



Bijgerechten XII v3.9

Inhoudsopgave.

Advocaatsaus.	3
Almejas a la marinera - mosselen in witte wijn.	4
Andijviesalade.	5
Aubergines in yoghurtsaus.	6
Babi ketjap - gesmoord varkensvlees.	7
BBQ salade.	8
Beurre Chivry - Chivry boter.	9
Biefstukje in room en madeira.	10
Bourgionne.	11
Citrusdip.	12
Costoletta alla milanese - gepaneerde kalfskoteletten.	13
Doritos® loaded kip kerrie.	14
Duitse worstsalade (wurstsalat).....	15
Ei met ansjovis.	16
Forelboter.	17
Frisse dressing met mayonaise.	18
Garnalen in ketjapsaus.	19
Gebakken gyoza met sojasaus en bosui.	20
Gegrilde kipvleugels met briedip.	21
Gegrilde rode paprika's.	22
Geroosterde wortels.	23
Haringsalade van Hendrick Storm.	24
Italiaans brood.	25
Jus.	26
Kalfscordon bleu internationaal.	27
Kermis-stijl champignons met romige kruidensaus.	28
Knapperige champignons.	30
Krissat - anijsbroodjes.	31
Lamssaté met pindasaus.	32
Madras kruidenmengsel.	33
Salade met lamsham.	34
Salsa van geroosterde paprika.	35
Seroendeng II.	36
Spareribs rub.	37
Spiegeleieren (uit de oven).	38
Tuinbonensalade.	39
Zalmpannetje.	40
Zoete mangochutney.	41
Zuid-Indiase kerrie-eieren.	42
Gebruikte afkortingen.	43

Advocaatsaus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: BakTotaal.nl,
RutgerBakt.nl

Ingrediënten

200 g advocaat
200 ml room, slag-
20 g suiker

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

Bereiding.

Doe de slagroom met de suiker in een kom.
Klop de slagroom met een (hand)mixer met
garde(s) lobbij.
Spatel de advocaat door de slagroom heen.

Almejas a la marinera - mosselen in witte wijn.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Spaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman,
Ellis Garstenveld,
InSpanje.nl

Ingrediënten

1 el bloem
3 tn knoflook, fijn-
gehakte
1 laurierblad
450 g mosselen
2 el olie, olijf-
1 el paprika, Spaanse
1 peper, chili-, kleine,
gedroogde, zonder
zaadjjes
1 el peterselie, fijn-
gehakte
100 g ui, gehakte
60 ml water
180 ml wijn, witte,
medium dry

Bereiding.

Verhit de olie en fruit de ui en de knoflook.
Voeg de mosselen toe en bak ze tot ze
opengaan.
Doe de bloem, de paprika, de wijn, het water,
het laurierblad en de
chilipeper in de pan en roer alles goed door
elkaar.
Doe er dan de peterselie bij en laat het geheel
2-3 min. koken.
Serveer de mosselen in een schaal van
aardewerk.

4

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

Andijviesalade.



Menugang: Bijgerecht,
lunchgerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: **
Bron: Lunchrecepten

Ingrediënten

100 g andijvie, rauwe
½ el azijn
1 el olie
- peper, versgemalen
50 g worteltjes
100 g zalmfilet, in
plakjes
- zout

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

Bereiding.

Was de andijvie en snijd die in smalle reepjes.
Schrap de worteltjes en rasp ze fijn.
Snijd de zalmfilet in reepjes.
Meng de groentes met de zalm.
Meng de olie met de azijn, versgemalen peper
en zout.
Schenk deze dressing over de salade.

Aubergines in yoghurtsaus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Bengaalse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron:
DeWereldOpJeBord.nl

Ingrediënten

2 aubergines
½ tl chilipoeder
3 cm gember
2 tn knoflook
2 tl komijn
1 tl kurkuma
- peper, versgemalen
1 el tamarinde (of sap
van ½ citroen)
1 ui, kleine
200 ml yoghurt, volle
- zout

evt. 1 tl suiker (naar
smaak)

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

Bereiding.

Snijd de aubergines in plakken van maximaal 1 cm dik.

Verhit een beetje olie in de grillpan en gril de aubergines aan beide kanten tot ze mooie bruine streepjes van het grillen hebben en van binnen goed gaar zijn (als je geen grillpan hebt, kun je ze ook in een koekenpan bakken).

Snipper ondertussen de ui zo fijn mogelijk (gebruik evt. een keukenmachine).

Hak de knoflook fijn.

Schil de gember en snijd die fijn.

Verhit een beetje olie in een pan en bak hierin de ui, de knoflook en de gember tot de ui bruin is.

Voeg dan de yoghurt, de tamarinde (of citroensap), de kurkuma, de komijn en de chilipoeder toe.

Breng het verder op smaak met versgemalen peper en zout.

Proef, als je het te zuur vindt, kun je nog een beetje suiker toevoegen.

Voeg de gegrilde aubergines aan de saus toe en warm het nog 2 min. door.

Tip:

Serveer de aubergines in yoghurtsaus als bijgerecht bij een Bengaalse of Indiase maaltijd.

