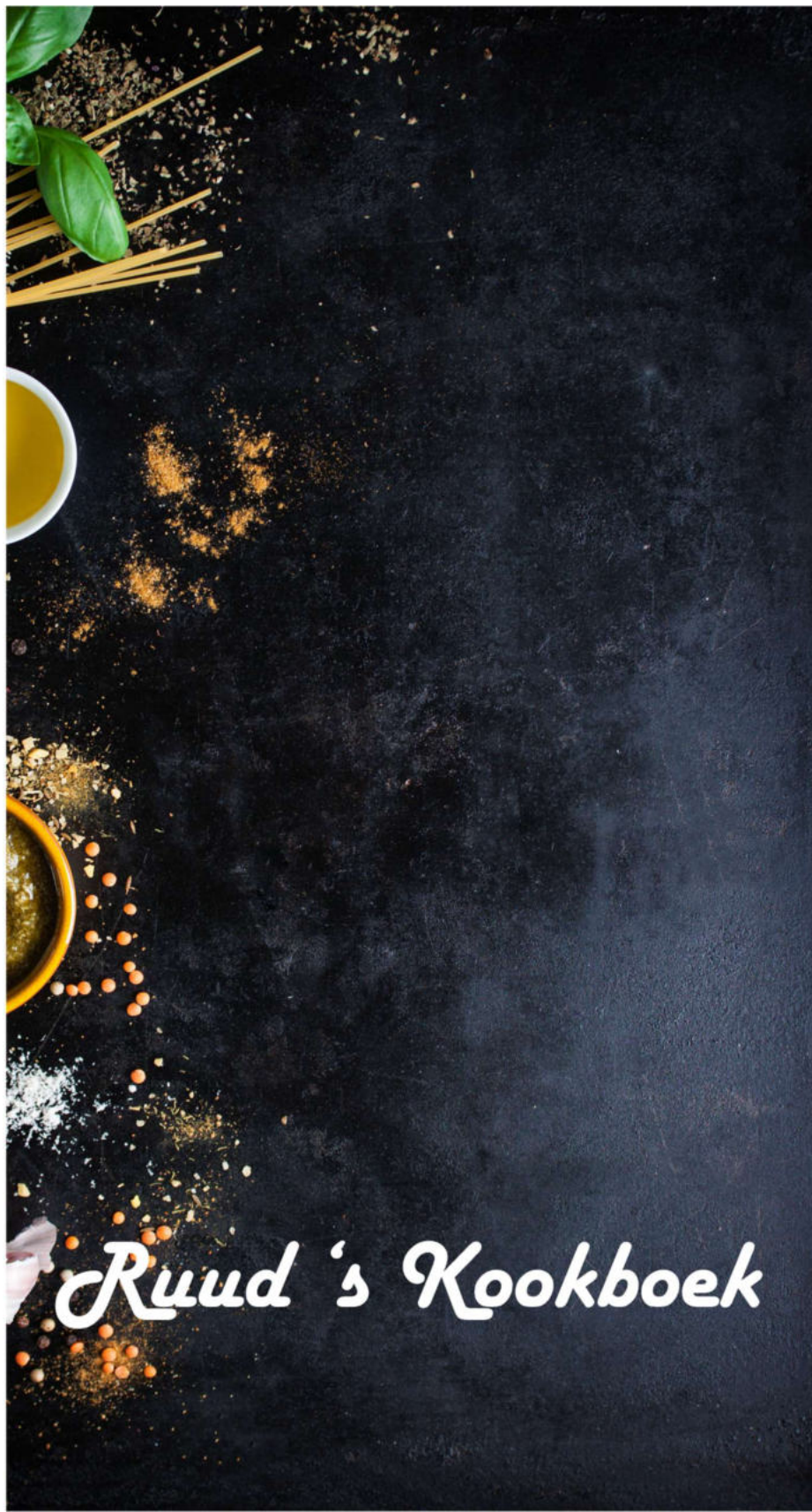




100 hapjes II

Inhoudsopgave.

Aardappel met knoflookmayonaise.....	4
Aardappelkroketjes met Parmezaanse kaas (airfryer).....	5
Aardappelpartjes met kaassaus.....	6
Amuse met Pata Negra.	7
Amuse van geitenkaas, olijf en pistache.	8
Antwerpse worstenbroodjes.....	9
Appel met paté.	10
Asperges omwikkeld met ham.	11
Ati goreng kering.....	12
Basisrecept - crostini.....	13
Bladerdeegsnack met pesto.....	14
Bladerdeegpakketjes met mediterrane groenten.....	15
Blini's met crème fraîche en zalm.....	16
Boerenkoolkroketten.....	17
Brabantse worstenbroodjes met pittig kipgehakt.....	18
Bruschetta met gekonfijte tomaatjes en mozzarella.....	19
Camembert-crostini met peer en pancetta.....	20
Chips.....	21
Chinese beursjes met zoetzure saus.....	22
Ciabatta met ei en pesto.....	23
Croissantjes met spinazie en feta.....	24
Crostini met mosselen en rucolapesto.....	25
Crostini met mozzarella, tuinbonen en parmaham.....	26
Crostini met rosbief en zoetzure radijsjes.....	27
Dadels met geitenkaas en spek.....	28
Dengu bajia.....	29
Doperwtensoepje met gerookte ham.....	30
Ei met rookvlees.....	31
Ei-sandwich.....	32
Erwtenpesto.....	33
Feestelijke garnalencocktail.....	34
Fyllad äggshalvor - Zweedse gevulde eieren.....	35
Fetatoast.....	36
Flandriacho's - nacho's met Flandrien kaasdip.....	37
Gambas al Pil Pil - Gebakken knoflookgarnalen.....	38
Garnalenkroketten.....	39
Garnalenrolletjes.....	40
Garnalentoast met sesamzaadjes.....	41
Gefrituurde gevulde eieren I.....	42
Gefrituurde gevulde eieren II.....	43
Gefrituurde uienringen.....	44
Geitenkaasbeignets.....	45
Gekruide bananenchips.....	46
Geroosterde pompoensaté met limoenhoning en sesam.....	47
Gevuld avocado eitje.....	48
Gevulde champignons II.....	49
Gevulde champignons de Paris.....	50
Gevulde courgette rolletjes.....	51
Gratin van kookkels met spinazie.....	52
Haringhapje met mosterdsaus.....	53
Imitatie vlammetjes (airfryer).....	54
Italiaanse kruidenboter.....	55
Jamaicaanse kipgehaktballetjes (airfryer).....	56
Javaanse gehaktballen (airfryer).....	57
Kaasballen (dr. Atkins).....	58
Kaasbroodje met kaasragout.....	59
Kaassouffles (airfryer).....	60
Kaneel-croissantbroodjes met verdwenen mashmellows (airfryer).....	61
Kersttomaatjes met bieslookroomkaas.....	62
Kipbuideltjes.....	63
Kipstukjes met spek (airfryer).....	64
Köttbullar - Zweedse gehaktballetjes.....	65

Kroepoek met garnalen.	66
Krokante courgette kaasplakjes.	67
Kroketten (airfryer).....	68
Loempia's.	69
Maatjesharing met pomelmoes en gembervinaigrette.	70
Mango met ricotta en Jambon d'Ardenne.....	71
Mini-kebab met yoghurtsaus.	72
Mini-oliebollen met abrikoos en tijmsuiker.....	73
Mini-oliebollen met cranberry.....	74
Mini-paddenstoelenquiches met truffelolie.	75
Mini-toast kannibaal.	76
Minikaastaartjes met cranberrymarmelade.	77
Mueslirepen met fruit.	78
Nem ran - Vietnamese keizerlijke loempiaatjes.	79
Oosterse makreelspiesjes.....	81
Palingkroket met een sausje.....	82
Pastechi karni - gehaktpasteitjes.	84
Pequeños de queso - kaassnack.	85
Pizzarolls met oude kaas, pesto en Italiaanse vleeswaren.	86
Pizzetta.	87
Reuzengarnalen met sherrydip.	88
Ricotta-rozijnenballetjes.	89
Rookvleesrolletjes met Mon Chou.....	90
Satétosti met rauwkost.	91
Scrocchi met sardines in tomatensaus.....	92
Spaanse spiesjes.	93
Spruitspiesen met parmaham en appel.....	94
Tapas met tomatentapenade.	95
Tex Mex Salsa tortilla quiches met gehakt (airfryer).	96
Tonijntosti met ansjovis.	97
Utrechtse sprits.	98
Zachte spinazie-hamrolletjes.....	99
Zalmkroketjes (Airfryer).....	100
Zalmrolletjes met limoenricotta.....	101
Zoete bitterballen.	102
Zoete wontons I.	103
Zoete wontons II.....	104
Zoute stengels I.....	105
Gebruikte afkortingen (v2.6).....	106

Aardappel met knoflookmayonaise.



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

Ingrediënten

2 aardappelen,
middelgrote
(vastkokers)
1 el kappertjes
3 tn knoflook
8 el mayonaise
75 ml olie, olijf-
1 tl paprikapoeder
1 el peterselie,
fijnggehakt
- 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 schaal en
bestrooi ze met enkele korrels zeezout en
peterselie.
Doopt de aardappelpartten in de mayonaise.

Tips:

- Leg op de aardappelpartten een plakje chorizo en steek dit vast met een cocktailprikkertje.
- Probeer voor dit hapje ook eens ongeschilde krieltjes of Roseval-aardappeltjes en serveer ze met verschillende soorten dipsaus; bijvoorbeeld: zure room met zalmeitjes, puree van geitenkaas met fijnggehakte 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 verzadigd: 2 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Aardappelkroketjes met Parmezaanse kaas (airfryer).



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - 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 minuten en bak de aardappelkroketjes knapperig bruin.

Bak daarna de rest van de aardappelkroketjes.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - 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.



Amuse met Pata Negra.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: Spaanse
Personen: 8
Sterren: ****
Bron: Carta-Dick

Ingrediënten

180 g groentemix, gegrild (Castellino)
1 pk kaasstengels (Goudse kaas met zeezout)
160 g Pata negra (Spaanse ham)

Bereidingstijd: 5 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak rozetjes van de ham en verdeel deze over 8 bordjes.

Laat de groentemix uitlekken in een vergiet en leg deze naast de ham.

Serveer de amuse met een kaasstengel.



Pata Negra



Gegrilde Groentemix

Amuse van geitenkaas, olijf en pistache.



Menugang: Amuse-,
voorgerecht, hapje
Keuken: -
Aantal: 8
Sterren: ****
Bron: AllerHande

Ingrediënten

200 g geitenkaas,
zachte, naturel
8 olijven, knoflook-,
groene
1 snf peper
50 g pistachenoten,
ongezouten
½ sinaasappel, hand-,
medium
1snf zout

8 tapasprikkers

Bereiding.

Verhit een koekenpan zonder olie of boter en rooster de pistachenoten 4 min.

Neem ze uit de pan, laat ze afkoelen en hak ze zo fijn mogelijk.

Rasp de oranje schil van de sinaasappel.

Meng de geitenkaas met 1 tl sinaasappelpasp (per 8 porties), de peper en het zout.

Verdeel de geitenkaas in 8 porties.

Kneed er met koele handen mooie ronde balletjes van rondom de olijven.

Wentel de geitenkaas door de pistache en steek in elk balletje een tapasprikker.

Bereidingstijd: 15 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 120

Eiwit: 5 g

Koolhydraten: 2 g

w/v suikers: 1 g

Natrium: - mg

Vet: 10 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 5 g

Vezels: 1 g

Groente: - g

Zout: 0,6 g

Antwerpse worstenbroodjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Belgische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Lekker Antwerpen

Ingrediënten

8 vrk bladerdeeg,
versgemaakt (of kant-
en-klaar)
1 sn brood
1 ei
1 eierdooier
500 g gehakt, half-om-
half
- melk
- nootmuskaat
- paneermeel
- peper
1 sjalot
- zout

Vorb.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

Bereiding.

Pel de sjalot en snijd het fijn.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Snijd de korst van de snee brood en week het brood in de melk.
Vermeng het geweekte brood en de sjalot met het gehakt.
Voeg er het ei en het paneermeel aan toe.
Kruid bij met peper, zout en nootmuskaat.
Knead alles goed door.
Verdeel in acht gelijke porties en maak er worstjes van.
Maak elk worstje even lang als het plakje bladerdeeg.
Rol het in het deegvierkantje en kleef het deeg met de losgeklopte eierdooier dicht.
Meng de rest van de eierdooier met de melk en bestrijk er de rolletjes mee.
Leg de rolletjes nu op een vel bakpapier op een bakplaat.
Bak ze in 25-30 min. goudbruin in de oven (op 200°C).

Appel met paté.



Menugang: Amuse-
gerecht, hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Smulweb.nl,
MarionsRecepten.nl,
Carta

Ingrediënten

¼ appel, zoetzure appel
bv Elstar
3 el Calvados (slijter)
8 kappertjes
50 g paté, room

Bereiding.

Schil het stukje appel schillen en snijd in de lengte in 4 dunne plakken.
Steek of snijd uit elk plakje 2 sterretjes.
Breng de Calvados met e appelsterretjes in een kleine pan aan de kook en laat 1 min. zachtjes koken*.
Laat de appelsterretjes in een zeef uitlekken.
Snijd de paté met een natgemaakt mes in 8 gelijke plakken.
Rol met een koele hand de paté tot 8 mooie gelijkmatige balletjes.
Bewaar de balletjes tot gebruik afgedekt in koelkast.
Verdeel de appelsterretjes over amuse lepels.
Leg op elk sterretje 1 patéballetje.
Garneer elk patéballetje met twee kappertjes.

Tip:

In de magnetron gaat dit zeker zo makkelijk.

10

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Asperges omwikkeld met ham.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron: Vers-inspiratie.nl

Ingrediënten

2 asperges, witte
2 pl ham, achter-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Omwikkel de asperges ieder met een plakje achterham.

Ati goreng kering.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta-Dick

Ingrediënten

500 g lever, varkens-
- nootmuskaat
- peper
- spek, ontbijt-, dunne
plakjes
- zout

Extra benodigd:

- cocktailprikkers

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de lever met zout, peper en nootmuskaat in wat water.
Snijd de lever in langwerpige stukjes van 3 cm.
Rol de leverstukjes in een plakje ontbijtspek en steek er een prikker door.
Bak ze knapperig in hete olie en serveer ze op een schaal.

