

A chef in a white uniform is stirring a pot in a kitchen. The chef's hands are visible, holding a black-handled whisk. The background is a blurred kitchen setting with a stove and control panel. The text is overlaid on the bottom half of the image.

één handig kookboek

*Het kookboek voor mensen met één hand
en anderen die niet zo handig in de keuken zijn*

Bedankt

Dit één handig kookboek toont wat je met wilskracht kunt bereiken: ondanks fysieke beperkingen tovert u fantastische gerechten op tafel. Heerlijke recepten, eenvoudig te bereiden, zelfs met één hand. Bovendien steunt u met de aanschaf van dit boek het goede doel.

Het boek is tot stand gekomen door de samenwerking van mensen en organisaties die allemaal op hun eigen manier van doen hebben met mensen met een lichamelijke beperking.

Het allereerste initiatief is van Anita van Gelder. Zij verzamelde en bewerkte recepten en voorzag die van kleurrijke illustraties. Jan-Willem Meijer, de behandelend arts van Revalidatiecentrum Tolbrug, reageerde attent. Van hem komt het initiatief om de recepten en illustraties uit te geven in een boek. Daardoor komen de recepten beschikbaar voor de grote groep mensen die ondanks lichamelijke beperkingen tóch een goed gerecht op tafel willen zetten.

De Stichting Vrienden van het Revalidatiecentrum Tolbrug ondersteunt het initiatief. Zij zocht mensen die de productie en vormgeving verzorgden. Ook werd een aantal topkoks bereid gevonden in woord, beeld en daad een bijdrage te leveren aan het boek. Financieel werd het boek mede mogelijk gemaakt door mensen en organisaties die door middel van sponsoring een financiële bijdrage leverden. De samenwerking met Nationale Vereniging de Zonnebloem is aangegaan om het kookboek onder de aandacht te brengen van lichamelijk gehandicapten. Voor hen is dit boek in de eerste plaats bestemd.

De Zonnebloem en de 'Vrienden' danken Joost van Sluijters en Patrick Lijdsman voor hun enorme inzet om het kookboek onder tijdsdruk te schrijven en vorm te geven.

De volledige opbrengst van dit kookboek gaat naar Stichting Vrienden van de Tolbrug ten behoeve van aanpassingen aan het revalidatiecentrum en naar de Zonnebloem voor activiteiten voor lichamelijk gehandicapten in de leeftijd van 18 tot 45 jaar.

één handig kookboek

*Hét kookboek voor mensen met één hand
en anderen die niet zo handig in de keuken zijn*

Anita van Gelder

Nico Boreas

Thijs Vis

Margo Reuten

Ronald Tausch

Harrie Hendriks



l'Amour

Als sterrenkok leef je in een bevoorrechte positie. Ik reis de hele wereld over, werk in goed geoutilleerde keukens en met de mooiste ingrediënten. Toch beseft ik heel goed, dat de werkelijke kern van koken een andere is. Je bent dienstbaar. Je maakt iets moois en lekkers om daar een ander mee te verwennen. En dat kan op elk niveau. Ik vind het mooi en zelfs oprecht ontroerend om te zien hoe een sterke vrouw als Anita van Gelder juist met koken haar positie in het gezin weer bevochten heeft. Een vrouw die feitelijk door de medici was afgeschreven, staat nu weer in het middelpunt van de belangstelling en in het middelpunt van haar gezin. Zo mooi kan koken ook zijn.

In de recepten die Anita hier presenteert, wordt geen gebruik gemaakt van complexe technieken en dure ingrediënten. Ze beseft dat het belangrijkste ingrediënt in een maaltijd toch altijd nog de passie is waarmee het gemaakt is. 'l'Amour' roep ik dan altijd, er moet 'l'amour' in een maaltijd zitten. Dat zit in haar maaltijden én dat zit in dit boek. Ik vind het mooi om te zien hoe een aantal van mijn collega-koks het idee omarmd heeft. Met één arm. Ook zij hebben gekookt met een handicap en zullen zich nu dagelijks realiseren hoe gezegend ze zijn, dat het dagelijks anders kan.

Toch zijn het niet hun recepten, maar die van Anita van Gelder, die dit boek bijzonder maken. Gedegen recepten, die voor mensen met een handicap werkelijk goed te maken zijn. Dit één handig kookboek is daarmee ook voor alle tweehandigen die naar eigen zeggen 'nog geen ei kunnen bakken' een boek om op het aanrecht te laten liggen. Chapeau.

Cas Spijkers

Eén handig

Anita van Gelder was voedingsdeskundige in het ziekenhuis. Hetzelfde ziekenhuis waar ze na maanden uit haar coma ontwaakte, nadat ze een hersenbloeding kreeg tijdens een riskante operatie. Anita raakte halfzijdig verlamd. Waar Anita eerder rechtshandig was, moest zij nu linkshandig verder in het leven, moeilijk pratend en zich verplaatsend in een rolstoel. Een ander zou wellicht verbitterd bij de pakken neer gaan zitten. Anita echter probeerde haar plaats in het gezin weer te veroveren en verzamelde recepten die zij met haar beperking nog wel kon bereiden. Het werd een indrukwekkende verzameling.

Tegelijkertijd ontdekte Anita van Gelder een nieuw talent bij zichzelf. Met kleurpotloden en engelengeduld maakte zij bij veel van de recepten kleurrijke illustraties. Zo ontstond een fraaie en omvangrijke verzameling recepten, die we hier graag aan u presenteren.

Anita is blij met dit boek. Niet alleen omdat de opbrengst van het boek ten goede komt aan de stichting die het centrum waar ze gerevalideerd heeft ondersteunt en aan De Zonnebloem, waar ze zich 'gast' mag noemen. Maar met name ook, omdat anderen, die slechts met één hand in de keuken staan, met dit boek een handvat krijgen om verrassende zaken op tafel te zetten.

Een flink aantal topkoks omarmden haar sympathieke initiatief; met één arm. Want ook zij gingen de uitdaging aan eens met één hand te koken. Margo Reuten, Nico Boreas, Ronald Tausch, Thijs Vis en Harrie Hendriks ervoeren voor één keer de harde werkelijkheid waar Anita van Gelder dagelijks in leeft en kookten intussen de sterren van de hemel.

Een ieder die, zonder enige handicap, beweert 'nog geen ei te kunnen bakken' krijgt met dit kookboek gereedschap in handen, waarmee die bewering gelogenstraf kan worden. Als Anita dit met één hand op tafel weet te toveren, moet dit een kans voor u zijn, die u met beide handen aangrijpt.

Inhoudsopgave

Voorwoord Cas Spijkers	5
Iets meer over Anita van Gelder	6
Inleiding door Anita van Gelder	8
Koken met één hand; de techniek	9
Tips over één handig koken	10
Nico Boreas kookt met één hand	14
Recept van Nico Boreas	18
Lunchgerechten	20
Harrie Hendriks kookt met één hand	34
Recept van Harrie Hendriks	38
Voorgerechten	40
Thijs Vis kookt met één hand	56
Recept van Thijs Vis	60
Hoofdgerechten	62
De medisch specialist aan het woord	86
Ziektegeschiedenis	88
Revalidatiecentrum de Tolbrug en de Zonnebloem	89
Ronald Tausch kookt met één hand	90
Recept van Ronald Tausch	94
Bijgerechten	96
Margo Reuten kookt met één hand	108
Recept van Margo Reuten	112
Nagerechten	114
Anita van Gelder kookt met één hand	134
Index	136

Veel kookplezier

Ik heb dit boekje geschreven uit eigen ervaring, omdat er niet zoveel bestond over het koken met één hand, terwijl er veel mensen zijn die maar één hand kunnen gebruiken. Met dit boek en een aangepaste keuken gaat het dan gemakkelijker. Vooral die keuken is voor mij belangrijk. Tijdens het snijden kan ik niet lang blijven staan. Als je een aangepaste keuken hebt, kun je met bijvoorbeeld een trippelstoel gemakkelijk onder het aanrecht.

Je kan door allerlei omstandigheden in een situatie terecht zijn gekomen waarbij je maar één hand kunt gebruiken. Zelf heb ik ervaren dat als je altijd rechts bent geweest, het zeer lastig is, om met maar één linkerhand te koken. Dat komt vooral doordat het snijden dan zo onnatuurlijk aanvoelt. Maar het is wel mogelijk.

Om met één hand te koken moet je wel hulpmiddelen hebben. Deze zijn over het algemeen te koop bij de thuiszorg en anders moet je dat zelf uitvinden. Mijn ervaring heeft geleerd: de eenvoudigste dingen zijn vaak het handigst. Je kunt in ieder geval niet zonder een spijkerplankje en een keukenmachine. Op dat spijkerplankje kun je van alles snijden en vastzetten. Je kunt ook veel gesneden groenten kopen, maar dat is allemaal nogal duur. Een anti-slipmatje is ook wel handig. Dan kan er ook niets verschuiven. Als laatste is ook het gebruik van hele scherpe messen aan te bevelen. Daarnaast zijn er speciale mesjes, zoals voor tomaten, die je zeker moet gebruiken. Een mes met een scherpe punt moet ook bij je basisuitrusting horen. Dat is immers handig bij het snijden van onder andere aardappels, komkommer, uien en champignons.

De recepten die nu volgen zijn met één hand te maken. Ik heb ze daar zorgvuldig op uitgezocht. Bij geen van de recepten heb ik een totale bereidingstijd aangegeven. Die is immers nogal afhankelijk van je handicap. De praktijk leert, dat je veel tijd nodig hebt. Het resultaat is er echter naar. Veel kookplezier.

Anita van Gelder

Technieken

Wat je in ieder geval nodig hebt om een eenhandige keukenprins of -prinses te worden is:

Een spijkerplankje

Hiermee kun je bijvoorbeeld groenten vastzetten. Het plankje is te verkrijgen bij de Thuiszorg.

Een keukenmachine

Een keukenmachine kan allerlei rasp-, snij-, kneed- en klopwerk van je overnemen.

Scherpe messen

Hoe scherper een mes is, hoe gemakkelijker het werkt. Zorg in ieder geval ook voor een mes met een scherpe punt.

Dunschiller

Natuurlijk om aardappels mee te schillen, maar je ontdekt al gauw andere toepassingsmogelijkheden.

Eiersnijder

Voor eieren, maar je zal ervaren dat je zo'n eenvoudige snijder ook kunt gebruiken voor andere zaken. Voorgekookte aardappels in plakjes snijden bijvoorbeeld.

Antislip mat

Zorgt ervoor dat de materialen waarmee je aan het werk bent niet wegschieten.

Tang

Hiermee kun je vlees en vis omdraaien. Het gaat om zo'n tang die ze in de friettent gebruiken voor de snacks.

Een kam

Een kam is te koop bij een speciaalzaak. Ik gebruik hem voor de uien en onder andere om aardappelschijfjes te maken.

Een klem

Dat mag bijvoorbeeld een haarklem zijn.

En verder een vergiet, een goede scherpe schaar, een staande rasp en een goed gebit. Dat laatste zal je ook merken als je de topkoks aan het werk ziet in dit boek. Je mond is in veel gevallen het houvast dat je weggevallen tweede hand over kan nemen.

Tips uit de eerste hand

Spijkerplankje

Als je het spijkerplankje gaat gebruiken moet je eerst het aanrecht nat maken. Aan de onderkant van het plankje zitten namelijk zuignappen en die kunnen zich op die manier het beste vastzuigen.

Friet zelf maken

Schil de aardappels met een dunschiller en een spijkerplankje. De aardappels over de lengte in vieren snijden. Daarin zit de truc. Met hele aardappels moet je in een frietsnijder veel te veel kracht zetten en je hebt immers maar één hand. Deze aardappelkwarten laten zich vervolgens in de frietsnijder gemakkelijk snijden.

Groenten snijden

Komkommer schoonmaken gaat heel gemakkelijk met een dunschiller. Leg een handdoek op je schoot, daarop de komkommer en dan schillen maar. De komkommer in pakjes snijden kun je op het spijkerplankje met de ‘kam’ doen. Zet de ‘kam’ in de komkommer en snijd nu met een scherp mes tussen de spijltjes. Natuurlijk kan dit snijden ook in de keukenmachine en dat gaat uiteraard aanzienlijk vlugger.

Uien in ringen snijden. Maak de uien eerst schoon op het spijkerplankje. Zet nu de ‘kam’ in de ui en snijd dan tussen de spijltjes met een scherp mes. Ook uien in ringen snijden gaat overigens perfect in een keukenmachine.

Ook het snijden van champignons en bijvoorbeeld aardbeien kan met de ‘kam’. Zelf gebruik ik voor dit soort klusjes echter ook vaak de eiersnijder.

Smeren van bijvoorbeeld brood

Als je brood en dergelijke wilt smeren, gaat dat het beste met een haarklem. Je moet het brood simpelweg aan het bord vastklemmen met de klem, zodat het niet wegschiet.

Vloeibare ingrediënten afmeten

Als je van iets een afgestreken eetlepel moet hebben is dat met één hand zeer moeilijk te doen. Het gaat nog wel met bijvoorbeeld meel of suiker maar niet met vloeistof. De volgende methode kun je gebruiken om vloeistoffen toch makkelijk af te kunnen meten. Als je bijvoorbeeld twee eetlepels van een bepaalde vloeistof moet hebben, dan neem je eerst deze hoeveelheid in water (met de kraan kun je namelijk makkelijk een lepel water afmeten). Deze hoeveelheid water doe je in een kopje. Vervolgens kijken waar het water staat en dat even onthouden. Dan water weggoeien en vervolgens het kopje met de juiste vloeistof vullen tot aan de hoogte waar het water stond.

Aardappels en rijst

Voor het afgieten van gekookte aardappels en groente kun je een vergiet gebruiken. Voor rijst moet je natuurlijk een zeef gebruiken. Voor het koken van rijst kun je ook builtjes gebruiken; die zijn voorverpakt te kopen.

Vlees snijden

Het omdraaien van gebakken vlees gaat gemakkelijker met een tang. Vlees snijden is niet gemakkelijk met één hand. Je kunt het beter laten doen door de slager. Wil je het zelf doen, dan heb ik een tip: laat bevroren vlees voor ongeveer de helft ontdooien. Zet het dan even vast op je spijkerplankje en het snijden gaat een stuk makkelijker.

Kruiden fijnsnijden

Kruiden fijnsnijden is natuurlijk ook lastig met één hand. Ik doe ze meestal in een kommetje en knip ze dan met een keukenschaar. Natuurlijk kun je ook hier heel goed een keukenmachine voor gebruiken. Sommige machines hebben een speciaal klein bakje voor kruiden snijden.