Babi ketjap - gesmoord varkensvlees.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TallSay.com

Ingrediënten

1 el azijn, rijst-
1 el bloem, gezeefde
1 tl djahé (gember-
poeder)
100 ml ketjap manis
2 tn knoflook, fijn-
gesnipperd
50 g kokosvet (santen)
100 ml melk, kokos-
- peper, zwarte, vers-
gemalen
1 ui, fijngesnipperd
500 g varkensfilet, in
blokjes
½ tl zout

Bereiding.

Marineer het vlees met een mengsel van de azijn, het zout, de peper, de djahé, de knoflook en de ui en laat dit 1 uurtje rusten.

Neem een wok en smelt de santen.

Bak het vlees daarna gedurende 10 min. in de wok.

Voeg nu de ketjap manis, de kokosmelk en de bloem toe.

Roer het geheel goed door elkaar.

Laat het geheel ca. 30 min. sudderen, met een deksel op de wok.

Tip:

Serveer het gerecht met rijst.

7

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

BBQ salade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Koken met een twist

Ingrediënten

6 schf ananas, in stukjes
2 appels, in stukjes
5 eieren, hardgekookte, in plakjes
500 g kip, gerookte, in dunne plakjes
1 blj maïs, crispy-, uitgelekt
1 pt mayonaise, yoghurt-
1 prei, grote, in hele dunne ringetjes (goed droog)
1 ptj selderij, uitgelekt

Bereiding.

Verdeel de ingrediënten laag voor laag met daartussen steeds een dun laagje yoghurt-mayonaise.

Strijk elke laag glad met de bolle kant van een lepel.

De volgorde:

1. selderij - dun laagje yoghurt-mayonaise
2. eieren - dun laagje yoghurt-mayonaise
3. kip - dun laagje yoghurt-mayonaise
4. maïs - dun laagje yoghurt-mayonaise
5. ananas - dun laagje yoghurt-mayonaise
6. appels - dun laagje yoghurt-mayonaise
7. eindig met een laagje prei

Dek de schaal af met huishoudfolie en zet deze tot gebruik in de koelkast.

Tips:

- Deze salade is het lekkerst als je hem een dag van tevoren al maakt.
- In een glazen schaal zijn de laagjes van deze salade mooi zichtbaar.

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

Beurre Chivry - Chivry boter.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Franse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta, Voer voor
gastronomen

Ingrediënten

20 g bieslook
125 g boter
20 g dragon
20 g kervel
20 g peterselie
20 g pimperl
25 g sjalot

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

Bereiding.

Maak de sjalot schoon en hak ze fijn.
Blancheer ze 5 min. in kokend water.
Laat de ui uitlekken.
Was de peterselie, de kervel, de dragon, de bieslook
en de pimperl.
Blancheer ze 2 min. in kokend water.
Laat ze uitlekken.
Pers ze uit en stamp ze fijn samen met de sjalot.
Roer de boter zacht en meng die door het
kruidenmengsel.
Druk het mengsel door een zeef.



Biefstukje in room en madeira.



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

Ingrediënten

1 biefstukje
1 sch madeira
- peper, versgemalen
1 sch room, slag-
- ui, gesnipperde
- zout

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

Bereiding.

Snijd het biefstukje in reepjes.
Vet het pannetje een beetje in.
Fruit de biefstukreepjes snel aan.
Bestrooi de biefstukreepjes met wat peper en zout.
Voeg de uisnippers toe aan de biefstukreepjes.
Laat de uisnippers even meefruchten.
Blus het gerecht met wat room en een scheutje madeira.

Bourgionne.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Mama kookt

Ingrediënten

½ tl knoflookpoeder
2 el mayo
2 tl paprikapoeder
- peper, versgemalen
1 tl uienpoeder
1 el wijn, rode
- zout

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

Bereiding.

Meng alle ingrediënten goed door elkaar.

Tip:

Lekker met chips en bij de gourmet.

Citrusdip.



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

Ingrediënten

½ citroen
5 g dille, verse
½ grapefruit
½ limoen
- peper, versgemalen
100 g spread, zuivel-,
naturel
- zout

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 50
Eiwit: 2 g
Koolhydraten: 1 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: - mg
Vet: 4 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 3 g
Vezels: 0 g
Groente: - g
Zout: 0,2 g

Bereiding.

Boen de citroen en de limoen schoon en rasp de gele en groene schil van de vruchten.

Pers de citroen en de grapefruit uit.

Snijd de dille fijn.

Meng de zuivelspread met een ½ el citroensap, 1 el grapefruitsap, een ½ tl citroenrasp en een ½ tl limoenrasp, versgemalen peper en evt. zout.

Doe het in een kommetje.

Breng de dip op smaak met versgemalen peper en evt. wat zout.

Bestrooi de dip met de dille.

Tip:

Lekker met vis.

Costoletta alla milanese - gepaneerde kalfskoteletten.



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

Ingrediënten

- bloem
- 100-150 g boter
- broodkruim, vers
- 1 citroen
- 2 eieren
- 2 koteletten, kalfs-
(zodik als het bot, het
vlees dun uitgeklopt)
- 1 el parmigiano
- zout

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

Bereiding.

