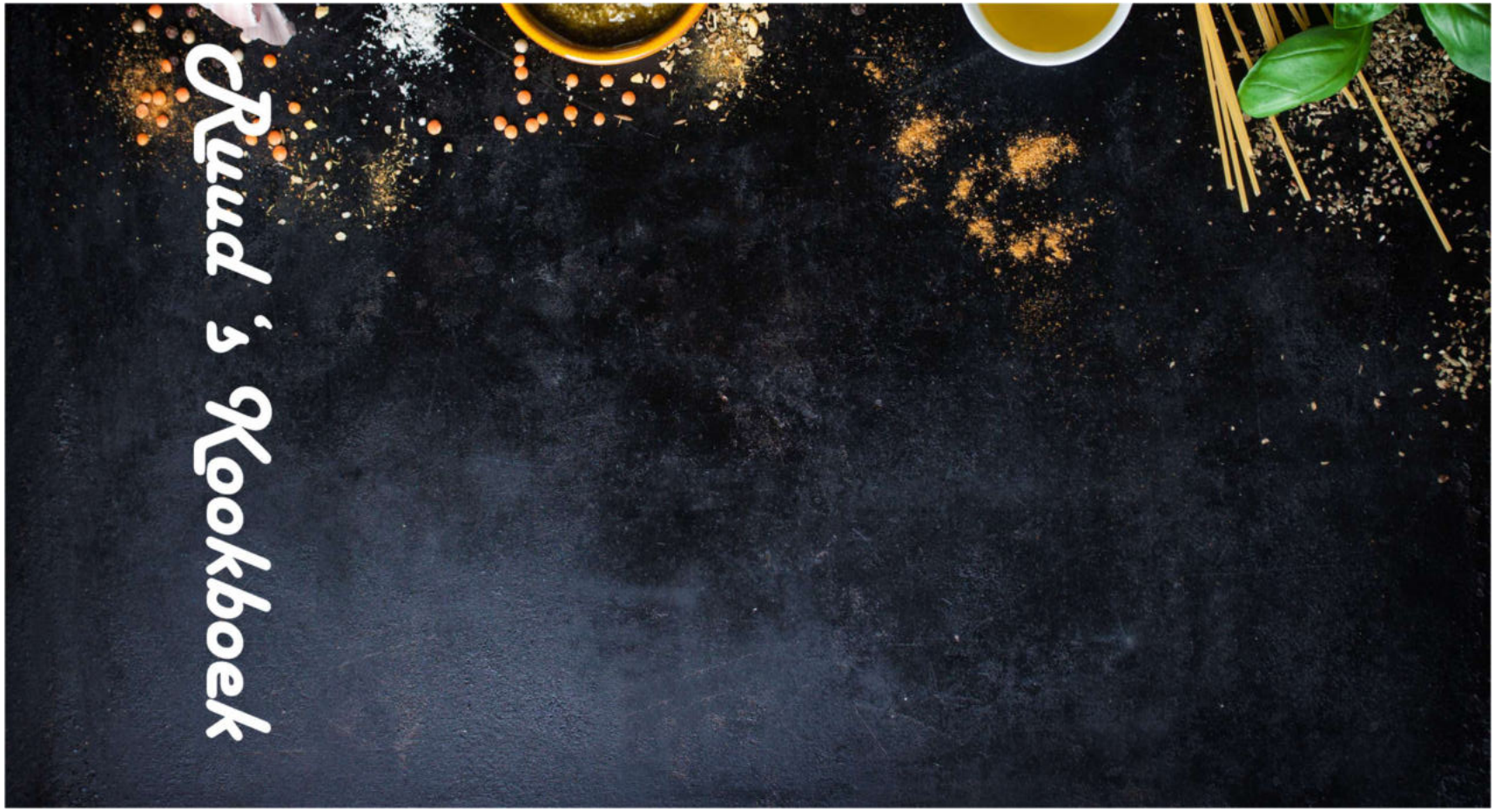

Broodrecepten VI v0.8

Inhoudsopgave.

Bagel met verse-kruidenomelet, oude kaas en veldsla. 3
Brucetta's met tapenade....4
Gehaktbrood met spek en ei. 5
Gemarineerde sprotjes op toast....7
Kruidig pompoenbrood met noten. 8
Pogača....9
Roggebrood met tomatencrème. 10
Zhingyalov hats - Armeens brood gevuld met kruiden. 11
Gebruikte afkortingen (v2.6). 12

Bagel met verse-kruidenomelet, oude kaas en veldsla.



