



Ruud 's Kookboek

100 aardappelrecepten I

Inhoudsopgave.

| | |
|--|----|
| Aardappel met knoflookmayonaise..... | 4 |
| Aardappel-aubergineschotel..... | 5 |
| Aardappel-bonenpannetje met ei..... | 6 |
| Aardappel-bonensalade..... | 7 |
| Aardappel-camembertschotel..... | 8 |
| Aardappel-kaaskroketjes..... | 9 |
| Aardappel-kip-sperziebonenschotel (skottelbraai)..... | 10 |
| Aardappel-kippensoep..... | 11 |
| Aardappel-melksoep..... | 12 |
| Aardappel-quenelles..... | 13 |
| Aardappelballetjes..... | 14 |
| Aardappelbloem met groenten en kaas (airfryer)..... | 15 |
| Aardappelbrood..... | 16 |
| Aardappelburgers met kipvulling..... | 17 |
| Aardappelcarpaccio met tapenade..... | 18 |
| Aardappelen..... | 19 |
| Aardappelen in bouillon..... | 20 |
| Aardappelen in de schil met sperziebonen gerold in spek..... | 21 |
| Aardappelgratin I..... | 22 |
| Aardappelharingsalade..... | 23 |
| Aardappelharingsalade met avocado..... | 24 |
| Aardappelkaassoep..... | 25 |
| Aardappelkoekjes..... | 26 |
| Aardappelkoekjes met Serrano-ham..... | 27 |
| Aardappelkoolkoekjes met camembert..... | 28 |
| Aardappelkoolschotel met wildzwijnkoteletten..... | 29 |
| Aardappelkroketjes..... | 30 |
| Aardappelkroketjes met Parmezaanse kaas (airfryer)..... | 31 |
| Aardappelpannenkoekjes I..... | 32 |
| Aardappelpannenkoekjes II..... | 33 |
| Aardappelpannenkoekjes met zalm..... | 34 |
| Aardappelpartjes met kaas..... | 35 |
| Aardappelpartjes met kaassaus..... | 36 |
| Aardappelpoffertjes met gerookte zalm..... | 37 |
| Aardappelpreisoep met gerookte paling..... | 38 |
| Aardappelpuree met cajunkruiden..... | 39 |
| Aardappelsalade I..... | 40 |
| Aardappelsalade II..... | 41 |
| Aardappelsalade lauw warm met een hele barbecue (airfryer)..... | 42 |
| Aardappelsalade met ansjovis dressing..... | 43 |
| Aardappelsalade met pesto I..... | 44 |
| Aardappelsoep met roggebrood..... | 45 |
| Aardappeltomatenpuree met kip..... | 46 |
| Aardappeltortilla I..... | 47 |
| Aardappeltortilla met worst..... | 48 |
| Aardappeltjes met pesto..... | 49 |
| Airfryer Hasselback aardappelen..... | 50 |
| Ajo colorado - pittige aardappelpuree..... | 51 |
| Andijviestamppot met zoete aardappel..... | 52 |
| Basisrecept - aardappelpuree I..... | 53 |
| Basisrecept - aardappelpuree II..... | 54 |
| Basisrecept - gepofte aardappelen..... | 55 |
| Belgische friet..... | 56 |
| Blutwurstgröstl - bloedworst met gebakken aardappelen..... | 57 |
| Chips..... | 58 |
| Ei-aardappelschotel..... | 59 |
| Frietjes..... | 60 |
| Fritessticks..... | 61 |
| Gebakken krieltjes in de schil met bieslook..... | 62 |
| Gegratineerde aardappelschotel met mediterrane groenten en mozzarella..... | 63 |
| Gepofte aardappelen I..... | 64 |
| Gepofte aardappelen met kipfilet en boontjes (airfryer)..... | 65 |

| | |
|--|-----|
| Gepofte aardappelen met komkommer fresh. | 66 |
| Gevulde aardappelen I..... | 67 |
| Gevulde aardappelen met bieslook en kaas. | 68 |
| Gevulde aardappelen met pesto en spekjes..... | 69 |
| Gratin dauphinois - aardappelgratin met room. | 70 |
| Hete bliksem I. | 71 |
| Kartoffelklösse mit Pflaumenmus. | 72 |
| Kiptajine met aardappelen en doperwten. | 74 |
| Kiptajine met aardappelen en olijven. | 75 |
| Lamsrack met aardappelen en knoflook..... | 76 |
| Lauwwarme aardappelmaaltijd salade..... | 77 |
| Lekkerbekjes met avocadocrème en frites..... | 78 |
| Lekkerbekjes met zoete frieten. | 79 |
| Provençaalse aardappelschotel..... | 80 |
| Provençaalse groente-tian met aardappel. | 81 |
| Provençaalse rösti met paprika en geitenkaasroom..... | 82 |
| Reifkuchen..... | 83 |
| Rårakor med Gräslök - aardappelkoekjes. | 84 |
| Roerbakschotel van aardappelen en groenten (airfryer). | 85 |
| Romige aardappelpuree..... | 86 |
| Rösti met zalm..... | 87 |
| Salade met gamba's en röstirondjes (airfryer). | 88 |
| Snelle chilikip met mini-rösti (airfryer). | 89 |
| Stevige aardappelsalade..... | 90 |
| Tajine met gehakt, aardappels en groenten..... | 91 |
| Tortilla Española..... | 93 |
| Tortilla met ui en paprika..... | 94 |
| Vegetarische aardappeltaart..... | 95 |
| Zoete aardappel-boerenkoolstampot met gegrilde zalm. | 96 |
| Zoete aardappel-paksoistampot met Thaise sticks. | 97 |
| Zoete aardappelfrites..... | 98 |
| Zoete aardappelkoekjes..... | 99 |
| Zoete aardappelstampot met zongedroogde tomaten..... | 100 |
| Zoete wilde frieten met kabeljauw. | 101 |
| Zuurkoolschotel met aardappelen, cranberry's en gehakt. | 102 |
| Zuurkoolschotel met röstideksel..... | 103 |
| Zwetschkenknödel..... | 104 |
| Zwitserse aardappelpoffertjes..... | 105 |
| Gebruikte afkortingen..... | 106 |

Aardappel met knoflookmayonaise.



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

Ingrediënten

2 aardappelen, middel-
grote (vastkokers)
1 el kappertjes
3 tn knoflook
8 el mayonaise
75 ml olie, olijf-
1 tl paprikapoeder
1 el peterselie, fijn-
gehakt
- zout, zee-, grof

Bereiding.

Schil de aardappels.
Doe de mayonaise in een kom.
Roer de knoflook (uit de knijper), de kappertjes en de paprikapoeder er doorheen.
Kook de hele aardappels in ca. 20 min. gaar.
Giet ze af en stoom ze droog.
Laat de aardappels afkoelen.
Snijd ze tweemaal in de lengte door, zodat er 8 aardappelpartten ontstaan.
Verhit een scheut olijfolie in een koekenpan en bak hierin de stukken aardappel snel aan alle kanten knapperig en lichtbruin.
Leg de aardappelpartten in een schaalpje en bestrooi ze met enkele korrels zeezout en peterselie.
Doop de aardappelpartten in de mayonaise.

Tips:

- Leg op de aardappelpartten een plakje chorizo en steek dit vast met een cocktailprikker.
- Probeer voor dit hapje ook eens ongeschilde krieltjes of Roseval-aardappeltjes en serveer ze met verschillende soorten dipsaus; bijvoorbeeld: zure room met zalm-eitjes, puree van geitenkaas met fijn-gehakte bieslook, verse roomkaas met zongedroogde pepertjes of zongedroogde tomaatjes, avocadopuree met uitgebakken bacon, rode of groene pesto of tapenade.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 185
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 5 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 12 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappel-aubergineschotel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TopRecept.nl

Ingrediënten

1 kg aardappelen, kruimige
700 g aubergine
- boter
3 tn knoflook
2 tl kruiden, Provençaalse
- olie, olijf-
- peper, versgemalen
100 g roospekreepjes, mager
1 dl room, koffie-
400 g rundvlees, mager
3 tomaten, vlees-
¼ l wijn, rode, droge
- zout

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Schaaf de aardappelen in plakken.
Scheep de aardappelplakken met 2 el olijfolie om.
Vet een ovenschaal in.
Scheep de rundvleesstukjes erin.
Leg de aubergine- en tomaatplakken er dakpansgewijs op.
Schenk het marinadevocht over de aubergine- en tomaatplakken.
Schik de aardappelplakjes over de aubergine- en tomaatplakken.
Meng de koffieroom met zout, peper, 1 tn knoflook uit de pers en 1 tl Provençaalse kruiden door elkaar.
Lepel het roommengsel over de aardappelen.
Bak de schotel 1½ uur in de oven (200°C)
Dek de schotel na 1 uur met bakpapier af om verbranden te voorkomen.

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

Aardappel-bonenpannetje met ei.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Dorothy Spijker

Ingrediënten

375 g aardappelen
375 g boontjes, sperzie-
2 eieren
4 el olie, maïskiem-
- peper, versgemalen
1 sjalot
100 g tomaten, kers-
- 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.

Maak de boontjes schoon, spoel ze en kook ze 10 min. in gezouten water.

Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in grote stukken.

Spoel de tomaten af en snijd ze doormidden of in vieren.

Schil de sjalot, snijd hem doormidden en in ringen.

Laat de boontjes uitlekken.

Bak de aardappelen in 10 min. in de hete olie goudbruin.

Voeg de sjalot-ringen toe en bak die mee.

Kruid met peper en zout.

Voeg de boontjes en de kerstomaten toe, meng zorgvuldig en warm het geheel door.

Klop de eieren los, giet ze over de groenten en laat ze stollen.

Kruid met peper en zout.

Aardappel-bonensalade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

600 g aardappels, vastkokend
200 g bospeen
1 el kappertjes
- peper, versgemalen, zwarte
1,5 el pesto, rode
1 dl sinaasappelsap
2 sjalotjes
200 g sperziebonen, gebroken
2 bl tonijn in olie (à netto ca.200 g)
- zout

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Was de aardappelen.
Snijd de aardappelen in plakjes.
Kook de aardappelschijfjes in een pan met weinig water en zout in ca. 10 min. beetgaar.
Kook de sperziebonen in een pan met weinig water en zout in ca. 10 min. beetgaar.
Maak de bospeen schoon.
Was de bospeen.
Snijd de bospeen in kleine blokjes.
Spoel de aardappelschijfjes en sperziebonen in een vergiet onder koud stromend water af.
Laat de aardappelschijfjes en sperziebonen goed uitlekken.
Pel de sjalotjes.
Snipper de sjalotjes.
Giet de tonijn boven een kom af.
Roer de pesto, sinaasappelsap, sjalot en kappertjes door de tonijnolie.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.
Verdeel de tonijn in stukjes.
Schep de aardappelplakjes, sperziebonen, wortelblokjes en tonijn door de dressing.
Zet het geheel minstens 30 min. afgedekt in de koelkast.
Schep de aardappelsalade nogmaals door elkaar.
Doe de aardappelsalade over in een slaschaal.
Serveer de salade met ciabatta.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 300
Eiwit: 24 g
Koolhydraten: 29 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappel-camembertschotel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-schrift

Ingrediënten

400 g aardappelplakjes of -partjes, voorgekookte (koeling)
½ el azijn, balsamico-
125 g camembert, in stukken
1 tn knoflook, fijngesneden
1 tl mosterd, grove
3 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
75 g sla, veld-
50 g spekreepjes
1 el tijm, verse, fijngesneden of ½ tl kruiden, Provençaalse
1 ui, rode, in parten
- zout

Bereiding.

Verhit 1 el olie in een koekenpan en bak de aardappeltjes met de spekreepjes, de knoflook en de tijm hierin 10 min., tot de aardappeltjes lichtbruin en knapperig zijn.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.

Schep de ui door het aardappelmengsel.

Schep het mengsel in een grote ovenschaal en leg de hele camembert erop (of verdeel het aardappelmengsel over 2 ovenschaaltjes en verdeel de camembert erover).

Zet de aardappelschotel 2-4 min. onder de hete grill tot de kaas heet en goudbruin wordt en gaat 'bubbelen'.

Roer een dressing van de azijn, 2 el olie, de mosterd, zout en peper en schep de veldsla met de dressing om.

Serveer de aardappelschotel direct met de sla.

Tip:

Serveer er eventueel warm geroosterd brood bij.

Voorb. tijd: - min.

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

Aardappel-kaaskroketjes.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Stuks: -
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

400 g aardappelen,
gekookt
50 g boter
1 ei
100 g kaas, belegen
½ dl melk
- nootmuskaat
- paneermeel
- peper
- zout

Bereiding.

Stamp de warme, gekookte aardappelen fijn met de melk, een klontje boter, zout, peper en nootmuskaat.

Maak er een stevige puree van.

Laat de puree afkoelen.

Rasp de kaas.

Meng de kaas door de puree.

Vorm hier kroketjes van.

Met een dikke eetlepel eerst een ovaalvormige bal vormen en deze met de hand vormen tot kroketmodel (of ronde balletjes).

Oppassen dat er geen barstjes aan de buitenkant zitten.

Haal de kroketjes door losgeklopt ei en paneermeel.

Bak de kroketjes in niet te heet frituurvet goudbruin.

Laat de kroketjes op keukenrolpapier uitlekken.

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

Aardappel-kip-sperziebonenschotel (skottelbraai).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: Skottelbraai recepten

Ingrediënten

- aardappeltjes, voorgekookte
1 blk bonen, sperzie-
- ketjap manis
600 g kipfilet
- knoflookpoeder
2 paprika's
- peper, versgemalen
2 uien
5 wortels

Vorbereiding.

Snijd de uien in ringen en de paprika in niet te kleine stukjes.

Snijd de wortels in kleine stukjes.

Snijd de kip in stukjes en marineer deze in de ketjap met de knoflookpoeder.

Laat de kip even in de marinade staan.

Bereiding.

Bak als eerste de aardappeltjes 5 min. in de braai bakken.

Voeg vervolgens de wortel en de paprika toe.

Voeg even later de kip en de uien toe en laat het goed doorbakken.

Voeg als laatste de sperziebonen en de peper naar eigen smaak toe.

10

Vorb.tijd: 10 min.

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

Aardappel-kippensoep.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

1 kg aardappelen, vastkokend, panklaar
1 mp kaneelpoeder
1 pt kippensoep met kipfilet (Maggi)
1 pk erwten, kikker-
1 tl komijn, gemalen
2 tl koriander, gemalen
1 tn knoflook
2 el olie, olijf-
- peper
2 el peterselie, verse, fijngehakte
4 tomaten, tros-
1 ui
- zout

Bereiding.

Snipper de knoflook.
Snijd de tomaten in stukjes.
Hak de peterselie fijn.
Verhit de olie.
Fruit de ui met de knoflook.
Voeg de aardappelen met de koriander, de komijn en het kaneelpoeder toe.
Bak alles al omscheppend 5 min.
Voeg de bouillon toe.
Voeg 3 potten water toe.
Voeg peper en zout naar smaak toe.
Breng alles aan de kook.
Kook de aardappelen in ca. 15 min. gaar.
Schep de kikkererwten erdoor.
Schep de tomaten erdoor.
Kook de soep nog 5 min. door.
Breng de soep op smaak met peper en zout.
Schep de soep in kommen.
Garneer de soep met de peterselie.