Tips:

Dip ze in sambal ketjap of hete chilisaus.
Een lekkere snack bij de borrel

Basisrecept - crostini.



Menugang: Hapje
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Smulweb.nl

Ingrediënten

3 tn knoflook
- olie, olijf-
1 stokbroodje, wit,
voorgebakken

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd het stokbrood in schijfjes van 1,5 cm. en grill beide zijden.
Pel de knoflookteentjes en snijd ze in tweeën.
Wrijf met het snijvlak over de geroosterde broodschijfjes.
Besprenkel ze met wat olijfolie.

Tip:

Serveer de crostini naar smaak met bv. geitenkaas, roomkaas, tonijn, enz.

Bladerdeegsnack met pesto.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 10
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

1 bs basilicum
2 pk diepvriesblader-
deeg
1 ei, losgeklopt
100 g feta
25 g kaas, Parmezaanse
1 tn knoflook
60 ml olie, olijf-
25 g pijnboompitten

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 30 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 455
Eiwit: 8 g
Koolhydraten: 33 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 32 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 18 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 1,2 g

Bereiding.

Maal de basilicum met de pijnboompitten,
Parmezaanse kaas, knoflook en olie tot een
pesto.
Pureer de feta erdoor.
Plak de plakjes bladerdeeg van 1 pakje aan
elkaar tot een rechthoek.
Bestrijk deze met de pesto.
Plak de plakjes deeg van het tweede pakje ook
aan elkaar tot een rechthoek.
Leg deze lap op de pesto.
Verwarm de oven voor op 180°C.
Steek of snijd vormpjes uit het deeg en bestrijk
ze met ei.
Bak ze in de oven in circa 20 min. goudbruin.

Bladerdeegpakketjes met mediterrane groenten.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 12
Sterren: ***
Bron: TanteFanny.nl

Ingrediënten

2 rl bladerdeeg (Tante Fanny à 270 g)
1 courgette, klein gesneden
2 tn knoflook, fijngehakt
1 el margarine, vloeibare, om te bestrijken
6 el olie, koolzaad-
1 paprika, klein gesneden
- peper, gemalen
- sesam, om te bestrooien
1 el tijm, fijngehakt
12 tomaatjes, cocktail-, gehalveerd
1 ui, fijngesneden
- zout, gemalen

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200° C (onder- en bovenwarmte).
Bereid het deeg voor volgens de instructie op de verpakking.
Fruit de ui en knoflook in olie.
Laat de overige groenten meegaren.
Breng op smaak met zout, peper en tijm en laat afkoelen.
Rol beide deegrollen met het meegerolde bakpapier op een bakblik uit.
Snijd het deeg in zes gelijkmatige vierkanten.
Steek uit elk vierkant in de hoek een gat.
Verdeel de vulling over de helft.
Bestrijk de randen met water.
Klap het deeg dubbel en druk de randen aan.
Bestrijk ze met margarine.
Bestrooi ze met sesam.
Laat ze in het midden van de oven ca. 20 min. goudbruin bakken.

15

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Blini's met crème fraîche en zalm.



Menugang: Amuse-
gerecht, hapje
Keuken: -
Aantal: 12
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

1 tl bakpoeder
50 g bloem
1 el boter, room-
2 el crème fraîche
1/8 komkommer
1 ei, middelgroot
50 ml melk, karne-
1 snf peper
- peper, versgemalen
2 uitjes, bos-
100 g zalmflakes
1 snf zout

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 60
Eiwit: 3 g
Koolhydraten: 3 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: - mg
Vet: 4 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 0 g
Groente: - g
Zout: 0,3 g

Bereiding.

Doe de bloem en de bakpoeder in een kom en voeg al roerend met een garde de karnemelk en vervolgens het ei, peper en zout toe.

Snijd de bosuitjes in hele dunne ringetjes en meng die door het beslag (houd een paar ringetjes apart).

Verhit de helft van de boter in een grote koekenpan.

Bak van de helft van het beslag 6 blini's (kleine pannenkoekjes van Ø 3 cm) in 4 min. goudbruin en gaar op een middelmatig vuur.

Keer de blini's halverwege.

Herhaal dit met de rest van het beslag.

Snijd ondertussen de komkommer in dunne schuine plakken en vervolgens in reepjes.

Leg de blini's op een grote serveerschaal.

Besmeer ze met de crème fraîche.

Verdeel er de zalm flakes en de komkommer over.

Garneer ze met de rest van de uiringetjes.

Breng ze op smaak met wat versgemalen peper.

Tip:

Teveel werk? Je kunt ook kant-en-klare blini's gebruiken.

Boerenkoolkroketten.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Landleven

Ingrediënten

Voor de vulling:

1 ei
- kliekje boerenkool-
stampot
- melk, volle
- mosterd

Voor het paneren:

- bloem
2 eieren
- panko of paneermeel

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Heb je net te veel boerenkoolstampot gemaakt? Geen probleem. Met dit recept tover je je restjes om in heerlijke kroketjes.

Pak het afgekoelde boerenkoolkliekje en meng daar 1 ei doorheen.

Voeg wat mosterd toe voor de smaak.

Kijk of je van de stampot kroketjes kunt rollen (als het iets te droog is, meng er dan een scheut volle melk door om het wat smeüiger te maken).

Vorm van de stampot balletjes van ongeveer 4 cm doorsnede.

Rol de balletjes op een met bloem bestoven houtplank uit tot staafjes.

Laat ze evt. nog een ½ uurtje opstijven in de vriezer.

Zet twee diepe borden klaar: één met bloem en de ander met het losgeklopte ei.

Gebruik nog een diep bord voor het paneermeel.

Haal de staafjes eerst door de bloem, dan door het ei en als laatste door het paneermeel.

Paneer ze zorgvuldig, zodat er tijdens het frituren geen barsten in de korst komen.

Je kunt ze nu frituren in een pan met olie op zo'n 175°C.

Frituur ze, tot ze mooi goudbruin zijn.

Tip:

Maak ze ook eens met hutspot!

Brabantse worstenbroodjes met pittig kipgehakt.



Menugang: Hapje,
lunchgerecht, snack
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

220 g bloem
40 g boter, in blokjes
2 eieren
500 g gehakt, kip-
1 zk gist, gedroogde
1 el ketjap manis
1 tn knoflook, geperst
100 ml melk
1 el paneermeel
- peper
1 tl sambal, naar smaak
½ tl suiker
1 snf zout
- zout

Bereiding.

Er gaat niets boven een Brabants worstenbroodje! Op zoek naar een recept om zelf Brabantse worstenbroodjes te maken? Dit is een variant op het originele Brabantse worstenbroodje: iets kleiner en met pittig kipgehakt. Lekker bij de borrel of lunch.

Meng de bloem, suiker, gist en melk in een kom.
Kneed met de hand in 2 min. tot een deeg.
Voeg de boter en een snuf zout toe.
Kneed het deeg nog 5 min, door.
Voeg, als het deeg te droog is, wat extra melk of boter toe.
Kneed het iets langer als het te plakkerig is.
Verdeel het deeg in 8 porties en rol het tussen de handpalmen tot balletjes.
Leg ze op een met bloem bestoven bakplaat en dek ze af met vershoudfolie.
Laat ze 25 min. rijzen op een warme plaats.
Maak intussen de vulling.
Meng het gehakt met de knoflook, sambal, ketjap, paneermeel en 1 ei en breng het mengsel op smaak met zout en peper.
Vorm er 8 kleine worstjes van circa 8 cm lang van.
Verwarm de oven voor op 220°C.
Bestuif het werkvlak met bloem.
Rol de deegballetjes uit tot rechthoekige lapjes van circa 10x12 cm.
Leg de worstjes erop en sla de smalle deegranden terug over de uiteinden van de worst.
Rol het deeg om de worstjes en druk de naden dicht.
Maak evt. een paar inkepingen in het deeg.
Klop het overige ei los.
Leg de worstenbroodjes naast elkaar op een bakplaat en bestrijk de bovenkant met ei.
Bak de broodjes in het midden van de oven in 15-20 min. gaar en goudbruin.

18

Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: 20 min.
Wachttijd: 30 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 390
Eiwit: 28 g

Koolhydraten: 37 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 14 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 2 g
Groente: - g
Zout: 1,4 g

Bruschetta met gekonfijte tomaatjes en mozzarella.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

150 ml azijn, wijn-, witte
1 brood, ciabatta-, in plakken
1 tn knoflook, gehalveerd
1 bl mozzarella, (buffel-)
200 ml olie, olijf-
500 g tomaatjes, cherry-of kers-
1 el suiker

Bereiding.

Verwarm de tomaatjes met de azijn, de olijfolie en de suiker ca. 20 min. in een pan op een lage stand totdat de tomaatjes helemaal zacht zijn, maar nog wel heel.

Neem de pan van de warmtebron en laat de tomaatjes afkoelen.

Verwarm intussen de ovengrill voor.

Besprenkel de plakken ciabatta met wat van de tomatenolie en wrijf er met de knoflook overheen.

Gril het brood enkele min. in de oven tot het knapperig is.

Verdeel de gekonfijte tomaatjes over het brood, scheur de mozzarella erover en serveer direct.

Tip:

Heb je gekonfijte tomaatjes over? Ze blijven in de olie nog een paar dagen goed in de koelkast.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 755

Eiwit: - g

Koolhydraten: 41 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 59 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 11 g

Vezels: 4 g

Groente: - g

Zout: - g

Camembert-crostini met peer en pancetta.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

1 brood, ciabatta-
1 camembert, in plakjes
8 pl pancetta
2 peren, in plakjes
1 el rozemarijn, grof
gehakt

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: 15 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 450
Eiwit: 25 g
Koolhydraten: 39 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 21 g
w/v verzadigd: 11 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: 3 g
Groente: - g
Zout: 2,5 g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 170°C.
Rooster de pancetta op een bakplaat met bakpapier in de oven in circa 10 min. krokant. Schakel de oven niet uit.
Laat de pancetta even uitlekken op keukenpapier.
Breek de pancetta dan in stukjes.
Snijd de ciabatta in plakjes en beleg ze met de camembert.
Leg de peer erop en bestrooi ze met de rozemarijn.
Rooster ze circa 5 min. op de bakplaat in de oven, tot de camembert gesmolten is.
Bestrooi de crostini met de krokante pancetta en serveer ze direct.

Chips.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
ron: 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - 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).

Chinese beursjes met zoetzure saus.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: SmakelijkRecept.nl,
Astrid Veltman

Ingrediënten

Voor de beursjes:

4 tk bieslook
1 stgl bleekselderij
- boter
100 g garnalen, grijze,
gepelde
¼ paprika, rode
- peper
1 prei, wit
8 bld rijstpapier (Ø 16
cm)
1 sjalot
1 el sojasaus
75 g sojascheuten
1/2 dl wijn, witte
- zout

Voor de saus:

2 el azijn
- boter
3 el ketchup
1 mp sambal oelek
1 el sherry, droge
1 sjalot
1 el sojasaus
2 el suiker, gries-
2 dl water
2 kl zetmeel, maïs-

Bereiding.

Pel en snipper de sjalot.

Was de prei, bleekselderij en paprika en snijd ze in fijne blokjes.

Was de sojascheuten en laat ze goed uitlekken. Smelt wat boter, stoof hierin de groenten even aan, voeg de witte wijn en de sojasaus toe en kruid met peper en zout.

Laat nog enkele minuten stoven tot de groenten beetgaar zijn en laat daarna uitlekken.

Leg de rijstblaadjes 2-3 min. in koud water.

Blancheer intussen de bieslooktakjes.

Spread de rijstblaadjes op een schone theedoek uit.

Leg telkens 2 blaadjes op elkaar, lepel in het midden wat groentemengsel, verdeel de garnalen daarop en knoop de beursjes met een sprietje bieslook dicht.

Stoof voor de saus het sjalotje even in boter aan.

Voeg de overige ingrediënten toe, behalve het maïszetmeel en laat even goed doorkoken.

Bind de saus met het maïszetmeel, opgelost in een bodempje water.

Stoom intussen de beursjes in 10 min. gaar.

Giet op elk bordje een spiegel zoetzure saus en schik de beursjes in het midden.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Ciabatta met ei en pesto.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: AllerHande 1997

Ingrediënten

½ ciabatta (Italiaans
stokbrood)
3 eieren
1½ el olie, olijf-
1 el pesto, groene
4 tomaten, gedroogde,
in olie

Bereidingstijd: 15-20
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 100
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 8 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 6 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Voorbereiding:

Kook de eieren in ca. 10 min. hard.
Spoel ze onder koud stromend water af.
Laat ze afkoelen.
Snijd intussen van de ciabatta 8 sneetjes
(schuin) af.
Rooster de sneedjes in de broodrooster bruin.
Roer in een kommetje de pesto en olie door
elkaar.
Snijd de gedroogde tomaat in reepjes.

Bereiding:

Pel de eieren en snijd ze in plakjes.
Verdeel de plakjes over de ciabatta.
Roer de saus nogmaals door en schep de saus
over de plakjes ei.
Verdeel de reepjes tomaat erover.

Croissantjes met spinazie en feta.



Menugang: Hapje,
picknickrecept
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Landleven

Ingrediënten

1 bl deeg, croissant-
1 ei
75 g kaas, feta-
1 tn knoflook
1 el olie, zonnebloem-
1 snf peper
250 g spinazie, verse,
gewassen
1 snf 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bereid eerst de vulling voor.

Roerbak de spinazie in een hete wok of hapjespan met de zonnebloemolie en het fijngesneden teentje knoflook tot de blaadjes geslonken zijn.

Laat de spinazie goed uitlekken in een vergiet en druk het overtollige vocht er goed uit.

Roer de spinazie los in een kom, roer er de verkruimelde feta door en breng op smaak met zout en peper.

Haal het deeg uit het blikje en verdeel de spinazievulling over de driehoekjes deeg.

Rol ze op en bestrijk met een losgeklopt ei.

Bak de croissantjes volgens de aanwijzingen op het blikje af.

