



Ruud 's Kookboek

Snackrecepten III v0.3

Inhoudsopgave.

Albanese gehaktballetjes.....	3
Gefrituurde champignons.	4
Uientaartjes met rode wijnsaus.....	5
Gebruikte afkortingen.....	7

Albanese gehaktballetjes.



Menugang: Bijgerecht,
hapje, snack
Keuken: Albanese
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl,
Meatballs

Ingrediënten

1 ei
100 g feta
400 g gehakt, runder-
1 tl komijnpoeder
(djinten)
4 el meel, paneer-
1 bs munt, fijngesneden
2 el olie, olijf-

Bereiding.

Kneed het gehakt met een handje munt, het komijnpoeder en peper naar smaak.
Roer vervolgens het paneermeel en het ei door het mengsel.
Verbrokkel de feta erdoor.
Rol met vochtige handen kleine balletjes van het gehaktmengsel.
Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak de balletjes in ca. 8 min. rondom goudbruin en gaar.
Serveer de gehaktballetjes op een schaal met wat extra fijngehakte munt.

3

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

Gefrituurde champignons.



Menugang: Bij-,
voorgerecht, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

2 augurkjes, kleine
4 el bloem
500 g champignons,
kleine
4 par citroen
2 tl citroensap
2 eieren
100 ml mayonaise
2 tl mosterd, Dijon-
- olie, zonnebloem-, om
te frituren
90 g paneermeel
1 mp paprikapoeder
- peper, zwarte
1 bs peterselie, gladde
½ bs uitjes, lente-
100 ml yoghurt
- zout

Bereiding.

Maak de champignons schoon.

Kruid het bloem met zout, peper en wat paprikapoeder en doe het over in een ondiepe kom.

Klop in een andere kom de eieren kort door elkaar.

Doe het paneermeel in een derde kom.

Spoel de peterselie af, dep die droog en snijd die fijn.

Maak de lente-uitjes schoon en snijd ze fijn.

Snijd de augurkjes in kleine blokjes.

Vermeng de peterselie, de uitjes en de augurken met de mayonaise en de yoghurt.

Voeg het citroensap en de mosterd toe.

Breng de saus op smaak met peper en zout en zet die koel weg.

Verhit de olie in een wok op een zo hoog vuur, dat een stukje brood in 1 min. bruin is.

Wentel de champignons door het ei, de bloem en de paneermeel.

Frituur de champignons in porties steeds in 6 min. goudbruin.

Laat ze op keukenpapier uitlekken en houd ze warm.

Garneer ze met een partje citroen en geef er de mayonaise als dip bij.

Tips:

- Je kunt ze natuurlijk ook frituren in de frituurpan (180°C).
- Lekker met toast met paté, aardappeltjes uit de oven bestrooid met kaas of een salade.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: 2540

Energie kcal: 605

Eiwit: 10 g

Koolhydraten: 23 g

w/v suikers: - g

Natrium: 0,2 mg

Vet: 53 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: 2 g

Groente: - g

Zout: - g

Uientaartjes met rode wijnsaus.



Menugang: Bijgerecht, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman, FoodBlaBla.nl

Ingrediënten

1 el bloem, om te bestuiven
1 el boter, om in te vetten
6 pl deeg, blader-, roomboter (diepvries)
2 tl honing, vloeibare
200 g kaas, geiten-, zachte
4 el olie, olijf-
6 olijven, zwarte, zonder pit
- peper, zwarte, vers-gemalen
4 pruimen, gedroogde
3 tk tijm
6 tomaatjes, kers-
6 uien, grote
2 el wijn, rode, droge
- zout

4 taartvormpjes, lage (15 cm)

Bereiding.

Spread de plakjes bladerdeeg op het aanrecht uit en laat ze in 5 min. ontdooien.
Pel de uien en snijd ze in ringen.
Ris boven een kopje de tijmblaadjes van de takjes.
Verhit in een hapjespan 2 el olie, voeg de ui toe en smoor die afgedekt in 10 min. zachtjes gaar (schep regelmatig om).
Snijd intussen de pruimen klein.
Breng in een pan de pruimen met de wijn en de honing aan de kook en laat ze afgedekt 10 min. zachtjes sudderen (= rode wijnsaus).
Snijd de korst van de geitenkaas en verkruimel de kaas.
Was de tomaatjes en halveer ze.
Halveer de olijven.
Schep de helft van de tijm door de uien.
Vet de vormpjes in.
Bestuif het aanrecht met de bloem.
Halveer 2 bladerdeegplakjes.
Leg een half plakje op een heel plakje en rol ze samen uit tot een ronde lap van 18 cm doorsnede.
Bekleed hiermee een vormpje; druk de rand goed aan, vouw het teveel aan deeg aan de bovenkant naar binnen.
Bekleed de andere vormpjes op dezelfde wijze.
Verdeel de helft van de geitenkaas over de bodem en bestrooi het met peper.
Breng de uien op smaak met zout en peper en schep ze op de geitenkaas.
Verdeel de rest van de kaas en de tijm erover en garneer het met de olijven en de tomaatjes.
Besprenkel het geheel met de rest van de olie.
Zeef de saus boven een pan.
Verwarm de oven voor op 200°C (gasovenstand 4).
Bak de taartjes in het midden van de oven in 20 min. goudbruin en gaar.
Verwarm de saus opnieuw zachtjes.
Neem de uientaartjes uit de vormpjes en zet ze op 4 borden.
Besprenkel de taartjes en de borden met de rode wijnsaus.

Tip:

Serveer de taartjes met gemengde sla.

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

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klmj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