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 1470
Energie kcal: 350
Eiwit: 12 g
Koolhydraten: 58 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 8 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappel-melksoep.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Belgische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: WereldSmaken.com

Ingrediënten

4 aardappelen, grote
30 g boter
50 g kervel
4 knolrapen
 $\frac{3}{4}$ l melk
- nootmuskaat
- peper
2 preien, het wit van
- tijm
 $\frac{3}{4}$ l water
- zout

Vorb.tijd: 20 min.
Bereidingstijd: 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.

Reinig de knolrapen en de prei, was ze en snijd ze in stukjes.

Schil en was de aardappelen en snijd ze in stukken.

Kook de gesneden groenten en de aardappelen met de kruiden in $\frac{3}{4}$ l water.

Verwijder de tijmtakjes.

Wrijf alles door een zeef.

Voeg de boter toe.

Kook de melk en voeg deze al roerend bij de soep.

Was, droog en hak de kervel fijn en strooi die in de soep.

Aardappel-quenelles.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Airfryerboekje 2.0

Ingrediënten

- aardappelpuree, dikke

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.

Aardappel-quenelles maken is makkelijk en je kan dit makkelijk op voorhand doen. Je maakt een dikke aardappelpuree en brengt deze naar keuze op smaak met melk en een klontje boter en wat nootmuskaat. Wat ook een lekkere combinatie is om aan de puree 2 tl mierikswortelpuree toe te voegen. Hier draai je met hulp van 2 lepels quenelles van door de lepels over elkaar heen te schuiven. Vries de partij quenelles in.

Aardappelballetjes.



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

Ingrediënten

500 g aardappelen,
gekookt
2 eieren
100 g kaas, belegen
3 el olijfolie
- paneermeel
- peper
2 el peterselie
1 ui
- water
- 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.

Snijd de ui klein.
Hak de peterselie fijn.
Rasp de kaas.
Pureer de gekookte aardappelen.
Vermeng de aardappelpuree met de ui,
peterselie, kaas, een ei en wat peper en zout.
Vorm van het mengsel balletjes ter grootte van
een walnoot.
Klop het resterende ei los met wat water.
Wentel de aardappelbolletjes achtereenvolgens
door het losgeklopte ei en de paneermeel.
Verhit de olijfolie in een pan.
Bak de aardappelbolletjes rondom mooi bruin.

Tip:

Geef de aardappelballetjes bij gegrilleerd vlees
of bij gerechten met kip.

Aardappelbloem met groenten en kaas (airfryer).



Menugang: -
Keuken: -
Stuks: 9
Sterren: ***
Bron: Airfryerrecepten 2

Ingrediënten

- aardappels in dunne schijfjes
100 g champignons, in plakjes
½ courgette, in blokjes
2 eidooiers
100 g kaas, geraspte
1 paprika, in blokjes
- peper
- sesamzaadjes, als decoratie
- zout

9 muffinvormen

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.

Maak een bloem met de aardappelschijfjes. Plaats 5 sneetjes tegen de rand van een muffinpapiertje en één in het midden. Besmeer de aardappelbloemen met een borsteltje en olie (om het barsten te voorkomen als je ze bakt). Voeg de eidooiers bij de kaas en klop dit goed op. Verdeel dit mengsel over uw aardappelbloemen.

Vulling :

Bak de champignons, paprika en courgette in plantaardige olie, totdat ze zacht zijn. Voeg zout en peper toe naar smaak toe. Verdeel de groenten vulling over de kaas. Bak uw aardappelbloemen in de voorverwarmde Airfryer op 160°C ongeveer 10-15 min. (tot ze goudbruin zijn). Versier de aardappelbloemen voor het opdienen met sesamzaadjes.

Aardappelbrood.



Menugang: Ontbijt-,
lunchgerecht
Keuken: -
Stuks: 1 grote of 4
kleinere broden
Sterren: ***
Bron: Zolderkamertje
van Smulweb

Ingrediënten

250 ml bier, warm
(50°C)
1250 g bloem
2 eieren, losgeklopt
1 eiwit
2 el gist, gedroogd
230 g kaas, cheddar-,
pittige
185 g melkpoeder
1½ tl mosterdpoeder
1 el sesamzaad
4 el suiker
1½ tl zout

Bereiding.

Neem een grote kom.
Doe het warme bier in de kom.
Los in het warme bier de suiker en gist op.
Laat het mengsel 5 min. staan.
Neem een andere kom.
Meng hierin 1125 g bloem, kaas, melkpoeder,
zout en mosterdpoeder door elkaar.
Roer het bloemmengsel nu bij het gistmengsel.
Blijf roeren tot een zacht deeg is verkregen.

Bestrooi een glad werkoppervlak met de rest
van de bloem
Leg het deeg op het werkoppervlak.
Kneed het deeg tot het glad en elastisch is (ca.
10 min.).
Voeg nog wat bloem toe aan het deeg, als het
deeg te kleverig is.
Verdeel, zo nodig, het deeg in 2 of 4 delen.
Vorm mooie ronde broden van het deeg.

Bekleed een bakplaat met bakpapier.
Leg de broden op het bakpapier.
Zorg dat de broden niet te dicht bij elkaar
liggen (i.v.m. met het rijzen).
Bestrijk de broden met het eiwit.
Strooi het sesamzaad er over het brood.
Neem een scherp mes.
Maak kruiselings een ½ cm. diepe inkepingen.
Dek de broden af met een schone theedoek.
Laat de broden op een warme tochtvrije plaats
rijzen (in ca. 1½ uur moeten de broden in
volume verdubbeld zijn).

Verwarm de oven voor op 190°C.
Bak de broden in 20 min. bruin en gaar.
Laat de broden op een rooster afkoelen.

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

Aardappelburgers met kipvulling.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Marokkaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Tastyweb.nl

Ingrediënten

1 kg aardappelen,
geschild, gekookt, fijn-
geprakt
- bloem
½ tl cayennepeper
2 eieren
- kaneel
250 g kipfilet, gekookt,
in kleine stukjes
2 tn knoflook, geperst
1 tl kurkuma
- olie
- peper
½ bs peterselie
fijngehakt
1 ui, geraspt
- zout

Bereiding.

Meng de ui, knoflook, eieren, zout, peper, 1 snuffje kaneel en peterselie door de fijngeprakte aardappelen.

Strooi wat bloem over een plat werkvlak.

Spreid het aardappelmengsel daar over uit.

Vorm een soort 'balk' van 30 cm lang, 7 cm breed en 5 cm hoog.

Voeg wat bloem toe als het mengsel te slap blijkt.

Maak een geul over de hele lengte van de balk.

Meng een snuffje kaneel, wat zout en de cayennepeper door de kip.

Verdeel de kip over de geul.

Maak de geul dicht door het aardappelmengsel er overheen te vouwen.

Snijd de balk in ca. 12 schijven.

Haal de schijven door de bloem.

Verhit een flinke laag olie in een grote koekenpan.

Bak de burgers 3 min. aan beide kanten.

Bereidingstijd: 35 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: 2480

Energie kcal: 590

Eiwit: 45 g

Koolhydraten: 71 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 14 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Aardappelcarpaccio met tapenade.



Menugang: Voorgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: AllerHande 1999

Ingrediënten

30 g ansjovisfilets
1 el azijn, wijn-, witte
1 el kappertjes
500 g krieltjes, on-
geschilde
3 el olie, olijf-
¼ tl mosterd, Dijon-
- peper, zwarte, vers-
gemalen
1 tk peterselie
2 bk rucola
2 tomaten, zon-
gedroogde op olie
½ ui, rode
- zout

Bereiding.

Boen de krieltjes onder stromend water goed schoon.
Breng de krieltjes in een pan water met 1 snf zout aan de kook.
Kook de krieltjes in ca. 10 min. beetgaar.
Pel intussen de ui.
Snipper de ui fijn.
Snijd de tomaten in kleine stukjes.
Knip de peterselie fijn.
Snijd de ansjovisfilets in kleine stukjes.
Roer in een kommetje de mosterd, azijn en olie tot een sausje.
Roer de ui, tomaat, ansjovis, kappertjes en peterselie door de saus.
Breng de saus op smaak met zout en peper.
Giet de krieltjes af.
Laat de krieltjes uitdampen.
Snijd de kapjes van de krieltjes (kapjes worden niet gebruikt).
Snijd de krieltjes in plakjes.
Verdeel de krieltjes over vier bordjes.
Leg de rucola op de krieltjes.
Sprenkel de ansjovisdressing over de rucola.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 215

Eiwit: 5 g

Koolhydraten: 24 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 11 g

w/v onverzadigd vet: - g

w/v verzadigd vet: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Aardappelen.



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

Ingrediënten

600 g aardappelen
1 tl zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 533
Energie kcal: 127
Eiwit: 3,9 g
Koolhydraten: 27,9 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 5 cm. water in een pan en breng dit aan de kook.

Schil de aardappelen.

Snijd groene plekken en pitten weg.

Snijd de grote aardappelen doormidden.

Was de aardappelen.

Doe de aardappelen in het kokende water.

Plaats de deksel op de pan.

Zet het vuur hoog.

Als het water weer kookt, draai je het vuur zo laag dat het net aan de kook blijft.

Kook de aardappelen in 20-25 min. gaar.

Prik met een vork om te voelen of de aardappelen van binnen zacht zijn.

Giet het water af.

Laat de aardappelen zonder deksel heel even droog stomen op een laag vuur.

Schud ze af en toe om, zodat ze niet aanbakken.

Aardappelen in bouillon.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Mw. Joma-Postma

Ingrediënten

500 g aardappelen
20 g boter
½ l bouillon
- peper
½ el peterselie,
fijngehakt
1 uitje, gesnipperd
5 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.

Schil de aardappelen, pit en was ze.
Snijd de aardappelen in vieren.
Zet de aardappelen op met kokend water.
Giet na 5 min. het water af.
Voeg de bouillon toe aan de aardappelen.
Stoof de aardappelen gaar met het zout en de peper.
Fruit de ui met de boter in de koekenpan.
Voeg de gefruite ui toe aan de aardappelen.
Na een ½ uur zijn de aardappelen gaar.
Giet de bouillon van de aardappelen.
Schud de aardappelen even om.
Strooi voor het opdienen wat gehakte peterselie over de aardappelen.

Aardappelen in de schil met sperziebonen gerold in spek.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Nvn.nl

Ingrediënten

300 g aardappelen, kleine
2 tn knoflook
2 el olie, olijf-
50 g ontbijtspek, in plakjes
- peper, snufje
1 tl rozemarijn
300 g sperziebonen
- zout, snufje

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.

Verwarm de oven voor op 220°C.
Boen de aardappelen goed schoon onder de kraan.
Snijd de aardappelen in stukken van dezelfde grootte.
Kook de aardappelen ongeschild 10 min. in een laagje water met een snufje zout.
Doe de aardappelen in een ovenschaal.
Doe de olijfolie in een kommetje.
Pers de knoflook uit boven de olijfolie.
Meng de rozemarijn en de peper door de olie.
Giet het mengsel over de aardappelen.
Zet de ovenschaal 20-25 min. in de oven tot de aardappelen bruin en krokant zijn.
Schep de aardappelen regelmatig om.
Kook de sperziebonen in 20-25 min. gaar in een laagje water.
Rol de plakjes ontbijtspek om de sperzieboontjes.

Tip:

U kunt de aardappelen ook zonder schil bereiden. Bak ze dan in een hapjespan in de olie. Voeg de kruiden en knoflook toe.

Aardappelgratin I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2010

Ingrediënten

1 kg aardappelen,
vastkokend, geschild
30 g boter
4 tn knoflook,
fijngesneden
250 ml room, slag-
150 g kaas, Goudse, oud
48+, gemalen

Bereidingstijd: 25 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 aardappelen in dunne plakjes.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bedeck de bodem van een ingevette ovenschaal (ca. 20-30 cm) met de aardappelschijfjes.
Verdeel de knoflook erover en breng op smaak met peper en zout.
Herhaal dit tot de aardappelschijfjes op zijn.
Op de laatste laag hoeft geen knoflook, peper en zout.
Schenk de slagroom over de aardappelschijfjes en bestrooi met de kaas.
Verdeel de boter er in kleine stukjes over.
Dek de schaal af met aluminiumfolie en zet deze 30 min. in de oven.
Verwijder daarna het folie en bak de gratin nog 30 min.

Tips:

- U kunt de gratin een paar uur van te voren bereiden. Bewaar hem dan afgedekt in de koelkast en verwarm hem 30 min. in een voorverwarmde oven van 180°C.
- Hebt u de gratin ingevroren? Ontdooi hem in de koelkast en verwarm 30 min. in een voorverwarmde oven van 180°C. Als de bovenkant te donker kleurt, dek de gratin dan af met aluminiumfolie.

Aardappelharingsalade.



Menugang: Lunch-,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

500 g aardappelen,
gekookt
1 appel, zure
- augurkjes
3 el azijn, augurken
2 bietjes
1 tl dillezaadjes
3 haringen, zoute of
zure
1 el mierikswortel,
geraspt
1 paprika, groen
- peper
- peper, versgemalen
- slasaus
2 el suiker
6 uien, Amsterdamse
- yoghurt, magere
- zout
4 el zout

Bereiding.

Snijd de afgekoelde aardappels in blokjes.
Snijd de augurken klein.
Maak de uien schoon.
Snijd de uien klein.
Doe de aardappelen, augurken en uien in een kom.
Besprenkel de inhoud van de kom met de augurkenazijn.
Laat het mengsel een uurtje staan.
Snijd de haringen in reepjes.
Rasp de appel op een grove rasp.
Snijd de paprika overlangs doormidden.
Neem de zaadlijsten en de zaadjes uit de paprika.
Snijd de paprika in kleine stukjes.
Snijd de bietjes in plakjes.
Leg de haring, appel, paprika en bieten op het aardappelmengsel.
Roer de magere yoghurt met de slasaus glad.
Maak de saus pittig van smaak met de mierikswortel, zout, peper, snufje suiker en dillezaadjes.
Schep de saus voorzichtig om met de andere ingrediënten.
Laat de smaak een uurtje intrekken.

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

Aardappelharingsalade met avocado.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: De Vrouw

Ingrediënten

350 g aardappelschijfjes
2 avocado's, rijpe
4 el dille
3 haringen
- peper, versgemalen
1,5 dl room, zure
1 sjalotje
- 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.

Maak de haringen schoon.
Snijd de haringen in stukjes.
Hak het sjalotje fijn.
Kook de aardappelschijfjes in water met zout net gaar.
Giet de aardappelen af.
Laat de aardappelen uitdampen.
Maak de avocado's schoon.
Snijd het vruchtvlees in blokjes.
Klop de zure room met de sjalot, peper en zout naar smaak en de dille door elkaar.
Verdeel de aardappelschijfjes, de haring en de avocado over een schaal.
Schenk de dressing erover.
Serveer de salade met warm stokbrood.

Aardappelkaassoep.



Menugang: Voorgerecht
Kuiken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TopRecept.nl

Ingrediënten

450 g aardappelen,
gepureerde
15 g boter
100 g kaas, geraspt,
naar keuze
¼ l melk,
gecondenseerd
- peper
1 ui, geraspt
¼ l water, warm
- zout

Bereiding.

Doe de aardappelmasa met de uien, boter, peper en zout in een soeppan.
Verwarm het geheel op een laag vuur onder voortdurend roeren ca. 3 min.
Verdun het geheel met het water.
Laat het mengsel 15 min. pruttelen.
Roer de gecondenseerde melk door het mengsel
Maak de soep heet zonder dat ze gaat koken.
Roer er, van het vuur af, de geraspte kaas door.
Serveer de soep direct.

25

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

Aardappelkoekjes.