Tip:

Deze croissantjes zijn zowel warm als koud lekker.

Crostini met mosselen en rucolapesto.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Spar

Ingrediënten

1 bs bladselderij, grof
gesneden
1 brood, stok-, in
schuine sneetjes van 1
cm
1 kg mosselen
2 el olie, olijf-
- peper
6 tomaten, gedroogde,
op olie, in reepjes
150 ml wijn, witte

Voor de pesto:

3 el kaas, Parmezaanse,
geraspt
1 tn knoflook
75 ml olie, olijf-
1 el pijnboompitten
75 g rucola

Bereiding.

Maak de mosselen schoon.
Kook ze in de wijn met de bladselderij en peper
ca. 6 min. of totdat ze open zijn.
Haal de mosselen uit de schelpen.
Pureer voor de rucolapesto de rucola met de
knoflook en de pijnboompitten.
Giet er in een straaltje de olijfolie bij en meng
de Parmezaanse kaas erdoor.
Bestrijk het stokbrood met olijfolie en rooster
het onder een ovengrill of in een hete grillpan.
Verdeel de rucolapesto erover en leg de
mosselen met de tomatenreepjes erop.

Tips:

Vervang de tomatenreepjes eens door plakjes
olijven.
De rucolapesto en mosselen zijn ook lekker als
vulling in kleine pitabroodjes.

25

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 200
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 17 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Crostini met mozzarella, tuinbonen en parmaham.



Menugang: Hapje,
brunch-, lunch-, voor-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

250 g bonen, tuin,
geblancheerd
(diepvries)
1 brood, stok-, in
plakken
½ citroen, rasp en sap
van
½ tn knoflook,
fijnggehakt
1 bl mozzarella, grote,
in stukken
1 hv munt
4 el olie, olijf-
75 g parmaham
- peper
- zout
- zout, zee-, grof

Bereiding.

Verwarm de ovengrill voor.
Bestrijk het stokbrood met de olijfolie en
rooster aan beide kanten knapperig onder de
grill.
Maal intussen de tuinbonen met de knoflook,
munt, citroenrasp en -sap grof in een
keukenmachine.
Breng op smaak met zout en peper.
Verdeel de tuinbonenpuree over het stokbrood,
leg er plakken parmaham op en verdeel de
mozzarella erover.
Besprenkel ze met wat extra olijfolie, grof
(zee)zout en peper.

26

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 480
Eiwit: 23 g
Koolhydraten: 48 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 20 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 7g
Groente: - g
Zout: 2,1 g

Crostini met rosbief en zoetzure radijsjes.



Menugang: Brunch-
gerecht, hapje
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

4 el azijn, wijn-, witte
1 brood, stok-, in
schuine plakken van 1
cm
1 tn knoflook,
gehalveerd
4 el olie, olijf-
- peper
1 hv peterselie, platte,
fijngehakt
½ bs radijsjes, in dunne
plakjes
200 g rosbief
(vleeswaren)
1 el suiker
- zout

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 7 min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 180
Eiwit: 10 g
Koolhydraten: 19 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 6 g
w/v verzadigd: 1 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 0,4 g

Voorbereiding.

Roer de suiker door de azijn tot de suiker
helemaal is opgelost.
Voeg de radijsjes toe, schep goed om en laat
afgedekt minimaal 1 uur marineren in de
koelkast.

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Bestrijk de plakken stokbrood rondom met
olijfolie en wrijf de knoflook er stevig over.
Rooster het brood in de oven in ca. 7 min.
knapperig.
Beleg de crostini met de rosbief.
Snijd wat zoetzure radijsjes in plakjes.
Leg wat van de zoetzure radijsjes op de rosbief.
Bestrooi ze met zout, peper en de peterselie.

Dadels met geitenkaas en spek.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: Receptenplein.nl

Ingrediënten

24 dadels
(- honing)
150 g kaas, geiten-
24 pl ontbijtspek,
gerookt (niet gerold)

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.
Snijd de dadels overlangs open en haal indien nodig de pit eruit.
Vul de dadels met stukjes geitenkaas.
Scheep als de dadels van zichzelf niet erg zoet zijn een ½ tl honing over elke dadel.
Rol de gevulde dadels in de plakjes ontbijtspek.
Doe de dadels in een ovenvaste schaal en zet ze ca. 10 min. in de voorverwarmde oven en serveer ze warm.

Tips:

Verse dadels zijn lang houdbaar en zijn, over het algemeen, zoeter dan de dadels die verpakt in de supermarkt te koop zijn.
Honing is bij het gebruik van verse dadels dan ook meestal niet nodig.

Dengu bajia.



Menugang: Hapje
Keuken: Kameroense
Personen: 4
Sterren: **
Bron: MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

60 g aardappelen,
geschild
2 tn knoflook
120 g meel, linzen-
125 ml melk
1/2 peper, groene
- zout

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de aardappelen in hele dunne schijfjes.
Hak de peper en knoflook fijn.
Meng het linzenmeel, de aardappelen, peper, knoflook en zout.
Voeg de melk toe.
Maak van dit een tamelijk dik mengsel.
Breng een eetlepel van dit dikke deeg in de hete olie en frituur, boven een goed heet vuur, tot het deeg goudbruin is.
Laat afdruipe op een rooster of keukenpapier.

Doperwtensoepje met gerookte ham.



Menugang: Hapje,
tussen-, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

350 ml bouillon,
groente-
2 el crème fraîche
1 bs dille, grof gehakt
150 g doperwten,
diepvries-, ontdooid
1 pl ham, gerookte, fijn
gehakt
25 g spinazie, panklaar
2 el yoghurt, volle

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.

Breng de groentebouillon aan de kook.
Voeg de doperwten, spinazie en dille toe en
kook 2-3 min.
Pureer de soep glad met een staafmixer en zeef
eventueel.
Voeg de crème fraîche en de yoghurt toe aan de
soep en roer deze glad.
Giet de soep in glaasjes en garneer ze met de
gerookte ham.
Serveer het soepje warm of koud.

Tip:

Vervang het plakje ham eens door een plakje
fijngehakte zalm.

Ei met rookvlees.



Menugang: Hapje,
ontbijtgerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: ***
Bron: Carta-Frank

Ingrediënten

2 eieren
8 pl rookvlees

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de 2 eieren gaar.
Snijd ze in de lengte in vieren.
Omwikkel ze met rookvlees.

Ei-sandwich.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen

Ingrediënten

- avocado, in plakken
- bacon, (gebakken)
4 eieren, hardgekookt
- kaas, cheddar
- mayonaise

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Halveer de hardgekookte eieren over de lengte.
Beleg 1 helft met plakken avocado,
cheddarkaas, (gebakken) bacon en wat
mayonaise.
Leg de andere kant van de eieren erbovenop.
Steek er een prikker door.

Erwtenpesto.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Koken.be

Ingrediënten

200 g erwten, verse
1 tn knoflook
1 hv kruiden, verse
(bieslook, peterselie
en munt)
- olie, olijf-
50 g Pecorino Sardo
Maturo of Parmezaan
- peper
50 g
zonnebloemzaadjes
(of pijnboompitten)
- zout

Bereiding.

De pesto is zoetig, kruidig en krachtig van smaak, heerlijk op een cracker of een stukje geroosterd brood (crostini). Ook smaakt het uitstekend als saus op de pasta, echt de moeite waard!

Blancheer de erwten heel snel: dompel ze onder in kokend water en en giet ze af zodra het water weer borrelt (ca. 1.2 min.) en laten schrikken in een ijsbad.

Maal in een keukenmachine de knoflook, zonnebloemzaden, kaas, erwten, olie en kruiden fijn totdat er een redelijk gladde pasta ontstaat.

Breng de pesto op smaak met wat zout en peper.

Tip:

Gebruik ook eens basilicum of lavas (maggiplant).



Pecorino Sardo Maturo

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Feestelijke garnalencocktail.



Menugang: Hapje,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

1 el citroensap
1 eidooier
400 g garnalen, grote,
roze
1 tl mosterd
125 ml olie,
zonnebloem-
½ tl paprikapoeder
- peper, cayenne-
1 tl saus,
worcestershire-
1 krp sla (little gem)

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 360
Eiwit: 20 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 30 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: 1,4 g

Bereiding.

Klop de eidooier los met de mosterd en het citroensap.
Klop er langzaam 100-125 ml olie door.
Roer er de Worcestershiresaus, een snufje cayennepeper en de paprikapoeder door en klop het geheel tot een gladde saus.
Haal de slablaadjes los van het kropje en leg ze in 4 cocktailglazen.
Lepel de saus erop.
Schep de garnalen erop en hang een (ongepelde) garnaal over de rand van het glas.

Tip:

Geef de cocktail een pikante twist door 1 tl harissa aan de saus toe te voegen.

Fyllad äggshalvor - Zweedse gevulde eieren.



Menugang: Hapje
Keuken: Zweedse
Stuks: 10
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

- 10 eieren
- Knorr Primerba Tuinkruiden
- 3 el mayonaise
- mierikswortel
- peper
- 1,5 dl room, slag-
- 3 el room, zure
- zout

Garnering:

- ansjovisfiletjes
- kaviaar (zalm)
- kruidentakjes
- paling
- surimi
- zalm, gerookte

Bereiding.

Kook de eieren hard.
Rasp de mierikswortel.
Halveer de eieren in de lengte.
Verwijder de dooiers.
Prak de dooiers fijn.
Spoel de eiwitten uit.
Laat de eiwitten omgekeerd op een doek drogen.
Klop de crème fraîche lobbeg.
Breng de crème fraîche op smaak met mierikswortel, peper en zout.
Roer de helft van de dooiers door het mengsel tot een gladde spuitbare massa ontstaat.
Meng de mayonaise met de zure room en de overige dooiers tot een gladde massa ontstaat.
Breng het mengsel op smaak met tuinkruiden.
Vul de ei-helften met de vullingen.
Garneer de ei-helften naar keuze met ansjovisfiletjes, zalm, paling, kaviaar, surimi en kruidentakjes.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Fetatoast.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Stuks: 6
Sterren: ***
Bron: Feta-encyclopedie

Ingrediënten

½ aubergine, in kleine
blokjes (± 150 g)
1 el basilicum, verse,
gehakt
6 sn brood, wit-
150 g feta, in kruidige
olie, uitgelekt (Apetina)
1 el olie, olijf-, extra
vierge
35 g olijven, zwarte,
zonder pit, gehakt
- peper, versgemalen
2 tomaten, in kleine
blokjes (± 250 g)
¼ tl zout

Voor de garnering:

- basilicum, verse

Bereiding.

Verhit de olie in een koekenpan en fruit de aubergine hierin ± 2 min.
Voeg de tomaten toe en verwarm nog 1 min.
Doe het tomatenmengsel in een schaal en roer er de olijven, het basilicum, het zout en de peper door.
Laat het mengsel afkoelen.
Rooster de sneetjes brood ±2 min. onder de grill.
Scheep de fetablokjes door het afgekoelde tomatenmengsel.
Verdeel de vulling over de sneetjes brood en gratineer de toastjes ±10 min. onder de grill tot de feta goudbruin van kleur is.
Garneer met basilicumblaadjes en serveer de toastjes lauwwarm.

36

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Flandriacho's - nacho's met Flandrien kaasdip.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Koken met
Flandrien kaas

Ingrediënten

35 g bloem
25 g boter
- chilipoeder
115 g Flandrien Grand Cru, gemalen
115 g Flandrien Jong, gemalen
1 limoen
275 ml melk
- nacho's
1-3 pepers, jalapeño- (voor de durfals)

Bereiding.

Start met het maken van een roux door de boter te smelten.
Voeg vervolgens de bloem toe en roer stevig (blijf roeren tot je mengsel naar koekjes ruikt).
Voeg, nog steeds roerend, de melk toe.
Terwijl je je spieren blijft trainen met een constante roerbeweging, dikt het mengsel rustig in.
Voeg daarna de kaas toe en laat deze oplossen (dat je blijft roeren, had je al begrepen).

Attentie: Voorkom klonters in je roux door ijskoude melk door de hete roux te mengen.

Pers de limoen uit en voeg het sap naar smaak toe.

Kruid bij met chilipoeder.

Giet de dip in een kom en serveer met de overheerlijke nacho's.

Heb je het liever wat pikanter?

Voeg dan wat jalapeño pepers toe, al dan niet versneden in stukjes.

Tips:

Als je in je omgeving geen Flandrien-kaas kunt krijgen, neem dan voor de Flandrien Grand Cru een oude brokkelkaas en voor de Flandrien Jong een mooie jonge kaas.

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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Gambas al Pil Pil - Gebakken knoflookgarnalen.



Menugang: Hapje
Keuken: Spaanse
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: DosCortados.eu

Ingrediënten

50 g boter
¼ tl chilipoeder
1 kg gambas, verse,
middelgrote
3 tn knoflook
80 ml olie, olijf-
½ tl paprikapoeder
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe de gambas en het zout in een kom, meng deze en zet ze 30 min. weg in de koelkast. Verwarm de olie in een vuurvaste schaal op matig vuur.

Bak, zodra de boter begint te schuimen, de knoflook en chili goudbruin.

Voeg de gambas toe en bak ze 3-6 min., totdat ze krullen en van kleur veranderen.

Bestrooi ze met paprikapoeder.

Tip:

Serveer ze warm met rijst en een schijfje citroen.

Garnalenkroketten.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ad Janssen

Ingrediënten

100 g aardappelen,
gekookte
1 el bloem
100 g garnalen, grijze,
gepeld
1 laurierblaadje
125 cl melk
- peper
2 peperkorrels, witte
25 g ui, gesnipperde
- zout

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

Bereiding.

Ik moet toegeven dat dit een nogal apart recept is om garnalenkroketten te maken.

Meestal maken we een roux van boter en bloem, voegen dan visbouillon en garnalen toe om vervolgens een salpicon te maken.

In dit recept gebruik ik aardappelen en melk, vermengd met grijze garnalen.

Het is een niet te moeilijk recept maar het vergt wel enige ervaring om de kroketjes goed te vormen.

Een ander verschil is, dat we deze kroketjes niet frituren maar in de oven bereiden.

Doe de melk in een pan.