Vraag de slager de koteletten goed plat te slaan.
Eenmaal thuis doe je het zo nodig nog eens over.
Leg het vlees tussen 2 velletjes plastic en mep er flink op met een lege wijnfles of iets dergelijks.
Bestrooi het vlees lichtjes met zout en haal het door de bloem.
Klop het teveel eraf.
Klop de eieren los in een diep bord en doe het kruim in een ander bord.
Haal de plakken vlees door het ei en deponeer ze in het broodkruim.
Paneer het vlees en druk het kruim goed aan.
Laat nu de boter in 1-2 koekenpannen bruisen en bak de schnitzels aan twee kanten bruin op een niet te hoog vuur (elke zijde ca. 5 min.).
Serveer de koteletten met een schijfje citroen.

Doritos® loaded kip kerrie.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: Doritos.nl

Ingrediënten

150 g ananas, verse, in stukjes
125 ml crème fraîche
1 zk Doritos® Sweet Chilli Pepper (170 g)
1 jalapeño, fijngesneden
2 el kerriepoeder
200 g kipstukjes (evt. vega)
- olie, olijf-

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

Bereiding.

Bak de (vega)kipstukjes in een pan met een beetje olijfolie goudbruin.
Voeg de kerriepoeder toe en bak het kort mee.
Roer de crème fraîche erdoor en laat het warm worden tot een romige saus.
Rooster de stukjes ananas met een brander of onder de grill tot ze licht gekarameliseerd zijn.
Verdeel de Doritos® Sweet Chilli Pepper over een schaal.
Schep de warme kip-kerriesaus over de Doritos® Sweet Chilli Pepper en top het af met de stukjes ananas en gesnipperde jalapeño.

Tip:

Lekker bij de barbecue.

Duitse worstsalade (wurstsalat).



Menugang: bij-, brunch-
, lunchgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo, Smulweb

Ingrediënten:

3 augurken, zoetzure
2 el azijn, wijn-, witte
250 g ham, schouder-,
in plakken
¼ paprika, rode
1 snf peper, zwarte,
versgemalen
1 el peterselie, verse
1 atl suiker, kristal
1 ui

Bereiding.

Snijd de ham (of worst) in smalle reepjes.
Pel de ui en snipper deze.
Snijd de augurkjes en de paprika in kleine stukjes.
Meng alle ingrediënten goed met elkaar.
Laat het mengsel minstens 1 uur intrekken.

15

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

Ei met ansjovis.



Menugang: Bijgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Linda, PastaSite.nl

Ingrediënten:

- eieren, hardgekookte
- peterselie
- 1 bl sardientjes

Bereidingstijd: 5 min.

Kooktijd: 11 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: -

Eiwit: - g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: - g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Bereiding.

Kook de eieren hard, laat ze onder koud water schrikken, pel ze en laat ze afkoelen.

Snijd ze hierna met een ei-snijder in dunne plakjes.

Scheur een stukje ansjovis af en leg deze op het plakje ei.

Leuk ze nog ietsjes op met peterselie.

Forelboter.



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

Ingrediënten

25 g boter, room-, op kamertemperatuur
- peper, versgemalen
75 g forel

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

Bereiding.

Doe de roomboter, forel en versgemalen peper naar smaak in de keukenmachine.
Laat alle ingrediënten goed mengen.
Proef of je de boter goed op smaak vindt.
Voeg anders nog wat peper toe.
Scheep de boter in een bakje of schaaltje en laat die vervolgens een uurtje opstijven in de koelkast.

Tip:

Lekker op toastjes of een mandje stokbrood.

Frisse dressing met mayonaise.



Menugang: Bijgerecht,
dressing
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: EetSpiratie.nl

Ingrediënten

2 el augurkennat (of
kappertjesvocht)
1-2 el mayonaise
- peper, versgemalen
- zout

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

Bereiding.

Roer het augurkennat (of het kappertjesvocht) en de
mayonaise goed door elkaar.
Breng de dressing op smaak met peper en zout.

Garnalen in ketjapsaus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Ria de Kock

Ingrediënten

1 el garnalen, gepelde
1 sch ketjap
1 mp maïzena
½ tl olie, sla-
- peper, versgemalen
1 sch sherry
½ el ui, gesnipperd
- zout

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

Bereiding.

Verhit de slaolie in uw gourmetpannetje en fruit hierin de uisnippers.
Voeg de garnalen toe en vervolgens de maïzena. Schep het geheel goed om.
Blus het dan met een scheutje ketjap en wat sherry en breng het gerecht op smaak met wat versgemalen peper en zout.

Gebakken gyoza met sojasaus en bosui.



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

Ingrediënten

1 gyoza met vlees-
vulling (schaaltje 150 g)
4 tl olie, zonnebloem-
4 tl saus, soja-
1 uitje, bos-

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 102
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 9 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 5 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 2 g

Bereiding.