Gehakt maken

Het aanmaken van gehakt met ei en beschuit vereist een speciale techniek. Gebruik twee kopjes: in het ene een ei kloppen en in het andere de beschuit doen. Leg een anti-slipmatje op het aanrecht (of het spijkerplankje) voor het vastzetten van de kopjes. De beschuit fijn maken. Je kunt ook paneelmeel gebruiken maar een beschuit is wel lekkerder. Vervolgens alles in een kom doen. Eerst het gehakt, dan het ei en als laatste de beschuit (of het minder lekkere paneermeel).

Balletjes draaien

Het draaien van ballen voor in de soep vergt ook een eigen techniek: leg het gehakt op het aanrecht, pak een hoeveelheid gehakt voor één bal met je vingers en maak een draaiende beweging over het aanrechtblad.

Raspen

Het raspen van een citroenschil of sinaasappelschil gaat uiteraard ook met een keukenmachine. Als het om niet te veel gaat, werkt een staande rasp die je vast kunt zetten op het spijkerplankje, ook perfect.

Stamppot maken

Het maken van stamppot. Ook dit kun je in een keukenmachine doen. Alles wordt dan wel veel fijner en wat slijmeriger dan bij handmatig stampen. In een keukenmachine gaat het bovendien lekker snel, maar je moet ook veel afwassen. Ik zou dus zeggen: handmatig stampen. Zet op het spijkerplankje een kom of een pan vast, nu kun je met een stamper de aardappels en groenten fijnstampen .



Appel boren

Het verwijderen van het klokhuis van een appel vraagt om het juiste gereedschap. Zet de appel vast op het spijkerplankje (net als een kom). Met een appelboor kun je nu het klokhuis moeiteloos verwijderen.

Deeg rollen

Het rollen van deeg. Dit gaat het makkelijkst met een speciale deegroller voor één hand (let er wel op dat deze moeilijk verkrijgbaar zijn). Natuurlijk kun je het met een gewone deegroller ook proberen. Thijs doet dat in dit boek door met de vlakke hand op het midden van de deegroller te duwen.

Openen van blikken of potten

Potten op het spijkerplankje zetten en draaien maar. Het makkelijkste zijn natuurlijk de blikken die een lipje hebben. Andere blikken zul je met behulp van een elektrische opener moeten openen .



We gaan natuurlijk niet veertig minuten wachten

"Je moet geduld en tijd hebben om met één hand te koken," stelt Nico Boreas, chef en eigenaar van restaurant Boreas in Heeze. "Geduld heb ik niet veel en tijd al helemaal niet," verklaart hij desgevraagd. En dat klopt: sinds Boreas onderscheiden werd met een Michelinster zitten zowel de lunch als het diner erg vol en is het voor de ambitieuze Boreas aanpoten. Het ontpitten van een avocado met één hand, gaat dan al gauw te lang duren. Maar Nico houdt zijn hand met rood/witte theedoek volgens afspraak op de rug en slaagt met glans voor dit examen. Het sjalotje geeft meer problemen en schiet meerdere keren weg. "Het helpt als je gewoon een gevouwen theedoek op de snijplank legt," stelt Nico. "Dan schieten zaken niet zo gauw weg."

Boreas Nico Boreas

Nico Boreas is een vakman die bij de grote drie van de Nederlandse keuken achter het fornuis heeft gestaan: Kranenburg, Spijkers en Hermsen, voordat hij in 2001 met zijn eigen zaak begon. Kenners beweren dat alleen al de amuses die hij serveert, de moeite waard zijn om naar Heeze af te reizen. Wij geloven het. Boreas is met een zo groot vakmanschap aan het werk, dat alles wat hij doet gauw gemakkelijk lijkt. Daarbij is het een man van voorbereiding: "Kijk, deze tomaatjes moeten nu tien minuten op 180 graden en dan een half uurtje op 100 graden de oven in," Boreas lacht, want als een volleerd televisiekok tovert hij het resultaat al te voorschijn. "We gaan natuurlijk niet veertig minuten wachten. Dit had ik al klaar staan."

Boreas moet gewend zijn met een handicap te koken, want ergens in zijn indrukwekkende en afwisselende koksloopbaan werd hij kok op de cruiseliner Queen Elisabeth II en maakte met dit Britse schip een wereldcruise van 7 maanden. "Dat was een beleving," stelt Nico, "en het was zeker een handicap als je daar moest koken op zware zee. Maar wat ik daar vooral heb geleerd is buffelen; aldoor maar doorgaan." Deze handicap is ondertussen duidelijk anders: Nico wil het bakpapier inwrijven met een knoflookteen en merkt dat ook dat niet meevalt als je maar één hand kunt gebruiken.





Boreas werkt zelfs met één hand zo routineus dat hij en passant de regie in de keuken blijft houden, waar drie heren druk doende zijn de lunch voor te bereiden.



Ook Boreas komt met een ambitieus recept op de proppen dat eerder lijkt afgestemd op het niveau van zijn restaurant, dan op een gehandicapte die het na zou moeten maken. "Toch moet het, als je op tijd begint, goed te doen zijn," meent Boreas. Maar Boreas heeft geen tijd. Terwijl hij geconcentreerd aan het werk is, houdt hij ook de 'mise en place' in de keuken in de gaten en geeft gerichte instructies aan de heren die hier rondlopen. Ondertussen somt hij ook de handelingen die hij uitvoert op, opdat direct het recept geschreven zou kunnen worden. Hier is duidelijk iemand aan het werk die onder druk kan en moet presteren.



Waar collega's van Nico in dit boek halsbrekende toeren uithalen om de pepermolen te bedienen, of met speciale apparaten komen, doet hij simpeler. "Kijk, ik heb gisteren even wat peper gemalen," lacht Boreas, die met een bakje peper aan komt zetten. Hij is vaker praktisch. Als de heren fotografen voldoende foto's hebben van het ontvelen van tomaten met één hand (voorwaar een lastige klus), maakt hij het werk snel even met twee handen af. Het ontpitten van de tomaatjes gaat wel weer keurig met een hand op de rug.

In deze wereld van sterren en glamour, gaat het zelden over geld, lijkt het. Alles moet mogelijk zijn. Dat is een slechte uitgangspositie als je een kookboek voor mensen met een beperking maakt, want die beperking uit zich vaak ook in een beperking in geld. Daarom is het goed ook Boreas daar eens over te horen. "Kijk deze mooie witte balletjes. Het lijkt haast witte kaviaar. Maar kaviaar is tegenwoordig echt nauwelijks te betalen. Dit is tapioca. Het zijn prachtige parelwitte balletjes van cassavemeel. Het heeft nauwelijks smaak, maar ziet er prachtig uit en smaak hebben we genoeg in dit gerechtje."



Restaurant Boreas
Jan Deckersstraat 7
5591 HN Heeze
Tel. 040 226 32 32
info@restaurant-boreas.nl
www.restaurant-boreas.nl

Boreas serveert op dinsdag tot en met vrijdag van 12.00 uur tot 14.30 uur lunch. Voor het diner is de keuken van dinsdag tot en met zaterdag geopend vanaf 18.00 uur. Zondag en maandag is het restaurant gesloten.

Coquilles met vanille en postelein

2 sjalotjes
3 tomaten
2 tn knoflook
wat goede olijfolie
8 coquilles
16 blaadjes postelein
4 blaadjes rode basilicum
3 takjes korianderblad
1 dl kippenbouillon
2 el witte balsamico azijn
1 vanillestokje
1 avocado
1 limoen
30 gr tapioca
wat roomboter

Maak een vinaigrette van 20 milliliter limoensap en 60 milliliter goede olijfolie. Ontvel en ontpit de tomaten. Snipper het sjalotje. Verwarm de oven voor op 180°C. Wrijf bakpapier in met knoflook en leg hierop partjes van de ontvelde en ontpitte tomaten. Bestrijk met wat olie en bestrooi met peper en zout. Schuif 10 minuten in de oven. Breng de temperatuur terug tot 120°C en laat ze er nog een half uur in staan.

Fruit het sjalotje met een teentje knoflook zachtjes. Ontpit en ontvel ondertussen de avocado. Voeg de fijngesneden avocado toe, alsook het fijngeknipte korianderblad. Voeg snel daarna ook de azijn en de kippenbouillon toe. Warm door en giet in een keukenmachine. Draai er een zachte saus van.

Splijt een vanillestokje en schraap het merg eruit. Vermeng alles met vier eetlepels goede olie. Kook de tapioca in ruim, licht gezouten water en spoel deze koud. Vermeng met de vanille-olie.

De coquilles betroofen met wat peper en zout en krokant bakken in hete roomboter. Het gerecht vervolgens opmaken als op de foto. Garneren met rode basilicum en postelein.



Asperges met gerookte zalm en crème fraîche

- 750 g witte asperges
- 150 g gerookte zalm
- 1 el bieslook gehakt of geknipt
- 1 el peterselie gehakt of geknipt
- 1 el dille gehakt of geknipt
- 1 bekertje crème fraîche

Breek van de asperges de houtige onderkant af en schil ze met een dun- of aspergeschil-der van boven, onder het kopje, naar beneden. Breng ruim water aan de kook en kook de asperges in ongeveer 20 minuten beetgaar. Meng bieslook, peterselie en dille door de crème fraîche. Breng het mengsel op smaak met wat zout en peper. Snijd de plakken gerookte zalm met een scherp mes in dunne repen. Leg de asperges op een schaal, leg de zalmrepen erop en schep er wat crème fraîche naast. Lekker met in de schil gekookte krieltjes.

Ham-ei salade

- 3 eieren
- 200 g ham
- 3 bosuitjes
- 3 el kappertjes
- 3 el yogonaise
- 1/2 tl kerriepoeder

Kook de eieren hard en hak ze fijn. Snijd de ham in blokjes (kun je ook zo kopen) en maak de ui schoon (in ringen). Doe alles door elkaar, ook de kappertjes, de yogonaise en de kerriepoeder. Breng op smaak met peper en zout.

Salade met komkommer en bleekselderij

- 1 komkommer
- 6 stengels bleekselderij
- 4 el peterselie, geknipt
- 2 el crème fraîche
- 1 el kruidenmayonaise

Was de komkommer, halveer hem in de lengte en haal de zaadjes er uit. Snijd de komkommer in dunne reepjes. Snijd de bleekselderij in dunne plakjes. Schep alles door elkaar, ook de peterselie, de crème fraîche en de mayonaise en maak af met peper en zout.



Salade van prei en lever

- 1 kg prei
- 400 g dun gesneden gelardeerde lever
- 1 el witte wijnazijn
- 2 el fijne mosterd
- 4 el zonnebloem olie
- 1 bakje gebakken uitjes
- peper en zout
- tuinkers

Snijd de prei in stukken van 5 centimeter. Kook de prei en laat ze uitlekken op papier (10 minuten). Doe peper en zout in een kom, voeg de azijn toe en roer tot het zout is opgelost. Dan de mosterd erbij en het geheel binden met de olie (langzaam erbij roeren). De saus vermengen met de prei en op een bord leggen en lever op de prei leggen. Bestrooien met de gebakken uitjes en af maken met tuinkers.

Broodsalade

- ciabatta brood
- 4 pomodori tomaten
- 12 zwarte olijven zonder pit
- 1 pot geroosterde paprika's
- 8 el olijfolie
- 3 el rode wijnazijn
- 1 teentje knoflook
- 2 el kappertjes
- 4 takjes verse basilicum

Snijd het brood in stukjes van 2 bij 2 centimeter. Bak het brood in 2 eetlepels olijfolie goudbruin. Klop een dressing met de rest van de olijfolie en de wijnazijn in een grote kom. Pel het teentje knoflook en pers het uit boven de dressing. Was de tomaten en snijd ze in parten. Snijd de olijven in ringen. Laat de paprika's uitlekken in een vergiet. Snijd de paprika's in stukken en schep deze samen met de tomaat, kappertjes en de olijven door de dressing. Breng op smaak met zout en peper. Schep de broodcroutons door de salade. Was de basilicumblaadjes, scheur ze in grove stukken en verdeel ze over de salade.



Mexicaanse eieren

- 4 eieren
- 3 tomaten in blokjes
- 2 bosuitjes in ringen
- 1 rode peper in stukjes
- 1 teentje knoflook fijngehakt
- 2 el olie

Verhit de olie in een grote koekenpan. Bak de peper met de knoflook een halve minuut. Schep de tomaten en de bosui erdoor en bak alles nog ongeveer 2 minuten. Breng het mengsel op smaak met zout. Maak er 4 kuiltjes in en breek daar de eieren in. Laat de eieren (afgedekt) stollen op heel laag vuur. Geef iedereen een ei met wat van de groenten.

Italiaanse aardappelsalade

- 800 g vastkokende aardappels
- 200 g sugarsnaps (afgehaald; laat iemand dat doen)
- 250 g kerstomaatjes gehalveerd
- 200 g salami in reepjes
- 1 bolletje mozzarella in blokjes
- 5 el olijfolie
- 2 el witte wijnazijn
- 2 tenen knoflook uitgeperst
- 20 g basilicum

Meng in een schaal de olie met de azijn en knoflook. Voeg zout en peper naar smaak toe. Boen de aardappels goed schoon. Snijd ze in plakjes en kook ze in weinig water met zout in ongeveer 15 minuten gaar. Kook de laatste 5 minuten de sugarsnaps mee. Giet de aardappels en boontjes af en meng ze meteen door de dressing in de schaal. Laat ze afkoelen. Meng er de tomaatjes, salami en mozzarella door. Breng de salade op smaak met zout en peper. Scheur de basilicumblaadjes in grove stukken en schep ze door de salade.

Pastasalade met courgettelinten en ham

- 400 g penne
- 1 courgette
- 200 g achterham in reepjes (kun je zo kopen)
- 4 eieren
- 75 g rucola
- 1 rode ui in dunne ringen
- 5 el olijfolie
- 2 el citroensap
- 1 el kappertjes uitgelekt

Meng in een schaal de olijfolie met het citroensap en de kappertjes. Breng de dressing op smaak met zout en peper. Schaaf de courgette met een kaasschaaf over de lengte in dunne linten. Wentel de courgettelinten en de uiringen door de dressing. Kook de pasta in een pan met water en wat zout volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar. Kook in een andere pan de eieren in ongeveer 8 minuten hard. Giet de pasta af in een vergiet en meng het door de courgettelinten. Laat het afkoelen. Pel de eieren en snijd ze in partjes. Meng de rucola, ham en eieren door de pasta.

