



Ruud 's Kookboek

Appelrecepten IV v0.2

Inhoudsopgave.

Gebakken appels met Nutella®.....	3
Haide bliksem - hete bliksem.....	4
Gebruikte afkortingen.....	5

Gebakken appels met Nutella®.



Menugang: Nagerecht
Keuken: Duitse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Nutella.com

Ingrediënten

4 appels, zachte (Boskoop of Cox Orange)
50 g boter, zachte
¼ citroen, sap van
50 g hazelnoten, grof gehakte
½ tl (1 g) kaneel
60 g Nutella®
30 g rozijnen
100 ml sap, appel-
90 g suiker, kristal-

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

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C en plaats het rooster in het midden van de oven.

Snij de bovenkant van de appels en bewaar deze voor later.

Schep de pitjes en een beetje vruchtvlees eruit en leg de appels in een ovenschaal.

Meng in een kleine schaal de boter met 70 g suiker, de kaneel, de rozijnen en de hazelnoten.

Vul elke appel met dit mengsel.

Verhit in een kleine pan het appelsap met het citroensap en de resterende suiker en giet dit over de appels.

Dek de schaal goed af met aluminiumfolie en laat de appels 25 min. bakken.

Haal de folie van de schaal en plaats de bovenkanten van de appel terug op de appels.

Laat ze nog eens 10 min. bakken.

Haal de appels uit de oven, laat ze enigszins afkoelen, vul elke appel met 15 g Nutella® en dien ze op.



Haide bliksem - hete bliksem.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Groningse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: IGoGroningen.nl

Ingrediënten

1 kg aardappelen
5 appels, grote
30 g boter, room-, ongezoeten
75 ml melk, volle
4 el mosterd, Zaanse, grove
- peper, versgemalen
1 rookworst (à 250 g)
3 uien, middelgrote
1 tl zout
- 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 aardappelen en snijd ze in gelijke stukken.
Snipper de uien grof.
Schil de appels, verwijder het klokhuis en snijd het vruchtvlees in stukjes van 1 cm.
Doe de aardappelen, de ui en de stukjes appel in een pan en giet er zo veel water over dat alles net onder staat.
Voeg 1 tl zout toe en breng het aan de kook.
Kook het in ca. 20 min. gaar.
Verwarm ondertussen de rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Giet de aardappelen af en voeg de boter en de melk toe.
Stamp het fijn met de pureestamper en breng het op smaak met versgemalen peper en zout.
Schep $\frac{2}{3}$ van de zoete appels erdoor en verdeel de rest erover.
Leg de rookworst erop en serveer die met de mosterd.

Tips:

- Je kunt evt. spekjes toevoegen aan de haide bliksem.
- Gebruik als appel bij voorkeur Jonagold, Pink Lady of Groninger Kroon (het mag ook een combinatie zijn).

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)