Menugang: Brunch-, lunchgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Jumbo

Ingrediënten:

4 bagels, witte
15 g boter
6 eieren
4 pl kaas, oud (Beemster, 48+)
10 g kruidenmix, Italiaanse, verse
50 ml melk, halfvolle
- peper, versgemalen
20 g sla, veld-
- zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Haal de kruiden van de takjes en snijd de blaadjes fijn.
Klop de eieren los met de melk.
Meng de eieren met de kruiden en breng het op smaak met peper e evt. zout.
Verhit de boter in een kleine koekenpan en schenk er het eimengsel in. Laat het even stollen en til dan steeds met een spatel de zijkanten van het eimengsel langs de randen op en houd de pan een beetje schuin.
Ga door tot al het ei gestold is.
Bak intussen de bagels 3-5 min. in de oven.
Snijd de bagels open.
Snijd de omelet in 4 punten.
Beleg de bagels met de omelet, de kaas en de veldsla.
Bestrooi ze met peper en dek ze af met de bovenste helften van de bagels.

Tip:

In plaats van Italiaanse kruiden kun je ook peterselie en bieslook gebruiken.

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 515
Eiwit: 27 g
Koolhydraten: 49 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 23 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Brucetta's met tapenade.



Menugang: Amuse
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Amuses

Ingrediënten:

1 brood, stok- (afbak)
3 tn knoflook
4 el olie, olijf-
- tapenade, Toscaanse

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 180°C.
Pers de knoflook uit en meng dit met de olijfolie.
Snijdt het stokbrood in plakken van plusminus 3cm.
Smeer de plakken in met het olijf-knoflookmengsel.
Zet de plakken 5 min. in de oven (halverwege de plakken even draaien).
Smeer de Toscaanse tapenade op plakken stokbrood en serveer ze warm.

Gehaktbrood met spek en ei.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: Amerikaanse, Italiaanse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Laura Lemmers, Wijnspijs.nl

Ingrediënten

1 stl bleekselderij, heel fijngesneden (brunoise)1 el boter, om in te vetten
100 g broodkruim (of 3 beschuiten)
6 eieren
750 g gehakt, gemengd
3 el ketchup, tomaten-
1 tl komijnzaad, in de vijzel gemalen
1 tl korianderzaad, in de vijzel gemalen
1 el mosterd, Dijon
1 tl peper, zwarte, vers-gemalen
½ bs peterselie, fijn-gesnipperd
150 g spek, ontbijt-
1 ui, rode, fijn-gesnipperd
1 tl zout, fijn

1 bakvorm (ca. 20 cm)

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Kook 4 eieren in zo'n 8 min. hard.
Laat ze schrikken, pel ze en zet ze apart.
Meng alle overige ingrediënten, behalve het ontbijtspek, vlug en kort door elkaar.
Bekleed een bakblik met boter.
Leg daarna het ontbijtspek dakpansgewijs in het bakblik (laat aan de zijkanten van het blik de plakken uitsteken; dit komt straks over het gehakt te liggen).
Vul het blik nu voorzichtig met ongeveer 1/3 van het gehaktmengsel.
Druk het rustig aan en leg de gekookte eieren er voorzichtig in.
Dek de eieren vervolgens af met de rest van het gehakt.
Maak je gehaktbrood af door het spek netjes over het gehaktbrood heen te leggen.
Plaats het bakblik in de voorverwarmde oven en bak het brood in zo'n 50 min. af.
Laat het gehaktbrood met spek en ei minimaal 10 min. rusten voordat je hem uit de vorm haalt en je aan tafel gaat.
De sappen uit de vorm zijn erg lekker.
Bedruip het gehaktbrood met spek en ei er mee.






Bereidingstijd: 40 min.
Grill-/oventijd: 50 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

Tips:

- **Maak je eigen versie. Gebruik geraspte kaas, Italiaanse kruiden, geef er een Oosters tintje aan, of maak het gehaktbrood gezonder door er ook nog brunoise gesneden wortels of andere groenten aan toe te voegen.**
- **Gebruik in plaats van half-om-half gehakt ook eens gehakt van kalf, kalkoen of kip.**
- **De gekookte eieren kun je gewoon weg laten.**
- **Gebruik in plaats van ontbijtspek ook elk ander soort spek voor dit gehaktbrood.**

Gemarineerde sprotjes op toast.



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

Ingrediënten:

2 sn brood, casino-, wit
1 citroen
1 el kruiden, Italiaanse (diepvries)
2 el olie, olijf-
2 tl peperkorrels, roze, gedroogde
100 g sprotfilet, gerookte

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.

Pers de citroen uit.
Klop een marinade van het citroensap, de olijfolie, de peperkorrels en de Italiaanse kruiden en leg de sprotjes minstens 2 uur in de marinade.
Rooster de sneetjes brood en halveer ze diagonaal.
Verdeel de sprotjes over 2 bordjes en leg de sneetjes toast ernaast.