Hartige pasteitjes

- VOOR 20 STUKS
- 4 plakjes diepvriesdeeg voor hartige taart
- 150 g feta
- 1 el dille, gehakt of geknipt
- 1 el koriander, gehakt of geknipt
- 1 el munt, gehakt of geknipt
- 2 el sesamzaad
- 1 dl melk

Verwarm de oven voor op 200° C. Laat het deeg op het aanrecht ontdooien. Prak intussen de geitenkaas fijn met 3 eetlepels van de melk. Meng de gehakte kruiden erdoor en breng het mengsel met peper op smaak. Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar en rol ze op een met bloem bestoven aanrecht uit tot een zo dun mogelijke lap. Steek met een glas (doorsnede 6 à 7 cm.) 20 rondjes uit het deeg. Kneed het deeg indien nodig tussentijds opnieuw en rol het opnieuw uit. Leg in het midden van elk rondje een flinke theelep van het mengsel, bestrijk de randen van het deeg met wat water. Vouw de randen van het deeg rond de vulling op elkaar, druk de randen met een vork goed dicht. Zorg dat er geen vulling tussen de randen zit. Bestrijk de pasteitjes dun met melk. Doe het sesamzaad op een schotel en druk de pasteitjes in het sesamzaad. Leg ze op een ingevette of met bakpapier beklede bakplaat en bak ze in ongeveer 15 minuten gaar.

Tartaar grillburgers

- 4 tartaartjes
- 4 shoarmabroodjes
- 2 rode paprika's in repen
- 2 uien in ringen
- 6 el olie
- 4 el kerrie-ananassaus (fles)
- steakkruiden

Verwarm de grillpan op middelhoog vuur voor. Druk de tartaartjes iets platter. Rooster de broodjes in enkele minuten in de grillpan aan beide kanten bruin. Schep de paprikarepen en uiringen in een diep bord om met 1 eetlepel van de olie en bestrooi ze met zout en peper. Rooster ze vervolgens in de grillpan in ongeveer 3 minuten bruin. Schep ze af en toe om. Snijd de broodjes overlans doormidden en schep op één helft de groenten. Kruid de tartaar met steakkruiden en schenk er de rest van de olie over. Rooster de tartaartjes in 2-3 minuten bruin. Keer ze halverwege. Leg de tartaartjes op de groenten, doe er een lepel saus op en leg de andere broodhelften erop.



Mediterrane omelet met mozzarella en tomaat

- 5 eieren
- 5 el tomatenketchup
- 1 pak mix voor mediterrane omelet
- 150 g mozzarella
- 2 tomaten
- 30 g boter
- eventueel: fijngesneden of geknipte basilicum

Klop in een kom de eieren los met de ketchup. Voeg de inhoud van de zakjes omeletmix toe. Klop alles door elkaar. Snijd de mozzarella in blokjes en de tomaten in plakjes. Bak de tomaten in de boter, verdeeld over twee koekenpannen. Schenk het omeletmengsel in de pannen en verdeel de mozzarella erover. Bak de omeletten ongeveer 5 minuten op halfhoog vuur gaar met de deksels op de pannen. Bestrooi eventueel met basilicum.

Lekker met een vers afgebakken panini.

Slamandjes met couscous-garnalensalade

- 125 g couscous
- 100 g gepelde Hollandse garnalen
- 3 bosuitjes
- 1/2 komkommer
- 1/3 fles (180 ml) cocktailsaus
- 1 krop ijsberg of radicchio sla
- olijfolie
- versgemalen peper

Kook de couscous in ruim water met zout al roerend 1 minuut. Giet af in een zeef en doe het in een kom. Roer een scheutje olie door de couscous en laat het afkoelen. Snijd intussen de bosuitjes in dunne ringen. Schil en halveer de komkommer in de lengte en schraap de zaadjes er met een lepel uit. Snijd de komkommer in kleine blokjes. Schep de bosui, komkommer, garnalen en cocktailsaus door de couscous en breng op smaak met peper en zout. Verwijder de lelijke bladeren van de ijsbergsla en trek acht mooie bladeren van de krop. Snijd het dikke gedeelte van de stugge bladnerf van de bladeren. Leg op een schaal de slabladen en vul deze met de couscoussalade. Lekker met Marokkaans brood of geroosterde lamskoteletjes.

Gevulde croissants

- 2 blikjes croissantdeeg à 6 stuks
- 100 g gerookte zalm
- 50 g witte chocolade
- 50 g bittere chocolade
- 1 el honing
- 2 takjes basilicum

Verwarm de oven voor op 200° C. Bekleed het bakblik met bakpapier. Hak de witte en de bittere chocolade fijn (of breek). Maak 1 blikje croissantdeeg open en rol het deeg af op het aanrecht. Snijd het deeg langs de naden los. Strooi de chocolade over de plakjes deeg, laat langs de randen een stukje onbedekt. Druppel er de honing over, rol de croissants op en leg ze op het bakblik. Maak het andere blikje open, rol het deeg af en verdeel de zalm erover. Laat ook hier een stukje vrij langs de randen, leg er wat basilicum op en maal er wat peper over. Rol de croissantjes op en leg ze ook op het bakblik. Bak ze in 15 à 20 minuten gaar en bruin. Leg ze op een schaal en serveer ze warm.

Telur boemboe bali, gekookte eieren in chilisaus

- 4 eieren
- 3 sjalotten, fijngesnipperd
- 3 tomaten, in blokjes
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 4 el zoete chilisaus
- 2 el ketjap manis
- 2 el olie

Eieren in 8 minuten hard koken. Eieren onder koud stromend water afspoelen en pellen. In een wok (of hapjespan) sjalotten 1 minuut in de olie fruiten. Tomaat en knoflook 2 minuten meebakken. Chilisaus, ketjap en 125 ml water er door roeren. Op smaak brengen met zout. Eieren in de saus leggen en 5 minuten zachtjes laten sudderen.

Couscous met pittige gehaktsaus

300 g couscous (pak à 400 g)

500 g half om half gehakt

1 blik (à 400 g) tomatenblokjes

1 gele paprika, in stukjes

1 ui, gesnipperd

2 teentjes knoflook geperst

3 el olie

chilipoeder

Couscous 6 minuten wellen in 500 ml kokend water. In wok of braadpan het gehakt in 2 eetlepels olie in 3 minuten rul bakken. Ui, knoflook en paprika er doorheen schepen en 2 minuten meebakken. Tomatenblokjes erdoor mengen, zout en chilipoeder naar smaak toevoegen en saus nog 5 minuten zachtjes laten sudderen. In een koekenpan de gewelde couscous in 1 eetlepel olie 2-3 minuten bakken. Couscous en gehaktsaus over vier borden verdelen.

Couscous met shoarma en groenten

1 pak couscous Marokkaanse smaak

250 g shoarmavlees

1 rode ui, gesnipperd

2 rode paprika`s, in reepjes

2 worteltjes, in plakjes

2 takjes verse peterselie

150 ml knoflooksaus

1 scheutje olijfolie

Verhit de olie in een koekenpan en fruit hierin de ui. Voeg het shoarmavlees aan de ui toe en bak het vlees in 4 minuten goudbruin. Voeg de paprikareepjes en wortelplakjes toe en bak deze ongeveer 5 minuten mee. Doe intussen de couscous in een kom. Schenk 425 ml kokend water over de couscous en laat deze 5 minuten wellen. Roer daarna de couscous een keer goed door en schep deze op een schaal. Schep de shoarma en groenten op de couscous. Garneer het gerecht met peterselie en serveer de knoflooksaus er apart bij.

Kruidenkoekjes

VOOR 6 STUKS

125 g bloem

1/2 tl zout

1 el dille, gehakt of geknipt

1 el bieslook, gehakt of geknipt

1 el basilicum, gehakt of geknipt

1 ei

1 dl melk

125 ml crème fraîche

6 plakjes rauwe ham

peper

Bewaar van de bieslook een paar sprieten en van de basilicum een paar blaadjes voor garnering. Doe de bloem met zout in een kom, roer de kruiden erdoor en strooi er wat peper bij. Breek het ei in het midden, voeg de melk scheutje voor scheutje toe en kloper een glad beslag van. Verhit wat olie in een koekenpan. Maak 3 pannenkoeken tegelijk, schep voor elke 2 eetlepels van het beslag in de pan. Bak de pannenkoekjes in ongeveer 3 minuten bruin, keer ze als de bovenkant gestold is. Houd de pannenkoeken warm (boven een pan met kokend water of in de oven) en bak de rest op dezelfde manier. Schep op elke pannenkoek een lepel crème fraîche. Leg het plakje rauwe ham erop en garneer naar wens met wat blaadjes basilicum en een spriet bieslook. Serveer ze op een warme schaal.

Pannenkoek met courgette en garnalen in wijnsaus

1 el boter

1 courgette, in plakjes

1 dl droge witte wijn

1 dl kookroom

1 el bladselderij, gehakt of geknipt

150 g gepelde Hollandse garnalen

4 grote kant en klare pannenkoeken

Verhit de boter in een ruime pan en schep de courgette erdoor. Schenk de witte wijn erbij, strooi er wat zout en peper over smoor de courgette in 5 minuten net gaar. Schenk de room erbij, strooi de selderij erin en laat het mengsel in ongeveer 3 minuten op hoog vuur iets inkoken. Roer de garnalen erdoor en verwarm alles nog ongeveer 1 minuut, breng het mengsel met zout en peper op smaak. Verwarm intussen de pannenkoeken volgens de gebruiksaanwijzing in de magnetron of in een koekenpan. Leg op elk bord een pannenkoek, schep het mengsel op één helft van de pannenkoeken en klap ze over de vulling dubbel.



Pannenkoek met appel of banaan of rozijnen

1 pak pannenkoeken beslag
8 dl melk
2 eieren
boter
2 appels
2 bananen
250 g rozijnen
poedersuiker
stroop
jam
keukenmachine (voor de appels om er plakjes van te maken)

Schil de appel en schaaf er plakjes van. Snijd de banaan in plakjes. Maak het beslag volgens de gebruiksaanwijzing. Doe wat boter in de koekenpan. Zet het vuur hoger, doe het beslag in de pan zet het vuur dan weer lager. Leg dan een aantal plakjes appel op het beslag en zet het vuur weer hoger. Als de pannenkoek droog is aan de boven kant dan omdraaien. Doe dit zo ook bij de banaan en de rozijnen. Tot alles op is. Lekker met poedersuiker.

Pannenkoekrol met spek en ananas

1 klontje boter
8 plakjes ontbijtspek
1 blikje ananasstukjes (225 g)
4 kant en klare pannenkoeken
150 g roomkaas
poedersuiker

Verhit de boter in een grote koekenpan. Bak het spek aan beide kanten krokant. Haal het uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Snijd de ananas in kleine stukjes, laat ze goed uitlekken. Spreid de pannenkoeken uit en besmeer ze dun met de roomkaas, laat langs één kant ongeveer 3 cm vrij. De roomkaas smeert gemakkelijker als je hem minstens een halfuur voor je begint uit de koelkast haalt. Leg op het midden van elke pannenkoek 2 uitgebakken plakjes spek en verdeel er de ananas over. Rol de pannenkoeken op, begin bij de besmeerde kant. Snijd ze elk in 3 stukken en leg ze op bordjes. Bestrooi ze voor het serveren dik met poedersuiker.

Pannenkoekrol

VOOR 8 PORTIES
4 kant en klare pannenkoeken
150 g ananasroomkaas
75 g blanke rozijnen
kaneel
poedersuiker

Bestrijk de pannenkoeken met de ananasroomkaas. Strooi de rozijnen erover en stuij er wat kaneel en poedersuiker op. Rol ze stevig op. Snijd de pannenkoeken schuin door en verpak ze in plastic folie. Bewaar ze in de koelkast, neem ze in een koeltas of koelbox mee.

Kippasteitje

VOOR ONGEVEER 6 STUKS
6 plakjes diepvries bladerdeeg
1 el olie
1 kleine ui, gesnipperd
50 g gerookte magere spekreepjes (kun je zo kopen)
150 g kipfilet
1 el citroensap
1 tl paprikapoeder (pikant)
1 el peterselie, gehakt of geknipte allesbinder
12 groene olijven (met piment)

Verwarm de oven voor op 225°C. Laat het bladerdeeg ontdooien. Verhit intussen de olie in de pan en bak de ui met de spekkjes enkele minuten. Doe de kipfilet erbij en bak aan beide kanten bruin. Schenk er 1 dl water en het citroensap bij, en strooi het paprikapoeder erin. Laat de kip op laag vuur in ongeveer 10 minuten garen, keer halverwege. Neem de kip uit de pan, snijd hem heel fijn en doe hem terug in de pan. Bind het vocht met wat allesbinder, strooi de peterselie erin en breng het mengsel op smaak met zout en peper. Bestrijk de randen van de plakjes bladerdeeg met wat water, schep wat van de vulling op elk plakje en leg er 2 olijven in. Klap de plakjes over de vulling dicht tot driehoekjes druk de randen met een vork op elkaar. Leg ze op een ingevette of met bakpapier beklede bakplaat en bak ze in 15 à 20 minuten gaar en bruin. Serveer naar wens koud of warm.

Slarol met pikante kip

- 3 blaadjes ijsbergsla
- 8 plakjes kipfilet
- 1 tl milde currypasta (potje)

Snijd als je grote slabladeren hebt de bladeren doormidden, gebruik anders de kleine blaadjes in hun geheel. Leg op elk blaadje sla 2 plakjes kipfilet zodat de sla er bijna helemaal mee bedekt is. Besmeer de kipfilet dun met wat currypasta. Rol de blaadjes met de kipfilet stevig op. Snijd ze met een scherp mes schuin doormidden en steek beide stukken met een cocktailprikker vast. Leg ze op een schaal om te serveren.

Kip-kruidentburgertjes met pindasaus

- 300 g kipgehakt
- 1 el selderij
- 1 el gehakte bieslook
- 4-5 el ketjap manis
- 2 tl sambal oelek
- 1 el olie
- 3 el pindakaas
- 2 el citroensap
- 1 teen knoflook
- 1 tl ketoembar
- 1 tl gemalen komijn

Knip de selderij, hak de bieslook en pers de knoflook uit. Meng het kipgehakt met het bieslook, selderij, de helft van de ketjap en een theelepel sambal. Draai er met natte handen 18 kleine balletjes van en druk ze iets plat. Verhit de olie in een koekenpan en bak de burgertjes in 10 minuten aan beide kanten bruin en gaar. Verhit in een andere pan 1 deciliter water, roer er de pindakaas met de rest van de sambal en ketjap, het citroensap, de ketoembar, komijn en knoflook door. Roer het geheel tot een gladde saus. Voeg als het nodig is nog wat water toe. Breng naar wens de saus wat meer op smaak met extra ketjap. Serveer de burgertjes warm met de pindasaus als dipsaus.