Voeg het laurierblaadje, peperkorrels en ui toe aan de melk.

Breng het geheel aan de kook.

Laat het geheel ca. 10 min. trekken.

Zeef de melk.

Roer de bloem er door.

Breng het mengsel weer aan de kook.

Laat het mengsel even doorkoken.

Prak de aardappelen fijn.

Prak de garnalen fijn.

Roer de aardappelen en de garnalen door de saus.

Breng de massa op smaak met peper en zout.

Laat de massa ongeveer 4 uur in de koelkast opstijven.

Vorm kroketjes van de massa.

Bak de kroketjes in de oven op 200°C in ca. 12 min. bruin.

Garnalenrolletjes.



Menugang: Lunch-
gerecht, tussendoortje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Libelle

Ingrediënten

75 g bamboescheuten
(blik), fijngesneden
- chilisaus
1 eiwit, losgeklopt
500 g garnalen, rauwe,
middelgrote, ongepeld
75 g kipfilet, in dunne
reepjes
3-4 el koriander,
fijngesneden
3 tl maïzena
- olie, frituur-
15-20 rijstvellen
75 g spek, ontbijt-, in
dunne reepjes
4 uitjes, lente-, in dunne
ringen
- zout

Bereiding.

Pel de garnalen.
Verwijder het zwarte darmkanaal aan de
rugzijde aan de garnalen.
Hak de garnalen grof.
Meng de garnalen met ontbijtspek, kip,
bamboescheuten, ui, koriander, maïzena, eiwit
en 1 tl zout.
Snijd de rijstvellen in 30 vierkantjes van 10 x 10
cm.
Scheep op elk rijstvelletje 1 el vulling.
Rol het rijstvel om de vulling.
Plak de zijken van het rijstvel dicht met wat
water.
Frituur de rolletjes in delen ca. 3 minuten in de
frituurolie op 170°C.
Laat de rolletjes op keukenpapier uitlekken.
Frituur de rolletjes nogmaals 10-15 seconden
voor het serveren (hiervan worden ze extra
knapperig).
Serveer de rolletjes warm met chilisaus.

40

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

Garnalentoast met sesamzaadjes.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: De Volkskrant

Ingrediënten

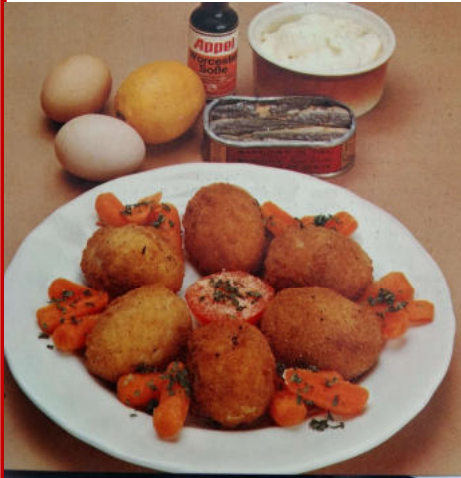
4 sn brood, casino-, wit,
korstjes verwijderd
1 ei, losgeklopt
200 g garnalen, rauwe
gepelde (diepvries)
25 g gember, verse,
geschild, in stukjes
2 tn knoflook, gepeld
½ limoen, gewassen
500-750 ml olie,
zonnebloem-
½ peper, rode, zaadjes
verwijderd, in stukjes
2 el saus, vis-
25 g sesamzaadjes,
witte

Bereiding.

Ontdooi de garnalen en dep ze goed droog.
Doe ze met de rode peper, gember, knoflook,
vissaus, limoenrasp en limoensap in een
keukenmachine.
Doe de helft van het ei erbij.
Mix tot een smeulige pasta.
Snijd de boterhammen diagonaal in twee
driehoeken.
Besmeer ze royaal met de garnalenpasta.
Bestrijk ze met het overgebleven ei en bestrooi
ze met sesamzaadjes.
Verhit een laagje van ongeveer 2 cm olie in een
stevige pan.
Wanneer een kruimeltje brood direct flink
bruist is de olie heet genoeg.
Leg per keer 2 driehoekjes met de garnalenkant
naar beneden in de olie.
Frituur in enkele min. aan beide kanten
goudgeel en leg ze op keukenpapier.
Eet ze met komkommersalade en zoete
chilisaus als voorgerechtje of snijd de
driehoekjes nog eens doormidden en eet ze als
borrelhap.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Gefrituurde gevulde eieren I.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

1 citroen, sap van
6 eieren, hardgekookt
1 eiwit
2 el mayonaise
1 tl mosterd
- olie, olijf-
- paneermeel
- peper
1 bl sardines
1 tl water, koud
3 drp worcestersaus
- zout

Bereiding.

Snijd de eieren in tweeën.
Verwijder het eigeel.
Haal de staart en de graat uit de sardines.
Maak ze met een vork fijn.
Voeg het eigeel toe aan de sardines.
Meng alles goed door elkaar.
Voeg 1 el mayonaise en peper en zout naar smaak toe.
Het mengsel moet pittig pikant en stevig zijn.
Vul de eieren met het mengsel zodanig, dat ze weer de vorm van hele eieren aannemen.
Goed met de hand aandrukken en in model brengen.
Klop het eiwit een beetje los in een kom samen met 1 el water.
Rol de eieren door de paneermeel, dan door het eiwitmengsel en weer opnieuw door de paneermeel.
Verhit intussen de frituurpan (het vet mag niet blauw walmen).
Frituur hierin de eieren in 1-2 min. mooi bruin.
Laat de eieren goed uitlekken.

Tip:

- Borrelhapje - Serveer ze op een schaal met wat blaadjes sla.
- Voorgerecht - Dien ze op bijv. met gekookte worteltjes en Provençaalse tomaten. Dit zijn doormidden gesneden tomaten bestrooid met gehakte uitjes, knoflook, zout, peper en iets paneermeel. Daarna 5 min. in de hete oven of onder de grill plaatsen.

Bereidingstijd: 15-20 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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Gefrituurde gevulde eieren II.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 5
Sterren: ***
Bron: Alexia

Ingrediënten

- augurkjes
- bloem
- 1 ei, geklutst
- 10 eieren, hardgekookt
- kaas, oude, geraspte
- kruiden, Italiaanse, gedroogde
- 2 el mayonaise
- meel, paneer-
- olie, olijf-
- paprikapoeder
- peper
- zout

Bereidingstijd: 20-30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de eieren in de lengte doormidden.
Haal het eigeel eruit en doe het in een kom.
Snijd de augurkjes heel fijn en voeg ze toe.
Voeg de mayonaise, paprikapoeder, Italiaanse kruiden, geraspte kaas, peper en zout naar smaak toe.
Meng het geheel goed door elkaar.
Doe de bloem op een bordje, de paneermeel op een ander bordje en het geklutste ei in een kommetje.
Verhit de olie op een hoog vuur.
Doe de eihelften eerst door de bloem, dan door het ei en tenslotte door de paneermeel.
Frituur ze in de hete olie tot ze lekker bruin zijn.
Haal ze uit de pan en laat ze uitlekken op een stuk keukenpapier.
Vul een spuitzak met het eigeelmengsel en vul de gefrituurde eieren.
Bestrooi ze met een klein beetje paprikapoeder.

Gefrituurde uienringen.



Menugang: Hapjes
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: MenuOpMaat.nl

Ingrediënten:

100 g bakmeel,
zelfrijzend-
- olie, zonnebloem- (om
te frituren)
- peper
2 uien, grote
150 ml water,
koolzuurhoudend, koud
- zout

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

Bereiding.

Verwarm de olie tot 180°C.
Snijd de uien in mooie ringen.
Druk de ringen los met de vingers.
Vermeng in een kom het water met het
zelfrijzend bakmeel, een snufje zout en een
beetje peper.
Haal de uienringen door het papje en bak ze
met een paar tegelijk krokant in de olie.
Laat ze uitlekken op wat keukenpapier.
Serveer meteen.

Geitenkaasbeignets.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Maya van
Deventer

Ingrediënten

100 g kaas, geiten-,
Hollandse, plat stuk
35 ml olie, om in te
frituren
8 el pannenkoekenmix
½ fls pilsener, Grolsch
Premium
3 uitjes, bos-

- wok of frituurpan

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

Bereiding.

Verhit de olie.

Haal de korst van de kaas en snijd de kaas
in 12 dikke staafjes van ca. 6 cm lang.

Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in
ringetjes.

Klop in een kom de pannenkoekenmix en het
bier tot een glad beslag.

Meng de bosuitjes door het beslag.

Wentel de kaasstaafjes een voor een door
het beslag en bak ze in hete frituurolie met
4 stuks tegelijk in 2-3 min. goudbruin.

Serveer ze direct.

Gekruide bananenchips.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 12
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

2 bananen, grote
onrijpe, gepelde (500 g)

Voor het kruiden:
4 tl paprikapoeder
2 tl chilipoeder
4 tl kurkuma (koenjit)
4 tl komijn (djinten)
1 snf zout

Om te frituren:
1 l olie, maïs-

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

Bereiding.

Snijd de bananen in schuine plakjes van 3 mm dik.

Meng alle kruiden en bestuif de plakjes banaan hiermee met een zeef of bloemstrooier. Zorg dat de plakjes niet breken.

Verhit de olie in een wok of frituurpan tot 120°C en bak de plakjes banaan in porties ± ½ min.

Laat ze in een draadzeef uitlekken en bak ze nog eens, maar kort, krokant en goudbruin als chips.

Laat ze weer in de zeef uitlekken en leg ze daarna op keukenpapier.

Serveer ze warm of koud.

Geroosterde pompoensaté met limoenhoning en sesam.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl

Ingrediënten

1 tl honing
1 el limoensap
- olie
1 pompoen, kleine,
geschild en in blokjes
1 el sesamzaad

Vorb.tijd: - min.
Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 0
Eiwit: 0 g
Koolhydraten: 0 g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 220°C.
Roer de honing los met het limoensap.
Rooster het sesamzaad in een droge, hete
koekenpan.
Blancheer de blokjes pompoen 2 min.
Giet ze af en spoel ze met koud water af.
Rijg ze aan satéprikkers en bestrijk ze met olie.
Rooster ze hoog in de oven en keer de spiesjes
tussendoor.
Neem de pompoensaté uit de oven, bestrijk met
de limoenhoning en bestrooi met de sesam.

Tip:

Serveer ze als borrelhapje of met rijst en een
salade.

Gevuld avocado eitje.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: Nierstichting

Ingrediënten

1 avocado
½ bk basilicum
½ citroen
4 eieren
1 el mayonaise
- peper
2 el yoghurt, Griekse

Bereidingstijd: 15-20
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 0
Eiwit: 0 g
Koolhydraten: 0 g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: 0 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 0 g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Kook de eieren in circa 8 min. hard.
Laat ze met koud water schrikken en afkoelen.
Pel de eieren en halveer ze over de lengte.
Haal de eierdooiers er voorzichtig uit.
Halveer de avocado, verwijder de pit en schep
met een lepel het vruchtvlees eruit.
Pers de citroen uit.
Pureer het eigeel in een keukenmachine samen
met de avocado, mayonaise, Griekse
yoghurt en het citroensap tot een mousse.
Breng de mousse op smaak met peper.
Scheep de vulling in een spuitzak en vul de
eieren.
Garneer met de basilicum.

Gevulde champignons II.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

16 champignons, grote
100 g gorgonzola òf
kaas, geiten-
250 g ham, serrano-, in
blokjes
3 tn knoflook
1 mp komijn
1 tl kruiden,
Provençalse
- olie, olijf-
1 paprika, rode, kleine
- peper, zwarte
- peterselie
2 uien
½ gl wijn, droge witte
- zout

Bereiding.

Bak de serranoham licht uit in een koekenpan met wat olie.
Neem de serranoham uit de koekenpan.
Bak de ui in de koekenpan tot ze glazig is.
Voeg de paprika toe aan de ui.
Voeg hier de knoflook aan toe.
Bak het uimengsel tot het zo goed als gaar is.
Voeg de champignonstelen, kruiden en komijn toe.
Bak het mengsel totdat het grootste deel van het vocht verdampt is.
Voeg de hamblokjes toe.
Bak de hamblokjes op laag vuur gedurende ca. 8 minuten.
Snijd de peterselie zeer fijn.
Voeg de peterselie op het laatste toe aan het mengsel.
Breng het mengsel op smaak met zout en peper.
Zet de champignonhoedjes in een vuurvaste schaal.
Vul de champignonhoedjes met het mengsel.
Dek de champignonhoedjes af met een stukje kaas op.
Schenk op de bodem van de vuurvaste schaal een klein laagje witte wijn.
Zet de schaal in een de verwarmde oven.
Bak de champignons ca. 10-20 minuten (afhankelijk van de grootte van de champignons) tot ze gaar zijn.
Serveer de champignons warm.

Tips:

Lekker met vers stokbrood.
Geschikt voor noten-, gluten- en kleurstof-allergie.
NIET geschikt voor nachtschade- en koemelk-allergie.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Gevulde champignons de Paris.



Menugang: Hapje
Keuken: Franse
Personen: 6-8
Sterren: ***
Bron: Linda Swaag

Ingrediënten

1 ds champignons,
kastanje-
- kruidenroomkaas

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - 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 180°C.

Breek van de champignons (de 'gewone', zoals wij ze in NL kennen) de stelen af en doe deze weg.

Vul elk hoedje met kruidenroomkaas (dit gaat het makkelijkst met een theelepel).

Leg alle gevulde hoedjes op een bakplaat en zet deze 20 min. in de oven (180°C).

Gevulde courgette rolletjes.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: LekkerTafelen.nl

Ingrediënten:

125 g cottage cheese
2-3 courgettes
4-6 pl ham, rauwe
125 g kaas, room- of
mascarpone
½ hv koriander, verse
2 tk munt
- olie, olijf-
- peper
25 g pijnboompitjes
½ tl za'atar
- zout

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

Bereiding.