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

Ingrediënten

1 kg aardappelen
- bieslook
2 el bloem
- boter of margarine
1 ei
- knoflookpoeder
4 el melk
200 g ontbijtspek
- paneermeel
- peper, versgemalen
- peterselie
2 uien
- water
- 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.

Maak de uien schoon.
Snijd de uien fijn.
Kok de aardappelen gaar.
Bak de plakjes ontbijtspek op een laag vuur.
Verkruimel de spek.
Fruit de uien in het overgebleven spekvet.
Stamp de aardappelen fijn.
Vermeng het kruim met de spek, gefruite uitjes, peper en zoveel bloem, dat een kneedbare massa ontstaat (iets melk en kruiden toevoegen).
Vorm van het mengsel ballen.
Druk de ballen plat tot koekjes.
Klop het ei los met 1 el water.
Haal de koekjes door het eimengsel en door de paneermeel.
Bak de koekjes in wat boter of margarine in de koekenpan aan beide kanten mooi goudbruin.

Aardappelkoekjes met Serrano-ham.



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

Ingrediënten

500 g aardappelen,
vast-kokende
1 ei
100 g ham, serrano-
2 tn knoflook
4 el olie, olijf-
- peper
1 ui
- zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 253
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 25 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de aardappelen in reepjes.
Snijd de ham in dunne reepjes.
Klop de eierdooier los.
Hak de teentjes knoflook fijn.
Snipper de ui.
Meng de reepjes aardappel met de Serrano-
ham, de eidooier, knoflook, ui en wat peper en
zout.
Verhit de olie in een gietijzeren pan.
Maak met de hand dunne koekjes van het
aardappelmengsel.
Bak de koekjes in de hete olie.
Laat de koekjes uitlekken op keukenpapier.

Aardappelkoolkoekjes met camembert.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande, TeamOnAMission

Ingrediënten

550 g aardappelpuree
1 appel (Braeburn), ongeschild en in partjes
1 el azijn, wijn-, witte
125 g camembert, in 12 plakjes
300 g kool, spits-, gesneden
6 el olie, olijf-
75 g rucola sla-melange
3 tomaten, in 12 dikke plakken
1 ui, gesnipperd
2 strk witlof, losgehaald

Bereiding.

Fruit in een koekenpan met antiaanbaklaag de ui in 1 el olie.

Voeg de spitskool toe en laat 3 min. al omscheppend meebakken.

Meng de kool door de aardappelpuree.

Beng op smaak met zout en peper.

Vorm van het mengsel 12 platte koekjes.

Verwarm de ovengrill voor.

Verhit in een koekenpan 1 el olie.

Bak hierin de aardappelkoekjes in 2 porties aan beide zijden in 2-3 min. goudbruin.

Neem de spitskoolkoekjes uit de pan en leg ze in een ovenschaal.

Verdeel de tomaat en de camembert over de koekjes.

Schuif de ovenschaal onder de grill en laat 5 min. grillen.

Klop intussen in kommetje 3 el olie met azijn en zout en peper naar smaak tot een dressing.

Meng in een schaal de rucola-sla met de witlof, appel en dressing.

Serveer het sla-witlof mengsel bij de aardappelkoekjes.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 410

Eiwit: 15 g

Koolhydraten: 31 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 25 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Aardappelkoolschotel met wildzwijnkoteletten.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

450 g aardappelschijfjes,
1 el boter
½ bouillontablet,
groente-
1 el jenever, jonge
1 tl karwijzaad
3 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
500 g spitskool,
panklare
2 uien
4 wildzwijnkoteletten (à
200 g)

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.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Breng in een steelpan 1½ dl water aan de kook.
Los het bouillontablet op in het water.
Pel en snipper de uien.
Schep in de ovenschaal de ui, aardappelschijfjes, spitskool en karwijzaadjes door elkaar.
Schep er de groentebouillon en 2 el olie door.
Stoof de schotel, afgedekt, in het midden van de oven in 20 min. beetgaar.
Wrijf de wildzwijnkoteletten in met de jenever, 1 el olie en peper.
Leg de koteletten op de aardappel-koolschotel.
Leg op elke kotelet een klontje boter.
Laat de schotel onafgedekt in de oven in 20-25 min. gaar worden (de koteletten moeten bruin en gaar zijn; keer ze halverwege en leg er weer een klontje boter op).

Aardappelkroketjes.



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

Ingrediënten

500 g aardappelen
50 g boter of margarine
1 ei
½ dl melk
- nootmuskaat
- paneermeel
- peper, versgemalen
- zout

Bereiding.

Kook de aardappelen.

Stamp de warm gekookte aardappelen fijn met een klontje boter, zout, peper en nootmuskaat.

Maak er een stevige puree van.

Vorm hiervan kroketjes.

Met een dikke eetlepel eerst een ovaal-vormige bal vormen en deze met de hand vormen tot kroketmodel (of ronde balletjes). Oppassen dat er geen barstjes aan de buitenkant zitten.

Haal de kroketjes door losgeklopt ei en paneermeel.

Bak de kroketjes in niet te heet frituurvet goudbruin.

Laat de kroketjes op keukenrolpapier uitlekken.

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

Aardappelkroketjes met Parmezaanse kaas (airfryer).



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Stuks: ca. 12
Sterren: ***
Bron: Philips.nl

Ingrediënten

300 g aardappelen,
kruimige, geschild en in
blokjes
2 el bloem
1 eidooier
50 g kaas,
Parmezaanse, geraspt
50 g paneermeel
- peper, versgemalen
- nootmuskaat
- 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.

Kook de aardappelblokjes in een pan met een laag kokend water met wat zout in 15 min. gaar.

Giet de aardappelen af en stamp ze met een pureestamper fijn.

Of maak ze fijn met een pureeknijper.

Laat de puree iets afkoelen.

Meng de eidooier, kaas, bloem en bieslook door de gepureerde aardappel en roer alles tot een stevige puree.

Breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat.

Verwarm de Airfryer voor op 200°C.

Meng de olie door het paneermeel en blijf roeren tot het mengsel weer los en kruimelig is. Vorm de aardappelpuree tot 12 kroketjes en rol deze door het paneermeel tot ze rondom bedekt zijn.

Leg 6 kroketjes in het mandje en schuif dit in de Airfryer.

Stel de tijd in op 4 min. en bak de aardappelkroketjes knapperig bruin.

Bak daarna de rest van de aardappelkroketjes.

Aardappelpannenkoekjes I.



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

Ingrediënten

500 g aardappelen
2 el bloem
2 eieren
- olie
- peper
1 ui, dikke
- 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.

Maak de ui schoon.
Snipper de ui fijn.
Klop de eieren los.
Doe de ui, eieren en de bloem in een grote kom.
Schil de aardappelen.
Rasp de aardappelen grof.
Voeg de aardappelen toe aan de kom.
Voeg naar smaak peper en zout toe.
Roer het mengsel goed om.
Verhit olie in een zware braadpan.
Scheep steeds 1 volle eetlepel van het mengsel in de pan en strijk het glad met de achterkant van een lepel, zodat het pannenkoekje ca.6 cm in doorsnee is.
Bak de pannenkoekjes in 2-3 min. goudbruin.
Draai de pannenkoekjes om met een spatel.
Bak de pannenkoekjes nog 2 min. aan de andere kant.
Houd de pannenkoekjes warm in een lauwe oven (120°C).
Serveer de pannenkoekjes als snack of als deel van een maaltijd.

Aardappelpannenkoekjes II.



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

Ingrediënten

1½ kg aardappelen
50 g boter
- boter, ruim
6 eidooiers
6 eiwitten
½ l melk
1 snf nootmuskaat
1 snf peper
- evt. sla
1 snf zout

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

Bereiding.

Kook de aardappelen.
Pureer de aardappelen met wat melk.
Mengen de puree met de gesmolten boter, zout, peper, nootmuskaat en de eidooiers.
Sla de eiwitten stijf.
Spatel de stijfgeslagen eiwitten door de puree.
Vorm het aardappeldeeg tot kleine, smalle en dunne pannenkoekjes.
Bak de pannenkoekje in ruim boter goudgeel.
Serveer de pannenkoekjes evt. met sla.

Tips:

- Vervang de helft van de aardappelen eens door appels.
- Voeg aan de puree eens wat flintertjes ham en flintertjes kaas toe.

Aardappelpannenkoekjes met zalm.



Menugang: Bijgerecht,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Aardappel, Jumbo

Ingrediënten

300 g aardappelen,
bloemige, ongeschild
25 g bloem
1 citroen
1 dl crème fraîche
2 el dille, verse, fijn-
gehakt
- dille, verse, om te
garneren
1 ei, groot
1½ dl melk, volle
1 el olie
- peper, zwarte
4 uitjes, lente-, in dunne
ringetjes gesneden
150 g zalm, geroekte,
plakken
- zout

Bereiding.

Kook de aardappelen in 15-20 min. in kokend water met wat zout gaar.
Snijd de citroen in 4 partjes.
Laat de aardappelen uitlekken.
Pureer de aardappelen met de melk.
Breng de puree op smaak met peper en zout.
Klop het ei, de bloem en de lente-uitjes door de puree.
Verwarm een koekenpan met anti-aanbaklaag.
Doe een beetje olie in de koekenpan.
Maak met 2 lepels beslag een aardappelpannenkoekje in de pan.
Maak 4 pannenkoekjes tegelijk.
Bak de pannenkoekjes in 3-4 min. aan elke kant bruin.
Laat de pannenkoekjes uitlekken op keukenpapier.
Houd de pannenkoekjes warm terwijl u de rest bakt.
Meng de crème fraîche en de fijngehakte dille.
Leg op de pannenkoekjes 1 plak zalm. met 1 lepel aangemaakte crème fraîche.
Bestrooi de pannenkoekjes met zwarte peper uit de molen.
Garneer de aardappelpannenkoekjes met de dille.
Serveer een partje citroen bij de pannenkoekjes.

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

Aardappelpartjes met kaas.



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

Ingrediënten

750 g aardappelen, rode
30 g boter
- chilipeper, gedroogde
200 g kaas,
Parmezaanse
1 tn knoflook
2 el olijfolie
1 el oregano, verse
- peper, versgemalen
1 el rozemarijn, verse

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 oregano fijn.
Hak de rozemarijn fijn.
Verwarm de oven voor op 210°C (hetelucht 190°C).
Snijd de ongeschilde aardappelen in 6 à 8 partjes.
Smelt de boter.
Neem de pan van het vuur.
Roer de olie, geperste knoflook, oregano, rozemarijn, chilipeper (naar smaak) en zwarte peper door de boter.
Schep de aardappelpartjes er goed door, zo dat ze helemaal bedekt zijn met het mengsel.
Leg de partjes in een enkele laag op een bakplaat en zet ze 30 min. in de oven.
Zet de partjes daarna op hun kant.
Bestrooi de aardappelpartjes met de geraspte kaas.
Bak ze nog eens 15 min. in de oven.
Serveer de aardappelpartjes warm.

Aardappelpartjes met kaassaus.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: G.J. Stuut

Ingrediënten

- Castello Blue
- koffieroom
- mayonaise
- Pom à Part (Aviko)

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.

Frituur wat Pom à Part en steek er steeds één aan een cocktailprikker.
Maak een sausje van mayonaise en wat met koffieroom losgeroerde Castello Blue.



Aardappelpoffertjes met gerookte zalm.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Vrouw

Ingrediënten

500 g aardappelen, geschild (vastkokers)
30 g boter
- boter, gesmolten
1 citroen, in partjes
4 tk dille
2 eieren
2 eiwitten
1 el kappertjes, uitgelekt
50 ml melk
- peper
50 ml slagroom
150 g zalm, gerookte
- zout

Bereiding.

Kook de aardappelen in water met wat zout gaar.
Pureer de aardappelen.
Voeg melk, slagroom, boter, eieren, eiwitten, peper en zout toe aan de aardappelpuree.
Meng de puree tot een glad mengsel.
Verwarm een poffertjespan.
Bestrijk de kuiltjes van de poffertjespan met gesmolten boter.
Vul de kuiltjes voor $\frac{3}{4}$ met het beslag.
Bak de poffertjes op een matige warmtebron tot de bovenkant bijna droog is.
Draai de poffertjes om en bak deze kant goudbruin.
Verdeel de poffertjes over 4 borden met de gerookte zalm ernaast.
Strooi kappertjes over de borden.
Garneer de borden met een partje citroen en een takje dille.

Bereidingstijd: 25 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

Aardappelpreisoep met gerookte paling.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Emté

Ingrediënten

300 g aardappelen, kruimige
½ bs bieslook
25 g boter
600 ml bouillon, kippen- of groente-
150 g paling
- peper, versgemalen
400 g prei
300 ml room
1 ui

Bereidingstijd: 40 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 het wit van de prei in grove ringen.
Snijd het groen van de prei in dunne ringen (houd apart voor de garnering).
Pel en snipper de ui.
Schil en snijd de aardappels in blokjes.
Verhit de boter in een soeppan en fruit de prei en ui.
Voeg de blokjes aardappel toe en bak kort mee.
Blus af met bouillon en room en breng het geheel aan de kook.
Laat het geheel nog ongeveer 30 min. pruttelen.
Pureer de soep glad met een staafmixer/blender.
Snijd de paling in plakjes.
Snijd de bieslook fijn.
Schep de soep in een diep bord.
Leg in het midden van het bord een hoopje preiringen en leg hier wat plakjes paling op.
Strooi er wat bieslook over en maak af met een draai versgemalen peper.

Aardappelpuree met cajunkruiden.



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

Ingrediënten

4 aardappelen,
middelgrote, oude
40 g boter
½ tl cajunkruiden
60 g melk
1 paprika, rode, kleine,
in dunne plakken
geroosterd
1 tl suiker, bruine
1 tl tijm, verse,
fijngehakte

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.

Schil de aardappelen.
Snijd de aardappelen in vieren.
Kook of stoom de aardappelen in een pan of de magnetron gaar.
Stamp de aardappelen fijn met een pureestamper.
Voeg de boter, melk en suiker toe aan de aardappelen.
Klop de puree tot dat de boter is gesmolten.
Voeg de paprika, kruiden en tijm toe aan de aardappelpuree.
Meng alles goed door elkaar.

Aardappelsalade I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

750 g aardappelen
1 appel, zure
2 augurken, zoeture,
flinke
- bieslook, fijngehakte
1 tl citroensap, verse
3 e mayonaise
1 tl mosterd, boeren-
- peper
- peterselie, fijngehakte
3 el room, zure
2 uitjes, lente-
2 el uitjes, zilver-
- zout

Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 30 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.

*Met aardappels kunt u iedere dag iets nieuws maken.
Hier vindt u een recept van een lekkere frisse aardappelsalade.
Deze smaakt heerlijk op een zomers warme avond bij de barbecue of als bijgerecht bij een ouderwetse fondueschotel.*

Schil (of schrap) de aardappelen.
Was de aardappelen.
Kook de aardappelen in een grote pan met voldoende water beetgaar in 8 tot 15 min. (naar gelang de grootte van de aardappelen).
Laat de aardappelen iets afkoelen.
Snijd de aardappelen in schijfjes of in grove blokjes.
Roer de mayonaise, zure room, citroensap, mosterd en peper en zout goed door elkaar en maak zo een sausje.
Snijd de appel in reepjes.
Snijd de augurken in blokjes.
Snijd de zilveruitjes in tweeën.
Meng de appel, augurken en zilveruitjes samen met het sausje door de aardappelschijfjes.
Laat het geheel tenminste een ½ uur trekken.

Aardappelsalade II.