Kruidig pompoenbrood met noten.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: *
Bron: Jumbo, Jummm

Ingrediënten

2 tl bakpoeder
300 g bloem
100 g boter, room-
1 citroen
2 eieren
70 g noten, pecan-
400 g pompoenblokjes
15 g pompoenpitten
1 tl Pumpkin Spice kruiden
75 g suiker, bruine
125 g yoghurt, Griekse

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 tot 180°C.
Kook de pompoen in 10 min. gaar.
Laat het goed uitlekken in een zeef.
Houd 100 g apart en pureer de rest met de staafmixer tot een gladde massa.
Rasp de citroen.
Klop met de mixer de boter met de basterdsuiker luchtig.
Voeg één voor één de eieren toe en mix het goed door.
Voeg de yoghurt, citroenrasp en gepureerde pompoen toe en meng goed door.
Voeg de bloem, het bakpoeder, wat zout en de Pumpkin Spice kruiden toe en meng het goed door elkaar.
Hak 50 g pecannoten grof en schep die samen met de achtergehouden pompoen door het beslag.
Bekleed een cakevorm met bakpapier en schep het beslag erin.
Garneer het met de rest van de pecannoten en pompoenpitten.
Bak het brood 35 min. in de oven.

Pogača.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Servische
Personen: 4
Sterren: *
Bron: DeBalkan.nl

Ingrediënten

500 g bloem
7 g gist, droge
60 ml olie
1 tl suiker
250 ml water, lauwwarm
- 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.

Pogača is een traditioneel Servisch brood dat vaak wordt geserveerd bij speciale gelegenheden en feesten. Het is een zacht en luchtig brood met een knapperige korst en kan worden gevuld met verschillende ingrediënten zoals kaas, spek, ui of kruiden.

Meng de bloem, de droge gist, de suiker en zout in een mengkom.
Voeg geleidelijk het lauwwarme water en de olie toe aan het bloemmengsel en kneed het tot een zacht deeg.
Dek de kom af met een vochtige theedoek en laat het deeg rijzen op een warme plaats tot het in volume is verdubbeld (ca. 1 uur).
Verwarm de oven voor op 200°C en bekleed een bakplaat met bakpapier.
Verdeel het deeg in gelijke delen en rol elk deel uit tot een cirkel van ongeveer 1 cm dik.
Leg de deegcirkels op de voorbereide bakplaat en druk eventueel de vulling naar keuze in het deeg.
Bak de pogača in de voorverwarmde oven tot ze goudbruin en gaar zijn (ca. 20-25 min.).
Laat de pogača afkoelen op een rooster voordat je hem serveert.

Tip:

Serveer de pogača warm als bijgerecht of als onderdeel van een feestelijke maaltijd.
Maak vegetarische pogača door de vulling te vervangen door groenten, kruiden of kaas.

Roggebrood met tomatencrème.



Menugang: Hapje, lunch-, ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: *
Bron: Raymond Goudart

Ingrediënten

- basilicumblaadjes
2 el pesto
- pijnboompitten, geroosterde
1 pkj roggebroodvier-kantjes
150 g roomkaas met knoflook, verse
4 tomaten, gedroogde, in olie

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.

Laat de tomaten uitlekken, hak ze heel fijn en roer ze met de pesto en de kaas goed door elkaar.
Besmeer de roggebroodvierkantjes dik met dit mengsel.
Garneer ze met een blaadje basilicum en wat pijnboompitten.

Zhingyalov hats - Armeens brood gevuld met kruiden.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Armeense
Stuks: 6
Sterren: *
Bron: GZRecipes.com

Ingrediënten

200 g bloem
200 g kruiden, aromatische
- olie, olijf-, naar smaak
- paprikapoeder, naar smaak
- peper, versgemalen, naar smaak
105 ml water, lauw water
- zout, naar smaak

Bereidingstijd: 10 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.

Meng de bloem met het zout in een grote kom.
Voeg geleidelijk het lauwe water toe, en kneed tot je een glad en elastisch deeg krijgt.
Bedek het deeg met een vochtige doek en laat het ca. 30 min. rusten.
Was alle kruiden zorgvuldig en droog ze.
Hak ze fijn en doe ze in een kom.
Breng ze op smaak met olie, zout en peper, en meng het goed.
Verdeel het deeg in bolletjes van ongeveer 5 cm in diameter.
Rol elk bolletje uit tot een dunne ovale lap.
Verdeel de vulling gelijkmatig in het midden, laat de randen vrij.
Plooi de randen naar het midden toe, en sluit de vulling goed in.
Druk voorzichtig plat met de handen om de dikte gelijkmatig te maken en een langwerpige vorm te geven.
Verwarm de bakplaat en bak elk brood ca. 2-3 min. aan elke kant, tot ze goudbruin zijn.

Tips voor kruiden:

- **Traditioneel worden er 10 tot 20 soorten verse kruiden gebruikt, afhankelijk van de seizoensgebonden beschikbaarheid.**
  Enkele van de meest gebruikte kruiden zijn: Brandnetel, dille, groene knoflook, jonge wijnbladeren, koriander, lente-ui, munt, Paardenbloem, peterselie, snijbiet, spinazie en wilde venkel.
- **Voor dit recept kun je het beste koriander, het groene deel van de lente-ui, peterselie en munt gebruiken.**

Gebruikte afkortingen (v2.6).



v2.6

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
cgls	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= ½ 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



v2.6

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
tk	Takje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Voorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)


Compressed by
PDF24
https://ruudskookboek.nl