Rooster de pijnboompitjes in een droge koekenpan.
Snijd de courgettes in de lengte in dunne plakken en besmeer deze licht met olie.
Bak ze in een hete grillpan tot ze bijna gaar zijn (let op!!! laat ze niet te gaar worden, want dan vallen ze uit elkaar).
Ze garen nog een beetje na bij het afkoelen.
Laat de courgette plakken goed afkoelen.
Hak de kruiden.
Roer de roomkaas los en doe er de cottage cheese, de kruiden en de specerijen bij.
Roer er de pijnboompitjes door.
Beleg iedere plak courgette met een reepje rauwe ham.
Besmeer 2/3 van de plak met het kaasmengsel en rol deze voorzichtig op.
Steek vast met een prikker.
De grootte van de rolletjes hangt een beetje af van de grootte van de courgette.
Koel de rolletjes een paar uur voor je ze serveert.
Zijn ze wat groter serveer ze dan op een klein bordje (als de rolletjes klein zijn volstaat een prikker).

Gratin van kokkels met spinazie.



Menugang: Hapje
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
CulinairKookboek.nl,
SchmidtZeevis.nl

Ingrediënten

- kaas, Parmezaanse
500 g kokkels
60 g room, verse
1 hv spinazie,
geblancheerd
1 ui
2 gl wijn, witte, droge

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

Bereiding.

Maak de kokkels schoon en doe ze in een pan met de witte wijn, de gehakte ui, peterselie en peper.

Kook ze op een flink vuur tot ze open gaan.

Hak de geblancheerde spinazie grof en sauteer ze in wat olijfolie.

Maak met het kooknat van de kokkels een saus, die gebonden wordt door de room.

Meng de spinazie door de saus.

Haal de kokkels uit de schelp, vermeng ze nu voorzichtig met de saus en laat het geheel met de kaas in de oven gratineren.

Haringhapje met mosterdsaus.



Menugang: Hapjes,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

4 sn brood, casino-
100 ml crème fraîche
4 haringfilets
2 el honing, vloeibare
1½-2 el mosterd, grove
- peper
- zout

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

Bereiding.

Rooster de sneetjes brood en snijd ze door
midden.
Roer een glad sausje van de crème fraîche,
mosterd, peper en zout naar smaak.
Snijd de haringen elk in 3 stukken, waarbij de
staart eraan blijft zitten.
Lepel de saus op 4 kleine bordjes en slinger
daar de honing overheen.
Zet op elk bord een staartje rechtop en verdeel
ook de stukjes over de bordjes.
Serveren met het geroosterde brood.

Imitatie vlammetjes (airfryer).



Menugang: Hapje, snack
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

½ el bloem
½ ei, geklutst
200 g gehakt, runder-
½ el ketoembar
1 tn knoflook
- pangsit- of
loempiavellen (toko)
- olie, zonnebloem-
- peper
1 peper, rode
½ el sambal oelek
- zout

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

Bereiding.

Bak het gehakt rul in de pan.
Voeg hier fijn gehakte knoflook en rode peper aan toe.
Voeg daarna de ketoembar, bloem, peper en zout toe.
Mix alles goed door elkaar.
Voeg op het laatst nog wat sambal oelek toe.
De vulling kan je nu laten afkoelen, terwijl de loempia-/pangsitvellen ontdooien.

Elk loempia vel snijd je in lange stukken van 10cm bij 15cm.
Vervolgens pak je een theelepel en schep je het gehakt op de vellen aan de smalle zijde, ongeveer een cm van de rand af.
Leg het gehakt neer als een worstje.
Vervolgens vouw je de lange zijanten naar binnen over het gehakt heen en rol je alles tot een mooi pakketje op.
De pakketjes sluit je af met wat geklutst ei.

De rolletjes kan je frituren in 4 minuten op 185°C in de Airfryer.

De vlammetjes zijn echt super lekker en de pittigheid kan je zelf bepalen door er minder of meer rode peper aan toe te voegen.

Super lekker met sweet chili saus!!

Heb je nog vlammetjes over? Vries ze dan in voor een volgende verjaardag of borrel!

Italiaanse kruidenboter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: -
Sterren: ****
Bron: SusanAretz.nl

Ingrediënten

125 g boter, room-,
gezouten
25 g kaas,
Parmezaanse,
fijngeraspte
1 tl knoflookpoeder
1 tl oregano, gedroogde
1 tl tijm, gedroogde

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

Bereiding.

Zorg dat de roomboter zacht is (maar niet gesmolten!) en meng hier alle andere ingrediënten goed door.
Doe in een mooi bakje en strijk de bovenkant glad (of juist niet).
Zet terug in de koelkast.
Haal een paar uur voor je gaat borrelen eruit, zodat het weer op kamertemperatuur is als je het serveert.

Tip:

Lekker op stokbrood, toastjes, of bij de BBQ.

Jamaicaanse kipgehaktballetjes (airfryer).



Menugang: Hapje
Keuken: Jamaicaanse
Stuks: ca. 17
Sterren: ***
Bron: Karin Sips

Ingrediënten

1 tl chilipoeder
500 g gehakt, kip-
1 el honing
1 tl komijnpoeder
2 tl kruiden, kip-
1 el mosterd
(- paneermeel)
3 el sojasaus
1 ui, fijngesneden

Bereiding.

Meng het gehakt met alle ingrediënten goed door elkaar.
Voeg er, wanneer het gehaktmengsel te nat is, wat paneermeel aan toe.
Draai middelgrote gehaktballetjes tussen je handpalmen.
Bak de Jamaicaanse kipgehaktballetjes in een voorverwarmde Airfryer ca. 7 min. op 175°C.
Verlaag de temperatuur naar 155°C en bak de gehaktballetjes nogmaals 7 min.

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

Javaanse gehaktballen (airfryer).



Bereiding.

Alle ingrediënten goed door elkaar mengen.
De airfryer voorverwarmen op 180°C
De gehaktballen in 15 min. afbakken op 180°C

57

Menugang: Bijgerecht,
snack
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

1 ei
500 g gehakt, runder-
- ketjap, scheutje
1 zk nasi goreng
kruidenmix (Improba)
1 ui, gesnipperd

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

Kaasballen (dr.Atkins).



Menugang: Hapjes, voorgerecht
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: **
Bron: dr. Atkins

Ingrediënten

300 g ceddar, belegen
50 g danish blue
100 g kaas, room-
½ kp walnoten, gehakt

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

Bereiding.

Breng de kaas op kamertemperatuur.
Verkruimel de Danish blue.
Meng de kaas gedurende 3 min. met een mixer.
Maak van het kaasmengsel ballen.
Rol de kaasballen door de walnoten.
Laat de kaasballen in de ijskast opstijven, tot dat u ze wilt serveren.

Kaasbroodje met kaasragout.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TanteFanny.nl

Ingrediënten

270 g bladerdeeg, vers
(Tante Fanny)
30 g bloem
25 g boter
175 ml bouillon
1 eigeel, om te
bestrijken
100 g kaas, oude,
geraspte
- kaas, oude, geraspte
(om te bestrooien)
½ el mosterd
- peper, gemalen
- sesam (om te
bestrooien)

Bereiding.

Haal het bladerdeeg 10 min. voor gebruik uit de koelkast en verwarm de oven voor op 200°C (heteluchtoven 190°C).

Rol het bladerdeeg uit en snijd het deeg in de lengte in 4 stukken van 12x20 cm.

Smelt de boter en voeg de bloem toe.

Laat de bloem garen, maar niet bruin worden. Giet langzaam de bouillon erbij en blijf roeren tot het een geheel wordt.

Blijf op laag vuur doorroeren tot het de juiste dikte krijgt.

Voeg de kaas en de mosterd toe en breng de ragout op smaak met peper.

Laat de ragout afkoelen.

Doe de ragout in een spuitzak en spuit het op de lengte van het bladerdeeg.

Bestrijk de randen met eigeel en vouw het deeg dubbel.

Bestrijk het deeg met eigeel en bestrooi het met geraspte kaas en sesam.

Bak de kaasbroodjes in ca. 20-25 min. goudbruin.

Tip:

Serveer de kaasbroodjes eens lauwwarm met een groene salade bij de lunch.

Of neem de broodjes mee naar school of werk of stop ze in de picknickmand.



Bereidingstijd: 30-35
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Kaassouffles (airfryer).



Menugang: Snack
Keuken: -
Personen: -
Sterren: **
Bron: De Philips chef

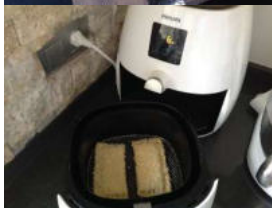
Ingrediënten

1 pk bladerdeegplakjes
1 ei
10 pl kaas
250 gram Panko
(Japanse broodkruim)

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

Bereiding.

Leg de plakjes bladerdeeg op een schoon ondervlak met de bebloemde (niet plakkerige) kant naar beneden.
Leg daar het plakje kaas op en smeer deze in met wat geklopt ei.
Vouw de plakjes dicht en besmeer ze weer met een klein beetje ei.
Haal ze voorzichtig door de Panko.
Bak ze af in 8 min. op 180°C.



Tips.

Doe er ook eens een plakje ham bij.
Vervang de kaas eens door Rambol (walnoot), Brie, Cheddar, Blauwe schimmelkaas etc.etc.

Kaneel-croissantbroodjes met verdwenen mashmellows (airfryer).



Menugang: Hapje,
brunchgerecht, tussen-
doortje
Keuken: -
Stuks: 10
Sterren: ***
Bron: Jamilla

Ingrediënten

40 g boter, room-
1 blk croissants, extra
large
- kaneel
- mashmellows
50 g suiker

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

Bereiding.

Trek de rol met croissants open en snijd er ongeveer 10 plakjes van.
Knead deze plakjes per stuk goed door.
Maak ze plat (rond).
Het beste kan je ze opeen bord leggen en dan met je handen aanduwen en groter maken.
Meng de kaneel met de suiker.
Rol de mashmellows door de boter en daarna in de kaneelsuiker.
Leg er een paar (of 1 grote) mashmellows op een plakje deeg en vouw dit dicht.
Maak er een mooi balletje van.
Duw de bovenkant van de balletjes in de boter en daarna in de kaneelsuiker.
Leg ze met de suiker naar boven in een cupcake-vormpje.
Verwarm de airfryer op 170°C.
Geen airfryer.....verwarm de oven op 200°C.
Bak de broodjes in de airfryer in ca. 15 min. af.
Geen airfryer.....bak ze in de oven in 20-25 min. af.



Kersttomaatjes met bieslookroomkaas.



Menugang: Hapje, tapas
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kook-
schrift

Ingrediënten

250 g bieslookroomkaas
1 bk tomaatjes, Kerst-

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

Bereiding.

Snijd de kapjes van de tomaatjes.
Hol ze uit met een klein theelepeltje.
Vul de tomaatjes met behulp van een spuitzak
met de roomkaas en leg ze op een schaal.

Tips:

In plaats van bieslookroomkaas kan ook een
ander mild gekruide roomkaas worden
gebruikt.
Garneer de tomaatjes met een sprietje bieslook
of een toefje peterselie.

Kipbuideltjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 60
Sterren: ***
Bron: Fingerfood-tapas

Ingrediënten

3 el bamboescheuten
10 vel filodeeg
1 tl gember, verse
100 g ham, rauwe
1 el ketjap
400 g kip, gare
1 tn knoflook
5 uitjes, bos-

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - 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 (hetelucht 170°C).

Maal de kip fijn.

Snijd de ham fijn.

Snijd de bosuitjes fijn.

Snijd de bamboescheuten fijn.

Rasp de gember.

Meng de kip, ham, bosuitjes, bamboescheuten, sojasaus, geperste knoflook en gember.

Snijd het filodeeg in vierkantjes van ca. 10x10 cm.

Schep op elk stukje filodeeg 1 el van het mengsel.

Bestrijk de hoeken met wat water,

Vouw het deeg om de vulling tot een buideltje.

Bak de buideltjes totdat ze goudgeel zijn.

Serveer de buideltjes met sojasaus of loempiasaus.

Kipstukjes met spek (airfryer).



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: **
Bron: Sylphia.nl

Ingrediënten

1 kipfilet
100 g spek, ontbijt-

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

Bereiding.

Snijd de kipfilet in kleine blokjes, iets groter dan een dobbelsteen.
Omwikkel ieder blokje met een plakje ontbijtspek.
Bak de kipstukjes in op 16-18 min. op een temperatuur op 200°C.

Köttbullar - Zweedse gehaktballetjes.



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

Ingrediënten

1 aardappel, gekookte,
grote, fijn geprakt
3 el boter
1 ei
500 g gehakt, half-om-
half
1 snf nootmuskaat
2 el olie
60 g paneermeel
- peper 1 el peterselie,
gehakt
1 ui, ragfijn gehakt
- zout

Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Smelt in een kleine braadpan 1 el boter.
Bak hierin de uien tot ze glazig zijn, maar niet bruin.
Doe in een grote kom de uien, aardappel, paneermeel, gehakt, ei, peterselie, nootmuskaat, peper en zout.
Knead deze massa zorgvuldig door elkaar. totdat alle ingrediënten goed zijn vermengd.
Rol met natte handen kleine balletjes van ca. 3 cm.
Smelt 2 el boter met de olie in een pan.
Braad hierin de balletjes op een halfhoog vuur.
Schud de pan zodat de balletjes rollen en aan alle kanten bruin worden.
In ca. 10 min. zijn de balletjes gaar.

Kroepoek met garnalen.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Hilde Teuwens

Ingrediënten

1 stgl bleekselderij
1 tl citroensap
100 g garnalen, roze
2 el knoflook- of
kerriesaus
1 zk kroepoek
4 tk peterselie
½ tl sambal oelek
1 uitje, bos-

Bereidingstijd: 10-15
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil en was de bleekselderij.
Snijd de stengel in heel kleine blokjes.
Snijd het bosuitje in ringetjes.
Scheep in een kom de garnalen, bleekselderij,
bosui, citroensap, knoflook- (of kerrie-)saus en
sambal door elkaar.
Laat de salade minstens een ½ uur in de
koelkast staan, zodat de smaak zich goed kan
ontwikkelen.
Zoek 20 mooie holle stukjes kroepoek uit.
Scheep de garnalensalade erop.
Garneer met een toefje peterselie.
Serveer direct.

Krokante courgette kaasplakjes.