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

Ingrediënten

1 kg aardappelen
- bieslook, verse
3 eieren
- kerriepoeder
5 el mayonaise
- peper
2 uien
- zout

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 1126
Energie kcal: 269
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 33 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 4 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen niet al te gaar.
Snijd de aardappelen in kleine stukjes.
Kook de eieren hard.
Snijdt de eieren in kleine stukjes.
Maak de uien schoon.
Snijd de uien in kleine stukjes.
Snijd de bieslook in stukjes.
Doe de aardappelen, eieren, uien, bieslook, mayonaise en flink wat kerriepoeder in een ruime kom.
Roer de ingrediënten door elkaar.
Breng de salade op smaak met zout en peper.

Tip:

Lekker bij BBQ, fondue, gourmet of grill.

Aardappelsalade lauw warm met een hele barbecue (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Airfryerrecepten 3

Ingrediënten

- bieslook
2 burgers
3 tn knoflook
300 g krieltjes, met schil
- olie
- peper
- rozemarijn
2 satés
2 spare ribs
2 speklappen
100 g tomaten
50 g tomaten, gedroogde
1 ui, rode
100 g wortels, mini-
1 bk yoghurt, Griekse (0% vet)
- zout

Bereiding.

Viva Airfryer

Schil de wortels.
Was de krieltjes.
Snijd de krieltjes in stukken en meng ze met 1 el olie.
Snijd de bieslook en de rozemarijn fijn.
Pof de wortels en bak de krieltjes samen in de Airfryer (20 min. op 160°C.)
Snijd intussen de rode ui en pers de knoflook.
Snijd de tomaten en meng deze met de bieslook.
Als de aardappels en wortels klaar, zijn meng je de aardappels met de Griekse yoghurt en de knoflook, rode ui, rozemarijn, gedroogde tomaatjes, tot een lauw warme salade en breng deze op smaak met peper en zout.
Zet nu de Airfryer op 200°C en bak al het vlees 10 min. op 200°C.
Maak het bord mooi op en dien op.

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

Aardappelsalade met ansjovis dressing.



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

Ingrediënten

90 g aardappelpartjes
50 g ansjovisfilets in olijfolie
2 eieren
15 g peterselie, verse
500 g sperziebonen, gebroken
125 ml room, zure room
150 g toast met knoflook (Pan con ajo y perjil)
50 ml yoghurt

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 510
Eiwit: 18 g
Koolhydraten: 68 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 18 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bereid de aardappelpartjes volgens gebruiksaanwijzing in de magnetron en laat ze afkoelen.

Kook de sperziebonen in 10 min. beetgaar koken, giet ze af en laat ze afkoelen.

Kook de eieren 8 min., laat ze onder koud stromend water afkoelen, pel en snipper ze.

Laat de ansjovis uitlekken en prak ze fijn.

Klop de zure room met de yoghurt los.

Roer de ansjovis er door.

Schep de aardappelpartjes, sperziebonen en ansjovis dressing goed door elkaar.

Knip de peterselie fijn.

Meng de peterselie met de gesnipperde ei en strooi het mengsel over de salade.

Serveer het gerecht met knoflooktoast.

Wijntip:

Moncaro Marche Trebbiano.

Aardappelsalade met pesto I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 1996

Ingrediënten

500 g aardappelen (bijv. Lady Christl)
100 g bacon (plakjes)
100 g chorizo (stukje)
1 citroen,
1 courgette
3 el olie, olijf-
50 g olijven, zwarte, zonder pit
- peper, zwarte, versgemalen
1 pt pesto, groene (135 g Grand'Italia)
2 tk peterselie (zakje á 30 g)
- zout

Vorbereiding.

Boen de aardappelen onder koud stromend water goed schoon.
Kook de aardappelen met schil in ca. 15 min. beetgaar.
Pers intussen de citroen uit.
Roer de pesto met olie en citroensap tot een saus.
Breng de saus op smaak met zout en peper.
Was de courgette.
Snijd de courgette en chorizo in kleine blokjes.
Roer de courgette en chorizo door de pestosaus.
Bak de bacon in een pan met anti-aanbaklaag in ca. 3 min. knapperig bruin.
Laat de bacon afkoelen.
Verkruimel de bacon boven kom tot kleine stukjes.
Knip de peterselie boven de bacon fijn.
Meng de peterselie door de bacon.
Breng het mengsel op smaak met peper.
Pel de aardappelen.
Snijd de aardappelen in kleine blokjes.
Voeg de aardappelblokjes aan het pestomengsel toe.
Schep de aardappelblokjes voorzichtig door het pestomengsel.
Laat de salade ca. 1 uur staan, zodat alle smaakjes goed kunnen intrekken.

Bereiding:

Halveer de olijven.
Doe de salade over in een schaal.
Bestrooi de salade met het peterselie-baconmengsel.
Garneer de salade met de olijven.

Tip:

Serveer de salade met ciabatta (Italiaans stokbrood).

Vorb.tijd: 20 min.
Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 500
Eiwit: 13 g

Koolhydraten: 21 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 40 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappelsoep met roggebrood.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande, Carta

Ingrediënten

425 g aardappeltjes, rozemarijn, gekruide
3 el boter of margarine
40 g boter, kruiden-
8 pl brood, rogge-
200 g katenspek (dikke plakken)
2 zk soep, lente ui-crème- (à 63 g)
3 uitjes, bos-
300 g worteltjes, mini-

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 760
Eiwit: 18 g
Koolhydraten: 73 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 44 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: -g
Zout: - g

Bereiding.

Bereid de soep volgens de gebruiksaanwijzing. Verhit intussen in koekenpan de boter. Bak, al omscheppend de worteltjes ca. 3 min. Voeg de aardappeltjes toe en laat ca. 5 min. meebakken. Snijd de katenspek in reepjes. Laat de spekreepjes ca. 1 min. meebakken. Voeg het aardappelmengsel aan soep toe en laat ca. 5 min. zachtjes mee verwarmen. Maak de bosuitjes schoon, snijd ze in ringetjes en roer ze door de soep. Besmeer het roggebrood met de kruidenboter. Leg 2 sneetjes op elkaar en snijd ze diagonaal door. Serveer de soep met het roggebrood.

Aardappeltomatenpuree met kip.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

1½ kg aardappelen, kruimige
4 el bieslook, verse
3 el boter, vloeibare
1 citroen
4 kipfilets
- peper
2 peren
1 bl tomatenblokjes (Heinz)
- zout

Bereidingstijd: 35 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2480
Energie kcal: 590
Eiwit: 45 g
Koolhydraten: 71 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 14 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Snijd de aardappelen in stukken.
Schil de peren.
Snijd de peren in partjes.
Pers de citroen uit.
Knip de bieslook fijn.
Kook de aardappelen in water met zout gaar.
Verhit de boter.
Braad de kip aan beide kanten bruin en in ca.20 min. gaar.
Schep het citroensap over de peerpartjes.
Dep de peerpartjes droog.
Bak de peerpartjes de laatste 10 min. met de kip mee (pas op voor spatten).
Laat de tomatenblokjes uitlekken (vang de sap op).
Giet de aardappelen af.
Stamp de aardappelen fijn.
Schep de tomatenblokjes, het bieslook en zoveel tomatenvocht erdoor dat een smeelige puree ontstaat.
Breng de puree op smaak met peper en zout.
Serveer de puree met de kip, de peer en de saus.

Tip:

Serveren met gekookte worteltjes.

Wijntip:

Andes Peaks, Chardonnay, witte droge wijn, Chili.

Aardappeltortilla I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Mediterrane
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Tina de Vries

Ingrediënten

3 aardappelen (300 g)
3 eieren
- peper
- olie, olijf-
1 ui
- 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.

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakken.
Dep ze droog in een theedoek.
Halveer de ui en snijd in dunne halve plakken.
Klop de eieren los met peper en zout.
Verhit in een koekenpan met een dikke bodem een beetje olijfolie.
Bak de aardappelplakjes op hoog vuur tot ze goudbruin zijn.
Doe de ui-ringen erbij en bak nog enkele min. mee.
Draai het vuur laag en dek de pan af met een deksel tot de aardappels gaar zijn (af en toe roeren om aanbakken te voorkomen).
Roer de aardappels goed door de geklopte eieren.
Maak de koekenpan schoon.
Doe wederom een beetje olijfolie in de pan en maak de olie heel heet.
Doe het ei-aardappelmengsel erbij tot de bovenkant (bijna) gestold is.
Draai de tortilla om, met behulp van een deksel, en bak de andere kant bruin.

Tip:

Serveer warm of koud met (knoflook)-mayonaise.

Aardappeltortilla met worst.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2009-12

Ingrediënten

500 g aardappelen, vastkokend
250 g (braad)worst, vegetarische, in dunne plakjes
8 eieren
2 tn knoflook, in dunne plakjes
8 el olie, olijf-
2 uien, grote, in ringen

Bereiding.

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakjes van ca. 3 mm.
Verhit de olie in een grote koekenpan met anti-aanbaklaag.
Bak hierin de plakjes braadworst 5 min.
Scheep de worst met een schuimspaan uit de pan.
Bak de ui, de knoflook en de aardappelplakken op laag vuur in ongeveer 10 min. gaar.
Klop de eieren los en voeg peper en zout naar smaak toe.
Voeg de worst toe.
Schenk het ei-worstmengsel in de koekenpan erbij.
Verdeel het gelijkmatig over de aardappelen en de uien.
Laat de tortilla op een laag vuur ongeveer 6 min. garen, totdat de onderkant goudbruin is.
Schud, zodra het ei een beetje gestold is, de pan regelmatig heen en weer.
Leg een groot bord omgekeerd op de tortilla, keer de pan om zodat de tortilla op het bord blijft liggen en laat hem vervolgens omgekeerd terug in de pan glijden.
Laat nog 4 min. verder garen.
Serveer de tortilla warm of koud.

Tips:

- Lekker met stokbrood en aioli.
- De tortilla maximaal 1 dag van tevoren maken.
- Bewaar hem afgedekt in de koelkast en laat hem vóór het serveren op kamertemperatuur komen.

Bereidingstijd: 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

Aardappeltjes met pesto.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jolanda Willemen

Ingrediënten

750 g aardappelen,
vast-kokende
1 el basilicum, fijn-
gehakte
1 tn knoflook
2 el olie, olijf-
- peper, zwarte
2 el pesto, rode
1 el peterselie, fijn-
gehakte
1 ui
- zout

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 945
Energie kcal: 225
Eiwit: 5 g
Koolhydraten: 31 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 9 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de aardappelen, spoel ze schoon en snijd ze in kleine blokjes.

Pel de ui en het knoflookteentje en snijd ze beide fijn.

Verhit de olie in een pan of wok en bak daarin 2-3 min. de ui en knoflook.

Voeg de aardappelblokjes toe en bak ze in 10-12 min. goudbruin.

Keer de blokjes regelmatig om, zodat ze niet kunnen aanbakken.

Voeg de pesto en de tuinkruiden toe en meng alles voorzichtig door elkaar.

Verwarm nog kort door.

Breng de aardappeltjes op smaak met zout en peper.

Tips:

Vervang de rode pesto eens door groene.

Gebruik in plaats van basilicum eens munt.

Deze aardappeltjes smaken heerlijk bij gegrild vlees of gegrilde vis.

Lekker met een bonte salade.

Airfryer Hasselback aardappelen.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 2-3

Sterren: ***

Bron: Moeders.nu

Ingrediënten

4-6 aardappelen, niet te grote

1 el olie, olijf-
- zout, zee-

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

Bereiding.

Een van de favoriete aardappelgerechten om te bereiden in de airfryer is wel de hasselback aardappelen.

Makkelijk te maken, het vergt alleen wat snijwerk en met een feestelijke tintje.

Zelf vind ik hasselback aardappelen puur natuur het lekkerst.

Varieer eventueel met toevoeging van wat knoflook, kruiden of een yoghurt dip.

Let er wel op dat kruiden niet verbranden in de airfryer.

Boen de aardappelen goed schoon met water en droog ze af.

Leg nu twee pollepels of eetstokjes op je werkblad en leg een aardappel er tussen.

Snijd met een scherp mes de aardappel in zo dun mogelijke plakjes, maar zorg er voor dat je de plakjes niet helemaal los snijdt (het is de bedoeling dat ze aan elkaar blijven).

Verwarm de airfryer voor op 200°C, als je bij de laatste aardappel aanbeldt bent

Leg de aardappels op een groot bord en bestrijk ze gelijkmatig met de olijfolie (een bakkwastje is hier handig bij).

Leg, als de airfryer op temperatuur is, de aardappels in het mandje.

Stel de tijd in op 35 min. en druk op start.

Haal na 15 min. 3 aardappelen met een tang uit het mandje (sluit de lade), leg op het bord en bestrijk met olie.

Leg de aardappels terug in het mandje en doe hetzelfde met de andere 3.

Herhaal dit na 15 min. nog eens.

Laat dan de aardappels nog ongeveer 5 min. bakken.

Controleer, door er met een scherp mes in te prikken, of ze gaar zijn.

Zo niet, laat ze dan nog 5 min. langer bakken.

Neem de aardappelen uit het mandje, leg op een bord en strooi er wat zout over.

Tip:

- Er passen -afhankelijk van de grootte van de aardappelen- 4-6 aardappelen tegelijk in het mandje.
- Vervang de aardappelen eens door zoete aardappelen.

Ajo colorado - pittige aardappelpuree.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Onno Kleyn

Ingrediënten

500 g aardappelen,
vastkokende
1 tn knoflook
1/2 tl komijnpoeder
2 el olie, olijf-
1 peper, rode
2 tomaten, rijpe
1 ui, kleine
- zout

Bereidingstijd: 35 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.

Schil de aardappelen.
Ontpit de peper.
Snijd de ui in dikke plakken.
Ontvel de tomaten na ze even in kokend water te hebben gehouden.
Kook deze ingrediënten samen in weinig water, tot de aardappelen gaar zijn.
Giet het kookwater af (bewaars het).
Stamp de rest tot een puree en roer daar, lepel voor lepel, de olie bij.
Druk de knoflook door de knijper en voeg hem toe, samen met de komijnpoeder.
Breng de puree op smaak met zout.
Gebruik het bewaarde kookwater om de puree smeuïg te maken.

Andijviestamppot met zoete aardappel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Sharon de Miranda

Ingrediënten

1 kg aardappelen, zoete
400 g andijvie
2 el azijn
1 mp komijnzaadpoeder
1 dl kookroom
- peper
- zout

8 merguez-worstjes

Ingrediënten saus:

1 bouillonblokje (naar keuze)
1 tn knoflook
- olie, kokos-
1 paprika, gele
1 tomaat
1 el tomatenpuree
1 ui
- water

Bereiding.

Andijviestamppot met zoete aardappel, pittige merguez worstjes en een groentesaus.

Schil en snijd de aardappelen in stukken.
Kook ze gaar en giet ze af.
Stamp de aardappelen tot puree samen met de kookroom, komijnzaadpoeder en de azijn.
Snijd de andijvie fijn, was deze schoon en meng de andijvie in delen door de puree.
Snijd alle ingrediënten voor de saus julienne.
Plaats een koekenpan op het vuur en verhit hierin een klontje kokosolie.
Fruit eerst de knoflook en het uitje 1 min., dan bak je de paprika 1 min. mee en als laatste voeg je de tomaten eraan toe.
Bak alles nogmaals 1 min.
Roer de tomatenpuree erdoor heen.
Als laatste blus je het af met wat water, net zoveel dat alle ingrediënten onder het water liggen.
Voeg er een bouillonblokje aan toe en laat dit op een laag vuurtje inkoken tot een mooie dikke saus.
Bak de merguez worstjes in een klein beetje kokosolie gaar.
Bak ze rondom goud bruin op middelhoog vuur.
Als het vuur te hoog staat dan krijg je zwarte worstjes die van binnen niet gaar zijn!