Paksoihapjes met sesamdressing

- 3 paksoi-bladeren
- 250 g varkensgehakt
- 1 el sherry
- 1 tl sesamolie
- 1 el sojasaus
- 1 tl suiker
- 20 wonton-vellen (diepvries)

VOOR DE DRESSING:

- 1 el sojasaus
- 1 tl sesamolie
- mespunt suiker
- 2 tl azijn
- teen knoflook
- 2 tl sesamzaadjes

Breng in een pan ruim water aan de kook en kook de paksoi-bladeren hierin in 2 minuten beetgaar. Laat ze uitlekken en hak ze heel fijn. Meng de sherry, sojasaus, sesamolie en de paksoi door het gehakt. Vul hiermee de deegflapjes zoals hieronder staat uitgelegd. Breng in een pan ruim water aan de kook, doe de gevulde deegflapjes erin en kook ze in ongeveer 2 minuten gaar. Schep ze met een schuimspaan uit het water, leg op een bord en sprenkel de sesamdressing erover of serveer ze in de soep.

Klop voor de sesamdressing sojasaus met de sesamolie, suiker en azijn los. Knijp er een knoflookteen boven uit en doe er sesamzaadjes bij.

Flapjes maken:

Bestrijk de randen van de wontonvellen met water en leg een lepel van de vulling op het midden van deeg. Vouw het deeg tot een driehoek en druk de twee punten stevig tegen elkaar. Sla de andere twee deeghoekjes naar het bovenste punt toe. Buig de zijkantjes naar de vulling toe, druk de punten tegen elkaar en maak plooitjes in randen. Druk de randjes stevig aan zodat de vulling nergens kan lekken.

Grieks gekruide burgertjes

- 500 g lamsgehakt
- 1 sjalotje
- 1 el munt
- 1 el peterselie
- 1 tl gedroogde oregano
- 1 groot stokbrood
- wat ijsbergsla
- 150 g tzaziki (kant en klaar)

Snipper de sjalot en hak of knip de munt en peterselie.

Meng de sjalot, munt, peterselie en oregano (in een keukenmachine) door het lamsgehakt en breng het op smaak met zout en peper. Vorm van het gehakt 10 ballen en druk ze plat, sprenkel er wat olie over en bewaar ze tot gebruik in de koelkast. Snijd het stokbrood in de lengte open, maar niet door midden. Rooster het stokbrood naar wens met de snijkanten naar beneden op de barbecue bruin (gaat heel snel). Rooster de hamburgertjes in ongeveer 10 minuten bruin en gaar. Snijd het stokbrood in 10 stukjes, leg tussen elk stukje wat ijsbergsla, een hamburgertje en een schepje tzaziki.



Een butts in het aanrecht

Harrie Hendriks runt in 's-Hertogenbosch een van de beste restaurants: de Opera. Een vakman in hart en nieren die uit zijn kleine keuken grootse gerechten tovert. Hij heeft zich voorbereid op dit eenhandig koken. Sterker: het gerecht is al klaar als we binnenkomen. Dat was even niet de bedoeling, dus hij begint opnieuw. Het ontvellen van een tomaat gebeurt zelfs met één hand routineus. Hendriks zet het tomaatje na het blancheren in een kleine steekring en haalt met een scherp mes het dunne schilletje er af. "Als ik zelf altijd met één hand zou moeten koken, zou ik een grote butts in het aanrecht slaan," verklaart hij. Als de fotograaf zich vervolgens even omdraait en de tomaat wegglibbert, sjoemelt hij even en haalt zijn hand van de rug. Het valt niet mee, zoveel is duidelijk. "Ik pas ook altijd erg op, dat me niets overkomt, waardoor ik geblesseerd zou raken," spreekt de kok, als ware hij een topsporter. "Bij de wintersport doe ik toch altijd even voorzichtiger. Ik ga niet voluit, want hier moet het wel verdiend worden."

De Opera Harrie Hendriks

De venkel snijdt hij vervolgens op een snijmachine en het ei voor de blini's knijpt hij moeiteloos met een hand fijn boven de beslagkom: "Ik heb duidelijk wel nagedacht wat ik ging maken. Kijk, een hert met een hand uitbenen, dat gaat niet lukken. Maar dit moet mogelijk zijn," stelt hij vol vertrouwen. Terwijl zijn vijzel wegglijdt: "Maar je moet er duidelijk wel handigheid in krijgen." Hij legt een theedoek onder de vijzel en dat helpt, hoewel de vijzel licht mee blijft draaien met de bewegingen die hij er in maakt. "Een alternatief is natuurlijk dat je met meer kant-en-klare of voorbereide producten gaat werken." Hij snijdt een knoflookteentje fijn. "Kijk, knoflook is ook geperst en wel te koop in een potje. Het probleem is; ik proef dat. Er zitten allerlei toevoegingen in, die je kunt proeven."

Inmiddels is Anita van Gelder het restaurant binnengekomen en heeft zich letterlijk met veel hangen en wurgen een plekje op een stoel in de keuken weten te veroveren. Harrie schrikt van de ernst van haar handicap. Eerder heeft hij vertelt over een vriend van hem die automonteur is en die ook een onderarm moet missen. Dat gaat gewoon, meldt hij stellig. Nu hij Anita ziet en zijn recept, begrijpt hij dat je soms ook de ambities wat bij moet stellen. "Je kunt natuurlijk ook veel groenten gesneden kopen en wat zeker op het aanrecht moet staan bij mensen die met één hand moeten koken is een Magimix. Het is natuurlijk ideaal als je zo'n keukenmachine het werk kunt laten doen: kneden, snijden, raspen."



Een scherp mes, een theedoek onder de vijzel tegen het wegschieten en vooral veel geduld; dat zijn wat Harrie betreft de ingrediënten voor succesvol koken met één hand.



Inmiddels heeft Harrie olie in de pan gegoeten om zijn blini's te bakken. "Olie is voor de temperatuur. Boter voor de smaak," doceert de chefkok. Anita ziet lachend dat ook bij deze grote chef het eerste 'pannenkoekje' in de pan blijft plakken. Daarna gaat het feilloos en ontstaat een fraai gerecht. Terwijl de fotograaf dit gerecht in het restaurant aan het fotograferen is, neemt Harrie de tijd om verder mee te denken met Anita van Gelder. "Wat natuurlijk ook werkt, is het maken van grotere hoeveelheden. Dan heb je één keer werk en vries je wat overblijft in. Bij sauzen en soepen kan dat heel goed. Bij snert vindt ik het de tweede keer, als het uit de vriezer komt, vaak zelfs beter smaken." Maar de friet mag niet uit de vriezer komen, horen we ook meteen: "Nee, dat is echt niet lekker. Ik gebruik daar Frieslanders voor; een heel mooie aardappel, waar je prachtige frietjes mee kunt bakken."

Als de chefkok naar Anita kijkt, terwijl ze weer naar voren in de zaak gaat verzucht hij: "We hebben eigenlijk geen goede zaak voor gehandicapten." Een duidelijk understatement: het gehele restaurant De Opera is gevuld met kleurrijke snuisterijen die de doorgang overal belemmeren. "Maar we helpen ze wel," verzekert Harrie ons: "Alleen de wc. Dat is hier echt een probleem. Je moet een klein trappetje in de hoek af. Dat gaat echt niet lukken. Dus dat wordt thuis naar de wc gaan en hier niet al te veel drinken."



Restaurant De Opera
Hinthamerstraat 115-117
5211 MH 's-Hertogenbosch
Tel. 073 613 74 57
info@de-opera.nl
www.de-opera.nl

De keuken is geopend van dinsdag tot zaterdag vanaf 17.00 uur tot 22.00 uur.
Zondag en maandag is De Opera gesloten.



Vistartaartjes met blini

200 g boekweitmeel
3 eieren
wat melk
1/2 glas bier
200 g snoekbaars
1 sjalotje
6 olijven
2 tomaten
100 g venkel
wat bieslook
50 g half gedroogde tomaten
125 ml room
125 ml visbouillon
glas wijn
2 tl groene pesto

Maak tenslotte de saus. Kook daarvoor de wijn en bouillon in tot de helft. Snijd onder-tussen de gedroogde tomaatjes zeer fijn. Voeg room toe aan de saus, alsook wat pesto, peper en zout. Voeg als laatste de gedroogde tomaatjes toe en laat de saus nu niet meer koken.

Bak de vistartaartjes kort in olie en wat boter. Maak het gerecht op als op de foto, met onder de salade en daarop het tartaar-tje, de saus en de blini.

Maak een beslagje van het boekweitmeel, een ei, het bier, een snuf zout en melk. Voeg zoveel melk toe dat een mooi beslag ontstaat en bak hiervan een pannenkoek. Steek vier rondjes uit de pannenkoek met een steekring.

Kijk de snoekbaars na op graatjes, doe hem in de keukenmachine met peper, zout en twee eitjes en laat de machine kort draaien. Vorm vier kleine burgertjes van het mengsel en laat deze opstijven in de koelkast.

Maak nu een salade van plakjes olijf, heel klein gesneden sjalot, fijn gesneden venkel, ontvelde en ontpitte tomaten en wat bieslook.





Zuurkooltaartjes

- 4 plakjes deeg voor hartige taart (diepvries)
- 250 g zuurkool naturel
- 4 eieren
- 125 ml crème fraîche
- 1 zakje geraspte old amsterdam kaas (80 g)
- 100 g gebraden beenham
- 75 g dadels

De oven voorwarmen op 200°C. Deegplakjes laten ontdooien. Zuurkool in een zeef laten uitlekken en het vocht goed uitdrukken. Zuurkool fijner snijden. In een kom de eieren loskloppen met de crème fraîche. Kaas en royaal peper erdoor mengen. Quichevormpjes elk met een plakje deeg bekleden. Overhangend deeg langs de rand afsnijden. Deegbodems 5 minuten in het midden van de oven voorbakken. In een kom de zuurkool omscheppen met de beenham en de dadels. Vormpjes uit de oven nemen en de vulling erover verdelen. Eimengsel in de vormpjes schenken. Taartjes in het midden van de oven in 25 minuten goudbruin en gaar bakken. Uit de oven nemen en lauwwarm serveren. Lekker met een klodder zure room.

Ardenner ham met vijgen

- 16 kleine rijpe vijgen
- 200 g gesneden Ardenner ham
- tube mayonaise

Was de vijgen en droog ze goed af. Wikkel er de plakjes ham om en steek deze vast met een cocktailprikker. Spuit mayonaise in een brede streep over de vijgen.

Spekperen

- 12 plakjes Zeeuws spek
- 1 citroen
- 4 rijpe peren
- 6 el olijfolie
- enkele sprietjes bieslook
- 475 g frisée sla (of veldsla)
- 25 g walnoten in stukjes gebroken
- stukje parmezaanse kaas (50 g)

Bak de plakjes spek in een droge koekenpan uit en laat ze op keukenpapier uitlekken. Pers de citroen uit. Schil de peren, snijd ze in kwarten en verwijder de klokhuisen. Snijd de kwarten in partjes en sprenkel er 1 eetlepel van het citroensap over. Klop 3 eetlepels van het citroensap met de olijfolie tot een dressing. Breng op smaak met zout en peper. Knip de bieslook erboven in stukjes. Schep de dressing door de sla en verdeel de sla over de borden. Leg de plakjes spek erop en verdeel de peren erover. Strooi er de walnoten over en rasp de kaas erover.

Aubergines in tomatensaus

- 2 aubergines
- 4 el olijfolie
- 1 ui (gesnipperd)
- 2 tenen knoflook (gesnipperd)
- 1 blik tomatenblokjes op sap
- 1 tl suiker
- 1 tl chilipeper (gemalen)
- 1 tl azijn
- 1 el gehakte peterselie

Snijd de aubergines in plakken. Verhit 3 eetlepels olie in een koekenpan en bak de plakken in porties aan beide kanten bruin. Neem de plakken uit de pan en laat ze op keukenpapier uitlekken. Verhit 1 eetlepel olie en bak de ui en de knoflook goudbruin. Voeg de tomatenblokjes met het sap, de suiker en de azijn toe. Strooi er de chilipeper over, voeg het zout toe en verwarm alles onafgedekt ongeveer 20 minuten, totdat de tomatensaus iets is ingedikt. Voeg de peterselie toe. Leg de aubergineplakken op een schaal, schenk de tomatensaus eroverheen en laat afkoelen tot kamertemperatuur.



Gevulde uiensoep

- 4 uien in ringen
- 2 el boter
- 2 tl gedroogde tijm
- 4 el bloem
- 2 flesjes pils à 3 dl
- 2 runderbouillontabletten
- 2 pistolettes
- 2 el balsamico azijn
- 4 el geraspte pittige boerenkaas

Verhit de boter in de pan en bak de uien met de tijm bruin. Roer de bloem erdoor. Schenk het bier erbij. Roer totdat een gladde saus ontstaat. Verkruimel de bouillontabletten erboven. Schenk er 3 dl kokend water bij en breng het geheel aan de kook. Laat 10 minuten pruttelen. Verwarm de grill voor op de hoogste stand. Snijd de broodjes in tweeën. Strooi de kaas erover en grill de broodjes 3 minuten. Breng de soep op smaak met de azijn. Schep de soep in 4 borden en leg de broodjes erin.

Hongaarse paprikasoep

- 400 g vastkokende aardappels
- 1 el olie
- 100 g bacon
- 100 g chorizo aan een stuk
- 1 pakje hongaarse paprikacrèmesoep
- 1 blik tomatensoep (400 g)
- 1 bosje peterselie

Schil en was de aardappels. Snijd de aardappels in kleine blokjes. Verhit de olie in een koekenpan en bak de bacon knapperig. Laat de bacon uitlekken op keukenpapier. Snijd de chorizo in kleine blokjes. Breng de inhoud van het zakje soep met 1 liter koud water, de aardappelblokjes, de chorizo en de tomatensoep al roerend aan de kook. Laat de soep bijna afgedekt ongeveer 10 minuten zachtjes koken en roer regelmatig. Was en hak de peterselie. Verdeel de soep over 4 kommen, verkruimel de bacon erboven en garneer met de peterselie.

Bospaddestoelensoep met tuinkers

- 100 g gerookte spekreepjes
- 1 pakje bospaddestoelensoep
- 150 g gemengde paddestoelen
- 1 ui (gesnipperd)
- 1 bakje tuinkers

Bak de spekreepjes uit en verwijder het overtollige vet uit de pan (vang dit bakvet op). Snijd intussen de paddestoelen in plakjes en bak deze samen met de ui in het bakvet. Bereid de bospaddestoelensoep volgens de bereidingswijze op de verpakking en voeg spek, ui en paddestoelen toe. Strooi voor het opdienen wat tuinkers over de soep.