Snijd de stengel bosui in dunne ringetjes.
Verhit 4 tl zonnebloemolie in 4 gourmetpannetjes en bak in elk pannetje 1 gyoza met vleesvulling in 6 min. lichtbruin en gaar (keer ze elke 2 min. om, zodat alle kanten worden gebakken).
Besprenkel elke gyoza met 1 tl sojasaus en garneer ze met de bosui.

Gegrilde kipvleugels met briedip.



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

Ingrediënten

5 g bieslook, verse
220 g brie, room-, Franse,
60+
2 citroenen
1 kg kippenvleugels
4 tn knoflook
80 ml olie, olijf-, milde
1 el oregano, gedroogde
½ tl peper, cayenne-
4 fl Tripel LeFort
50 g yoghurt, Griekse,
10%

Bereidingstijd: 35 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 700
Eiwit: 41 g
Koolhydraten: 4 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: 440 mg
Vet: 57 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 23 g
Vezels: 2 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Boen en rasp de gele schil van 1 van 2 citroenen en pers 1½ vrucht uit. Snijd de rest in parten.

Snijd de knoflook fijn.

Meng de olijfolie met de knoflook, de oregano, de cayennepeper, het citroensap, de citroenrasp, wat peper en evt. wat zout.

Meng de scharrelkippenvleugels met de marinade, dek ze af en marineer ze minimaal 60 min. in de koelkast.

Steek de barbecue aan.

Haal de kip uit de marinade en grill die op de barbecue in ca. 25 min. gaar (keer de kip regelmatig).

Bestrijk de kip halverwege nogmaals met de marinade.

Verwijder ondertussen de korst van de brie en doe 150 g ervan samen met de yoghurt in een kleine hakmolen.

Mix de brie in 3-5 min. tot een gladde en luchtige dipsaus.

Snijd de rest van de roombrie in kleine blokjes en verdeel die over de dip.

Snijd de bieslook fijn.

Bestrooi de kipvleugels met de bieslook en serveer ze met de briedip en de citroenpartjes.

Serveer de Tripel LeFort erbij.



De voedingswaarden zijn berekend exclusief het bier.

Gegrilde rode paprika's.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Griekse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: Wimpie 's

Ingrediënten

3 tn knoflook
150 ml olie, olijf-
6 paprika's, rode
- peper, versgemalen
- zout

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

Bereiding.

Plaats de paprika's in de oven onder een grill.
Draai ze af en toe een kwartslag tot ze aan alle kanten zwart zien.
Steek ze in een plastic zak en laat ze afkoelen.
Haal de schil er af.
Snijd de paprika's in de lengte door en haal de zaadjes eruit.
Versnipper de knoflook.
Plaats de paprika's en de knoflook in een schaal.
Kruid ze met peper en zout en besprenkel ze met olijfolie.
Meng ze goed en plaats ze een nacht in de koelkast.
Dien ze fris op.

Geroosterde wortels.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 3
Sterren: **
Bron: The answer is food

Ingrediënten

1 bs bospeen
1 el komijn
1 el korianderbolletjes

Vorb. tijd: 10 min.
Bereidingstijd: 30 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Snijd het groene gedeelte van de bospeen af.
Was alle bospeen af met water.
Doe alle kruiden en de olijfolie in een grote kom.
Voeg vervolgens de bospeen hier aan toe (zorg dat de kruiden goed verdeeld zijn door het goed door te roeren).
Leg de wortels op een bakplaat met bakpapier.
Bak de wortels 30 min. in de oven.

Haringsalade van Hendrick Storm.



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

Ingrediënten

1 appel, frisure
2 augurken, zure, fijn-
gesneden
15 g dille, fijngesneden
2 eieren
3 haringen, in piep-
kleine blokjes
1 tl mierikswortel
- peper, versgemalen
1 sjalot, fijngesnipperd

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

Bereiding.

Kook de eieren in 8 min. hard, laat ze schrikken onder koud stromend water en pel ze.

Snijd de eieren in plakken.

Snijd de ongeschilde appel in vier parten, verwijder het klokhuis en snijd de parten in dunne plakjes.

Schep de haring om met de sjalot, de augurk, de helft van de dille en de mierikswortel.

Breng het op smaak met versgemalen peper.

Verdeel de plakjes appel over een schaal en schep de haringsalade erover.

Leg de plakken ei erop en garneer het met de rest van de dille en versgemalen peper naar smaak.

Tip:

Lekker met roggebrood.

Italiaans brood.



Menugang: Bijgerecht,
hapje
Keuken: Italiaanse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Molen de Weert

Ingrediënten

250 g bloem
1 zk gist
6 el olie, olijf-
1 el rozemarijn, verse
(of tijm)
½ tl 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 onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng de bloem met de gist, 3 el olijfolie en 180 ml handwarm water.

Kneed het tot een elastisch deeg.

Maak er een bal van.

Bestuif het aanrecht met wat bloem en laat de bal afgedekt met een vochtige theedoek 1 uur rijzen.

Rol het deeg uit tot een lap van 1 cm dik en leg hem op een ingevette bakplaat.