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

Basisrecept - aardappelpuree I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1 kg aardappelen,
kruimige
50 g boter
1½ dl melk
2 tl nootmuskaat
- 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.

Schil de aardappelen.

Kook de aardappelen met het zout in 30-35 min. gaar.

Stamp de aardappelen, melk, boter, nootmuskaat, zout en peper goed door elkaar (tot dat de klontjes verdwenen zijn).

Tips:

- Eet de puree met vlees of groente of gebruik de puree als basis voor zuurkoolstamppot of hutspot.
- Doe de puree in een ovenschaal onder een hete grill tot de bovenkant goudbruin is.
- Voeg 50 g feta en 50 g gehakte olijven door de puree voor een Grieks tintje.

Basisrecept - aardappelpuree II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1¼ kg aardappelen
40 g boter
(1 ei, losgeklopt)
2 dl melk
- nootmuskaat
2½ dl water
4 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.

Schil en pit de aardappelen.
Halveer de aardappelen.
Leg de aardappelen direct in ruim water.
Was de aardappelen.
Kook de aardappelen in kokend water met wat zout in ± 20 min. gaar.
Giet de aardappelen af.
Laat de aardappelen droog stomen.
Maak de hete aardappelen goed fijn.
Meng de aardappelen met kokende melk, boter en desgewenst het ei.
Breng de aardappelen op smaak met zout en nootmuskaat.
Roer de puree op het vuur stevig tot hij heet, glad en luchtig is.

Basisrecept - gepofte aardappelen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: StudentenKeuken.nl

Ingrediënten

4 aardappelen, kruimige

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.

Warm de oven voor op 225°C.
Was de ongeschilde aardappelen goed.
Dep de aardappelen droog met een schone theedoek of keukenpapier.
Snijd de aardappelen kruisgewijs iets in.
Leg elke aardappel met de insnijding naar boven op een stuk aluminiumfolie.
Vouw het folie zorgvuldig dicht.
Pof de aardappelen in de hete oven, in de hete as van de barbecue of open haard in ca. 40-50 min. gaar.
Controleer of de aardappelen gaar zijn door er met een vork in te prikken.
Vouw het folie open.
Maak met een vork het aardappelkruim wat los.
Geef de aardappelen met wat zout en boter of met een ander mengsel.

Tips:

- Lekker met room en bieslooksaus.
- Lekker met blauwe kaassaus.
- Lekker met tonijnsaus.

Belgische friet.



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

Ingrediënten

1½ kg aardappelen,
kruimige
- vet, frituur-

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 geschilde aardappelen met een scherp mes tot frieten.

Doe de frieten in een bak met water.

Het water wordt hier wit van.

Giet het water na 5 min. weg.

Doe schoon water bij de frieten.

Herhaal dit tot het water helder blijft.

Droog de frieten goed.

Bak de frieten in 2 stappen:

1) Bak de frieten de eerste keer ca. 6 min. in frituurvet van 150°C.

Neem de frieten uit het frituurvet.

Bak de volgende lading.

2) Verwarm het frituurvet tot 180°C.

Bak de frieten ca. 3 min. tot ze goudbruin zijn.

Blutwurstgröstl - bloedworst met gebakken aardappelen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Oostenrijkse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta-Anton

Ingrediënten

500 g aardappelen
600 g bloedworst
2 tn knoflook
- majoraan
- peper
50 g spek, gerookte
100 g uien
2 el vet (boter of olie)
- 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.

Haal het vel van de bloedworst af en snijd het in vinger dikke plakken.

Kook de aardappelen in de schil, schil ze daarna en snijd ze in blokjes van ongeveer 2 cm (of in schijfjes).

Snipper de uien fijn.

Verhit een grote pan met vet en bak hierin de plakjes bloedworst, uien en de fijn gesneden spek.

Voeg de aardappelen toe en breng het op smaak met knoflook, majoraan, zout en peper.

Bak dit, al roerend, goed door.

Tip:

Dit gerecht kunt u met zuurkool of een salade serveren.

Chips.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

- aardappelen, bintjes
- olie
- water
- 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.

Schil de aardappelen.
Snijd de aardappelen in plakjes van 2 mm dikte.
Bewaar de aardappelschijfjes tegen het bruin worden in wat water met zout.
Verhit de olie tot dat een chipsplakje, wat er in gegooit wordt, onmiddellijk naar het oppervlak stijgt.
Droog de chips goed af met keukenpapier en gooi ze snel (stuk voor stuk) in de olie.
Bak de chips tot dat ze goudbruin en krokant zijn.
Bestrooi ze onmiddellijk na het bakken met wat zout.

Tip:

Bestrooi de chips met paprikapoeder of schud de chips eens om met de inhoud van een zakje cup-a-soup (Toscaanse tomaat, uiensoep of een ander pittig smaakje).

Ei-aardappelschotel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

500 g aardappelen
2 tl bieslook,
fijngehakte
1 el boter
6 eieren
2 pl ham, gekookte
2 el kaas, geraspte
1 tl mosterd
- peper
2 tl peterselie,
fijngehakte
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.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen in weinig water met een beetje zout bijna gaar.
Laat de aardappelen afkoelen.
Snijd de aardappelen in niet te dunne plakken.
Kook de eieren in 10 min. hard.
Spoel de eieren onder de koude kraan af.
Pel de eieren.
Hak de eieren fijn.
Verhit de boter in een koekenpan.
Bak de plakken aardappel in de koekenpan aan beide kanten goudbruin.
Vet een vuurvaste schaal in.
Leg de plakken aardappel in de vuurvaste schaal.
Snijd de ham in reepjes.
Meng de fijngehakte eieren, bieslook, peterselie, mosterd en ham door de zure room.
Breng het eiermengsel op smaak door er een beetje peper en zout door te roeren.
Verdeel het mengsel gelijkmatig over de aardappelen.
Strooi de geraspte kaas over het mengsel.
Zet de schaal zonder deksel ± 20 min. in de oven tot de bovenkant mooi bruin is.

Tip:

Serveer er een komkommersalade bij.

Frietjes.



Menugang: Bij-, hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: MenuOpMaat.nl

Ingrediënten

1200 g aardappelen,
kruimige (bintjes)
- olie, zonnebloem
- 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.

Schil de aardappelen.

Snijd er frietjes van, dikke of dunne afhankelijk van je smaak.

Was de frietjes in een grote bak met koud water (ze laten daardoor wat zetmeel los en worden uiteindelijk krokanter).

Droog ze goed in een theedoek.

Frituur de frietjes, in niet al te grote porties, in olie van 150°C gaar, maar nog niet bruin en krokant (de frietjes komen bovendrijven, wanneer ze gaar zijn).

Neem de frietjes uit de olie.

Schud een teveel aan olie er zorgvuldig vanaf. Tot zover kun je de frietjes uren van tevoren voorbereiden.

Verwarm de frituurpan tot 180°C.

Bak de frietjes een tweede keer totdat ze goudbruin zijn.

Serveer ze meteen bestrooid met een beetje zout.

Fritessticks.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

500 g aardappelen
4 el bloem
- cajunkruiden
- cayennepeper
- knoflookpoeder
- olie
- paprikapoeder
2 tl 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 bloem, zout en kruiden.
Schil de aardappelen.
Was de aardappelen.
Snijd de aardappelen in lucifer-dunne stokjes.
Vermeng de fritessticks steeds onmiddellijk met het bloemmengsel.
Frituur de frites in porties in 10 min. krokant.
Laat de fritessticks uitlekken in een schaal met keukenpapier.
Bestrooi de sticks met nog wat zout en kruiden.

Gebakken krieltjes in de schil met bieslook.



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

Ingrediënten

1 bs bieslook
1 kg krieltjes, in de schil
- margarine, vloeibare -
- olie, olijf-
- 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.

Was de krieltjes.

Doe ze over in een pan, bestrooi ze met zout en schenk er wat water bij.

Breng het water aan de kook en kook de krieltjes in 10 à 15 min. nét gaar.

Verhit een mengsel van wat margarine en olijfolie in een koekenpan met antiaanbaklaag. Bak de krieltjes goudbruin.

Proef en voeg eventueel nog wat zout toe.

Knip de bieslook in kleine ringetjes en strooi de kruiden vlak voor het serveren over de aardappeltjes.

Tip:

Je kunt de aardappeltjes al ruim voor de maaltijd bakken als je dat beter uitkomt. Warm ze vlak voor het serveren op en bestrooi ze met de bieslook.

Gegratineerde aardappelschotel met mediterrane groenten en mozzarella.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: MenuOpMaat.nl

Ingrediënten

1 kg aardappelen, vastkokende
1 bs basilicum, verse (of diepvriesbasilicum)
3 bl mozzarella
- olie, olijf-
2 paprika's, groene
2 paprika's, rode
- peper, zwarte, vers gemalen
8 tomaten, tros-
- zout

Bereiding.

Schil de aardappelen en snijd ze in plakken van ongeveer een halve cm dik.
Doe ze over in een pan en bestrooi ze met zout.
Vul de pan met water totdat de aardappelen helemaal onderstaan.
Breng het geheel aan de kook en kook de aardappelen nét gaar.
Dat duurt 5 à 10 min.
Giet de aardappelen af.
Breng in een andere pan wat water aan de kook.
Kruis de tomaten in en dompel ze even onder in het kokende water.
Ze zijn nu heel gemakkelijk te pellen.
Ontpit de tomaten en snijd ze in blokjes.
Snijd de paprika's in vierkantjes.
Vet een ruime ovenschaal in met olijfolie.
Leg in de schaal mooie rijtjes van aardappelen, tomaten en paprikastukjes.
Hak de basilicum en verdeel deze over de groenten.
Maak ook wat zout en peper over de schotel (houd er rekening mee, dat de aardappelen al gezouten zijn).
Schenk er nog een lekker scheutje olijfolie overheen.
Bak de groenteschotel een kwartiertje in een oven van 175°C.
Snijd intussen de mozzarella in plakjes.
Verdeel de kaas over de groenteschotel en plaats de schaal nog 5 min. in de oven.
Serveer meteen.

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

Gepofte aardappelen I.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Studentenkeuken.nl

Ingrediënten

4 aardappelen, kruimige

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.

Warm de oven voor op 225°C.
Was de ongeschilde aardappelen goed.
Dep de aardappelen droog met een schone theedoek of keukenpapier.
Snijd de aardappelen kruisgewijs iets in.
Leg elke aardappel met de insnijding naar boven op een stuk aluminiumfolie.
Vouw het folie zorgvuldig dicht.
Pof de aardappelen in de hete oven, in de hete as van de barbecue of open haard in ca. 40-50 min. gaar.
Controleer of de aardappelen gaar zijn door er met een vork in te prikken.
Vouw het folie open.
Maak met een vork het aardappelkruim wat los.
Geef de aardappelen met wat zout en boter of met een ander mengsel.

Tips:

- Lekker met room en bieslooksaus.
- Lekker met blauwe kaassaus.
- Lekker met tonijnsaus.

Gepofte aardappelen met kipfilet en boontjes (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Gerard Dingemans

Ingrediënten

500 g aardappelen
800 g boontjes
1 el honing
2 el ketjap
1 tl knoflookpoeder
1 tl paprikapoeder
400 g kipfilet
1 tl uienpoeder

Bereidingstijd: 65 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.

Maak een marinade van ketjap manis, uienpoeder, knoflookpoeder, paprikapoeder en honing.

Marineer de kipfilet minimaal 1 uur in de marinade.

Maak de boontjes schoon.

Pak de boontjes in met een klontje boter in de aluminiumfolie.

Doe het pakketje in de airfryer en gaar de boontjes in 8 min. op 180°C.

Maak de aardappel schoon.

Doe de aardappel en de kipfilet in een voorverwarmde airfryer en gaar gedurende 20 min. op 180°C.

Voeg de laatste 5 min. het pakketje met boontjes toe aan de aardappel en de kipfilet.

Gepofte aardappelen met komkommer fresh.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

8 aardappelen, grote
kruimige
1 bk Bieze komkommer
fresh á 250 gram
- peper
- zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 60 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 1240
Energie kcal: 295
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 52 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 7 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Warm de oven voor op 225°C.
Boen de aardappelen schoon onder stromend water.
Kook de aardappelen 10 min. in water.
Giet de aardappelen af.
Leg de aardappelen elk op een stukjes aluminiumfolie.
Bestrooi de aardappelen met peper en zout naar smaak.
Pak de aardappelen stevig in het folie.
Laat de aardappels op het rooster in het midden van de oven in ca. 1 uur gaar worden.
Controleer de aardappelen door er met een vork in te prikken.
Snijd de aardappelen dwars door het folie heen kruiselings in.
Vouw de aardappelen iets open.
Scheep in elke aardappel een lepel komkommer fresh.
Serveer de rest van de komkommer fresh er apart bij.

Tip:

De aardappels kunnen ook tussen de gloeiende kooltjes van de barbecue gepoft worden.

Gevulde aardappelen I.



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

Ingrediënten

4 aardappelen, grote,
kruimige
4 tl boter
150 g kaas, Zwitserse,
geraspt
2 tl Kirsch
1 tn knoflook,
fijngesneden
½ tl kummelzaadjes
4 tl wijn, droge
12 tl zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 225°C (hetelucht-oven 200°C).
Boen de aardappelen schoon en dep ze droog.
Bestrijk elke aardappel met 1 tl boter.
Prik ze met een vork een paar keer in.
Zet de aardappelen in een ondiepe vuurvaste schaal.
Bak ze 50-60 min. in de oven tot ze zacht zijn.
Laat de aardappelen afkoelen.
Meng in een kom de kaas en de kummelzaadjes goed door elkaar.
Snijd van elke aardappel het bovenste deel af.
Hol de aardappelen zo uit, dat er een rand van ½ cm overblijft.
Zet de uitgeholde aardappelen apart.
Schil de aardappeldeksele en doe ze met de aardappelvulling in een kom.
Stamp dit mengsel met een aardappelstamper tot een gladde puree.
Voeg de Kirsch, wijn, knoflook en zout toe en stamp alles nogmaals grondig.
Roer het kaasmengsel er door en meng alles nog eens goed door elkaar.
Vul de uitgeholde aardappelen met de puree.
Zet de aardappelen weer in de vuurvaste schaal en bak ze 20-25 min. in de oven.
De vulling moet mooi goudbruin zijn geworden en de aardappelen moeten door en door heet zijn.

Vorb.tijd: 30 min.
Bereidingstijd: 1 uur 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

Gevulde aardappelen met bieslook en kaas.



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

Ingrediënten

4 aardappelen, grote,
kruimige
10 g bieslook
25 g boter
125 g crème fraîche
1 ei
100 g kaas, jong
belegen, geraspte

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 1 u 45
min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 370
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Boen de aardappelen schoon.
Verpak ze ruim in aluminiumfolie en pof de
aardappelen in het midden van de oven in ca.
1½ uur gaar.
Prik met een vork in, wanneer de aardappelen
weinig weerstand geven zijn ze gaar.
Laat de aardappelen buiten de oven iets
afkoelen.
Snijd doormidden en schep het kruim uit de
schil.
Houd de schil heel.
Laat de oven aan.
Snijd de bieslook fijn.
Stamp het kruim met de boter, crème fraîche,
kaas en bieslook met de pureestamper tot een
grove puree.
Klop het ei los.
Roer het ei erdoor en schep in de aardappel-
schillen.
Zet het in de oven en bak nog ca. 15 min. tot de
vulling goudbruin is.

