



Ruud 's Kookboek

Foodstationrecepten / v0.5

Inhoudsopgave.

Crostini station.	3
Frikandellen station.	4
Nacho station.	5
Orange sangria station.	7
Popcorn station.	9
Gebruikte afkortingen.	10

Crostini station.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 12
Sterren: **
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

3 broden, ciabatta-
3 tn knoflook,
gehalveerd
9 el olie, olijf-

Voor de topping:

- basilicum (alleen de blaadjes)
- brie, in plakjes
- ham, Parma-
- honing, vloeibare
- mascarpone
- paprika, geroosterde, in reepjes, uitgelekt
- salami
- sardines, in olie, uitgelekt
- tapenade trio
- tomaten, zongedroogde
- walnoot, geroosterde
- zalm, gerookte

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Snijd de kapjes van de ciabatta's, die worden niet gebruikt.
Snijd de broden in sneetjes.
Verdeel ze over een met bakpapier beklede bakplaat en bestrijk ze met de olie. Rooster het brood in de oven in ca. 8 min. goudbruin en knapperig.
Wrijf de warme crostini aan 1 kant in met de snijkant van de tenen knoflook.
Doe intussen alle toppings in bakjes en schaaltes.
Leg de crostini op een grote schaal of broodplank en serveer het met de toppings.

Mix & match.

Brie / honing / walnoot
Brie / salami / paprika
Mascarpone / parmaham / honing
Mascarpone / zalm / basilicum
Sardines / paprika / mascarpone
Tapenade / brie / tomaat

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 8 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

Frikandellen station.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

40 frikandellen, mini
(diepvries)
5 el ketjap manis
400 ml melk, kokos-
200 g pindakaas, met
stukjes noot
1 el sambal badjak

Voor de topping:

- atjar tjampoer
- augurk, in blokjes
- curryketchup
- knoflooksaus
- kool, rode, fijn-
gesneden
- koriander, fijngehakt
- mayonaise
- mosterd
- selderij, fijngehakt
- srirachamayo
- tomatenketchup
- ui, gesnipperd,
koelvers
- uitjes, gebakken

Bereiding.

Bereid de frikandellen volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Maak intussen de pindasaus.

Verwarm de pindakaas, de kokosmelk, de ketjap en de sambal in een (steel)pan al roerend tot een gebonden saus (voeg een scheutje water toe als de saus te dik is)ze. Doe alle toppings in bakjes en serveer ze met de frikandellen en pindasaus.

Mix & match.

Ketchup / knoflooksaus / ui
Mayonaise / curry / rodekool / augurk
Pindasaus / atjar / gebakken ui / selderij
Pindasaus / ui / knoflooksaus / koriander
Srirachamayo / rode kool / koriander

Bereidingstijd: 20 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

Nacho station.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: DekaMarkt

Ingrediënten

2 avocado's
2 zk chips, tortilla-,
nacho cheese
2 zk chips, tortilla-,
naturel
2 limoenen, rasp en sap
van
1 zk mix, voor guace-
mole
- peper, versgemalen
6 tomaten, tros, in
kleine blokjes
1 ui, rode, gesnipperd
- zout

Voor de topping:

- feta, verkruimeld
- kaas, cheddar-,
geraspt
- kidneybonen,
afgespoeld, uitgelekt
- koriander, grof gehakt
- maïs (afgespoeld,
uitgelekt)
- peper, jalapeño-, in
ringen
- room, zure (sour
cream)

Bereiding.

Maak guacamole volgens de aanwijzingen op de verpakking van de mix.

Voeg na de bereiding 2 el tomatenblokjes en 1 el limoensap toe.

Maak een tomatensalsa van de rest van de tomatenblokjes, het limoensap en -rasp en de ui.

Breng de salsa op smaak met zout en versgemalen peper.

Doe de toppings in bakjes en schaalpjes.

Verdeel de tortillachips over 2 grote schalen en serveer ze met de salsa's en toppings.

Mix & match:

Guacamole / maïs / jalapeñopeper / bosui

Guacamole / tomatensalsa / sour cream / jalapeñopeper

Sour cream / maïs / kidneybonen / cheddar / ijsbergsla

Tacosaus / sour cream / kidneybonen / cheddar

Tomatensalsa / feta / koriander / tacosaus

Ingrediënten (vervolg)

- saus, taco-
- sla, ijsberg-, fijn-
gesneden
- ui, lente- of bos-, in
ringen

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 496
Eiwit: 8 g
Koolhydraten: 54 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 26 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 3 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Orange sangria station.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 16
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

400 ml frisdrank,
sinaasappel en
mandarijn, lichtbruisend
100 ml likeur, sinaas-
appel-, gekoeld
750 ml sap, druiven-,
wit, gekoeld
350 ml sinas, gekoeld
50 ml siroop, limonade-,
sinaasappel, gekoeld
750 ml wijn, witte,
gekoeld

250 g ananas, in
stukjes, diepvries
250 g mango, in stukjes,
diepvries

Voor de topping:

- citroen, in halve
plakjes
- mandarijn, in halve
plakjes
- munt, verse, aan de
tak
- nectarine, vruchtvlees
in partjes
- perzik, vruchtvlees in
partjes

Bereiding.

Schenk de wijn, de sinaasappellikeur en de sinas in 1 karaf.

Schenk het druivensap, de lichtbruisende frisdrank en sinaasappellimonade in de andere karaf.

Verdeel de 2 soorten diepvriesfruit over de karaffen en roer ze door.

Doe alle soorten fruit en de munt in verschillende bakjes en serveer die bij de 2 sangria's.

Ingrediënten (vervolg):

Voor de topping:

- sinaasappel, in halve plakjes

Benodigdheden:

2 karaffen

Bereidingstijd: 15 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

Popcorn station.



Menugang: Hapje, tussendoortje
Keuken: -
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

175 g popcorn, zoete
175 g popcorn, zoute
125 g spekblokjes,
gerookte

Voor de topping:

200 g cashew-pindamix
honing
200 g choco & crisp
- saus, chocolade
dessert- (fles)
- saus, karamel- (fles)
- saus, sriracha-
- schenkstroop
- kaneel
- kruiden, cajun-

Bereiding.

Bak de spekjes uit in een droge, hete koekenpan en laat ze uitlekken op keukenpapier. Doe intussen alle toppings in bakjes of schaaltes.

Verdeel de zoete en zoute popcorn over 2 grote schalen en serveer ze met het spek en de rest van de toppings.

Mix & match:

- zoete popcorn / choco & crisp / chocolade-saus
- zoete popcorn / kaneel / karamelsaus
- zoete popcorn / spek / schenkstroop
- zoute popcorn / cashew-pindamixhoning / srirachasaus
- zoute popcorn / spek / cajunkruiden / schenkstroop
- zoute popcorn / srirachasaus

Bereidingstijd: 10 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 553

Eiwit: 11 g

Koolhydraten: 64 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 23 g

w/v onverzadigd: - g

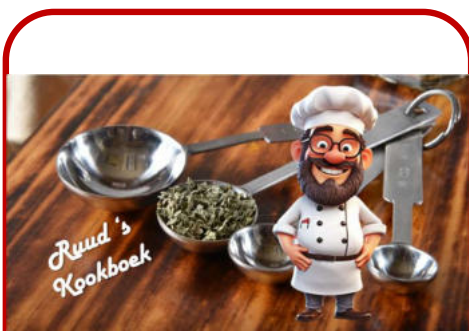
w/v verzadigd: 5 g

Vezels: 23 g

Groente: - g

Zout: 1,9 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)



<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