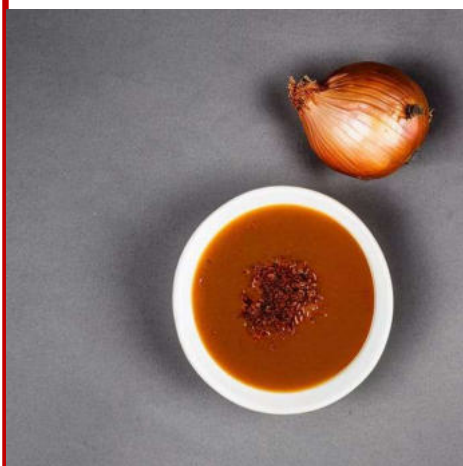
Bestrijk het deeg met 1 el olie en laat het nog 30 min. afgedekt rijzen.

Verwarm de oven voor op 220°C.

Prik met je vingers kuultjes in het deeg en bestrooi het met het zout en de kruiden en 2 el olie.

Bak het brood gedurende 20-25 min. goudbruin.

Jus.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: ***
Bron: Jumbo, Smulweb

Ingrediënten

50 g boter, room-
½ bouillonblokje
1 tl gemberpoeder
3 tn knoflook
1 el maïzena
5 tl paprikapoeder
1 snf peper, zwarte
1 ui
250 ml water
1 snf zout

Bereiding.

Los het bouillonblokje op in 250 ml gekookt water.
Laat boter lichtbruin worden en fruit de ui en de knoflook aan.
Blus het af met een beetje bouillon en roer de restjes los.
Voeg de paprikapoeder en de gemberpoeder toe.
Voeg bouillon toe naar keuze.
Los 1 el maïzena op in 2 el water en voeg net zoveel van het papje toe totdat de jus dik genoeg wordt.

26

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

Kalfscordon bleu internationaal.



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

Ingrediënten

3 ael bloem
2 eieren
2 pl ham
2 pl kaas, jong belegen
4 kalfsoesters
4 el olie
2 tl paprikapoeder
4 tk tijm

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.

Sla de kalfsoesters plat tot ze 1 cm zijn.
Maak met een scherp puntig mes in elk stukje vlees een insnijding, loodrecht op de vezel.
Manoeuvreeer het mes voorzichtig rond zodat er een zakje in het vlees ontstaat.
(Je kunt dit natuurlijk ook door de slager laten doen).

Snijd de plakjes ham en kaas doormidden.
Schuif telkens een half plakje ham en een stukje kaas met de tijm ertussen gevouwen in de vleeszakjes.

Maak de opening met een houten prikker dicht.
Meng de bloem en de paprikapoeder met elkaar en maak hiervan onder toevoeging van de eieren en 2 el water een dik beslag.

Laat in een pan de olie heet worden.

Haal de gevulde kalfsoesters door het beslag en bak ze daarna aan beide zijden goudbruin (4 min. aan elke kant op een getemperd vuur).

Kermis-stijl champignons met romige kruidensaus.



Menugang: Bij, hoofd-
gerecht, hapje, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ****
Bron: OptimaleRecepten.nl

Ingrediënten

Voor de champignons:

1 kg champignons, witte
2 g dille, gedroogde
2 g marjolein,
gedroogde
30 ml olie, bak-, neu-
trale
- peper, zwarte, vers-
gemalen
2 uien, grote
- zout, zee-

Voor de romige saus:

15 ml citroensap, vers
5 g dille, verse
2 tn knoflook
125 g mayonaise
- peper, zwarte, vers-
gemalen
250 g yoghurt, natuur-
lijke
- zoetstof, naar smaak
- zout, zee-

Bereiding.

Reinig de champignons zorgvuldig met een droge keukendoek of paddenstoelenborstel. Snijd evt. grote exemplaren in tweeën of vieren om een gelijkmatige garing te garanderen. Pel de uien en snijd deze in fijne halve ringen. Verhit de bakolie in een ruime koekenpan of wok op een hoog vuur tot deze goed heet is. Voeg de champignons toe en bak deze onder regelmatig roeren gedurende ongeveer 5-7 min. tot ze goudbruin beginnen te kleuren (het is belangrijk de champignons niet in een te volle pan te bereiden, zodat ze kunnen bakken in plaats van stomen).

Voeg de gesneden uien toe en bak deze mee tot ze glazig en zacht zijn (ca. 3-4 min.).

Breng het geheel op smaak met zeezout, versgemalen zwarte peper, gedroogde dille en marjolein (blijf regelmatig roeren om een gelijkmatige garing te verzekeren).

Bereiding van de saus.

Pel de knoflook en pers die fijn.

Meng in een kom de natuurlijke yoghurt met de mayonaise tot een homogene massa.

Voeg de geperste knoflook, fijngehakte verse dille en het citroensap toe.

Breng de saus op smaak met zeezout, zwarte peper en een kleine hoeveelheid zoetstof om de smaken in balans te brengen.

Afwerking.

Giet de bereide saus over de hete champignons en meng het voorzichtig door elkaar (de warmte van de champignons zorgt ervoor dat de saus licht opwarmt en de smaken zich optimaal kunnen mengen).

