem-  
1 sinaasappel, rasp van  
1 sinaasappel, sap van  
250 g suiker  
1 zk suiker, vanille-  
200 ml water, koud

#### T.b.v. de vla:

½ kg aardperen  
- amandelschaafsel  
- arrowroot (bind-  
middel)  
- chocosnippers  
- honing, naar smaak  
- likeur, amandel-  
½ l sap, appel-

### Bereiding.

#### Cake:

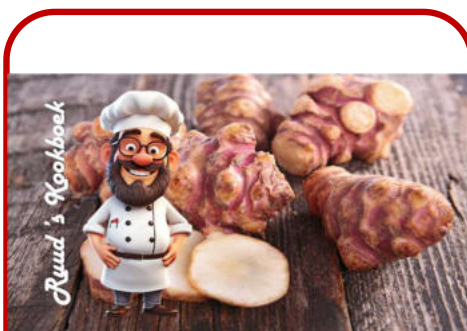
Verwarm de oven voor op 200 C.  
Meng alle ingrediënten voor de cake en bak  
deze in ca. 30 min. gaar.

#### Vla:

Kook de aardperen gaar in de appelsap.  
Pureer ze en meng er wat arrowroot door (om  
het wat dikker te maken).  
Breng het op smaak met de likeur, de honing en  
het schaafsel.  
Snijd en verdeel de taart.  
Giet de vla over de stukken.  
Versier de vla met chocosnippers.

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

## Soep van aardpeer.



Menugang: Voorgerecht  
Keuken: -  
Personen: 2  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Stg. Vergeten groeten

### Ingrediënten

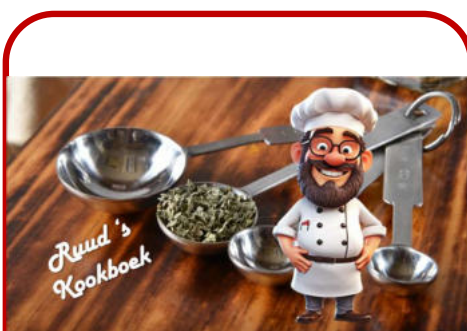
500 g aardpeer  
- boter  
½ l bouillon, groente-  
75 g Gruyère, geraspt  
1 tn knoflook, geplet en  
fijngesneden  
- olie, olijf-  
100 g paddenstoelen, in  
vieren gesneden  
- peper, zwarte, vers-  
gemalen  
½ bs peterselie, platte,  
fijngesneden  
2 el room, stijfgeslagen  
1 sjalot, fijngesneden  
- zout

### Bereiding.

Schil de aardperen en snijd deze in stukken. Zet de stukken aardpeer, de sjalot en de knoflook aan in de olijfolie en laat deze licht karamelliseren. Voeg de groentebouillon toe en laat alles zo'n 20 min. op een zacht vuur staan. Haal de pan van het vuur en pureer alles met een staafmixer. Giet de vloeistof door een zeef. Breng het op smaak met wat zwarte peper en evt. een snufje zout. Zet de paddenstoelen aan in wat boter en olijfolie. Neem 2 diepe borden en doe in elk bord 1 el stijfgeslagen room. Giet voorzichtig de soep erbij. Garneer de soep met de paddenstoelen en de geraspte Gruyère. Strooi er als laatste wat peterselie over.

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

Aforting	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	Voorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)