Tip:

Je kunt de aardappelen 1 dag van tevoren
poffen. Bereid ze op de dag zelf verder.

Gevulde aardappelen met pesto en spekjes.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2007

Ingrediënten

12 aardappelen, kleine
125 g ontbijtspek,
plakjes
90 g pesto alla
genoveze
125 ml room, zure
750 g wokgroenten,
Italiaans

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 547
Eiwit: 16 g
Koolhydraten: 54 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 29 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Was de aardappelen.
Breng de aardappelen in een diepe pan onder water met wat zout aan de kook.
Kook de aardappelen in ca. 15 min. gaar.
Kook de groenten in een diepe pan ruim kokend water met wat zout in ca. 5 min. gaar.
Giet de groenten af.
Bak de plakjes spek in een hete droge koekenpan in ca. 5 min. uit.
Halveer de aardappelen.
Hol de aardappelen een beetje uit.
Meng de groenten met het aardappelkruid en de pesto.
Verdeel de hete aardappelen over 4 borden.
Vul de aardappelen met het groentemengsel.
Verdeel de zure room (sour cream) over de aardappelen.
Leg de plakjes spek op de room.

Gratin dauphinois - aardappelgratin met room.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1 kg aardappelen,
vastkokende
100 g boter
4 dl crème fraîche
(2 eieren)
1 tn knoflook
½ l melk
- nootmuskaat
- 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.

Verwarm de oven voor op 160°C.
Schil de aardappelen.
Snijd ze in dunne plakken
Wrijf met de doorgesneden teen knoflook een
ovenschaal in.
Doe er de boter in.
Laat die even smelten in de oven.
Verdeel de aardappelen over de schaal.
Meng de melk met de crème fraîche, peper,
zout en nootmuskaat.
(Voeg evt. nog 2 losgeklopte eieren toe).
Giet het mengsel over de aardappelen (ze
moeten net onder staan).
Zet de ovenschaal in de oven.
Laat ongeveer 1½ uur bakken, tot de
aardappelen gaar zijn.

Hete bliksem I.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

1½ kg aardappelen
250 g appels, zoete
500 g appels, zure
- azijn
250 g rookspek, doorregen
2 uien
2 dl water
- 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.

Maak de uien schoon.
Snijd de uien in ringen.
Schil de aardappelen.
Schil de appels.
Verwijder de klokhuizen.
Snijd de appels in kleine stukjes.
Kook de aardappelen ca.20 min.
Voeg de appels toe aan de aardappelen.
Kook het mengsel nog ca.10 min.
Giet het vocht af (bewaren).
Roer de aardappelen en de appels goed om met een pollepel.
Breng het gerecht op smaak met azijn.
Bak de rookspek uit.
Haal de rookspek uit de koekenpan.
Bak de uienringen goudgeel in het achtergebleven spekvet.
Leg de spek en uien op de hete bliksem.

Tip:

Lekker met appelstroop.

Kartoffelklösse mit Pflaumenmus.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Duitse
Stuks: 15 knoedels
Sterren: ***
Bron:
GratisKookboek.be

Ingrediënten

6 aardappelen,
middelgrote (\pm 1 kg),
schoongeboend, niet
geschild
1 el bloem
65 g bloem
115 g boter
 $\frac{1}{4}$ kp broodkruim, wit-,
fijn, droog
2 eidooiers
1 eiwit, licht geklopt
(1 snf kaneel)
1 snf nootmuskaat
15 tl pruimenmoes of
appelmoes
55 g suiker
2 tl zout

Bereiding.

Verhit 55 g boter in een flinke koekenpan.
Voeg het broodkruim toe aan de boter.
Bak het broodkruim onder voortdurend roeren
bruin.
Neem de pan van het vuur.
Zet het broodkruim apart.
Doe de aardappelen in ruim kokend water met
wat zout.
Laat de aardappelen \pm 20 min. flink doorkoken
tot ze gaar zijn.
Laat de aardappelen uitlekken.
Schil de aardappelen.
Rasp de aardappelen fijn.
Klop 60 g boter door de aardappelen.
Klop één voor één de eidooiers door de
aardappelen.
Voeg het zout toe aan de aardappelen.
Voeg de nootmuskaat toe aan de aardappelen.
Blijf de aardappelen kloppen tot een glad deeg
is verkregen.
Breng het deeg op smaak.
Dek het deeg af met plasticfolie.
Zet het deeg 1 uur in de koelkast.
Bestrooi een flink bakblik gelijkmatig met 1 el
bloem.
Leg het gekoelde deeg op het bakblik
Rol het deeg met een met bloem bestoven
deegroller uit tot een rechthoekige lap van ruim
20 cm breed en 35 cm lang.
Zet, als het deeg te kleverig wordt, het dan op
het blik weer even in de koelkast tot het weer
stevig is.
Snijd het deeg in vierkanten van \pm 7 cm.
Lepel 1 tl pruimenmoes in het midden van ieder
vierkant deeg.
Bestrijk de kanten van het deeg met wat
geklopt eiwit.
Vouw het lapje deeg diagonaal om.
Druk de zijkanten van het deeg op elkaar.
Breng in een grote pan 4 l water en 2 tl zout
aan de kook.
Doe 4-5 knoedels in de pan.
Roer zachtjes, zodat de knoedels niet aan
elkaar of aan de bodem van de pan gaan
klevan.
Laat de knoedels 3-4 min. flink koken tot ze
komen bovendrijven.
Haal de knoedels met een schuimspaan uit de
pan.
Rangschik de knoedels, als ze allemaal klaar
zijn, op een voorverwarmde schotel.
Bestrooi de knoedels met het gebakken
broodkruim.
Bestrooi de knoedels met de suiker (eventueel
vermengd met kaneel).
Serveer direct.

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

Kiptajine met aardappelen en doperwten.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

6 aardappelen, geschild en in parten
1 kp dopertwen, diepvries
4 drumsticks
1 tl gember
- harissa
1 mp komijn
- koriander
- kurkuma
- olie, olijf-
½ tl paprikapoeder
1 tl peper, zwarte
- peterselie, fijngehakt
1 tl ras el hanout
1 tomaat
1 ui

Bereiding.

Maak de kip goed schoon.
Doe een scheutje olie in de tajine en bak de kip hier even aan alle kanten aan.
Snipper de ui, ontvel de tomaat en snijd in stukjes.
Doe de ui en tomaat bij de kip.
Bak dit even tot het zacht is.
Voeg vervolgens een deel van de kruiden, zout en koriander/peterselie toe.
Voeg een klein beetje harissa toe en schep het geheel even goed om.
Doe er dan water bij, en laat het op een zacht vuur bijna gaar koken.
Haal het vlees er dan uit.
Leg dan de aardappels netjes in de tajine.
Voeg de rest van de kruiden en eventueel wat water toe.
Leg de kip erop en laat het verder op zacht vuur gaar koken.
Als alles gaar is doe je de dopertwen in de tajine en laat nog even doorkoken.

Tips:

Meng eens zoete en gewone aardappelen.

Let op!!! Harissa is best wel pittig. Je kunt de harissa weglaten of vervangen door paprikapuree.

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

Kiptajine met aardappelen en olijven.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

2-3 aardappelen, in stukken
1 tl gember
1 kip, kleine, in stukken, schoongemaakt (of kippenbouten)
- kipkruiden
½ tl koriander
1 dl kurkuma
- olie, olijf-
200 g olijven, groene
1 tl paprikapoeder
- peper
- peterselie, fijngehakt
1 tl ras el hanout
1 tomaat, ontveld, in klein stukjes
1 ui, grote, gesnipperd
1 wortel, grote, in stukken
- zout

1 dl = 1 dessertlepel

Bereiding.

Doe wat olie in de tajine en bak de kip even aan.
Doe de ui, tomaat, koriander en peterselie bij de kip.
Voeg hierna de kruiden (behalve de kipkruiden) en wat water toe.
Breng het geheel aan de kook.
Laat de kip, met de deksel op de tajine, rustig gaar koken.
Wanneer de kip gaar is, haal je deze uit de tajine en leg je deze op een bakplaat met bakpapier.
Doe de aardappel en wortel in de achtergebleven jus en voeg eventueel wat water toe.
Breng het aan de kook en laat het gaar worden.
Smeer de kip in met een papje van kipkruiden en wat olie.
Doe ondertussen de kip in de oven tot deze een mooi goudbruin kleurtje heeft.
Wanneer de wortel en aardappelen gaar zijn, voeg je de olijfjes toe en laat deze even mee warmen.
Haal de kip uit de oven en serveer deze met de tajine en *vers brood* en een *lekker frisse salade*.

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

Lamsrack met aardappelen en knoflook.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2000-3

Ingrediënten

2 pk aardappelblokjes (à 450 g)
2 el boter of margarine
8 tn knoflook
2 lamsracks, French
2 el olie, olijf-
½ el olie, olijf-, met truffel
- peper
1 pt vleesfond
3 el wijn, rode
- zout

Bereiding.

Pel de teentjes knoflook.
Kook in een pan de wijn, knoflook en fond op hoog vuur in tot 2 dl inkoken.
Bestrooi intussen de lamsracks met zout en peper.
Verhit de olie in een pan.
Voeg de boter toe.
Bak de lamsracks in ca. 10 à 12 min. rosé (af en toe keren).
Neem de lamsracks uit de pan.
Laat de lamsracks in aluminiumfolie rusten.
Voeg de aardappelblokjes aan het braadvet toe.
Laat de aardappelblokjes ca. 5 min. zachtjes bakken.
Schenk de fond bij de aardappelblokjes.
Laat de aardappelblokjes nog ca. 5 min. meekoken.
Haal de aardappelblokjes van het vuur.
Roer de truffelolie door de jus.
Breng de jus op smaak met zout en peper.
Verdeel de aardappelblokjes met jus over vier (voorverwarmde) borden.
Snijd de lamsracks tussen de botjes in stukjes.
Leg de lamsracks op de aardappelblokjes.

Tip:

Serveer het gerecht met peultjes.

Bereidingstijd: 46 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 605
Eiwit: 42 g
Koolhydraten: 38 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 31 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Lauwwarme aardappelmaaltijd salade.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TeamOnAMission

Ingrediënten

500 g bonen, sperzie-,
schoongemaakt
1 tl honing
1 tn knoflook, fijn-
gesneden
1 zk krieltjes (500 g)
½ limoen, uitgeperst
2 el olie
- peper, versgemalen
400 g runderreepjes
1 uitje, bos, fijn-
gesneden
- zout

Bereiding.

Bereid de krieltjes in de magnetron volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Doe een laagje water in een pan en hang er een zeef in (of gebruik een stoompan).

Laat de zeef het water niet raken.

Breng het water aan de kook met de deksel op de pan en stoom de sperziebonen in 10-14 min. gaar.

Spoel de sperziebonen onder stromend water af, zodat ze niet te gaar worden.

Halveer de langste exemplaren.

Verhit in een wok de olie en roerbak hierin op hoog vuur het rundvlees in 5-7 min. bruin en krokant.

Schenk het limoensap bij het vlees en roer de honing en knoflook erdoor, breng op smaak met zout en (versgemalen) peper en draai het vuur uit.

Schep de aardappels en de sperziebonen door het vlees en bestrooi de salade met de bosui.

Server direct.

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

Lekkerbekjes met avocadocrème en frites.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

1 avocado, rijpe
700 g frites
4 lekkerbekjes
1 limoen
2 el mayonaise
- olie, frituur-
- peper, versgemalen
1 dl room, slag-
- zout

Bereiding.

Boen de limoen schoon.
Snij 4 mooie dunne plakjes uit de limoen.
Rasp van de rest van de limoen de groene schil dun af.
Pers de limoen uit.
Halveer de avocado.
Wip de pit uit de avocado.
Trek de schil van de avocado.
Snij het vruchtvlees van de avocado in stukken.
Pureer de avocado met 2 el limoensap.
Roer de limoenrasp door de avocadopuree.
Roer de mayonaise door de avocadopuree.
Klop de slagroom stijf.
Spatel de slagroom door het avocadomengsel.
Breng de avocadocrème op smaak met peper en zout.
Verhit de olie.
Frituur de frites goudbruin.
Verwarm de lekkerbekjes ca. 10 min. in een voorverwarmde oven (200°C).
Serveer de frites met de vis en de avocadocrème.
Garneer de vis met de plakjes limoen.

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 3570
Energie kcal: 850
Eiwit: 39 g
Koolhydraten: 50 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 55 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Lekkerbekjes met zoete frieten.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Vrouw

Ingrediënten

800 g aardappelen, zoete
4 lekkerbekjes
1 limoen, uitgeperst
2 tl massala (Surinaamse kerriepoeder)
3 el mayonaise
1 el munt, verse, fijngehakt
4-5 el olie, olijf-

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 30 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.

Verwarm de oven voor tot 225°C.
Boen de aardappelen schoon.
Snijd de aardappelen in dikke frieten.
Droog de frieten op keukenpapier.
Meng 2-3 el olijfolie met de Massala.
Schep op de bakplaat de frieten om met de kerrie-olie.
Bak de frieten in de voorverwarmde oven in 25-30 min. goudbruin en gaar.
Meng de mayonaise met het limoensap en munt.
Verhit de 2 el olijfolie.
Bak de lekkerbekjes aan beide kanten goudbruin en gaar.
Leg de lekkerbekjes met de frieten op 4 borden.
Schep een lepel limoenmayonaise bij de frieten.

Tips:

- Lekker met botersla.
- Massala is te koop bij de Toko of beter gesorteerde Supermarkt. Massala is eventueel te vervangen door kerriepoeder.

Provençaalse aardappelschotel.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TeamOnAMission

Ingrediënten

1 aubergine
700 g krieltjes (duo pak)
1 pk mix voor aardappel roerbak idee Provençaals (50 g)
3 el olie, olijf-
1 pt olijven, zwarte, zonder pit, in plakjes
400 g prei
300 g rundergehakt

Bereiding.

Meng de roerbakmix (uit pakje) met 100 ml koud water en laat het enkele min. wellen. Was de aubergine en snijd 'm in blokjes. Maak de prei schoon en snijd de prei in ringen. Verhit de olie in een wok en rul-bak het gehakt. Voeg de vleeskruiden (uit pakje) en aardappels toe en laat 5 min. bakken. Voeg e aubergine en prei toe en laat 3 min. meebakken. Voeg de geweldige roerbakmix toe en laat de schotel in 5 min. gaarbakken. Voeg de laatste min. de plakjes olijf toe.

80

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 515
Eiwit: 21 g
Koolhydraten: 46 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 27 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Provençaalse groente-tian met aardappel.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

400 g aardappelen,
vastkokende
1 aubergine
1 courgette
3 tn knoflook
4 el olie, olijf-
1 snf peper
2 el tijm
3 tomaten, tros-
3 uien, witte, zoete

Bereiding.

Tian is een gelaagde gebakken groente schotel die is ontstaan in de Provence. Het is een klassiek mediterraan gerecht - weinig meer dan een combinatie van groenten en olijfolie om een heerlijke en smakelijke maaltijd te maken.