Tip:

- Serveer dit gerecht direct na bereiding, wanneer de champignons nog warm zijn en de saus romig. Het kan worden geserveerd als:
 1. een hartige snack tijdens borrels of feestjes,
 2. een bijgerecht bij een hoofdmaaltijd,
 3. een vegetarische hoofdmaaltijd met vers brood erbij.
- Hoewel dit gerecht het beste direct geserveerd kan worden, zijn eventuele restjes tot 2 dagen houdbaar in een luchtdichte verpakking in de koelkast. Verwarm de champignons voorzichtig in een pan op laag vuur op als u ze later wilt serveren.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 310
Eiwit: 8 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: - g
Natrium: 380 mg
Vet: 27 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: 3 g
Groente: - g
Zout: - g

Knapperige champignons.



Menugang: Bijgerecht,
hapje, snack
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
Amanda.ricetina.com

Ingrediënten

250 g champignons
100 g meel, paneer-
50 g bloem
2 eieren
1 tl knoflookpoeder
- zout, naar smaak
- peper, versgemalen,
naar smaak
- olie, olijf- (of boter),
voor het bakken

Bereidingstijd: 10 min.
Kooktijd: 15 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 300
Eiwit: 10 g
Koolhydraten: 30 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 15 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Maak de champignons schoon met een vochtige doek en dep ze goed droog.

Zet 3 borden klaar: één met bloem, één met de licht geklopte eieren en één met paneermeel gemengd met knoflookpoeder, zout en peper. Dip elke champignon eerst in de bloem, schud het teveel af, dan in het ei en tot slot door het paneermeel.

Druk het paneermeel goed aan voor een krokante laag.

Verhit een goede scheut olijfolie of een klontje boter in een pan (met dikke bodem) op een middelhoog vuur (wacht tot de olie heet genoeg is om te sissen bij aanraking).

Bak de champignons in porties, zodat je de pan niet overvol maakt.

Afhankelijk van de grootte bak je ze ca. 3-4 min. per kant, totdat ze goudbruin en knapperig zijn.

Laat ze uitlekken op keukenpapier.

Serveer de knapperige champignons warm als bijgerecht, of als borrelhapje met een lekkere dipsaus zoals aioli of een yoghurtsaus met kruiden.

Tips:

- Zorg ervoor dat de champignons goed droog zijn voor het paneren.
- Bak in kleine porties; te veel in één keer gaat ten koste van de krokante textuur.
- Proef het paneermeel mengsel voordat je het op de champignons doet; pas de kruiden aan naar jouw smaak.
- Voor extra smaak, voeg verse kruiden toe aan het paneermeel, zoals peterselie of oregano.

Variaties:

- Voeg geraspte Parmezaanse kaas toe aan het paneermeel voor een extra smaakdimensie.
- Gebruik verschillende kruiden zoals paprikapoeder of komijn voor een speciale twist.
- Maak het pittig met cayennepeper of een scheutje Sriracha in het eimengsel.

Krissat - anijsbroodjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Marokkaanse
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: Carta

Ingrediënten

2 el anijszaadjes
1 tl bakpoeder
500 g bloem
80 g boter, zachte
1 ei
7 g gist
250 ml melk
2 el sesamzaadjes
100 g suiker
1 snf zout

Extra:

1 ei
- olie
- sesamzaad

Bereiding.

Meng alle ingrediënten (behalve de anijs en de sesam) in een kom en kneed het tot een soepel deeg.

Voeg, als je bijna klaar bent met kneden, de anijs en de sesam toe.

Kneed de zaadjes er goed door heen.

Vet je handen in met een beetje olie en maak 12 balletjes van het deeg.

Laat ze 60 min. op een bakplaat in de oven, die je van tevoren heb verwarmd met een pannetje heet water, rijzen.

Haal de bakplaat uit de oven.

Verwarm de oven op 200°C.

Bestrijk de bolletjes met het extra ei en strooi er wat sesam op.

Bak de anijsbroodjes ca. 12 min. in de oven (200°C).

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: 12 min.

Wachttijd: 60 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

Lamssaté met pindasaus.



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

Ingrediënten

½ tl chilipoeder
2 tn knoflook, geperst
½ tl komijn, gemalen
450 g lamshaas
1 tl limoensap, vers
1½ dl melk, kokos-
1 el olie, mais-
1 el pasta, curry-, milde
6 el pindakaas, met
stukjes noot
1 tl tomatenpuree
1 ui, gesnipperd
1 dl water, koud

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

Bereiding.

Snijd het lamsvlees met een scherp mes in dunne plakken.
Doe het vlees in een grote schaal.
Meng de currypasta, de kokosmelk, de knoflook, de chilipoeder en de gemalen komijn in een kom.
Giet dit mengsel over het vlees en schep alles goed om.
Laat het afgedekt 30 min. marineren.
Maak intussen de satésaus.
Verhit de olie in een grote wok en roerbak de ui 5 min.
Zet vervolgens het vuur lager en bak de ui nog eens 5 min.
Voeg al roerend de pindakaas, de tomatenpuree, het limoensap en het koude water toe tot alles goed is vermengd.
Rijg het vlees aan houten spiesen en bewaar de marinade.
Grill de saté 6-8 min. onder een hete grill.
Keer de spiesen eenmaal.
Giet de bewaarde marinade in de wok en laat hem 5 min. koken. Serveer de lamssaté met de pindasaus.