Tomatensoep

- 1 kilo tomaten
- 500 g gesneden soepgroente
- 2 bouillonblokjes
- 2 uien (grote)
- 1 liter water
- 300 g half om half gehakt
- handvol vermicelli
- 1 klont boter

Maak de uien schoon en snijd ze in vieren. Was de tomaten en snijd ook die in vieren. Verhit de boter in de pan en fruit daarin de uien en de soepgroenten. Doe het water, de tomaten en de bouillonblokjes erbij. Breng op een hoog vuur aan de kook. Laat vervolgens op een laag vuur ongeveer 2 uur pruttelen. Doe dan de soep in een keukenmachine en pureer alles. Doe de soep terug in de pan. Breng op een hoog vuur aan de kook, doe de vermicelli erbij en zet het vuur lager. Draai ondertussen de gehaktballen en doe die erbij. Laat koken tot de vermicelli en de ballen gaar zijn.

Paddestoelen roomsoep

- 400 g paddestoelen
- 2 sjalotjes
- 50 g boter
- 1 liter kippenbouillon
- 6 eidooiers
- 250 ml crème fraîche

Veeg de paddestoelen schoon en snijd ze in stukken. Pel en snipper de sjalotjes. Verhit de helft van de boter in een pan en bak de paddestoelen ongeveer 3 minuten. Haal ze uit de pan. Verhit in dezelfde pan de rest van de boter, fruit de sjalotjes ongeveer 2 minuten en schenk de bouillon erbij. Laat de bouillon ongeveer 4 minuten koken en haal de pan van het vuur. Klop de eidooiers los met de crème fraîche. Voeg naar smaak zout en peper toe. Roer een beetje hete bouillon door het eimengsel en voeg dit toe aan rest van de bouillon. Verwarm de soep al roerend, totdat deze gaat binden (mag niet meer koken) en breng eventueel verder op smaak met zout en peper. Verdeel de soep met de paddestoelen over 4 kommen.

Aardappel-preisoep

- 500 g aardappels
- 2 dunne preien
- 1 pakje franse uiensoep
- 200 ml slagroom
- 75 g spekreepjes
- 2 bosuitjes
- nootmuskaat

Schil en was de aardappels. Snijd de aardappels in stukken. Maak de prei schoon en snijd deze in ringen. Was de prei. Breng de inhoud van een zakje soep met 1 liter koud water al roerend aan de kook. Voeg de aardappels en de prei toe aan de soep en laat deze bijna geheel afgedekt ongeveer 15 minuten zachtjes koken. Roer de soep regelmatig. Pureer de soep en roer de slagroom erdoor. Breng op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Was de bosuitjes en snijd deze in schuine ringetjes. Verdeel de soep over 4 kommen, verdeel de spekjes erover en garneer de soep met de bosui.

Stevige soep

- 1 ui (gesnipperd)
- 2 winterpenen (in plakjes)
- 300 g knolselderij (in blokjes)
- 2 preien (in ringen)
- 2 groenten- of kruidenbouillontabletten
- 125 ml creme fraîche
- 2 el gehakte peterselie
- 1 1/2 liter water

Breng 1 1/2 liter water aan de kook en verkruimel de bouillontabletten erboven. Doe er de groenten in en laat het geheel ongeveer 30 minuten koken tot alle groenten heel zacht zijn. Pureer de groenten. Doe de gepureerde groenten (en bouillon) weer in de pan en roer er dan de crème fraîche en de peterselie door. Breng de soep op smaak met zout en peper.



Mini-loempia's

MET EEN ZOETE CHILISAUS

- 1 teen knoflook
- 1 el fijngehakte verse gember
- 3 gedroogde Chinese paddestoelen
- 1/5 blikje bamboescheuten uitgelekt
- 2 bosuitjes in reepjes
- 50 g taugé
- 50 g geraspte wortel
- 1 el sojasaus
- 12 loempiavellen van 10 bij 10 cm
- pan olie om te frituren

Week de gedroogde paddestoelen ongeveer 30 minuten in warm water. Verhit de olie in de wok of in een braadpan, bak de gember en de knoflook al omscheppend ongeveer 30 seconden. Doe de paddestoelen, bamboescheuten, bosui, taugé en wortel erbij en bak alles al omscheppend één minuut. Breng het geheel op smaak met sojasaus en laat de vulling afkoelen. Vul de loempiaatjes zoals hier onder staat beschreven. Verhit een laag olie in de wok. Frituur de loempiaatjes met 4 tegelijk in 1 tot 2 minuten goudbruin en laat ze op keukenpapier uitlekken.

Vullen van loempia's: Bestrijk de randen van de ontdooide loempiavellen met water en leg 1 eetlepel vulling in het midden. Pak een puntje van het vel en rol de vulling er voorzichtig diagonaal in tot net iets over de helft. Vouw drie puntige zijanten naar binnen. Rol het pakketje richting de opengevouwen zijkant tot je een rolletje hebt. Plak eventuele randjes met een beetje water extra stevig dicht.

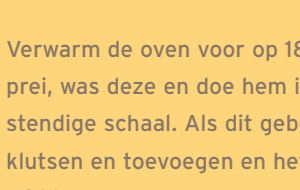
Gefrituurde kipburgertjes met Chinese paddestoelen

- 3 gedroogde Chinese paddestoelen
- 200 g kipfilet
- 1 el verse gember fijngehakt
- 3 bosuitjes in ringetjes
- 1 el oestersaus
- 1 el sojasaus
- 1 tl sesamolie
- 4 el maizena
- pan olie om te frituren

Week de gedroogde paddestoelen ongeveer 30 minuten in warm water. Snijd de kipfilet in stukken en leg ze in de kom van een keukenmachine. Doe de sojasaus, oestersaus en sesamolie erbij. Maal met de paddestoelen, gember en bosui tot gehakt. Meng er 2 el van de maizena door en strooi de rest van de maizena op een bord. Maak van het mengsel kleine balletjes, wentel ze door de maizena en druk ze plat. Verhit een laag olie in de wok of grote koekenpan. Frituur de balletjes in ongeveer 3 minuten bruin en gaar. Lekker met een Chinese sojasaus als dip.

Prei met ei

- 4 preien
- 4 eieren
- 4 el geraspte oude kaas



Verwarm de oven voor op 180°C. Snijd de prei, was deze en doe hem in een vuurbestendige schaal. Als dit gebeurt is de eieren klutsen en toevoegen en het geheel in het midden van een warme oven zetten. Gratineren tot het eiwit een geheel is. Nu op smaak brengen met zout en peper en bestrooien met geraspte oude kaas. Warm opdienen.

Bruschetta met tomaat en mozarella

- 2 ciabatta
- 5 tomaten
- 2 bollen buffelmozzarella
- 50 ml olijfolie, extra viergin
- snuf paprikapoeder
- snuf Provenciaalse kruiden

Bruschetta met tomaat en mozarella

Bak de ciabatta af en snijd hem dan in plakken van twee centimeter. Smeer in met olijfolie en beleg met schijfjes tomaat en mozarella. Besprenkel met olijfolie en bak enkele minuten op grill stand in de oven. Bestrooi met paprikapoeder en kruiden.

Olijvensoep

- 2 sjalotjes
- 1 tn knoflook
- 1/2 pot groene olijven zonder pit
- 2 kippenbouillontabletten
- 10 gr verse basilicum
- 1/2 bakje mascarpone
- 1/4 bakje tapenade medtierrane
- 1/2 dl sherry

Olijvensoep met tapenade

Snipper sjalotjes en knoflook. Giet de olijven af. Snijd of knip de basilicum in reepjes. Los nu de bouillontabletten op in een kleine liter kokend water. Verhit in een andere pan wat olie en fruit de sjalotjes en knoflook in 1 minuut. Voeg de olijven en de bouillon toe en breng het aan de kook. Neem dan de pan van het vuur en roer de basilicum, mascarpone en tapenade erdoorheen. Pureer de soep in een zeef, met een staafmixer of in de keukenmachine en roer de sherry erdoorheen.

Italiaanse broodjes

- 1 groene paprika
- 1 kleine ui
- 4 afbakpistolets
- 8 knakworstjes
- 4 plakken belegen kaas
- 1 tl gedroogde oregano
- 1 1/2 dl tomaten pastasaus

Italiaanse broodjes met knakworstjes

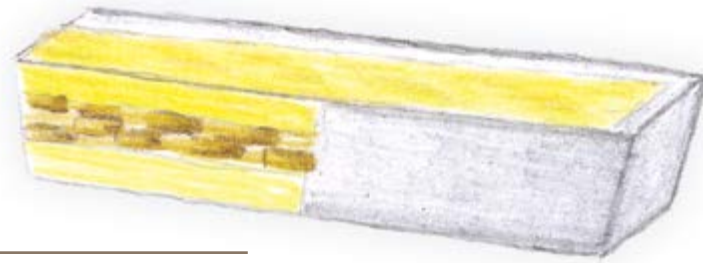
Snijd de paprika in blokjes en de ui in ringen. Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de pistolets overlangs doormidden. Bestrijk de helften met de pastasaus. Halveer de knakworsten in de lengte en leg ze met de snijkanten naar beneden op de broodjes. Strooi de paprikablokjes erover en leg de uiringen erop. Halveer de plakken kaas, leg ze op de broodjes, strooi de oregano erover. Leg de broodjes op een met bakpapier beklede bakplaat en bak ze 15 minuten tot de kaas gesmolten en iets bruin gekleurd is.

Pita met kip

- 4 pitabroodjes
- 125 g gerookte kipfilet
- 2 el yoghurt
- 1 tl honing
- 2 tl kerriepoeder
- 10 bieslooksprietjes
- 4 takjes koriander
- 1/4 krop ijsbergsla
- 2 el (knoflook)mayonaise

Pita met kipfilet en kerrie

Rooster de broodjes iets bruin. Laat ze afkoelen. Snijd de gerookte kipfilet in dunne plakjes of laat dit door slager doen. Klop voor de dressing de yoghurt los met de mayonaise, kerriepoeder en honing. Knip de bieslook en koriander erboven in stukjes. Breng de dressing op smaak met zout en peper. Schep de dressing door de sla. Snijd de broodjes met een schep aan één kant open zodat een soort envelopjes ontstaan. Verdeel de plakjes kipfilet over de broodjes en schep het slamengsel erin.



Agnolotti in bouillon

- 40 g tortellini
- 1 1/2 liter kippenbouillon
- 50 g boter
- 1 el fijngehakte peterselie
- 1 el basilicum
- 50 g parmezaan

Breng de bouillon aan de kook. Je kan een bouillon trekken door een kip minstens 1 uur te koken in water met wortel, prei, selderij en een kruidenbultje, of je kan bouillonblokjes gebruiken. Als de bouillon kookt, doe je er de tortellini in. Kook ze gaar, volgens de verpakking. Haal van het vuur. Voeg boter en kruiden toe en dien op met parmezaan.

Fusillicake met spekjes

- 90 g fusilli
- 125 g gerookte spekreepjes
- wat boter
- 3 scharreleieren
- 1 el olie
- 1/2 pak mix voor quiche lorraine
- 3/4 dl melk

Kook de fusilli volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar en spoel de pasta af onder koud stromend water. Bak de spekreepjes lichtbruin in een koekenpan. Verwarm intussen de oven voor op 200°C. Vet een cakeblik in met boter. Klop een ei met de olie in een beslagkom los. Voeg de bodemmix uit het pak toe en klop het geheel met een garde in ca. 2 minuten tot een stevig beslag. Verdeel het over de bodem van het cakeblik. Klop in een beslagkom twee eieren en de melk los. Voeg de kruidenmix voor quichevulling toe. Plaats de cake in de oven en bak hem in een half uur goudbruin.

Carpaccio van tonijn

- 240 g tonijnfilet
- bosverse kruiden (kervel, bieslook, koriander, basilicum, dragon)
- 2 el kikoman (soort sojasaus)
- 4 el druivenpit-olie
- 2 el aceto balsamico
- 1 tl suiker

Meng voor een soja vinaigrette met een garde of met de keukenmachine de kikoman, de druivenpit-olie en de aceto balsamico door elkaar met de suiker en wat peper en zout. Smeer nu steeds een bord in met de soja vinaigrette. Leg hierop 5 mooie, dunne plakken tonijn. Maak van de diverse kruiden een soort boeketje en dresseer deze in het midden op de tonijn. Wanneer u de tonijn niet rauw wilt eten, kan hij, voor de kruiden er op gaan, een paar minuten onder de grill.

Garnalencocktail

- 200 g gepelde Hollandse garnalen
- zak gemengde sla
- 4 el cocktailsaus
- 1 citroen
- wat peterselie

Leg een paar blaadjes gemengde sla op een bordje. Schep daarop 50 gram gepelde Hollandse garnalen per persoon. Doe er een paar theelepeltjes cocktailsaus overheen en garneer het af met partjes citroen en geknipte peterselie.



Asperge-cappuccino

10 aspergekopjes
7 dl aspergevocht
1/2 dl room
1/2 dl crème fraîche
wat allesbinder
1 tl suiker
snuf nootmuskaat
50 g gerookte zalm
wat verse bieslook
stukje rode sla
2 el boter
2 el notenolie

Kook de aspergekopjes gaar in water met zout. Breng het aspergevocht met de room en de crème fraîche aan de kook en laat het enkele minuten zachtjes koken. Voeg de suiker toe en breng de soep op smaak met nootmuskaat, zout en versgemalen peper. Zet het vuur uit. Snijd de gerookte zalm in reepjes van een centimeter. Hak de bieslook. Snijd de rode sla in dunne reepjes. Verwarm de soep. Bind de soep licht met allesbinder. Verhit een klontje boter en bak de rode sla enkele minuten. Voeg eventueel zout en versgemalen peper naar smaak toe. Maak de soep met de staafmixer schuimig en giet er gelijktijdig de notenolie bij. Verdeel de stukjes asperge, de zalmreepjes en de rode sla over de voorverwarmde borden. Giet de asperge-cappuccino erover en bestrooi de soep met de gehakte bieslook.