Verwarm de oven voor tot 200°C.
Halveer de uien en snijd ze in plakjes.
Verhit in een koekenpan 2 el olie.
Smoor de uien 20 min. op laag vuur.
Snijd intussen de aardappelen, aubergine, courgette en tomaten in plakken van 3 mm. dik.
Roer de helft van de tijm door de uien en breng op smaak met peper.
Verdeel de uien gelijkmatig over de bodem van de ovenschaal.
Leg de groente dakpansgewijs, om en om op de uien.
Besprenkel ze met de resterende 2 el olijfolie en bestrooi met de knoflook, de rest van de tijm en peper naar smaak.
Dek de schaal af met aluminiumfolie en bak de groenten in de voorverwarmde oven in 45 min. gaar.
Verwijder de aluminiumfolie en bak de tian nog 15 min.

Bereidingstijd: 90 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 267
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 33 g
w/v suikers: 13 g
Natrium: - mg
Vet: 11 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 6 g
Groente: - g
Zout: 0 g

Provençaalse rösti met paprika en geitenkaasroom.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Eten met plezier

Ingrediënten

400 g aardappels, vastkokende
- citroensap
2 el crème fraîche
2 eieren
200 g kaas, geiten-, zachte, zonder korst
1 tn knoflook
½ zk kruiden, Provençaalse, verse
3 el olie, olijf-
1 paprika, rode
- peper

Bereiding.

Roer in een kom de geitenkaas met de olie en de crème fraîche tot een romig mengsel.
Pel de knoflook en pers die uit boven de kom.
Snijd de Provençaalse kruiden fijn en schep de helft door het geitenkaasmengsel.
Voeg peper naar smaak toe.
Bekleed een bakplaat met bakpapier en vet deze in.
Was de aardappels en kook ze ca. 6 min. in de schil.
Laat de aardappels even afkoelen.
Snijd intussen de paprika in kleine blokjes.
Schil de aardappels en rasp ze met een grove rasp boven een kom.
Voeg paprika, ei, peper en fijngesneden kruiden toe en schep dit door elkaar.
Schep op de bakplaat vier porties en maak deze plat met een lepel.
Plaats de bakplaat in het midden van een voorverwarmde oven van 225°C.
Bak de rösti 20-25 min. tot ze goudbruin en knapperig zijn (halverwege keren).
Leg de rösti op twee borden, giet wat geitenkaasroom erover en geef de rest er apart bij.

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

Reifkuchen.



Menugang: -
Keuken: Nederlandse,
Limburgse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Recepten uit
Limburg

Ingrediënten

8 aardappelen, grote
4 el bloem
2 eieren
- olie, zonnebloem-
- paprikapoeder
- peper
2 uien
- 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

Vorbereiding.

Zorg dat je alle ingrediënten klaar hebt staan en de hulpmiddelen binnen handbereik hebt.

Bereiding.

Schil de aardappelen.

Rasp ze daarna met de fijne kant van een rasp of in je keukenmachine met raspmes fijn.

Schil vervolgens de ui.

En rasp deze ook.

Doe alles in een grote kom of schaal en meng dan de bloem, de eieren, het zout, de peper en een flinke vleug paprikapoeder door het aardappelmengsel.

Neem een koekenpan en bedek de bodem met de zonnebloem olie.

Maak met een lepel (ik gebruik hier altijd een ijsscoupe lepel voor) ongeveer 3 koekjes per pan.

Maak deze zo plat mogelijk.

Laat ze op matig vuur mooi goudbruin bakken (regelmatig keren met een spatel).

Plaats ze eventueel op een bord in de oven ze warm te houden totdat je klaar bent met bakken.

Meteen serveren en opeten is natuurlijk het lekkerst.

Rårakor med Gräslök - aardappelkoekjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Zweedse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta-Anton

Ingrediënten

4 aardappelen,
middelgrote
2 el bieslook, verse,
gehakte
2-4 el boter
2-4 el olie, zonnebloem-
- peper
2 tl zout

Bereiding.

Schil de aardappelen en rasp ze grof (het liefst in dunne flinters) boven een grote mengkom. Giet het vocht, dat zich uit de rasp in de kom vormt, niet af.

Werk vlug om te voorkomen dat de flinters verkleuren.

Meng er de bieslook, het zout en wat peper door.

Verwarm de boter en de olie in een grote braadpan op hoge hitte tot het schuim wegtrekt (de pan moet zeer heet zijn, maar het vet mag niet roken).

Neem per koekje 2 el van de flinters en hou ze dun en plat door er met een pannenkoekmes op te drukken.

Bak 3 of 4 koekjes tegelijk, die ongeveer een doorsnee hebben van 7 cm.

Bak de koekjes 2-3 min. lang op middelmatige hitte aan elke kant, of zolang tot ze krokant en goudgeel zijn.

Voeg, indien nodig, een beetje boter of olie toe.

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

Roerbakschotel van aardappelen en groenten (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AirfryerReceptenboekje

Ingrediënten

400 g aardappelen,
kriel-
1 stgl bleekselderij
½ courgette
1 el olie, olijf-
1 paprika, gele
1 paprika, rode
- peper
- piment
1 ui, rode
- 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 krielaardappels in een kom.
Voeg er één eetlepel olie aan toe.
Meng dit goed door elkaar.
Bak de aardappels in de airfryer 10 min. op 190°C tot ze mooi bruin beginnen te worden.
Snijd, terwijl de aardappels bakken, de groenten in blokjes van ongeveer één cm.
Voeg, als de aardappels klaar zijn, er alle gesneden groenten bij.
Bak met een paar keer schudden de roerbakschotel af in 4 min. op 190°C.
Strooi er wat zout en peper over.

Romige aardappelpuree.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Carta

Ingrediënten

350 g aardappelen
100 g boter, room-
- peper, naar smaak
- 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.

Kook de aardappelen goed gaar.
Stamp de aardappelen samen met de boter tot een fijne puree.
Voeg zout en peper naar smaak toe.
Wrijf de puree door een zeef (dit geeft de puree een heel zachte en romige structuur).

Tips:

Doe de puree in een ovenschaal onder een hete grill tot de bovenkant goudbruin is (zie foto).
Voeg eens 50 g feta en 50 g gehakte olijven door de puree voor een Grieks tintje.

Rösti met zalm.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

½ zk Aviko Rösti Original
½ bk crème fraîche (à 125 ml)
75 g kaas, pizza- (zk à 150 g)
2 el olie, olijf-, met basilicum
- peper, versgemalen
3 uitjes, bos-
200 g zalmfilet
- zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 1005
Eiwit: 42 g
Koolhydraten: 55 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 67 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de ovengrill voor.
Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in ringetjes.
Snijd de zalm in stukjes.
Verhit de olie in een koekenpan.
Bak de rösti al omscheppend ca. 2 min.
Haal de rösti van het vuur.
Schep er de zalm, bosuiringetjes en zout en peper naar smaak door.
Vet een lage ovenschaal in.
Schep het röstimenssel erin.
Strijk de crème fraîche erover uit.
Strooi de pizzakaas erover uit.
Schuif de schaal ca. 15 cm onder hete grill.
Laat het gerecht in ca. 5 min. goudbruin en gaar worden.

Tip:

Serveren met een Griekse salade.



Salade met gamba's en röstirondjes (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Monique van W.

Ingrediënten

- gamba's
- röstirondjes
- sla
- vinaigrette

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.

Verwarm de airfryer voor op 200°C.
Bak de röstirondjes 5 min. 200°C.
Voeg de (bevroren) gamba's toe.
Bak de röstirondjes en gamba's nog 7 min. op 200°C.
Verdeel intussen de sla over de borden.
Doe wat vinaigrette over de sla.
Leg de gamba's op het slabedje.
Voeg de röstirondjes toe.

Snelle chilikip met mini-rösti (airfryer).



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 blk ananasstukjes (230 g)
1 tl kerrie
380 g kipfilet
400 g komkommertjes, snack-
2 el olie, zonnebloem
1 paprika, gele
1 snf peper
1 zk rösti mini (Aviko airfryer)
150 ml saus, sweet chili-
150 g sugarsnaps

Bereiding.

Giet de ananasstukjes af en vang het sap op. Verhit in een koekenpan de olie. Bestrooi de kipfilets met de kerrie en peper naar smaak. Bak de kipfilets in 5 min. per kant goudbruin en neem ze uit de pan. Voeg de paprika en sugarsnaps toe en bak de groenten 4 min. (schep regelmatig om). Verwarm intussen de airfryer voor op 200°C. Bak de mini-rösti in 12 min. goudbruin en gaar (schud ze tussentijds eenmaal om). Leg de kipfilets tussen de groenten terug in de pan. Voeg de ananas toe. Schenk de chilisaus erbij en smoor de kip met de groenten afgedekt in nog 5 min. gaar. Verdeel de chilikip met de groenten over 4 borden. Schep de mini-rösti erbij en serveer met de komkommer.

Tip:

Voeg voor een mildere smaak 3-4 el van het opgevangen ananassap aan de groenten toe.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 529
Eiwit: 28 g
Koolhydraten: 71 g
w/v suikers: 29 g
Natrium: - mg
Vet: 13 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 8 g
Groente: 175 g
Zout: 1,6 g

Stevige aardappelsalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Grootmoeders
keuken

Ingrediënten

1,2 kg aardappelen,
vastkokend
1 bs radijs
1 bs rucola

Voor de mayonaise:

1 el citroensap
2 eieren
1 tl mosterd, scherpe
1/8 l olie, zonnebloem-
- peper, witte
150 ml room, zure
3 el water, heet
- zout

Bereiding.

Was de aardappelen en kook ze in ca. 30 min. gaar.
Giet de aardappelen af en laat ze goed afkoelen.
Maak de radijsjes en de rucola schoon.
Snijd de radijsjes in zeer dunne plakjes.
Schud de rucola droog en snijd ze fijn.
Kook de eieren in ca. 10 min. hard.
Laat ze schrikken onder koud water en pel ze.
Halveer de eieren en neem de eierdooiers eruit.
Snijd de eiwitten klein.
Prak de eierdooiers met een vork en vermeng ze goed met het hete water en de mosterd.
Giet de olie eerst druppelsgewijs en dan in een dun straaltje bij de eierdooiers.
Klop het geheel goed door elkaar tot een dik vloeibare massa ontstaat.
Meng er dan de zure room door.
Breng de mayonaise op smaak met citroensap, zout en peper.
Schil de (koude) aardappelen en snijd ze in dunne plakjes.
Vermeng ze met de radijsjes, rucola en mayonaise en breng nogmaals op smaak.
Bestrooi de salade met de kleingesneden eiwitten.

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

Tajine met gehakt, aardappels en groenten.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

Gehaktballetjes:

- gehakt
- gehaktkruiden
1 tl kerriepoeder
1 tn knoflook,
uitgeperst
½ tl komijn
1 tl paprikapoeder
1 tl peper
1 tl zout

Bereiding.

Maak balletjes van het gehakt die je hebt gemengd met de kruiden en de knoflook. Bak ze even aan in wat olie tot ze rondom goudbruin zijn.
Haal ze even uit de tajine.
Bak in het vet dat achterblijft in de tajine, de ui met de knoflook.
Voeg de aardappels en de kruiden hier aan toe en meng goed.
Doe dan de balletjes er weer bij en wat water of bouillon (voor de jus).
Laat de aardappels gaar worden en de saus indikken.
Voeg de olijven toe.

Kook de sperziebonen gaar in water met wat zout.
Doe, als deze gaar zijn, wat (olijf)olie in een koekenpan.
Fruit hier een sjalotje in en voeg een groentebouillonblokje toe.
Doe hier eventueel wat harissa (pas op dit is vrij pittig) bij en schep goed om.
Doe hier dan de sperziebonen bij en schep weer goed om.
Serveer de groenten als bijgerecht naast je tajine.

Tip:

Vervang de aardappelen eens door zoete aardappelen of een mix van gewone en zoete aardappelen.

Groenten:

2-3 aardappels, in
parten
1 tl gember
(- harissa)
- koriander
1 tn knoflook, heel fijn
gesneden
1 hv olijven, groene,
ontpitte
1 tl paprikapoeder
1 tl peper
- peterselie, fijngenhakt
1 tl Ras el Hanout
- sperziebonen
1 ui, grote, gesnipperd
1 tl 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

Tortilla Española.



Menugang: Bij-, voorgerecht
Keuken: Spaanse
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Carta

Ingrediënten

600 g aardappelen, in dunne plakjes
3 eieren
125 ml olie, olijf-
½ tl peper
2 uien, grote, gesnipperd
½ tl 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.

Verwarm de olie in een koekenpan.
Doe om en om lagen ui en aardappel in de pan en bak circa 8 min. op een zacht vuur gaar.
Roer af en toe om.
De aardappelen moeten gaar zijn, maar mogen niet verkleuren.
Haal het mengsel uit de pan.
Zet een zeef op een kom en giet het aardappelmengsel erin om de olie er uit te laten lekken.
Doe de eieren met zout en peper in een kom en klop ze los.
Voeg het aardappelmengsel toe.
Druk het stevig met een lepel aan, zodat het mengsel volledig met ei bedekt is.
Verwarm een eetlepel olijfolie in dezelfde pan op een hoog vuur.
Giet het mengsel in de pan.
Druk het mengsel glad.
Zet het vuur zacht, dek de pan af met een deksel of aluminiumfolie.
Bak de tortilla 12 min. (of totdat hij gaar is).
Schud de pan af en toe heen en weer zodat de tortilla niet blijft plakken.
Laat hem vervolgens 5 min. staan en keer hem om op een bord.

Tortilla met ui en paprika.



**Menugang: Amuse-
gerecht**
Keuken: -
Personen: 10
Sterren: ***
Bron: Makro

Ingrediënten

400 g aardappelschijfjes
4 eieren, losgeklopt
2 el olie, olijf-
1 paprika, groene, in
dunne reepjes
1 paprika, rode, in
dunne reepjes
- peper
2 el tijm, fijngesneden
1 ui, in dunne reepjes
- 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.

Bak de ui en de paprika in een koekenpan gaar.
Voeg de aardappelschijfjes toe en bak even mee.

Voeg de tijm toe en breng op smaak met peper en zout.

Schenk hierover het losgeklopte ei en laat zachtjes bakken met een deksel op de pan tot het ei gestold is.

Snijd de tortilla in blokjes.

Vegetarische aardappeltaart.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: Sandstorms-kookboek.nl

Ingrediënten

450 g aardappelen, nieuwe
6 pl bladerdeeg, diepvries
- bloem (voor bestrooien)
- boter (voor invetten)
3 eieren
100 g fêta
100 g kaas, Parmezaanse, geraspte
250 g kaas, room-
125 g mozzarella
12 olijven, zwarte, zonder pit
- peper, versgemalen
5 tk peterselie, verse
4 tomaatjes, zongedroogde
- zout

Bereiding.

Snijd de mozzarella in blokjes.
Snijd de tomaatjes in reepjes.
Hak de olijven.
Was de peterselie.
Hak de peterselie fijn.
Verkruimel de fêta boven een kom.
Schep de aardappel, mozzarella, tomaat, peterselie, Parmezaanse kaas en olijven door de fêta.
Schep de vulling in de springvorm.
Klop de eieren los met roomkaas, zout en peper.
Bewaar 1 el ei voor het bestrijken van de taart.
Schenk het eimengsel over de vulling.
Leg de overgebleven plakjes bladerdeeg op elkaar en rol deze uit tot een ronde lap.
Vorm hiervan de deksel voor de vorm (ca. 26 cm doorsnede).
Bestrijk de randen met ei.
Leg het deeg op de taart.
Bestrijk ook de deksel met ei.
Maak met een scherp mesje een paar inkepingen in het deksel.
Bak de taart midden in de oven in ca. 30 min. gaar en goudbruin.