Tip:

Week houten spiesen eerst 30 min. in koud water. Zo voorkomt u dat ze verbranden.

Madras kruidenmengsel.



Menugang: Bijgerecht,
kruidenmix
Keuken: Indiase
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta, Tallsay.com

Ingrediënten

1 el chilipeper
2 el gemberpoeder
4 el kaneel, gemalen
2 el kardemom,
gemalen
6 el komijnzaad
8 el korianderzaad
1 el kruidnagels,
gemalen
2 el kurkuma
1 el mosterdzaad
1 el nootmuskaat,
gemalen
2 el peper, witte,
gemalen
6 el peper, zwarte,
gemalen
1 el venkelzaad

Bereiding.

Neem een bij voorkeur granieten vijzel en vul deze met alle kruiden.
Meng allereerst de kruiden en stamp en wrijf de kruiden vervolgens fijn.
Bewaar de kruiden in een afgesloten pot.

Tips:

Het kruidenmengsel wordt gebruikt in hete curry's, lamsvlees en kip.

33

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

Salade met lamsham.



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

Ingrediënten:

1 el azijn, wijn-, rode
1 bkg daikonkers
100 g ham, lams-
1 limoen
1 tl mosterd, pittige
1 el olie, basilicum-
4 el olie, olijf-, extra
vierge
- peper, versgemalen
50 g rucola
50 g sla, veld-
- zout, versgemalen

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.

Rasp een ½ el schil van de limoen.

Klop een dressing van de azijn, de mosterd, de olie en de limoenschil en breng het op smaak met zout en peper.

Vermeng de rucola met de veldsla en knip de daikonkers erboven.

Bestrijk één kant van de lamsham dun met basilicumolie en rol de plakjes 'nonchalant' op. Leg ze op de salade en schenk de dressing erover.

Druppel vlak voor het serveren nog wat olie en limoensap over de salade.

Salsa van geroosterde paprika.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 8
Sterren: ***
Bron: Boodschappen.nl,
DekaMarkt

Ingrediënten

2 el azijn, wijn-, rode
2 el kappertjes
3 el olie, olijf-, extra
vierge
1 pt paprika,
geroosterde (295 g)
- peper, versgemalen
10 g peterselie, platte
1 sjalot
- zout

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 65
Eiwit: 1 g
Koolhydraten: 3 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 6 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 1 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 0,3 g

Bereiding.

Laat de pot geroosterde paprika's uitlekken, verwijder de knoflook en snijd het vruchtvlees fijn.

Snipper de sjalot en hak de platte peterselie fijn.

Meng de paprika, de sjalot en de peterselie met de kappertjes, de olijfolie en de rodewijnazijn.

Breng de salsa op smaak met zout en versgemalen peper.

Tip:

Je kunt de salsa afgedekt maximaal 2 dagen in de koelkast bewaren.

Seroendeng II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta, TallSay.com

Ingrediënten

1 tl gember, Thaise,
gemalen (djinten)
1 el gula djawa
(palmsuiker)
1 tn knoflook
250 g kokos, geraspte
1 tl korianderzaad,
gemalen (ketoembar)
- olie, plantaardige-
50 g pinda's
1 el sap, citroen-
1 ui
1 mp zout

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

Bereiding.

Seroendeng is een droge mix van pinda's, kokos, ui, knoflook en kruiden die gebruikt wordt als een bijgerecht bij witte rijst om deze extra smaak te geven.

Rooster de kokos op een zacht vuurtje (schep de kokos voortdurend om).

Pureer de ui en de knoflook.

Fruit de knoflook en ui in 1 el olie.

Voeg nu de kruiden, het zout en de kokos toe.

Voeg na 10 min. de pinda's, het citroensap en de palmsuiker toe.

Spreek de seroendeng uit op een ovenplaat om te laten drogen.

Spareribs rub.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Porties: 2
Sterren: ***
Bron: BBQ-junkie

Ingrediënten

2 tl knoflookgranulaat
1½ tl mosterdpoeder
2 el paprikapoeder,
gerookt
1½ tl peper, cayenne-,
gemalen
1½ el peper, zwarte,
versgemalen
4 el suiker, basterd-,
donkere
1½ tl uienpoeder
1½ el zout

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

Bereiding.

De genoemde ingrediënten zijn goed voor 2 flinke strengen spareribs. Vermenigvuldig de ingrediënten om meer spareribs te bereiden met deze rub of om een voorraadje aan te leggen.....

Neem een mengkom en meng hierin alle ingrediënten tot een rub.

Gebruik de rub vervolgens om je spareribs te kruiden of giet de rub over in een droge, goed afsluitbare pot.

Spiegeleieren (uit de oven).