Menugang: Hapje, voor-
gerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: LekkerTafelen.nl

Ingrediënten

1 courgette
50 g kaas,
Parmezaanse, vers
geraspte
- olie, olijf
20 g paneermeel
- peper
½ tl ras el hanout
- zout

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

Bereiding.

Snijd de courgette in plakjes van ca. ½ cm. dik.
Smeer de plakjes licht in met olijfolie.
Maak een mengsel van de kaas, paneermeel en de kruiden.
Haal de courgetteplakjes door het kaasmengsel.
Leg de courgetteplakjes op een bakplaat met bakpapier.
Bak ze in ca. 20-30 min. in de oven (180°C) tot ze mooi goudbruin en krokant zijn.
Serveer ze warm.

Kroketten (airfryer).



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Airfryerrecepten 4

Ingrediënten

3 eieren
200 g panko of
paneermeel
1 blk ragout, (goulash)

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

Bereiding.

Er is heel veel vraag over hoe je lekkere kroketten zelf kan maken. Kroketten maken is zeer tijdrovend daarom eerst het makkelijke recept. Dit is een trucje hoe je heerlijke kroketten kan maken in slechts 15 minuten. Je gebruikt hiervoor gewoon ragout uit een blik snel maar heel erg lekker. Ook kan je kroketten maken van je kliekjes want eten weggooien is ook maar zonde. Je kan nu als je wat lege blikken bewaart ook van je kliekjes stoofvlees, goulash, nasi, bami, spaghetti en stampotten je eigen huisgemaakte kroketten maken.

Leg de ragout of kliekje waar je een kroket van wil maken minimaal 24 uur in de diepvries in een blik.
Houd de volgende dag het blik 5 min. onder een warme kraan.
Open het blik aan beiden kanten en duw de inhoud eruit.
Snijd er voorzichtig 4 gelijke schijven van (je mag hem een tikje in je magnetron geven of even 5 min. laten liggen om hem wat zachter te laten worden.
Haal deze door het ei en daarna door de panko/paneermeel.
Herhaal dit 3 keer en spray hem in met wat neutrale olie.
Bak de kroket af in de airfryer (15 min. /180°C).

Loempia's.



Menugang: Hapjes
Keuken: -
Stuks: 4
Sterren: ***
Bron: Anne Wilson

Ingrediënten

½ bouillonblokje,
kippen-
1 citroen, sap en
geraspte schil van
2 courgettes
- dipsaus,
citroenkoriander
1 eiwit, losgeklopt
1 tl honing
1 el ketjap
1 tl koriander, verse,
fijngenhakt
1/3 kp
korianderblaadjes
1 paprika
10 vl rijstpapier (17 cm
doorsnee)
2 uitjes lente-
¾ kp water
3 wortels, geschild

Bereiding.

Saus:

Meng water, bouillonblokje, honing, citroensap en -rasp en ketjap in een pan.
Laat alles sudderen tot het mengsel voor de helft is ingedikt.
Neem de pan van het vuur.
Zeef de saus, voeg koriander toe en laat hem afgedekt afkoelen.

Loempia's:

Snijd de groente julienne en schep het eiwit en de koriander erdoor.
Week de velletjes rijstpapier één voor één 1 min. in warm water.
Laat ze op een theedoek uitlekken.
Leg op elk velletje een schepje groente.
Vouw de zijkanten naar binnen en rol het velletje op.
Leg een enkele laag loempia's in een stoompan.
Stoom ze in 7 min. gaar.
Serveer ze met de dipsaus en garneer ze met lente-ui en rode paprika.

Tip:

Stoom de loempia's vlak voor u ze serveert.
U kunt ze 2 uur eerder bereiden en afgedekt in de koelkast bewaren.

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

Maatjesharing met pomelmoes en gembervinaigrette.



Menugang: Hapjes,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Visinfo.be

Ingrediënten

4 el azijn, sherry-
- bieslook
1½ tl gember,
versgeraspte
6 haringen, maatjes-
1 tn knoflook, fijngehakt
- koriander
2 dl olie, arachide-
- peper
1 pomelmoes, gele of
roze
- zout

Bereiding.

Meng de versgeraspte gember, knoflook, olie en azijn door elkaar tot een vinaigrette.
Kruid de haring met peper en zout.
Schik de maatjes naast elkaar op 4 borden.
Schil de pomelmoes tot op het vruchtvlees en snijd de partjes van tussen de vliezen.
Schik deze tussen de maatjes.
Lepel de vinaigrette over de maatjes en werk af met bieslook en koriander.
Eindig met een draai van de pepermolen.

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Mango met ricotta en Jambon d'Ardenne.



Menugang: -
Keuken: Spaanse
Personen: 8
Sterren: **
Bron: Jumbo

Ingrediënten

12 bl basilicum
12 pl jambon d'Ardenne
1 mango, grote
- olie, basilicum-olijf
200 g ricotta

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 184
Eiwit: 14 g
Koolhydraten: 11 g
w/v suiker: - g
Natrium: - mg
Vet: 9 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Schil de mango.
Snijd de rijpe mango in 12 delen.
Scheep op elk partje wat ricotta en een blaadje basilicum.
Rol er een plakje ham omheen.
Maak de mangotapas af met basilicum-olijfolie.

Mini-kebab met yoghurtsaus.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

½ citroen, rasp en sap van
500 g gehakt, runder-
3 tn knoflook, geperst
1 tl komijnpoeder (djinten)
4 el mayonaise
2 el munt, fijngehakt
2 el olie, olijf-
1 tl paprikapoeder
1 snf peper
100 g yoghurt, Griekse

12 satéprikkers

Bereiding.

Kneed het gehakt met de knoflook, komijn- en paprikapoeder goed door elkaar.
Verdeel het gehakt in 12 delen.
Knijp elk deel in langwerpige vorm om een prikker.
Verhit de olie op een hoge stand en bak hierin de gehaktspiesjes in ca. 10 min. rondom goudbruin.
Meng intussen de yoghurt met de mayonaise, citroenrasp, -sap, munt en peper tot een gladde saus.
Serveer de kebab met de saus.

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 500
Eiwit: 25 g
Koolhydraten: 3 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 43 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 13 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 0,6 g

Mini-oliebollen met abrikoos en tijmsuiker.



Menugang: Bijgerecht,
hapje, tussendoortje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

150 g abrikozen,
gedroogde, in kleine
stukjes
250 g bloem
1 citroen, rasp van
1 ei
½ zk gist
250 ml melk
- olie, frituur-
1 tl suiker
2 el suiker, poeder-
1 tl tijm, verse
- zout

Voorbereiding.

Meng de bloem met de gist, de melk, het ei, de suiker en ½-1 tl zout.
Roer tot een plakkerig deeg is ontstaan.
Laat het deeg 10 min. rijzen.
Meng de abrikozen erdoor en laat nog ca. 50 min. rijzen.

Bereiding.

Verhit de frituurolie tot 180°C.
Scheep steeds kleine hoeveelheden van ca. 1 volle tl deeg in de olie en bak de oliebollen in ca. 3 min. aan beide kanten gaar en goudbruin.
Laat de bolletjes uitlekken op keukenpapier.
Maal de tijm met de poedersuiker en citroenrasp in een droge blender.
Leg de oliebolletjes in een piramidevorm op elkaar en bestrooi ze met de tijmsuiker.

73

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 550
Eiwit: 14 g
Koolhydraten: 74 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 20 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 3 g
Vezels: 8 g
Groente: - g
Zout: 0,1 g

Mini-oliebollen met cranberry.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Stuks: ca. 50
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

500 g bloem, tarwe-
125 g cranberry's,
gedroogde
1 ei, middelgroot
14 g gist, gedroogde
500 ml melk, karne-
50 g noten, pistache-,
ongezouten
1 l olie, arachide-
2 el suiker, kristal-
300 ml water, kokend
1 tl zout

Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 95
Eiwit: 2 g
Koolhydraten: 10 g
w/v suikers: - g
Natrium: 27 mg
Vet: 5 g
w/v verzadigd: 1 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Doe het fruit in een kom.
Schenk er het kokende water over en laat 15 min. staan.
Giet af.
Verwarm ondertussen voorzichtig de karnemelk in een steelpan op laag vuur tot lauwwarm.
Doe de gist en suiker in een kom.
Roer de karnemelk erdoor.
Zeef de bloem boven een kom.
Klop het ei los in een diep bord.
Maak in het midden van de bloem een kuiltje.
Schenk hier het gistmengsel en het ei in.
Voeg het zout toe.
Roer met een houten lepel tot een samenhangend beslag is ontstaan..
Snijd het fruit grof en hak de pistachenoten grof.
Meng dit door het beslag.
Dek af met een warme, lichtvochtige doek en laat 1 uur rijzen op een warme plek.
Verhit de olie in een ruime pan tot 180°C of zet de frituurpan aan.
Doopt 2 eetlepels in de olie en schep bolletjes ter grootte van een flinke walnoot van het beslag.
Bak er max. 6 per keer in 3 min. goudbruin en gaar.
Keer regelmatig en laat uitlekken op keukenpapier.

Tip:

Lekker met poedersuiker.

Mini-paddenstoelenquiches met truffelolie.



Menugang: Hapje, voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Deen

Ingrediënten

4 pl bladerdeeg, ontdooid
2 el boter
100 ml crème fraîche
2 eieren
1 tn knoflook, geperst
1 el olie, truffel-
200 g paddenstoelen, gemengde
4 paddenstoelen, om te garneren
50 ml room, slag-
1 tl rozemarijn

- bakpapier
- blindbakvulling
- muffinvorm, ingevet

Bereiding.

Veeg de paddenstoelen schoon en hak ze grof.
Verwarm de oven voor op 190°C.
Snijd een cirkel uit de plakjes bladerdeeg, zodat ze in de holtes van een muffinvorm passen.
Prik met een vork in het deeg.
Leg er steeds een velletje bakpapier op en giet de blindbakvulling erin.
Bak de bladerdeegbakjes circa 10 min. in de oven.
Verwijder het bakpapier met de blindvulling en bak nog 5 min. verder.
Laat afkoelen in de vorm.
Verhit intussen de boter en bak hierin de paddenstoelen, knoflook en rozemarijn.
Klop de eieren los met de truffelolie en voeg de crème fraîche en slagroom toe.
Klop het mengsel glad.
Vul de deegbakjes in de vorm met de paddenstoelen en giet het eimengsel erop.
Leg er een mooi plakje paddenstoel op en bak de taartjes in de oven in circa 10 min. gaar en goudbruin.
Serveer de quiches (lauw)warm.

Tips:

Vervang de truffelolie in dit recept eens door notenolie.
Liever met vlees? Voeg uitgebakken spekjes toe aan de vulling.

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: 25 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 365
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 17 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 30 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 18 g
Vezels: 2 g
Groente: 25 g
Zout: 0,4 g

Mini-toast kannibaal.



Menugang: Hapje
Keuken: Belgische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta-Luc

Ingrediënten

- biefstuk, gemalen biefstuk (of filet Americain)
- brood, geroosterd, in driehoekjes
- kappertjes
- peterselie
- saus, Worshestersire-
- tomaat, gepeld, ontpit en in blokjes

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Besmeer de brooddriehoekjes zeer rijkelijk met vlees.

Druppel er Worshestersiresaus op.

Versier met tomatenblokjes, kappertjes en een blaadje peterselie.

Minikaastaartjes met cranberrymarmelade.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 24
Sterren: ***
Bron: C1000

Ingrediënten

3 el bieslook
6 pl bladerdeeg
2 el cranberrycompote
1 bk crème fraîche
100 g Danish blue
2 el marmelade
1 prei

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

Bereiding.

Ontdooi de plakjes bladerdeeg.
Verkruimel de Danish blue.
Snijd de prei in dunne ringetjes.
Knip de bieslook fijn.
Roer de marmelade met de cranberrycompote door elkaar.
Snijd de plakjes bladerdeeg in vieren en bekleed er de ingevette holletjes van een mini-muffin bakvorm mee.
Schep de Danish blue met de prei en de crème fraîche door elkaar.
Vul er de holletjes mee.
Bak de taartjes in een voorverwarmde oven (200°C)
In ± 15 min. goudgeel en gaar.
Lepel er een klein beetje van de cranberrymarmelade op en strooi de bieslook erover..

Mueslirepen met fruit.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 10 repen
Sterren: ***
Bron: WCRF

Ingrediënten

50 g abrikozen,
gedroogde, gesneden
50 g halvarine
200 g havervlokken
3 el honing
50 g rozijnen
5 el sap, sinaasappel-

Bereidingstijd: 40-50
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 127
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 3 g
w/v verzadigd: 1 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

In de supermarkt kunt u diverse soorten mueslirepen en rozijnenkoeken kopen. Ze zien er gezond uit maar zijn dat niet altijd. Ze kunnen veel zout, suiker en vetten bevatten. Probeer daarom eens de mueslirepen uit dit recept. Heerlijk als tussendoortje en eenvoudig mee te nemen. Wikkel de repen in aluminiumfolie als ze afgekoeld zijn en bewaar ze in een luchtdichte doos.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Smelt de halvarine en honing in een pan en roer daarna alle overige ingrediënten er doorheen. Zorg ervoor dat de havervlokken goed gemengd zijn met de honing en het sinaasappelsap. Gebruik een kleine hoeveelheid halvarine om een ovenschaal van Ø20 cm in te vetten. Lepel het mengsel vervolgens in de schaal en druk het goed aan.
Bak het geheel in 15-20 min. zodat de bovenkant goudbruin kleurt.
Haal de schaal uit de oven en verdeel het mueslimengsel in ongeveer 10 stukken.
Laat ze nog 10 min. afkoelen.

Tip:

Gebruik verschillende soorten gedroogd fruit om te variëren met smaak. Dadels en cranberry's zijn goede alternatieven.

Nem ran - Vietnamese keizerlijke loempiaatjes.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht, hapje, snack
Keuken: Vietnamese
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

- olie, zonnebloem- (om
te frituren)
20 vl rijstpapier,
gedroogd

Voor de vulling:

100 g garnalen,
cocktail-, gepeld,
fijnggehakt
250 g gehakt, varkens-,
mager
1 tn knoflook, geperst
- peper
1 snf suiker
3 uitjes, lente-,
fijnggehakt
25 g vermicelli, glas-, in
water geweekt
1 worteltje, geraspt
1 el vissaus
- zout

Bereiding.