Kokossoep met Quorn

175 g Quorn stukjes
1 blikje kokosmelk (400 ml)
3 dl kruidenbouillon
2 cm verse gemberwortel
2 rode Spaanse pepers
1 st sereh
1 prei
3 stengels paksoi
1 limoen
1 tl Thaise rode currypasta
2 el roerbakolie
4 el korianderblaadjes

Snijd de peper en gember klein. Snijd de sereh in stukken en de prei in ringen. Breng in een pan de kokosmelk met de bouillon, sereh, gember en de helft van de peper-ringetjes aan de kook. Laat dit vijf minuten zachtjes koken. Snijd het groene paksoiblad in repen. Pers de limoen uit en roer het limoen-sap met de currypasta, prei en paksoi door de soep en verwarm het geheel nog drie minuten. Verhit de roerbakolie in een koekenpan en bak de Quorn stukjes al omscheppend knapperig bruin. Verwijder de gember en sereh uit de soep. Schep de soep in vier diepe borden en schep de gebakken Quorn stukjes in het midden. Strooi de koriander en de resterende peperringetjes erover.

Witlofsalade met gerookte zalm

3 st witlof
1 appel
2 hard gekookte eieren
200 g gerookte zalm
4 el zure room
4 el mayonaise
1 tl fijne mosterd
3 el bieslook

Knip de bieslook fijn. Haal van de struikjes witlof 20 blaadjes af. Snijd de rest van de lof in smalle boogjes. Schil de appel en snijd het vruchtvlees in stukjes. Pel de eieren en hak ze fijn. Snijd de zalm in reepjes. Meng de boogjes witlof met de appel, de eieren, de zalm, de zure room, de mayonaise, de mosterd en de helft van de bieslook. Leg de blaadjes witlof als een waaier op vier borden, schep de salade er omheen en strooi de rest van de bieslook erover.

Crabcocktail

2 gekookte eieren
200 gr krabsticks
wat bieslook
1 dl whisky cocktailsaus
wat Tabasco
2 el ketchup
2 el citroensap
wat sla

Hak de krabsticks in kleine blokjes. Hak de gekookte eieren in blokjes en roer deze door elkaar. Doe in een kom de cocktailsaus, een paar druppels tabasco, de ketchup en een eetlepel citroensap. Wat zout en peper er bij en door elkaar roeren. Doe enkele slablaadjes in een cocktailglas of schaalje, doe er de krabsticks en eiblokjes op en giet de saus er overheen. Eventueel naar smaak er nog wat citroensap over sprenkelen. Garneer met een beetje bieslook.

Wentelteeftjes met zalm

4 pl brood
1 ei
1 el room
200 g gerookte zalm
wat peterselie
1 el olijfolie
wat dille

Roer het ei met de room los. Voeg wat peper toe, haal hier het brood doorheen. Verhit een koekenpan doe, hierin de olie en bak de sné-tjes brood met het eimengsel lichtbruin. Leg ze op verwarmde borden. Beleg ze met de gerookte zalm. Bestrooi dit met een mengsel van wat fijngehakte peterselie en dille.

Garnalenspiesje

200 g grote gepelde garnalen
8 satéstokjes
2 tl citroensap
wat tabasco
1 el olijfolie
4 bolletjes gember
6 el tomatenketchup
1 el bieslook

Knip de bieslook fijn. Rijg de garnalen aan de satéstokjes. Meng een theelepel citroensap met een paar druppels tabasco en de olie en bestrijk de garnalen rondom met het mengsel. Hak de gemberbolletjes fijn en meng ze met de ketchup, het citroensap, de bieslook en een paar druppels tabasco. Leg de garnalenspiesjes in de pan met anti aanbaklaag en grill ze heel snel 2 minuten om en om. Serveer ze met de saus en warm stokbrood.

Avocado met garnalen

2 avocado's
400 g gepelde garnalen
wat citroensap
3 el mayonaise
3 el crème fraîche
1 tl verse dille (of uit diepvries)
1 el whisky

De avocado's door de helft snijden, de pitten verwijderen en het vruchtvlees voorzichtig er uithalen. Dit in dobbelsteentjes snijden en met citroensap besprenkelen om verkleuren te voorkomen. Vermeng het vruchtvlees met de mayonaise, crème fraîche, zout en peper en de fijngeknipte dille. De gepelde garnalen toevoegen en het geheel in de avocado helften terug doen. Garneer met een takje dille.

Met zalm gevulde tomaten

1 bl roze zalm
4 vleestomaten
1 sjalotje
1 middelgrote zoetzure augurk
1/2 el tomatenketchup
2 el yogonaïse
wat peterselie

Hak de sjalot en augurk fijn. Laat de zalm uitlekken en verwijder de velletjes en de graatjes. Was en snijd een kapje van elke tomaat en hol ze uit. Laat ze op keukenpapier uitlekken. Verdeel het visvlees in stukjes en schep er de sjalot, de augurk, de ketchup, de yogonaïse en peper en zout naar smaak door. Vul de tomaten met het mengsel en zet de kapjes er schuin op. Steek er een toefje peterselie tussen.

Haringtartaartjes

4 haringen
3 kleine trostomaten
2 bosuitjes
4 el fijngehakte dille
1 kleine augurk
2 el yogonaïse

Snijd de bosui in ringen en hak de augurk fijn. Snijd de haringen in kleine blokjes. Ontvel een tomaat, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in kleine stukjes. Was en snijd de rest van de tomaten in dunne partjes. Schep de tomaatstukjes met de haring, de bosuitjes, de dille, de augurk, de yogonaïse en peper en zout naar smaak door elkaar. Schep met een ijsboltang bolletjes van het mengsel en verdeel ze over 4 bordjes. Verdeel de rest van de tomaatjes rondom de haringtartaar.

Thaise garnalenhapjes

250 g gepelde rauwe garnalen
4 teentje knoflook (fijngesneden)
2 witte boterhammen
2 1/2 cm gember (fijngesneden)
1 groene peper (fijngesneden)
1 ei
1 el verse koriander
1 tl zout

Verwarm de oven voor op 200°C. Leg de witte boterhammen in een schaal en laat deze weken in wat water (pakweg 10 seconde)n. Knijp het brood goed uit en doe het in de keukenmachine met de garnalen, gember, peper, de knoflook zout en een ei. Pureer het geheel tot een fijne massa. Maak van dit mengsel plakjes door eerst je handen met bloem te bestuiven (tegen het plakken). Smeer de bakplaat in met wat olie of boter (niet te dik) of leg er bakpapier overheen. Leg de plakjes op de bakplaat en sprenkel er wat olie over. Bak de garnalenhapjes in 20 minuten bruin, na 10 minuten de plakjes omdraaien.



Een elektrische pepermolen

Thijs Vis is chef en (mede)eigenaar van restaurant 't Misverstant in 's-Hertogenbosch. Een perfectionist in de keuken. Dat helpt uiteraard als je de ambitie hebt op sterrenniveau te koken, maar het is lastig als je ten behoeve van een kookboek ineens een hand moet missen. Dus Thijs heeft de hele voorgaande zondag opgeofferd om te oefenen. Hij kookt zonder meer het meest ambitieuze recept in dit kookboek en weigert concessies te doen. De oefening werpt zijn vruchten af: Vis werkt de bereiding in een gestaag tempo af, maar steeds als er een wat complexere handeling met succes wordt afgerond, kijkt hij triomfantelijk richting fotograaf, met wie hij een wedstrijd lijkt te spelen. Want die heeft andere ambities en wil zaken op de grond zien vallen 'voor het plaatje'. Dat gaat hier niet lukken.

't Misverstant Thijs Vis

"Tada," lacht Thijs en toont een elektrische pepermolen. Ik heb gisteren echt zitten peinzen hoe ik de peper moest malen. Dit is dus de oplossing. Moet je zien." De chef drukt op een knop en vers gemalen peper valt op het werkblad. Een lampje schijnt uit de molen naar beneden tot groot vermaak van de aanwezigen. "Je moet verder natte theedoeken onder de snijplank leggen. Dat doe ik altijd al, maar dat is zeker met één hand heel erg belangrijk. Dan schiet er niets weg." Als Thijs even later zijn hand gewoon af wil drogen, ontdekt hij een nieuw probleem: "Je hand afdrogen kan bijna niet met één hand. Nooit over nagedacht."

Vanuit de kleine keuken voorziet Thijs met zijn brigade normaal in hoog tempo het diner voor zijn gasten. Een kwestie van erg goed voorbereiden en vooral gestaag doorwerken. Het stoort Thijs duidelijk dat het tempo er nu uit is: "Koken met één hand kost duidelijk heel erg veel meer tijd, dan met twee handen. Daar moet je al bij het kiezen van de recepten rekening mee houden.

Je moet zorgen dat je zaken goed kunt voorbereiden en dat de feitelijke bereiding dan niet te lang meer duurt. En je moet geduld hebben en een scherp mes, merk ik wel." Dat laatste klopt en wordt treffend bewezen als Thijs met één hand een ui pelt; moeiteloos, want doordat met het scherpe mes geen kracht gezet wordt, schiet er ook niets weg.

Als de fotograaf even niet kijkt schudt ook Thijs zijn arm die steeds achter de rug gehouden is los. "Je krijgt er een lamme arm van," moppert Thijs, die daarmee de zaken feitelijk omdraait: je hebt immers een lamme arm voor je zo gaat koken. Hij wrijft over de pijnlijke bovenarm. De gelegenhedsgehandicapte geeft aan er wel degelijk rekening mee te houden dat hij geen handicap op mag lopen als chefkok: "Ik heb ooit aan motorcross gedaan, maar dat is veel te blessuregevoelig. Ik kan, dat merk ik vandaag weer, me echt niet veroorloven op dit niveau met een blessure of handicap in de keuken te staan.





Oefening baart kunst, daarover kan hier geen misverstant bestaan. Thijs Vis bewijst ook met één hand een zeer complex gerecht te kunnen maken. Een kwestie van vakmanschap en geduld.



Thijs Vis is duidelijk een adept van het El Bulli-koken, en laat zich inspireren door chef Ferran Adrià van dit Spaans toprestaurant dat jaarlijks een half jaar sluit om aan nieuwe technieken en smaken te werken. Hij kookt in deze stijl onder meer met stikstof en maakt veelvuldig gebruik van de kidde; wat wij een slagroomsput zouden noemen, maar waar de chefs andere zaken in bereiden. Tot er een nieuw koolzuurpatroon in moet. Thijs kijkt hulpeloos. "Dat lukt niet met één hand." Uiteindelijk lukt ook dit en we zien weer die triomfantelijke blik. Maar we zijn er nog niet. De rol van vis en kruiden, die de chef zeer strak op heeft weten de draaien moet in fraaie mootjes gesneden worden. Na de elektrische pepermolen speelt Thijs zijn tweede troef uit: het elektrische mes.



Moeiteloos glijdt het mes door het in aluminiumfolie gedraaide pakketje. Vijf fraaie mootjes, die met een pincet van hun folie worden ontdaan. Het gerecht nadert zijn voltooiing en Thijs krijgt meer en meer het gevoel dat hij de wedstrijd gaat winnen. Slechts één keer heeft hij zijn mond gebruikt om folie los te trekken, verder ging het foutloos, waarmee hij bewijst dat koken met één hand, zoals Anita al gezegd had, vooral een kwestie van goed gereedschap, routine en geduld is. Daar hoeft geen misverstand over te bestaan.

Restaurant 't Misverstant
Snellestraat 28
5211 EN 's-Hertogenbosch
Tel. 073 610 33 55
info@misverstant.nl
www.misverstant.nl

De keuken is dagelijks open vanaf 18.00 uur.
Lunchen kan ook, maar alleen na telefonische reservering.
Het restaurant is alleen op zondag gesloten



Noordzeetong met kruidenkorst

8 filets Noordzeetong
1 zak Panko (Japans broodkruim)
1/3 bos basilicum
1/3 bos peterselie
1/3 bos dragon
2 tn knoflook
5 sjalotjes
6 langoustines
6 pomodore tomaten
1 bakje mascarpone
200 g risottorijst
5 dl groentebouillon
1 rode paprika
bos rucola
1 el agar agar

Maak in een keukenmachine een mengsel van de kruiden, een sjalotje en de panko. Rol dit tussen keukenfolie uit met een deegroller tot een kruidkorst. Snijd uit de korst dezelfde vorm als de filets en maak nu stapeltjes van filet en korst. Rol die strak in aluminiumfolie. Leg de paprika's onder de grill van de oven tot ze zwart gaan blakeren. Verwijder het zwart en de zaadlijsten en pureer met een halve deciliter bouillon en wat zout en peper. Samen met de agar agar in de kiddle doen en hier met koolzuurpatronen een espuma van maken.

Maak de tomatencompote door de tomaten te ontvellen, leeg te knijpen en in kleine stukken te snijden. Snijd twee sjalotjes klein en zweet die aan met een uitgeknepen teen knoflook. Voeg de tomaten toe en kook tot compote. Maak een risotto door twee sjalotjes en de resterende knoflook te bakken en de rijst mee te bakken. Blus af met bouillon en blijf roeren. Voeg steeds als de bouillon is opgenomen een scheut groentebouillon toe. Leg ondertussen de visrollen in een oven van 160°C, voor ongeveer elf minuten. Als de risotto klaar, dus gaar is, het bakje mascarpone toevoegen en doorroeren. Rucola even verwarmen in een droge koekenpan. Nu de visrollen in stukken snijden en folie verwijderen en de langoustines twee minuutjes grillen en halveren. Maak de borden op als op de foto. In het glas zit onderin tomaat, dan rucola en bovenop de paprika espuma.





Italiaanse quiche

- 1 dunne prei
- 4 pomodori (Italiaanse tomaten)
- 3 eieren
- 1 1/2 dl slagroom
- 2 tl oregano
- 2 el fijngehakte lavas (maggiplant)
- 4 plakjes quichedeeg

Snijd de prei in ringen en de snijd tomaat in plakken. Klop de eieren met de slagroom en de oregano en wat peper en zout. Leg de deegplakken in een ingevette springvorm en verdeel tomaat en prei dakpansgewijs over de bodem. Schenk nu het eimengsel in de vorm en bestrooi de quiche met wat lavas, peper en zout. Bak de quiche nu af. Op het pakje van het deeg staat hoe lang dat moet.

Quiche met rookworst

- 1 rookworst
- 150 gr Leidse kaas
- 1 rode ui (in ringen)
- 4 eieren
- 2 dl slagroom
- bosje peterselie
- 4 plakjes quichedeeg

Snijd een geweldige rookworst in schuine plakjes. Snijd de kaas in plakken en de ui in ringen. Klop de eieren met de slagroom en wat peper en zout los. Leg de deegplakken in een ingevette springvorm en verdeel de uienringen over de bodem. Leg dan de kaas in de vorm en daar over de rookworst. Schenk nu het eimengsel in de vorm en bestrooi de quiche met wat peterselie. Bak de quiche nu af. Op het pakje van het deeg staat hoe lang dat moet.