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

Ingrediënten

- boter
4 eieren
- peper, versgemalen
- zout

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

Bereiding.

Schuif het rooster op de bovenste richel in de oven.

Verwarm deze 10 min. voor (electrisch 230°C, hetelucht 210°C, gas stand 8).

Smelt de boter in een platte vuurvaste schaal tijdens het voorverwarmen in de oven (laat de boter niet bruin worden).

Neem de schaal uit de oven.

Breek de eieren en leg ze naast elkaar in de schaal (zorg dat de dooiers heel blijven).

Plaats de schaal in de oven en bak de eieren tot het wit is gestold (laat de randjes niet bruin worden).

Bestrooi de spiegeleieren voor het opdienen met zout en versgemalen peper.

Tuinbonensalade.



Menugang: Bij-, hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Pims-Pages.com

Ingrediënten

½ citroen, sap van
150 g hamblokjes
2 tn knoflook, fijn-
gesneden
2 tl komijn, gemalen
1 komkommer, in
stukjes
3 el olie, olijf-
- peper, zwarte, vers-
gemalen
½ bs peterselie, verse,
fijngesneden
150 g spek, Zeeuwse, in
blokjes
2 tomaten, middelgrote,
verse, in stukjes
1 pt tuinbonen (HAK)
1 ui, kleine, in stukjes
- zout

Bereiding.

Meng de goed uitgelekte en afgespoelde tuinbonen, de tomaat, de ui, de hamblokjes, de Zeeuwse spek en de komkommer in een saladekom.

Schep de knoflook, de peterselie, het citroensap en de olijfolie er doorheen.

Breng de salade op smaak met komijn, zout en peper.

Tips:

De salade kan koud of op kamertemperatuur geserveerd worden.

Lekker met vers gebakken stokbrood en kruidenboter.

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

Zalmpannetje.



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

Ingrediënten

1 el honing
1 tn knoflook
4 tl olie, zonnebloem-
½ peper, rode
3 el saus, soja-
½ tl sesamzaad
1 uitje, bos-
300 g zalmfilets
(diepvries), ontdooid

Bereidingstijd: 7 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 200
Eiwit: 16 g
Koolhydraten: 5 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 12 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 3 g
Vezels: 0 g
Groente: - g
Zout: 1,5 g

Bereiding.

Vet het pannetje licht in.
Verhit het pannetje.
Bestrooi intussen het zalmfiletje met wat viskruiden.
Bak het zalmfiletje snel aan beide kanten bruin.
Doe het zalmfiletje over op u bord.
Bak de bosui en olijf even aan.
Laat de bosui en olijf op het zalmfiletje glijden.
Doe er een toefje barbecuesaus op.

Zoete mangochutney.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Hoeveelheid: 3,75 dl
Sterren: **
Bron: -

Ingrediënten

¾ dl azijn
½ tl chilipoeder
3 pl gember
2 kardemompeulen
2 tn knoflook
2 kruidnagels
225 g mango
2 tl mosterdzaad
50 g rozijnen
100 g suiker
¼ tl zout

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

Bereiding.

Schil de mango's, snijd ze in plakjes en zet ze 3 uur met de helft van de suiker in een pan.

Maak de knoflook, de gember, het mosterdzaad, de kardemoms en de kruidnagels fijn.

Vermeng al deze ingrediënten en voeg de azijn, het chilipoeder en het zout toe.

Doe het mengsel in een pan, voeg de rest van de suiker toe en laat het 10-15 min. koken..

Voeg de mangoplakjes toe, meng het goed door elkaar en laat het nog 10 min. koken.

Meng het opnieuw goed en roer er de rozijnen bij.

Doe de chutney in één of meerdere (met heet water en soda) schoongemaakte potten.

Sluit de potten.

Laat de potten op hun kop afkoelen.

Zuid-Indiase kerrie-eieren.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indiase
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman,
Hindoeefood.eu, Johan
Drenth

Ingrediënten

1 el bloem
100 g boter
2 citroenen
6 eieren
1 tl geelwortelpoeder
(koenjit)
± 2 cm gember, verse
4 tn knoflook
1 pk kokosmelkpoeder
- korianderblad
2 dl melk
2 pepers, rode
1 ui
- zout

Bereiding.

Pel en snipper de ui en de knoflook.
Snijd de pepers (zonder zaadjes) in stukjes.
Schil en rasp de gember.
Kook de eieren hard, pel ze en houd ze warm.
Pers 1 citroen uit, snijd de andere in schijfjes.
Verhit de boter in een braadpan.
Fruit de ui en de knoflook 5 min.
Bak de pepers en de gember 3 min. mee.
Roer het geelwortelpoeder en de bloem erdoor.
Voeg langzaam de melk, 2,5 dl water en het kokosmelkpoeder toe.
Breng het al roerend aan de kook.
Voeg naar smaak citroensap en zout toe.
Halveer de eieren en leg ze met de bolle kant naar
boven in een schotel.
Schenk de saus erop.
Garneer met het gerecht met schijfjes citroen en
korianderblad.

42

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

Gebruikte afkortingen.



v2.5

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



v2.5

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