In Frankrijk is de Vietnamees wat bij ons de Chinees is: een eenvoudig, vaak goedkoop restaurant. Het populairste voorgerecht is er nems.

Laat de glasvermicelli uitlekken.

Druk de vermicelli tussen vellen keukenpapier droog.

Snijd de glasvermicelli grof.

Meng de ingrediënten voor de vulling goed door elkaar

Vul een schaal met heet water (net te warm voor je vingers).

Pak een velletje rijstpapier bij de hoeken en doop het heel eventjes in het water, zodat het zacht wordt (natuurlijk scheuren er een paar; die gooi je weg).

Leg het velletje op een schone doek en doe er een hoopje vulling op.

Maak er een pakketje van, zoals de visman een vis in een krant rolt: rollen, zijanten naar binnen vouwen, doorrollen.

Ze moeten redelijk strak zitten, maar pas op voor scheuren (lengte ca. 8 cm).

Frituur de nems goudbruin in olie van 180°C.

Leg op elke nem wat blaadjes munt.

Pak hem in een slablad.

Sausje:

Meng de ingrediënten (m.u.v. het water) goed door elkaar.

Verdun het sausje naar smaak met water.

Ingrediënten (vervolg)

Om te serveren:

- muntblaadjes, verse
- sla, krop-, gewassen
(hele blaadjes)

Voor het sausje:

- 2 el limoensap
- 2 rawits, gehakte
(pepertjes)
- 1 el suiker
- 1 el vissaus
- water

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Oosterse makreelspiesjes.



Menugang: Amuse, hapjes
Keuken: Oosterse
Stuks: 16
Sterren: ***
Bron: Vishandel Erik van de Geest

Ingrediënten

100 g atjar tjampoer, goed uitgelekt (pot)
2 tl gember, geraspt (potje of tube)
2 tn knoflook, uitgeperst
1 krp little gem (sla)
2 makrelen à 300 g, elk in 2 filets
2 el olie, arachide-
2 tl sambal badjak
3 el sojasaus

16 spiesjes (geweekt in water)

Bereiding.

Snijd elke makreelfilet doormidden.
Snijd elk stuk in 2-3 kleinere stukken.
Roer in een diep bord de knoflook, gember en sambal met de sojasaus en de olie tot een marinade.
Scheep de makreel stukken erdoor.
Laat de stukken makreel 15 min. marineren.
Rijg steeds 1 stuk makreel aan een spiesje.
Leg de spiesjes in een hete grillpan en bak ze in 3-4 min. bruin en gaar.

Bereidingstijd: 20-40 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: 30 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 14 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Palingkroket met een sausje.



Menugang: Hapje,
tussendoortje
Keuken: -
Stuks: 15-20
Sterren: ***
Bron: Palinggerecht met
bier

Ingrediënten

Voor de palingkroketjes:

600 g paling, gerookte
- zout
- dille
1 ui, gesnipperd
50 g boter
60 g bloem
1-2 eiwitten
- paneermeel
- peper
½ l water

Voor de saus:

100 g crème fraîche
- zout
- peper, versgemalen
- Limon Cress

Bereiding.

Palingkroketjes:

Fileer de paling.

Zet de afsnijsels van de gefileerde paling op in ½ l water met een snufje zout om bouillon te maken.

Snijd de gefileerde paling in blokjes, hak de dille en snipper de ui.

Salpicon maken:

Smelt 50 gram boter in een pan en doe hierbij de gesnipperde ui.

Voeg hier 60 g bloem aan toe en roer dit mengsel tot een bal en laat de bal garen in de pan.

Zeef de bouillon en voeg deze toe aan de salpicon.

Voeg de dille toe en roer het mengsel glad.

Voeg, als het mengsel glad is, de palingblokjes eraan toe.

Zet het mengsel koud tot het goed is afgekoeld.

Rol, als het mengsel goed is afgekoeld, rolletjes en haal deze door de bloem, het eiwit en de paneermeel.

Frituur de kroketten.

Saus:

Meng de crème fraîche met fijngesneden Limon Cress, zout en peper (naar smaak).



Limon Cress

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Salpicon

Salpicon is een soort ragout maar dan dikker. De vulling van een kroket is bijvoorbeeld een salpicon. Een salpicon bestaat meestal uit een bouillon, die met een roux gebonden is en met daarin kleine stukjes gesneden vlees of vis al dan niet gemengd met gesneden groenten.

Pastechi karni - gehaktpasteitjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Antiliaanse
Stuks: 20-25
Sterren: ***
Bron: Antilliaans-eten.nl

Ingrediënten

Voor de vulling:

500 g gehakt
1 el margarine
1 paprika, groene,
kleine, fijngehakt
- peper, zwarte, naar
smaak
½ peper, madame
Jeanette, fijngehakt
2 el rozijnen
1 selderijstengel,
fijngehakt
- sojasaus
1 ui, middelgrote,
fijngehakt

Voor het deeg:

1 zk bakpoeder
500 g bloem, tarwe-
1 ei, geklutst
2 el olie
2 el suiker
200 ml water
1 tl zout

- frituurvet (om in te
bakken)

Bereiding.

Maak de traditionele pastechi in twee delen:
eerst de vulling en daarna het deeg.
Frituur tenslotte de gevulde pasteitjes totdat ze
goudkleurig en gaar zijn.

Smelt de boter in een grote koekenpan en voeg
daarna alle ingrediënten met uitzondering van
het vlees, toe.

Roer nu goed en regelmatig tot de ui en selderij
zacht gebakken zijn.

Voeg daarna het vlees toe en bak het totdat het
gaar is en het geheel goed gemengd is.

Doe alle ingrediënten, behalve het water, in een
kom en meng alles goed met een lepel.

Voeg dan beetje bij beetje het water toe om
een mooi deeg te krijgen (eventueel kun je iets
meer toevoegen).

Kneed het deeg daarna ongeveer 5 min., totdat
het soepel is.

Rol het deeg dan uit tot het ongeveer 3 mm dik
is.

Steek daarna met een groot glas of kleine kom
rondjes uit het deeg en vul die met een volle
theelepel van de vulling.

Bestrijk dan de randjes van de cirkel met wat
water en vouw het deeg dubbel.

Druk de randjes daarna goed aan met een vork.
Frituur de pastechi dan in olie van ongeveer
175°C totdat ze goudkleurig 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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Pequeños de queso - kaassnack.



Menugang: Hapje
Keuken: Antiliaanse
Stuks: 50
Sterren: ***
Bron: Selamat Makan

Ingrediënten

Voor het deeg:

500 g bloem
2 eieren
5 el margarine
2 el olie
3 el vet, zacht
2 dl water
1 tl zout

Voor de vulling:

400 g kaas, belegen

- frituurvet (om in te bakken)

Bereiding.

Roer de olie, margarine en het vet met het zout romig.

Breek de eieren één voor één in een kom roer ze erbij.

Voeg 250 g bloem afwisselend met wat water toe.

Rol het deeg uit met zeer veel bloem (250 g) tot een grote lap van ½ cm dikte.

Ontdoe de kaas van korsten.

Snijd de kaas in plakken van ½ cm dikte.

Snijd de plakken in staafjes van 3 cm lang.

Snijd het deeg in repen van 1 cm breed.

Rol om ieder staafje kaas een reepje deeg als een hoorntje (let er op dat het deeg de kaas bedekt).

Laat het frituurvet heet worden.

Bak hierin en de pequeños gaar en lichtbruin.

Serveer de pequeños op een schaal of bord met een papieren servet.

85

Bereidingstijd: 80 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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Pizzarolls met oude kaas, pesto en Italiaanse vleeswaren.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Lidl

Ingrediënten

1 pk bakmix voor witbrood
- bloem, om te bestuiven
1 ei, losgeklopt
200 g kaas, oude, geraspt
100 g olijven, in plakjes
100 g pesto, verse
100 g prosciutto crudo
70 g salami, met truffel
250 ml saus, tomaten-
10 g tijm, gerispt
1 ui, gesnipperd

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Bereid de bakmix volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Verdeel het deeg in 12 bolletjes.
Bestrooi het werkblad met wat bloem, rol de bolletjes uit tot rechthoekige lapjes.
Besmeer de lapjes met tomatensaus.
Verdeel de geraspte kaas, pesto, tijmblaadjes, ui, salami, olijven en ham over de deeglapjes.
Rol de lapjes aan de korte zijde op tot rolletjes.
Bekleed een bakplaat met bakpapier en leg de pizzarolletjes erop.
Bestrijk de broodjes met een kwastje met losgeklopt ei en rooster ze ongeveer 35 min. in het midden van de voorverwarmde oven totdat ze gaar en goudbruin zijn.



Vorb.tijd: - min.
Bereidingstijd: 30 min.
Oventijd: 35 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

Pizzetta.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 50
Sterren: ***
Bron: Heerlijke hapjes

Ingrediënten

10 ansjovissen, fijn-
gesneden
65 g basilicumblaadjes,
fijngehakt
- bladerdeeg, diepvries,
ontdooit
2 el olie
40 g pesto, tomaten-,
zongedroogde
4 uien, gesnipperd

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C (gasstand 6).
Verhit de olie en bak de ui in 20 min. zacht en
goudbruin.
Laat de ui afkoelen.
Leg het ontdooide bladerdeeg op een licht
ingevette bakplaat en verdeel de pesto over het
deeg.
Verdeel de gefruite ui over de pesto.
Strooi de ansjovis en het basilicum over de ui
en bak de pizzetta 20 min., of tot het deeg
goudbruin is en begint te bladeren.
Iets af laten koelen en het deeg in vierkantjes
snijden.
Warm of op kamertemperatuur serveren.

Tips:

U kunt de pizzetta's garneren met rucola en/of
rode-paprikaringen.
Fruit de ui een dag van tevoren en bewaar hem
afgedekt in de koelkast.
De pizzetta kan maximaal 2 uur voor het
serveren gemaakt worden.

Voorb.tijd: 20 min.
Kooktijd: 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Reuzengarnalen met sherrydip.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: AllerHande 05-2006, Carta-Dick

Ingrediënten

4 el mayonaise
2 el olie, olijf-
- peper
500 g reuzengarnalen,
ongepelde (diepvries,
ontdooit)
4 el sherry, droge
- zout

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 200
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 9 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 15 g
w/v verzadigd: 0 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Bestrijk de reuzengarnalen dun met olie.
Verhit de grillpan en grill de garnalen in 6-8 min. aan weerskanten gaar.
Roer de sherry goed door de mayonaise en breng op smaak met zout en peper.
Serveer de garnalen met de dipsaus.

Tip:

Bak de garnalen eens in wat uitgeperste knoflook voor extra smaak.

Ricotta-rozijnenballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Stuks: 20
Sterren: **
Bron: Libelle

Ingrediënten

½ zk bakpoeder
125 g bloem
25 g boter
2 eieren
150 g kaas, ricotta-
1½ dl melk
- olie, frituur-
50 g rozijnen
1-2 el sinaasappelsap
1-2 el suiker
- zout

Bereiding.

Week de rozijnen ca. 20 min. in sinaasappelsap.
Breng de melk met de suiker, boter en 1 mp zout aan de kook.

Voeg de bloem en bakpoeder toe aan de melk.
Roer tot er een glad beslag ontstaat dat als een bal van de pan loslaat.

Haal de pan van het vuur.

Voeg de eieren een voor een toe aan het beslag.
Spatel de ricotta en rozijnen door het beslag.

Laat het mengsel in de koelkast 1 uur opstijven.

Maak van het mengsel met 2 kleine lepels ca.

20 balletjes.

Bak de balletjes in 2-4 min. goudgeel en gaar in de frituurolie ((175°C).

Laat de balletjes op keukenpapier uitlekken.

Bereidingstijd: 80 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 verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Rookvleesrolletjes met Mon Chou.



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

Ingrediënten

2 el bieslook, gehakt
2 tn knoflook
2 pk Mon Chou
1 tl paprikapoeder
200 g rookvlees, runder

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

Bereiding.

Laat de Mon Chou buiten de koelkast op kamertemperatuur komen.
Pel de knoflookteentjes.
Pers de knoflookteentjes uit.
Doe de Mon Chou in een kom.
Roer er de knoflook, bieslook en paprikapoeder door de Mon Chou.
Verdeel dit mengsel over de plakjes rookvlees.
Rol de plakjes rookvlees op.
Leg de rolletjes rookvlees op een schaal.

Satétosti met rauwkost.



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

Ingrediënten

40 g boter of margarine
8 sn brood, meer-
granen-, Zaans
60 g rauwkost, wortel-
200 g salade, kipsaté-

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 335
Eiwit: 11 g
Koolhydraten: 37 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: `7 g
w/v verzadigd: 0 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Besmeer de sneetjes brood aan één zijde met boter of margarine.
Beleg de beboterde zijde van 1 boterham met 50 g kipsaté-salade en 15 g wortelrauwkostmix.
Leg er 1 boterham met beboterde zijde naar onder op.
Behandel de overige boterhammen op dezelfde wijze.
Bak de tosti's in een elektrisch tostiapparaat of in de broodrooster met tostiklem in 4-6 min. goudbruin.

Scrocchi met sardines in tomatensaus.



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

Ingrediënten

110 g sardines, in tomatensaus
100 g toast, met zeezout(Scrocchi)

Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 145
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 18 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: - mg
Vet: 5 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 1,3 g

Bereiding.

Snijd de sardines in tomatensaus in hapbare stukjes.
Serveer ze op/met de Scrocchi toastjes.