Mi xao da nang (gebakken mie met varkensvlees)

- 250 g eiermie
- 2 el olie
- 2 tenen knoflook
- 1 rode peper
- 500 g varkensschnitzel
- 250 g champignons
- 4 bosuitjes
- 4 tomaten
- 3 el vissaus
- snuf suiker
- 1 el citroensap
- 5 takjes koriander

Hak de knoflook en rode peper fijn. Snijd de champignons in plakjes, de tomaten in partjes, de bosui in schuine ringen en de schnitzel in reepjes. Knip de koriander grof. Bereid de eiermie volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Giet de mie af en laat die uitlekken in een vergiet. Verhit in een wok (of hapjespan) de olie en bak hierin de knoflook en rode peper enkele seconden. Voeg de reepjes vlees toe en roerbak het geheel 3 minuten. Schep het vlees even op een bord. Roerbak de champignons en bosuitjes 5 minuten in een wok. Voeg het vlees, de eiermie, tomaat, vissaus, suiker en het citroensap toe en schep het geheel goed om. Strooi vervolgens de koriander erover.

Scalopina romana

- 300 g varkensschnitzel
- 50 g ham
- 100 g geraspte kaas
- 250 g champignons
- 1 prei (in ringen)
- 1 ui (in ringen)
- 3 dl slagroom
- kopje bloem

Snijd het vlees in reepjes en haal het door de bloem halen. Al roerend bakken in de boter. Op smaak brengen met peper en zout. Nu het vlees uit de pan halen en in een beboterde ovenschaal doen. De prei, ui en champignons bakken. Room hierbij en de saus een beetje in laten koken. De saus over het vlees gieten en de kaas er over strooien. In de oven zetten tot de kaas gesmolten is.



Quiche Lorraine

150 g bloem
1/5 tl zout
75 g koude boter
150 g magere spekblokjes
100 g geraspte Emmentaler
100 g geraspte Gruyère
4 eieren
snuf nootmuskaat
125 ml slagroom

Verwarm de oven voor op 200°C. Vet een lage taartvorm (circa 24 cm doorsnede) in met wat boter. Meng het zout door de bloem. Snijd de boter in klontjes en doe die erbij. Roer nu 1 tot 2 eetlepels koud water door het meel en kneed het geheel tot een bal. Rol het deeg op een met bloem bestoven aanrecht uit tot een grote ronde lap en bekleed de vorm hiermee. Strooi de spekblokjes en de kaas over de deegbodem. Klop de eieren los met de nootmuskaat, de slagroom en wat peper. Schenk dit mengsel over de kaas en het spek. Bak de taart in de oven in ongeveer 40 minuten goudbruin.

Springbok met cranberry's en peerchips

150 ml vers ongezoet sinaasappelsap
40 g boter
100 g suiker (en wat extra voor het bestrooien)
250 g cranberry's
8 takjes koriander
2 handperen
8 springbokbiefstukken (à 100 g)

Verwarm de oven voor op 220°C. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Breng 7 deciliter water en het sinaasappelsap aan de kook en los de suiker al roerend hierin op. Voeg de cranberry's toe en laat ze 7 minuten koken. Laat het cranberrymengsel afkoelen. Was de peren, snijd ze in vieren en verwijder de klokhuisen. Snijd de peren in erg dunne plakjes, verdeel die over de bakplaat en bestrooi ze met een beetje suiker. Rooster de plakjes peer in ca 10 minuten lichtbruin en draai ze halverwege. Zowel de perenchips als het cranberrymengsel kun je een dag tevoren maken. Laat de biefstukken op kamertemperatuur komen. Verhit de boter in een koekenpan en bak de biefstukken aan beide kanten in ongeveer 4 minuten rosé. Bestrooi ze met zout en peper. Verwarm de cranberry's (eventueel in de magnetron) en was de koriander. Serveer op een schaal de springbok met de cranberry's, strooi de peerchips erover en garneer met de koriander.

Feta-fritata

2 el olie
2 uien
200 g doperwtjes (diepvries)
5 eieren
1 el gedroogde dille
150 g feta, in blokjes

Snipper de uien. Verhit de olie in een koekenpan en bak de ui met de erwten ongeveer 4 minuten. Klop intussen de eieren los met de dille, peper en wat zout. Roer de feta erdoor. Voeg de doperwtjes en ui toe en schenk het eimengsel in de pan. Laat de omelet afgedekt op laag vuur stollen. Keer de omelet met behulp van een groot plat bord en bak de andere kant nog enkele minuten.

Spaghettini met knapperige paprika's

250 g spaghettini
1 1/2 el olijfolie
1 rode paprika
1 groene paprika
1 gele paprika
400 g kalkoenfilet
2/3 pot Spagheroni tradizionale (à 450 ml)
75 g geraspte Parmezaanse kaas

Maak de paprika's schoon en snijd ze in ringen. Snijd de filet in blokjes. Verhit 1 1/2 el olijfolie in een hapjespan en bak hierin de kalkoeblokjes in ongeveer 5 minuten goudbruin en gaar. Voeg de pastasaus aan de kalkoen toe en verwarm de saus ongeveer 5 minuten op zacht vuur. Kook intussen de spaghettini in ruim water met zout en de rest van de olijfolie in ongeveer 5 minuten beetgaar. Giet de pasta af en verdeel hem over 4 diepe borden. Schep de pastasaus over de pasta. Bestrooi de pasta met de kaas en garneer met de paprika's.

Tagliatelle met kip, chorizo en sherry

- 400 g groene tagliatelle
- 3 plakken chorizo van ca 1/2 cm dik
- 3 el olijfolie
- 400 g kipfilet
- 3 bosuitjes
- 1 courgette
- 1 potje pastasaus met kruiden (500g)
- 4 el droge sherry
- 4 takjes peterselie

Snijd de bosui in ringetjes, de courgette in reepjes van 1 bij 3 cm, de kipfilet in reepjes en knip de peterselie fijn. Snijd de plakjes chorizo in blokjes. Kook de tagliatelle volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Verhit de helft van de olie in een koekenpan en bak de kip 3 minuten. Blijf omscheppen. Strooi er zout en peper naar smaak over en schep de kip op een bord. Verhit de rest van de olijfolie in de pan en bak hierin de ui 30 seconden. Voeg de courgette toe en bak het geheel al omscheppend 2 minuten. Voeg de blokjes chorizo toe en bak die 1 minuut mee. Schenk de pastasaus en de sherry erbij en voeg de kip toe. Verwarm en schep het geheel 2 minuten goed door. Giet dan de pasta af en meng de saus erdoor. Bestrooi de pasta met peterselie.

Tagliatelle met oester-zwammen en spinazie

- 250 g tagliatelle bicolore
- 1 pakje roomsaus
- 1 ui
- 150 g oesterzwammen
- 3 el olijfolie
- 200 g ham in reepjes
- 200 g spinazie (vers)
- 100 g pijnboompitten

Kook de tagliatelle beetgaar volgens de gebruiksaanwijzing. Snipper intussen de ui en snijd de oesterzwammen in stukjes. Snijd de ham in reepjes. Verhit de olie in een pan of wok. Fruit de ui en bak de oesterzwammen en hamreepjes mee. Voeg de spinazie toe. Bereid de roomsaus volgens de gebruiksaanwijzing. Voeg het spinaziemengsel aan de saus toe. Rooster de pijnboompitten een paar minuten in een droge koekenpan op hoog vuur. Serveer de saus over, of bij de tagliatelle. Strooi vlak voor het serveren de pijnboompitten over het gerecht.

Frisse gerookte zalmtaart met filodeeg

- 1/2 pak diepvries filodeeg
- 4 el boter
- 200 g gerookte zalmsnippers
- 1 schil van een citroen, geraspt
- 6 eieren
- 1 bekertje zure room
- 3 bosuitjes in stukjes
- snuf (cayenne) peper

Ontdooi het deeg en smelt de boter. Verwarm de oven voor op 175°C. Leg een vel filodeeg op het aanrecht en bestrijk het dun met boter. Leg een volgende vel er verspringend op en bestrijk dit ook met boter. Ga zo door tot het laatste vel, maar bestrijk dit niet met boter. Vet een springvorm van 20 cm doorsnede in met boter en leg het deeg erin. Klop de eieren los met de zure room. Roer er de zalm, citroenrasp en bosui door. Breng het mengsel op smaak met peper. Doe het mengsel in de springvorm en vouw eventueel uitstekend deeg over het mengsel heen naar binnen. Bak de taart in de oven in 40 minuten gaar.



Pesto-pastasalade

- WE MAKEN EERST DE VERSE PESTO
- 1 teen knoflook, gepeld
- 1 bos basilicum
- 3 el pijnboompitten
- 3 el vers geraspte Parmezaans kaas
- scheut olijfolie extra vierge

Hak de knoflook met de vijzel of keukenmachine fijn. Doe de basilicum erbij en hak deze. Doe de pijnboompitten erbij en maal deze mee. Strooi de kaas erbij en schenk er zoveel olijfolie bij tot het een smeug geheel is. Breng de pesto goed op smaak met wat zout. Als je de pesto niet direct gaat gebruiken, lepel hem dan in een schoon potje. Schenk er een laagje olijfolie op en bewaar het maximaal 1 week in de koelkast.

- DAN DE SALADE
- 5 el pesto (zelf gemaakt dus)
- 3 el olijfolie
- 3 el azijn
- 400 g penne (pasta)
- 1 bakje kerstomaatjes
- 1 groene paprika
- 150 g salami in reepjes
- 2 el pijnboompitten
- 100 g veldsla
- 200 g brie

Snijd de paprika, de brie en de salami in blokjes of reepjes. Rooster de pijnboompitten. Halveer de kerstomaatjes. Kook de penne volgens de aanwijzing op de verpakking en laat afkoelen. Vermeng de pesto met de olie en azijn. Schep dit door de penne. Doe er de gehalveerde kerstomaatjes, de paprika en de salami door. Voeg nu de pijnboompitten en brie toe. Schep dit door elkaar, breng de salade op smaak met peper en zout en laat het geheel enige tijd in trekken. Schep er vlak voor het serveren de veldsla door.

Spaghetti met gehakt

- 1 pak spaghetti
- 500 g gehakt (half om half)
- 250 g tomaten
- 1 grote ui
- 1 pakje kruiden voor spaghetti en macaroni
- 5 el tomatenketchup
- 100 g geraspte kaas

Maak de ui schoon en snijd de ui in stukjes.

Was de tomaten en snijd in stukjes. Kook het water voor de kruiden; op het pakje staat de gebruikaanwijzing. Bak de uien. Doe dan de tomaten erbij, even goed door bakken. Het gehakt erbij doen, rul maken en even goed doorbakken. Doe de kruiden erbij en de tomatenketchup. Zet het vuur lager. Kook nu de spaghetti volgens de aanwijzing op het pak. De kaas op tafel erbij zetten.

Kaassoufflé

- 5 plakjes diepvries bladerdeeg
- 50 g bloem
- 80 g boter
- 250 ml melk
- 5 eieren
- 150 g (gras)kaas
- 2 el crème fraîche
- 2 tl komijnzaad
- 1 tl nootmuskaat

Laat het bladerdeeg ontdooien. Bestrooi een werkvlak met 20 gram bloem. Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar en rol ze uit tot een grote lap. Vet de vorm in met 20 gram boter. Verwarm de oven voor op 200°C. Beleg de vorm met het deeg en werk de randen bij. Smelt de boter, voeg de resterende bloem toe en laat dit ongeveer 3 minuten al roerend met een houten pollepel op een laag vuur gaar worden. Voeg de melk geleidelijk toe en roer tot een gladde saus. Laat de saus even koken en haal de pan van het vuur. Splits de eieren boven 2 kommen, klop de eiwitten in een vetvrije kom stijf. Rasp de kaas grof. Rooster het komijnzaad in een droge koekenpan, totdat de geur vrijkomt. Klop de crème fraîche en de eidooiers, van het vuur af, door de warme saus. Voeg het komijnzaad en de kaas toe en breng de saus op smaak met zout, peper en nootmuskaat. Spatel de eiwitten voorzichtig door de saus. Schenk het kaasmengsel in de vorm en bak de soufflé onder in de oven in ongeveer 25 minuten goudbruin.

Shoarmaschotel met dakje

- 4 plakjes diepvries bladerdeeg
- 1 bekertje crème fraîche
- 2 el olie
- 6 el zilveruitjes
- 300 g kalkoenreepjes
- 1 el peterselie
- 1 groene paprika
- 250 g champignons
- 1 el bloem
- 2 el shoarmakruiden

Snijd de paprika en champignons in stukjes. Verwarm de oven voor op 200°C. Vet een lage ovenschaal in en laat de plakjes bladerdeeg ontdooien. Verhit intussen de olie in de koekenpan. Bak de kalkoenreepjes met de paprika en champignons al omscheppend circa 3 minuten. Strooi de shoarmakruiden erdoor, giet de crème fraîche erbij en de zilveruitjes en breng het gerecht op smaak met zout en peper. Schep het in de ovenschaal. Bestuif het aanrecht met wat bloem. Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar en rol ze op het bloem uit tot het geheel iets groter is dan de ovenschaal. Leg het deeg nu over de vulling en druk de randen met een vork goed aan. Bak het gerecht ongeveer 25 minuten in de oven tot het bladerdeeg bruin is.

Shoarmarol

- halve krop ijsbergsla
- 1 groene paprika
- 1 ui
- 2 el olie
- 400 g shoarmavlees
- 125 ml crème fraîche
- 4 grote wraptortilla's
- 6 el knoflooksaus (flesje)

Snijd de ijsbergsla in dunne reepjes. Maak de paprika schoon en snijd die ook in dunne reepjes. Schil de ui, halveer hem en snijd hem in reepjes. Verhit de olie in een koekenpan en roerbak de ui en het vlees ongeveer 5 minuten. Roer de crème fraîche erdoor en breng het mengsel op smaak met zout en peper. Verwarm het geheel nog enkele minuten op laag vuur. Verwarm intussen de wraps één voor één in een droge koekpan op laag vuur. Leg ze op een bord, verdeel wat van het vleesmengsel in de lengte over het midden van iedere wrap. Verdeel er wat reepjes paprika en ijsbergsla over en rol de wrap strak op rond de vulling. Snijd de wrap, als je wilt, schuin doormidden voor je hem serveert. Geef de knoflooksaus er apart bij.



