



Ruud 's Kookboek

Ierse recepten / v0.3

Inhoudsopgave.

Beef 'n guinness pie.....	3
Gingerbread - gemberbrood.	4
Iers Allerheiligenbrood.....	5
Gebruikte afkortingen.....	6

Beef 'n guinness pie.



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

Ingrediënten

2 aardappelen,
vastkokende
33 cl bier, Guinness
5 pl bladerdeeg
(diepvries)
25 g boter, room-
1 ei
350 ml fond, vlees-
2 tn knoflook
2 laurierblaadjes
1 snf peper
2 tk peterselie
600 g stooflapen
400 g tomatenblokjes
70 g tomatenpuree
2 uien
1 wortel

Bereiding.

Smelt in een braadpan de boter.
Voeg het vlees toe en bak in 5 min. bruin aan.
Scheep het vlees uit de pan.
Fruit de ui, knoflook en wortel 3 min. in het bakvet.
Doe het vlees terug in de pan.
Scheep er de tomatenpuree door en bak 1 min. mee.
Voeg de tomatenblokjes, de vleesfond en de laurierblaadjes toe.
Schenk het bier langs de rand in de pan en breng aan de kook.
Draai het vuur laag en stoof het vlees afgedekt in 2 uur gaar.
Voeg na 1½ uur de aardappelblokjes en peterselie toe en breng op smaak met peper.
Verwarm de oven voor tot 200°C.
Scheep het stoofvlees in een ovenschaal (ø 24 cm).
Rol de deegplakjes uit tot een ronde lap van 28 cm doorsnede.
Bestrijk de rand van de vorm dun met ei en leg het deeg over het stoofvlees.
Druk het deeg goed aan.
Rol met een deegroller over de ovenschaal om eventueel overhangend deeg eraf te halen (dit kun je gebruiken om het deksel te versieren).
Snijd in het midden een kruis zodat er een gat ontstaat waardoor de stoom kan ontsnappen.
Bestrijk ook het deeg dun met het ei.
Bak de taart 25-30 min. in de voorverwarmde oven, tot het deegdeksel goudbruin en gaar is.

Tips:

Lekker met een frisse bladsalade met een kruidendressing.
Het Guinness bier kun je vervangen door abdij-, trappisten- of donker bier.
Vervang het deeg eens door aardappelpuree.

Vorbereidingstijd: 20 min.
Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 150 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 554
Eiwit: 42 g
Koolhydraten: 46 g

Suiker: 11 g
Natrium: - mg
Vet: 20 g
Onverzadigd vet: - g
Verzadigd vet: 10 g
Vezels: 5 g
Groente: 188 g
Zout: 2,2 g

Gingerbread - gemberbrood.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Ierse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

50 g bakgember
1½ tl bakpoeder
225 g bloem
- boter, room-
90 g boterklontjes
1 ei, klein
1 tl gemberpoeder
1½ dl melk
75 g rozijnen
175 g stroop
100 g suiker, basterd-,
bruine
½ tl zout

Bereiding.

Op 6 januari vieren de Ierse vrouwen hun eigen feest, met een feestelijke theemiddag, waarop deze gemberkoek een glansrol heeft. De drukte van de feestdagen is daarna over, het gewone leven begint weer!

Zeef in een kom de bloem, het zout, de gemberpoeder en de bakpoeder.

Verwarm in een pan, al roerend, de bruine basterdsuiker en de boterklontjes en roer dit glad.

Voeg geleidelijk de stroop en de melk toe en roer het glad.

Laat het mengsel wat afkoelen en roer het bij het droge mengsel.

Meng er het ei, de rozijnen en de bakgember door.

Schep het mengsel in een met bakpapier beklede (brood- of cake)vorm van 23 cm lengte en bak het 1 uur (180°C).

Laat het 'brood' op een rooster uitdampen.

Serveer het met roomboter.

4

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

Iers Allerheiligenbrood.



Menugang: -
Keuken: Ierse
Stuks: 1
Sterren: **
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

550 g bloem, bakkers-
50 g boter, gesmolten
1 ei, losgeroerd
15 g gist, verse (òf 2 tl
gist, gedroogde)
½ tl kaneel, gemalen
100 g krenten
3 dl melk, lauwe
1 snf nootmuskaat,
geraspte
50 g oranjessnippers,
kleingesneden
200 g rozijnen
50 g suiker, witte, fijne
½ tl zout

Bereiding.

Doe de melk in een kom.
Roer de gist door de melk.
Laat het mengsel 20 min. rusten als u
gedroogde gist gebruikt.
Roer 100 g bloem door de melk.
Laat het mengsel 30 min. staan tot zicht schuim
vormt.
Klop het ei door het mengsel.
Klop de boter door het mengsel.
Zeef de resterende bloem met de kaneel en
nootmuskaat boven het mengsel.
Kneed het mengsel tot een zacht, glad deeg.
Kneed de vruchten en suiker door het deeg.
Laat het deeg afgedekt met ingevette plastic
folie 2 uur rijzen tot het dubbele volume is
ontstaan.
Sla het deeg in.
Druk de luchtballen uit het deeg.
Doe het deeg over in een ingevette ronde vorm
van 20 cm doorsnee.
Laat het deeg afgedekt met ingevette plastic
folie rijzen tot het dubbele volume is
ontstaan.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bak het brood 30-40 min. (tot het hol klinkt als
u er tegen tikt).
Laat het brood 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

Gebruikte afkortingen.



v2.4

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



v2.4

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
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)