Wijntip:

Vin de Pays d'Oc la Chapelle Cardonnet, Franse rode wijn.

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

Zoete aardappel-boerenkoolstampot met gegrilde zalm.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

1½ kg aardappelen,
zoete
900 g boerenkool,
gesneden boerenkool
2 el kappertjes
2 el kappertjesvocht
3 el olie, olijf-
1 snf peper
300 g zalmfilet met huid

Bereiding.

Breng de boerenkool met een bodem water aan de kook.

Kook 5 min.

Schep de zoete aardappelen door de boerenkool, voeg zo veel water toe dat alles is bedekt en breng opnieuw aan de kook.

Kook de aardappelen en boerenkool in 15 min. gaar.

Verhit de grillpan.

Bestrijk de zalmfilets met 1 el olijfolie en bestrooi met peper naar smaak.

Grill de zalmfilets 4 min. op de huid, keer de vis met een spatel om en grill de andere kant nog 1 min.

Giet de aardappelen met de boerenkool af en stamp tot een grove puree.

Voeg de laatste 2 el olijfolie, de kappertjes en het kappertjesvocht toe.

Breng de stampot op smaak met peper.

Verdeel de stampot over 4 diepe borden en leg de zalmfilets erbij.

96

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 610

Eiwit: 28 g

Koolhydraten: 73 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 20 g

w/v onverzadigd: - g

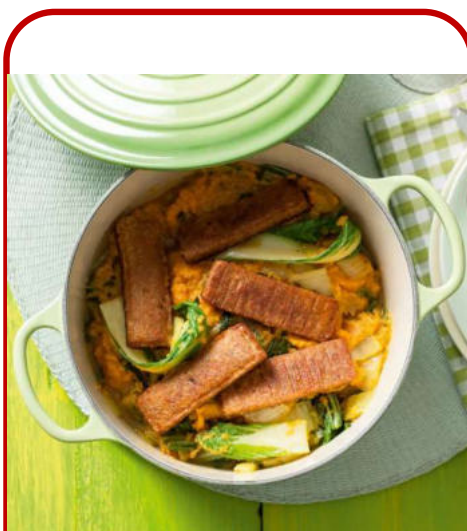
w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Zoete aardappel-paksoistamppot met Thaise sticks.



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

1,2 kg aardappelen, zoete
2 tl kerriepoeder
100 ml melk, kokos-
2 el olie, kokos-
2 st paksoi
1 snf peper
200 g sjalotjes
200 g Thaise sticks
1 snf zout

Bereiding.

Schil de aardappelen en snijd ze in stukjes.
Snipper de sjalotjes.
Snijd de paksoi in reepjes.
Kook de aardappelen in ruim water met zout in 20 min. gaar.
Verhit in een wok 1 el kokosolie.
Fruit de sjalotjes.
Voeg de kerriepoeder en de paksoi toe en bak al omscheppend 4 min.
Draai het vuur uit.
Verhit intussen 1 el kokosolie in een koekenpan.
Bak de Thaise sticks in 6 min. rondom bruin.
Verwarm de kokosmelk in een steelpan.
Giet de aardappelen af en stamp ze met de kokosmelk tot een smeùige puree.
Zet de pan op laag vuur en schep het paksoimengsel erdoor.
Breng op smaak met zout en peper.
Verdeel de stamppot over 4 borden en leg er de Thaise sticks bij.

Tip:

Bewaar het restant kokosmelk 1-2 dagen in de koelkast.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 500

Eiwit: 10 g

Koolhydraten: 77 g

w/v suikers: - g

Natrium: 430 mg

Vet: 14 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Zoete aardappelfrites.



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

Ingrediënten

1 kg aardappelen, zoete
2 tl knoflookpoeder
2 el olie, olijf-
2 tl paprikapoeder,
gerookte
2 tl uienpoeder

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 280
Eiwit: 3 g
Koolhydraten: 46 g
w/v suikers: - g
Natrium: 85 mg
Vet: 8 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 230 °C.
Schil de zoete aardappelen, snijd in dikke frites en verdeel over een met bakpapier beklede bakplaat.
Bestrooi met het uienpoeder, knoflookpoeder, gerookte-paprikapoeder en eventueel zout.
Besprenkel met de olijfolie en schep om, zodat alles gelijkmatig is verdeeld.
Bak de frites in het midden van de oven in ca. 35 min. gaar.
Scheep elke 10 min. om.

Tips:

- Extra spicy frites? Gebruik dan chilivlokken in plaats van paprikapoeder.
- Lekker met crème fraîche (het gerecht is dan niet meer veganistisch en lactosevrij).

Zoete aardappelkoekjes.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Poelier Reedijk,
Receptuur.nl

Ingrediënten

250 g aardappelen,
zoete, rode
625 g amandelen,
gehakte
75 g bloem
1 citroenschil, geraspte
2 eidooiers
2 eiwitten
150 g hazelnoten,
gehakte
150 g pijnboompitten
500 g suiker
1 vanillestokje

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.

Schil de zoete aardappelen.
Snijdt de aardappelen in grove blokjes.
Doe de aardappelblokjes in een pan.
Giet zoveel water bij de aardappelblokjes, dat ze onder staan.
Snijdt het vanillestokje in de lengte open.
Schraap het merg uit het vanillestokje.
Voeg het vanillestokje en de merg toe aan de aardappelblokjes.
Breng de aardappelen aan de kook.
Laat de aardappelen in ± 15 min. gaar koken.
Giet de aardappelen goed af.
Doe de aardappelen in een grote kom.
Stamp de aardappelen tot puree.
Doe de amandelen, suiker, eidooiers en citroenschil bij de afgekoelde puree.
Schep alles met een pollepel tot een glad deeg dat een beetje op gepureerde aardappels lijkt.
Kneed het deeg een paar min. in een kom.
Dek de kom met een theedoek af.
Laat het deeg rusten.
Verwarm de oven voor op 180°C.
Vet een bakplaat met olie in.
Doe de pijnboompitten en hazelnoten in een ondiepe kom.
Neem stukjes deeg ter grootte van een walnoot.
Maak balletjes van de stukjes deeg.
Plet de balletjes deeg licht.
Bestrijk de deegkoekjes met wat eiwit.
Haal de deegkoekjes door de gehakte noten.
Schik de koekjes (niet te dicht op elkaar) op de bakplaat.
Plaats de bakplaat 15-20 min. in de oven tot de koekjes goudbruin zijn.

Zoete aardappelstampot met zongedroogde tomaten.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 kg aardappelen, zoete
200 g spinazie,
gewassen
140 g tomaten, zongedroogde, in reepjes
75 g walnoten

- pureestamper

Bereiding.

Schil de aardappelen en snijd ze in gelijke stukken.
Kook de aardappelen in weinig water in ca. 25 min. gaar.
Hak intussen de spinazie en de walnoten grof.
Giet de aardappelen af.
Stamp de aardappelen fijn en roer er op het vuur de spinazie en tomatenreepjes door.
Bestrooi de stampot met de walnoten.

Tip:

Lekker met witte kaasblokjes.

100

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 446
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 57 g
w/v suikers: 18 g
Natrium: - mg
Vet: 18 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 10 g
Groente: 50 g
Zout: 1,6 g

Zoete wilde frieten met kabeljauw.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

1 kg aardappelen, zoete
3 cm gemberwortel
500 g kabeljauwfilet, in 4 stukken
- olie, frituur-
2 el olie, Oosterse roerbak-
- peper
2 uien, gesnipperd
500 g worteltjes, in plakjes
- zout, (zee)-

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.

Boen de aardappelen onder koud water goed schoon en snijd ze in dikke frieten. Zet de frieten in koud water ± 30 min. in de koelkast.
Schil de gemberwortel en snijd hem in dunne plakjes.
Laat de frieten uitlekken.
Droog ze met een schone theedoek en bak ze in de hete frituurolie (150°C) in 4 porties 4 min. voor.
Laat de frieten in een vergiet bekleed met keukenpapier uitlekken.
Verhit 1 el de roerbakolie en fruit de ui met de knoflook 3 min. al omscheppend.
Voeg de wortel toe en bak ze 5 min. mee.
Breng op smaak met peper en zout.
Doe de groente over in een ovenschaal en leg de vis erop.
Bestrooi de vis met peper en zout naar smaak en druppel de rest van de roerbakolie erover.
Laat de vis in een voorverwarmde oven (200°C) in ± 12 min. gaar worden.
Bak de frieten in 4 porties de hete olie (180°C) in ± 4 min. goudbruin en knapperig.
Serveer de frieten met de groenten en de vis.

Wijntip:

Huiswijn rosé, Frankrijk

Zuurkoolschotel met aardappelen, cranberry's en gehakt.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Alette van de Staij

Ingrediënten

400 g aardappelen
50 g cranberry's, gedroogde
200 g gehakt, runder-
1 tl kerriepoeder
1 el ketjap
- margarine
- melk
30 g paneermeel
1 tl paprikapoeder
- peper, versgemalen
1 ui, kleine
- zout
1 zk zuurkool (500 g)

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen met een snufje zout.
Doe de zuurkool in de pan.
Spoel de zuurkool 1 keer af met warm water.
Doe de cranberry's bij de zuurkool en laat de zuurkool in een laagje water 5 min. koken.
Snijd de ui in kleine blokjes.
Doe het gehakt in een koekenpan en voeg de ui, 1 tl kerriepoeder, 1 tl paprikapoeder, een scheut ketjap, 1 snf peper en 1 snf zout toe.
Bak het gehakt rul.
Giet de aardappels af.
Voeg aan de aardappelen een scheut melk en een klont margarine toe en stamp dit met de pureestamper tot aardappelpuree.
Pak een ovenschaal.
Beleg de bodem met een dun laagje aardappelpuree, daarboven op komt een laagje zuurkool met de cranberry's, voeg dan een dun laagje gehakt toe en dek het vervolgens af met een laagje aardappelpuree.
Strooi er 30 g paneermeel overheen, voor een knapperig korstje.
Zet dit 10 min. in de oven, totdat het paneermeel een goudbruine kleur heeft gekregen.
Verdeel de zuurkoolschotel over twee borden.

Tips:

- Voor een vegetarisch recept kun je vegetarische gehakt gebruiken.
- Vervang de cranberry's eens door rozijnen.

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

Zuurkoolschotel met röstideksel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Duitse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2002-02

Ingrediënten

250 g champignons, kastanje-
2 tn knoflook
3 el mosterd, grove
3 el olie, olijf-
- peper
175 g Quorn, fijngehakt
125 ml room, zure
400 g röstli (diepvries)
1 ui, grote
- zout
500 g zuurkool, wijn-

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 425
Eiwit: 20 g
Koolhydraten: 34 g
w/v suikers: - g
Natrium: 1235 mg
Vet: 19 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 12 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Knapperig en goudbruin laagje met daaronder een verrassende vegetarische combi van zuurkool champignons, mosterd en quorn.

Verwarm de oven voor op 200°C (gasovenstand 4).

Veeg de champignons schoon met keukenpapier en snijd ze in plakjes.

Pel de knoflook pellen en snijd de knoflook fijn. Pel de ui en snipper hem.

Verhit de olie in een roerbakpan.

Fruit hierin de knoflook en ui ca. 1 min.

Bak de champignons ca. 3 min. mee.

Schep de Quorn erdoor en breng op smaak met zout en peper.

Giet de zuurkool af.

Roer de mosterd en zure room in een kom door elkaar.

Schep de zuurkool er door.

Breng op smaak met zout en peper.

Spreade zuurkool uit in een ovenschaal (ca. 2 l).

Schep het Quornmengsel erop.

Verdeel de röstli erover en bestrooi met zout en flink veel peper.

Bak de zuurkoolschotel in het midden van de oven in ca. 40 min. tot het aardappellaagje knapperig en goudbruin is.

Wijntip:

Cave Beblenheim Riesling d'Alsace.

Zwetschenknödel.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Oostenrijkse
Stuks: 30-35
Sterren: ***
Bron: Gute Küchen

Ingrediënten

Voor het aardappeldeeg:

1 kg aardappelen,
gekookte, bloemige
1 mp bakpoeder
250 g bloem
20 g boter
2 eieren
2 el room
- zout

Voor de vulling:

1 kg kwetsen (stevige,
langwerpige, donker-
blauwe pruimen)

En verder:

80 g boter
80 g broodkruim
(verkrumel hiervoor
licht geroosterd
witbrood of toast)
2-3 el suiker
- suiker, basterd-, om te
bestrooien

Bereiding.

Kook de aardappelen in de schil, pel ze direct en stamp ze fijn.

Vermeng ze snel met de overige ingrediënten voor het deeg en rol dit uit tot een lap van 4-5 mm dik.

Snijd het uitgerolde aardappeldeeg in vierkanten van $\pm 7 \times 7$ cm en leg midden op elk vierkant een kwets.

Vouw het vierkant dicht en vorm er ronde ballen van.

Kook de ballen in kokend water met zout in 4-5 min. gaar; als ze gaar zijn, komen ze bovendrijven.

Rooster intussen het broodkruim met wat suiker al roerend zachtjes in de boter tot het mooi donkerbruin is.

Wentel de uitgelekte knoedels hierin en serveer ze, bestrooid met basterdsuiker.

Tips:

- Kwetsen zijn meestal in augustus te koop bij de beter gesorteerde groentezaak. Er zijn meer soorten langwerpige pruimen, dus voel even of ze wel stevig genoeg zijn; zachte, sappige pruimen zijn voor dit recept niet geschikt. Voor het verwerken van de kwetsen kunt u de pit eruit halen en er een suikerklontje voor in de plaats doen, maar dan zijn de pruimen stuk en bestaat de kans dat het sap tijdens het koken door het deeg heen komt en daar wordt het deeg te zacht van.
- U kunt dit recept ook met niet te rijpe abrikozen maken; dan heten ze Marillenknödel.

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 aardappelpoffertjes.



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

Ingrediënten

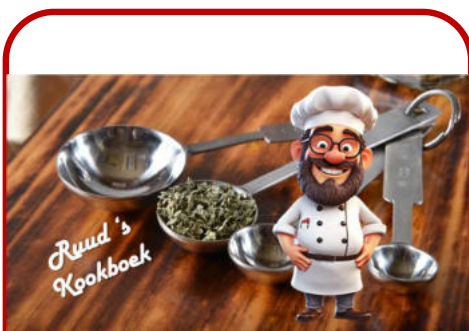
300 g aardappelen,
gekookte
70 g bloem
15 g boter
1 ei
75 g kaas, geraspte
(bijv. Gruyère, maar ook
oude kaas is goed)
- nootmuskaat
- peper
- zout

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.

Kook de aardappels gaar in water met zout.
Smelt de boter in de magnetron.
Prak de gekookte aardappels fijn.
Voeg er het ei, de gesmolten boter en de bloem
aan toe.
Prak dit goed door elkaar.
Breng op smaak met zout, peper en
nootmuskaat.
Verdeel dit mengsel in tweeën.
Maak er een rol van en verpak het in
huishoudfolie.
Leg het een half uurtje in de koelkast.
Zet een pan met water met een beetje zout op
en laat dit zachtjes koken.
Snijd het aardappelmengsel in plakjes van
ongeveer 1 cm dik.
Kook dit in het zachtjes kokende water in 2
min. gaar.
Verhit ondertussen de oven voor op 200°C.
Laat de aardappelpoffertjes in een vergiet
uitlekken.
Leg de aardappelpoffertjes in een ovenschaal
en strooi er geraspte kaas over.
Zet de ovenschaal in de voorverwarmde oven
en wacht tot de kaas gesmolten is.

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) |