Spaanse spiesjes.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Stuks: 10
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman,
Johan Drenth, Smulweb

Ingrediënten

1 el citroensap
2 tn knoflook, geperst
½ tl komijnpoeder
2-3 el olie, olijf-
½ tl peper, cayenne-
300 g vlees, lams-,
mager of fricandeau,
varkens-, in ± 15 cm
lange dunne reepjes
- zout

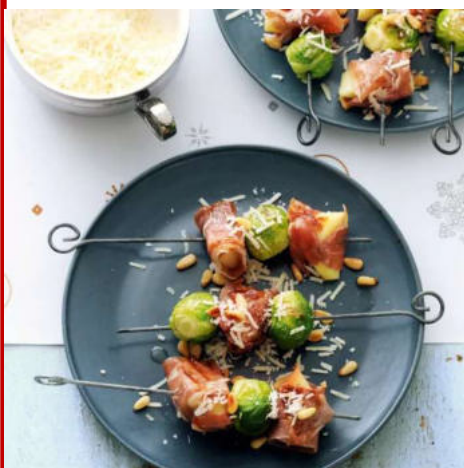
10 spiesjes, houten

Bereiding.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.
Meng de olie met de knoflook, het citroensap,
de komijn en de cayennepeper en bestrijk het
vlees hiermee.
Steek telkens 1 reepje vlees zigzag aan een
spiesje en rooster ze onder de hete grill in ± 5
min. om en om bruin en gaar.
Bestrooi de spiesjes na het grillen met zout.

Vorb. 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

Spruitspiesen met parmaham en appel.



**Menugang: Lunch-
gerecht**

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

400 g appels, bijv.
Elstar of Jonagold
100 g ham, parma-
50 g Pecorino (kaas)
2 el pijnboompitten
500 g spruiten
1 snf zout

16 spiesen of
satéprikkers

Bereiding.

Kook de spruiten 3 min. in ruim water met zout.
Giet de spruiten af en spoel ze onder stromend
water koud.

Rooster de pijnboompitten in een droge
koekenpan en strooi ze op een bord.

Schil de appels, verwijder de klokhuizen en
snijd ze in stukken ter grootte van de spruiten.
Wikkel de stukken appel in reepjes ham.

Rijg de spruiten en de appel om en om aan de
spiesen.

Verhit een grillpan.

Gril de spiesen rondom in 6 min. beetgaar en
goudbruin.

Leg ze op een schaal en garneer ze met de
pijnboompitten en de kaas.

94

Bereidingstijd: 25 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 585

Eiwit: 18 g

Koolhydraten: 69 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 26 g

w/v verzadigd: - g

w/v onverzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Tapas met tomatentapenade.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

- kaas, Manchego-
(Spaanse)
- knoflook of bieslook
- olie, olijf-, groene
- pistoletjes, maïs-
- tapenade, tomaten-

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak toast van de maïspistoletjes met groene olijfolie.

Beleg ze met een dik stukje of plakje Spaanse Manchegokaas en een flinke schep tomatentapenade.

Garneer de toast met wat snippertjes knoflook of bieslook.



Spaanse Manchegokaas

Tex Mex Salsa tortilla quiches met gehakt (airfryer).



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jamilla

Ingrediënten

200 g bonen, zwarte
100 g crème fraîche
1 ei
250 g gehakt, gemengd
1 hv kaas, geraspte
75 g maïs, uit blik
- olie, olijf-, om in te vetten
230 g Salsa dip medium
3 tortilla's
- 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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de tortilla's in vieren.
Vet de muffin vormpjes in met wat olijfolie en leg de tortilla stukjes er in.
Maak er een soort bakje van en druk het goed aan.
Bak het gehakt rul samen met de maïs en de zwarte bonen.
Meng in een bakje de crème fraîche, de helft van de salsa en het ei.
Doe er ook wat kaas door heen.
Vul de bakjes met het gehaktmengsel en schep er 2 el van het crème-fraïchemengsel erbij.
Voeg naar smaak nog wat zout toe.
Verwarm de airfryer voor op 200°C en bak ze in 15 min. gaar.

Tonijntosti met ansjovis.



Menugang: Hapje,
lunchgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2000-
03

Ingrediënten

8 ansjovisfilets
8 sn brood,
meergranen-
4 pl kaas
4 tl kappertjes
½ paprika, rode
1 bl tonijn (op water)

Bereidingstijd: 20 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 verzadigd: 0 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd evt. de korstjes van de kaas.
Snijd de plakken doormidden.
Laat de tonijn uitlekken.
Was de paprika.
Snijd de paprika in dunne reepjes.
Beleg 1 boterham met ½ pl kaas, ¼ deel van
tonijn, ¼ deel van paprikareepjes, 2 ansjovis-
filets, 1 tl kappertjes en ½ pl kaas.
Leg er 1 boterham bovenop.
Beleg de overige boterhammen op dezelfde
wijze.
Bak de tosti's in een elektrisch tostiapparaat of
in de broodrooster met tostiklem in 4-6 min.
goudbruin.

Tip:

Voor hapjes snijd u ze in 8 puntjes.
Voor de lunch snijd u ze in 2-en.

Utrechtse sprits.



Menugang: Gebak,
hapje, koek
Keuken: Nederlandse
Personen: -
Sterren: ****
Bron: Streekgerechten

Ingrediënten

½ tl bakpoeder
200 g bloem
160 g boter
1 ei
100 g suiker, basterd-,
witte
1 zk suiker, vanille-
1 snf zout

Bereidingstijd: 45-60
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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Roer de boter met de suiker tot een zachte massa ontstaat.
Voeg het ei, zout en vanillesuiker toe en roer goed door.
Zeef de bloem.
Meng de bloem en het bakpoeder goed door elkaar.
Voeg het bloemmengsel in één keer toe aan de botermassa.
Meng dit goed door elkaar.
Verwarm de oven voor op 180°C.
Vet een bakplaat in en doe het deeg in een spuitzak met een grove, gekartelde spuitmond.
Spuit het deeg in een slingerende beweging op de bakplaat (ca. 8-10 cm lang).
Herhaal dit tot het deeg op is.
Laat het beslag een half uurtje in de koelkast opstijven.
Bak de sprits in het midden van de warme oven in ca. 20 min. gaar.
Haal de spritsen direct van het bakblik en laat ze afkoelen.

Zachte spinazie-hamrolletjes.



Menugang: -
Keuken: -
Stuks: -
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

8 sn brood, casino, wit
8 pl ham, serrano-
50 g kaas, geiten-, verse
45 g spinazie
4 tomaatjes, zongedroogde

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 101
Eiwit: 6 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 3 g
w/v verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Rol de sneetjes brood plat met een deegroller.
Beleg elke snee met een plakje ham en wat spinazie.

Verdeel de geitenkaas en de zongedroogde tomaatjes erover en rol de sneetjes op.
Zet de rolletjes vast met een cocktailprikker, leg ze op een schaal of etagère en bewaar ze eventueel tijdelijk in de koelkast.

Zalmkroketjes (Airfryer).



Menugang: Hapje, hoofdgerecht, snack
Keuken: -
Stuks: 8
Sterren: ***
Bron: Airfryerboekje 3.0

Ingrediënten

1 el bieslook, verse
½ pk crackers,
boekweit- of kastanje-
1 el dille, verse
1 ei, los geklopt
1 el kaas, (geiten-),
gerapste (oud)
- peper, versgemalen
1 blk zalm, roze,
uitgelekt
1 tl zout, zee-, Keltisch

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding:

Maak de zalm met een vork fijn in een schaal of diep bord.

Meng het ei, de kaas en de verse kruiden erdoor.

Breng op smaak met peper (en evt. zout).

Maal voor het paneermeel de crackers in een keukenmachine fijn.

Meng in een ander bord of schaal de paneermeelmeel en het zout door elkaar.

Vorm van het zalmmengsel 8 kroketjes en rol deze door het paneermeel.

Bak ze af in de Airfryer (8 min. op 200°C).

Tips:

Lekker met zelfgemaakte knoflook-mayonaise en frietjes.

Vervang de zalm eens door Hollandse garnaltjes.

Zalmrolletjes met limoenricotta.



Menugang: Hapjes
Keuken:
Stuks: 16
Sterren: ***
Bron: AllerHande, Thea Wildeman

Ingrediënten

2 tk basilicum, verse
250 g kaas, ricotta-
1 limoen
- peper, versgemalen
200 g zalmfilet,
gerookte
- zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 40
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: - g
Natrium: 155 mg
Vet: 2 g
w/v verzadigd: 1 g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: 0 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Boen de limoen schoon, rasp de groene schil eraf en pers de limoen uit.
Meng de ricotta door de limoenrasp en breng op smaak met peper en zout.
Spreid een stuk folie uit op een werkvlak.
Leg de plakjes zalm erop in een rechthoek van ca. 20 x 16 cm.
Sprengel het limoensap erover en bestrijk de zalm voorzichtig met een dun laagje limoenricotta.
Dek het af met de blaadjes van het basilicum.
Rol de zalm vanaf lange zijde met behulp van de folie op.
Wikkel de zalmrol in de folie en laat ca. 1 uur in de koelkast opstijven.
Verwijder de folie en snijd met een scherp mes de zalmrol in plakjes van ca. 1 cm dik.
Serveer de rolletjes in schaalpjes.

Zoete bitterballen.



Menugang: Hapje, nagerecht

Keuken: -

Stuks: 18

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

300 g amandelspijs

50 g bloem

2 eieren

2 tl kaneel

125 g panko of paneermeel

410 g peren, halve, op siroop

- friteuse, met
plantaardige frituurolie
- keukenpapier

Bereiding.

Laat de peren goed uitlekken in een zeef en dep ze droog met keukenpapier (de siroop wordt niet gebruikt).

Hak de peren in kleine blokjes.

Prak de amandelspijs met een vork los in een kom.

Meng er de blokjes peer, 50 g panko en de kaneel door en meng met de hand tot een samenhangend deeg.

Vorm ca. 18 bolletjes ter grootte van een bitterbal (ca. 30 g) van het amandelmengsel en leg ze naast elkaar op een bord.

Neem 3 diepe borden en doe in 1 bord de bloem, klop in het 2^e de eieren los en doe de rest van de panko in het 3^e bord.

Haal de bolletjes door de bloem en draai ze strak tussen de handen.

Rol ze achtereenvolgens door het losgeklopte ei en de panko.

Zorg ervoor dat de bolletjes rondom goed gepaneerd zijn.

Verhit de olie in de friteuse tot 180°C.

Frituur de zoete bitterballen met 6 tegelijk ca. 3 min.

Laat ze even uitlekken.

Bereidingstijd: 30 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 129

Eiwit: 3 g

Koolhydraten: 18 g

w/v suikers: 10 g

Natrium: - mg

Vet: 5 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 1 g

Vezels: 0 g

Groente: - g

Zout: 0,1 g

Zoete wontons I.



Menugang: Bijgerecht,
hapjes
Keuken: Chinese
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

225 g bonenpasta, rode,
zoete
- honing, dunne
1 el maïzena
- olie, om te frituren
4 el water, koud
15 wontonvelletjes,
diepvries

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Laat de velletjes onder een vochtige doek ontdooien.
Vermeng de maïzena met het water en zet er een kwastje in.
Neem een velletje in de palm van de hand en leg een klein bergje bonenpasta vlak boven het midden op het deeg.
Strijk met een vochtig kwastje wat van de aangemaakte maïzena rondom de vulling.
Vouw het deeg in een puntje en laat de bovenkant wat overlappen.
Druk de twee punten die nog in de hand liggen tegen elkaar nadat u ze met wat maïzenawater bevochtigd heeft.
Pak de punt tussen duim en wijsvinger en druk de vulling van buiten naar binnen, zodat het pakje een beetje op een schelp gaat lijken.
Druk de randen goed aan, zodat ze tijdens het bakken dicht blijven.
Verhit frituurolie en bak steeds een paar wontons tegelijk rondom bruin en knapperig.
Laat ze op papier uitlekken en bak de volgende portie.
Doe ze over op een schaal, laat er wat dunne honing over lopen en dien de wontons op.

Zoete wontons II.



Menugang: Bijgerecht,
snack
Keuken: Chinese
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Johan Drenth

Ingrediënten

225 g bonenpasta, rode,
zoete
- honing, dunne
1 el maïzena
- olie, om te frituren
4 el water, koud
15 wontonvelletjes
(diepvries)

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Laat de velletjes onder een vochtige doek ontdooien.
Vermeng de maïzena met het water en zet er een kwastje in.

Neem een velletje in de palm van de hand en leg een klein bergje bonenpasta vlak boven het midden op het deeg.

Strijk met een vochtig kwastje wat van de aangemaakte maïzena rondom de vulling.

Vouw het deeg in een puntje en laat de bovenkant wat overlappen.

Druk de twee punten die nog in de hand liggen tegen elkaar nadat u ze met wat maïzenawater bevochtigd heeft.

Pak de punt tussen duim en wijsvinger en druk de vulling van buiten naar binnen, zodat het pakje een beetje op een schelp gaat lijken.

Druk de randen goed aan, zodat ze tijdens het bakken dicht blijven.

Verhit frituurolie en bak steeds een paar wontons tegelijk rondom bruin en knapperig.

Laat ze op papier uitlekken en bak de volgende portie.

Doe ze over op een schaal, laat er wat dunne honing over lopen en dien de wontons op.

Zoute stengels I.



Menugang: Bijgerecht,
hapje, tussendoortje
Keuken: -
Stuks: 24
Sterren: **
Bron:
Carola's receptidee

Ingrediënten

2 plk bladerdeeg,
roomboter-, diepvries
1 ei, losgeklopt
- zout, zee-, grof

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 verzadigd: - g
w/v onverzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

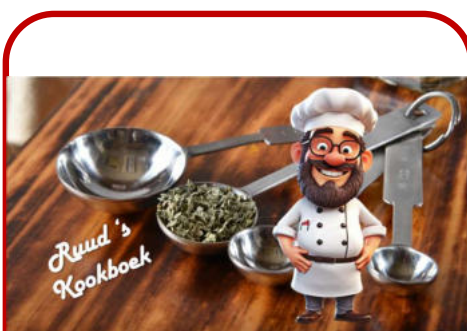
Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Ontdooi 2 plakjes bladerdeeg
Bestrijk de plakjes licht met losgeklopt ei.
Bestrooi de plakjes met grof zeezout.
Snijd de plakjes in reepjes van 1½ cm.
Pak de uiteinden van de reepjes.
Draai de reepjes 2 keer in tegengestelde
richting zodat een spiraal ontstaat.
Bak de stengels af op 200°C.

Tip:

Vervang het zeezout eens door geraspte kaas.

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
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

106



v2.6

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