Lasagne met salami en champignons

2 el olie
1 teen knoflook
500 g gezeefde tomaten (pak)
2 tl gedroogde oregano
glas witte wijn
1 prei
250 g (kastanje)champignons
150 g salami
1 dl slagroom
12 lasagnevellen
100 g geraspte belegen kaas

Gestoofde ribblappen in bier

600 g ribblappen
3 uien
50 g ontbijtkoek
2 blaadjes laurier
4 kruidnagels
2 el tomatenpuree
1 dl Trappisten bier
1 runderbouillonblokje
wat maïzena

Snijdt het vlees in dobbelstenen en bak deze licht bruin. Voeg de gesnipperde uien toe en bak die mee. Voeg nu de verkruimelde ontbijtkoek, laurier, kruidnagels en tomatenpuree toe en bak ook dit even mee. Schenk er het bier en een kwart liter water bij. Dan het vlees in 3 uur op een klein vuurtje gaar laten worden. Voor het opdienen peper en zout naar smaak toevoegen en de jus eventueel met maïzena binden.

Verwarm de oven voor op 175°C. Hak de knoflook fijn, snijd de prei in ringen, de salami in reepjes en de champignons in plakjes. Verhit de helft van de olie in een pan met dikke bodem en bak de knoflook 30 seconden. Voeg de gezeefde tomaten, oregano en wijn toe. Laat de saus op een matig vuur 8 minuten zachtjes koken tot alle smaken zich goed hebben vermengd. Verhit intussen de rest van de olie in een ruime koekenpan en bak hierin de preiringen al omscheppend 1 minuut. Voeg de champignons toe en bak het mengsel nog 3 minuten. Meng er de salami door en haal de pan van het vuur. Meng de slagroom door de tomatensaus en laat de saus op een laag vuurtje 1 minuut zachtjes koken. Breng de saus op smaak met zout en peper. Schep een beetje van de saus op de bodem van een rechthoekige oven-schaal. Leg er een laag lasagnevellen op. Verdeel er wat van het salamimengsel over en schep er een beetje saus over. Leg er weer een laag lasagnevellen op. Ga zo door met lagen maken tot alle ingrediënten op zijn. Eindig met een dikke laag saus en strooi hier de kaas over. Bak het gerecht 30 à 35 minuten in de oven.

Kip met roerbaksaus

4 kippenbouten
2 uien
3 knoflooktenen
1 winterwortel
4 el zonnebloemolie
3 tomaten
4 el gesnipperd korianderblad
1 citroen
1 bosje lente-ui
2 el milde currypasta
250 ml crème fraîche

Snipper de gepelde uien en knoflookteentjes fijn. Snijd de schoongemaakte wortel in kleine stukjes en de helft van het bosje lente-ui in kleine ringetjes. Verwijder het vel van de kippenbouten en braad deze even in de olie aan in een koekenpan. Verhit de rest van de olie in de braadpan en bak de ui, lente-ui, knoflook en wortel zachtjes. Bak 5 minuten door onder af en toe roeren. Roer de currypasta erdoor en roerbak die ongeveer 1 minuut mee. Voeg de crème fraîche en de in stukjes gesneden tomaten toe en breng het geheel al roerend aan de kook. Leg de kipdelen erin en zorg dat ze zoveel mogelijk met saus bedekt zijn. Laat de kip, afgedekt, zachtjes in ongeveer 40 minuten gaar worden. Keer de kip af en toe. Breng het gerecht op smaak met peper en zout en roer de koriander erdoor. Garneer met partjes citroen en de overgebleven lente-ui. Dit gerecht kunt u ook ruim van tevoren bereiden: zet het in dat geval voor het serveren nog even 10 minuten in een voorverwarmde oven.

Kipschnitzeltjes in een teriyaki-roomsaus

300 g notenrijst
4 kipfilets à 100 g
6 el teriyaki-marinade (flesje)
40 g boter
4 lente-uitjes in stukje
3 dl kookroom

Kook de rijst gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de kipfilets elk in drie dunne lapjes. Doe ze in een diep bord en schenk de teriyaki-marinade er over. Marineer ze 10 minuten. Verhit de boter in een pan, bak de kipfiletlapjes in 3 minuten goudbruin. Bak de lente-uitjes een minuut mee. Voeg de overgebleven marinade, de room en eventueel een scheutje water toe en kook de saus 1 minuut flink door. Serveer met de rijst.



Pittige champignons met rijst

500 g champignons
4 el olie
300 g hamreepjes
2 pakjes MonChou à 100 g
10 el zoete chilisaus
2 bananen

Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Verhit de olie in een koekenpan en roerbak de champignons met de hamreepjes 3 minuten op hoog vuur. Voeg de MonChou toe en roer tot de kaas gesmolten is. Voeg de chilisaus en een halve deciliter water toe en roer tot een gladde saus ontstaat. Breng op smaak met zout en peper. Schil de banaan, snijd deze in plakjes en meng deze door de saus. Serveer direct met rijst of mie.

Gevulde paprika

4 el olie
1 teen knoflook, gesnipperd
2 sjalotjes, gesnipperd
300 g risotto
1 kruiden- of groentenbouillontablet
200 g shii-take
8 el witte wijn
2 el gehakte of geknipte peterselie
2 tl gedroogde tijm
4 grote paprika's
100 g feta

Verwarm de oven voor op 200°C. Verhit 1 el van de olie in een pan met een dikke bodem. Roerbak hierin de sjalotjes met de knoflook en roer dan de risotto erdoor. Schenk er scheut voor scheut 5 dl kokend water bij (steeds toevoegen als het eerste is opgenomen) en verkruimel de bouillontablet erboven. Laat de risotto op laag vuur in 20 minuten net gaar koken. Roer de risotto steeds door en voeg als hij te droog wordt nog een scheutje water toe. Veeg intussen de shii-take schoon met keukenpapier. Snijd de steeltjes eraf (die worden niet gebruikt) en de hoedjes in plakjes. Verhit 1 el olie in een koekenpan en bak de shii-take op hoog vuur al omscheppend. Schenk de wijn erbij en neem ze van het vuur, breng ze op smaak met zout en peper. Snijd de hoedjes van de paprika's en verwijder de zaadjes en de zaadlijsten. Snijd de feta in blokjes. Schep dan de peterselie, tijm en feta door de gare risotto en vul de paprika's met het risottomengsel. Zet ze in een kleine ovenschaal en zet de kapjes erop. Schenk ongeveer 1 centimeter water in de ovenschaal. Zet de paprika's in de oven en bak ze in ongeveer 50 minuten gaar. Serveer ze warm of op kamertemperatuur.

Gevulde reuze paddestoelen

4 portobello-paddestoelen
1 ui (gehakt)
2 tenen knoflook (uit de knijper)
2 el olijfolie
1 el gedroogde tijm
50 g walnoten grof gehakt
125 ml crème fraîche
125 g gorgonzola
400 g tagliatelle
4 dl tomatensaus

Verwarm de oven voor op 175°C. Vet een lage grote ovenschaal in. Veeg de paddestoelen schoon met keukenpapier en snijd de steeltjes er af en hak die fijn. Verhit een eetlepel olie in een koekenpan en bak hierin, al omscheppend, de paddestoelensteeltjes met de ui, de knoflook en de tijm ongeveer 2 minuten. Schep de walnoten door het mengsel, roer de crème fraîche erdoor en breng de vulling op smaak met zout en peper.

Vet de paddestoelen dun in met olie en bestrooi ze met zout en peper. Zet ze, met de bolle zijde onder, in de ingevette ovenschaal. Schep de vulling erin en verbrokkel de kaas er boven. Sprenkel nog wat olie over het geheel en bak de paddestoelen in ongeveer 20 minuten gaar en bruin.

Kook intussen de pasta gaar volgens de instructies op het pak en verwarm de tomatensaus. Serveer de paddestoelen op een dot pasta. Schep er wat van de tomatensaus naast.

Kalkoen met saus

4 kalkoenpoten
4 el geraspte ui
3/4 kop water
3 el azijn
3 el worchester saus
1 kop ketchup
1 tl zout
2 tl paprikapoeder
1/2 tl zwarte peper
1/4 tl kaneel
snuf kruidnagelpoeder
snuf cayennepeper
25 g boter

Bak de kalkoenpoten bruin in een braadpan en haal ze uit de pan. Doe dan alle ingrediënten in een ruime pan en laat de poten gaar worden in ongeveer 2 uur. De kalkoen af toe om draaien. Controleer of er af en toe nog wat water bij moet.

Kip met peer, honing en kaneel

- 8 kipdrumsticks
- 1 ui
- 2 kaneelstokjes
- 1 tl gemberpoeder
- 1 zakje saffraan geweekt in 2 el kokend water
- 4 niet te rijpe peren
- 4 el honing
- 2 el peterselie

Kip met peer, honing en kaneel

Knip de peterselie en snipper de ui. Bestrooi de kip rondom met zout en peper. Verhit de olie in een braadpan en roerbak de kip met de ui iets bruin. Doe de kaneelstokjes, het gemberpoeder en de saffraan met het weekvocht erbij. Schenk er 2 deciliter water bij en laat het geheel ongeveer 10 minuten afgedekt garen. Schil intussen de peren, verwijder het klokhuis en snijd ze in kwarten. Doe de peren met de honing en peterselie bij de kip en laat het geheel afdekt in 15 minuten gaar worden. De peren moeten dan zacht zijn en de kip gaar.

Kip met tonijnsaus

- 2 blikjes tonijn op olie
- 4 el citroensap
- 6 el crème fraîche
- 2 el mayonaise
- 2 kleine rode paprika’s
- 4 stengels bleekselderij
- 300 g kipfilet (vleeswaar, iets dikker)
- 2 el kappertjes
- 8 takjes verse basilicum

Kip met tonijnsaus

Je kan een avond van tevoren beginnen: giet de olie van de tonijn af. Pureer de tonijn, het citroensap, de crème fraîche en mayonaise in de keukenmachine. Breng het mengsel op smaak met (veel) versgemalen peper en wat zout en zet het in de koelkast tot het serveren. Snijd de bleekselderij in dunne reepjes. Maak de paprika schoon en snijd hem ook in dunne reepjes. Bewaar alles in de koelkast.

Kip met tonijnsaus

Bereiding: neem de tonijnsaus van tevoren uit de koelkast om hem op kamertemperatuur te laten komen. Verdeel de kipfilet over de borden en leg de selderij en paprikareepjes ernaast. Schep de tonijnsaus over de kipfilet en strooi er de kappertjes en de blaadjes basilicum over. Zet de borden naar wens met folie erover nog even in de koelkast.

Shish kebad

- 500 g lambout
- 1 1/2 ui
- 2 el citroensap
- 3 el olie
- 2 tl gedroogde tijm
- 2 el gehakte peterselie
- 1 tl gedroogde munt
- 1 tl paprikapoeder
- snuf (chili)peper
- 1 gele paprika
- 1 groene paprika
- 1 tl gemalen komijn

Shish kebad

Snijd het vlees in blokjes van 3 tot 4 cm. Ik raad aan dit door de slager te laten doen. Snijd de halve ui heel fijn. Meng er het citroensap, en 2 eetlepels olie door, als ook het paprikapoeder, de munt, tijm, komijn en peterselie. Breng deze marinade op smaak met zout en peper. Schep de blokjes vlees erdoor en laat alles zeker 3 uur marineren. Snijd de paprika’s in stukken en de hele ui in kwarten. Verwarm de grill voor op de hoogste stand. Rijg de blokjes vlees aan de spiesen, om en om met paprika en ui. Bestrijk ze met wat olijfolie. Gril de spiesen in 5 minuten rondom bruin. Serveer met geroosterde pitabroodjes.

Brusselse kip

- 1 braadkip ca. 1 kilo (of poten)
- kopje bloem
- 3 el boter
- 1/2 citroen
- 4 stronkjes witlof
- snuf nootmuskaat
- 2 sjalotjes
- 600 ml Leffe tripel
- 200 ml crème fraîche
- 7 takjes peterselie
- 4 el suiker

Brusselse kip

Snijd de braadkip in stukken en was ze. Wrijf de kipstukken in met zout en peper en bestrooi ze met bloem. Verhit de boter en bak de kipstukken aan beiden kanten goudbruin. Haal de kip uit de pan en hou warm. Pers de citroen uit. Was de witlof, halveer ze in de lengte en verwijder de bittere kernen. Bestrooi de witlof met de suiker, besprenkel ze met wat citroensap en bestrooi ze met zout en peper en een snufje nootmuskaat. Bak de witlof in het achtergebleven braadvet ongeveer 3 minuten en voeg eventueel nog wat boter toe. Pel en snipper de sjalotjes en bak ze de laatste minuten met de witlof mee. Schenk Leffe tripel over de witlof, leg de kip erop en stoof de kip afgedekt ongeveer 15 minuten. Roer de crème fraîche door het vocht en laat de kip nog ongeveer 10 minuten op een vuur stoven. Breng op smaak met zout, peper en citroensap. Was en hak (of knip) de peterselie. Leg de kip met de groenten op een voorverwarmde schaal. Kook de saus in tot bijna de helft van de hoeveelheid. Schenk een deel van de saus over de kip en garneer met de peterselie. Geef de rest van de saus er apart bij.

Kip kerriespiesjes met spek en nectarine

- 12 kipvleugeltjes
- 1 el kerriepoeder
- 3 nectarines
- 12 plakjes ontbijtspek
- 3 bosuitjes
- 8 lange spiesen

Kip kerriespiesjes met spek en nectarine

Snijd de bosuitjes in 4 stukken. Kook de kipvleugeltjes 10 minuten voor, laat ze afkoelen en dep ze droog. Bestrooi met kerriepoeder en breng op smaak met zout en peper. Snijd de nectarines in kwarten, haal ze van de pit los en wikkel het spek om de partjes. Rijg de kipvleugeltjes ‘liggend’ met de nectarinepartjes en bosui op de spiesen. Rooster ze op de barbecue in 10 minuten rondom bruin en gaar.



Indische hachee

- 500 g rundvlees
- 3 el boter
- 3 uien
- 5 el ketjap
- 2 el azijn
- half bouillonblokje
- 3 kruidnagels
- 2 kilo aardappels
- 1/2 tl peper

Doe de boter in de pan en bak het rundvlees rond om bruin. Voeg twee kopjes water en de ketjap toe, als ook de azijn, kruidnagels, peper en het bouillonblokje. Laat het vlees op een laag vuurtje in ongeveer drie uur gaar worden. Snijd de uien in ringen en bak ze tot ze bruin worden. Bewaar ze. De aardappels schillen, in schijfjes snijden, bakken en bewaren. Als het vlees gaar is in een oven- schaal doen. Daar bovenop de uien en vervolgens de aardappels daar weer bovenop leggen. De oven op 175°C zetten en de schotel in 20 minuten afbakken.

Zalm en gefrituurde biet

- 100 ml droge vermouthe
- 2 rauwe bieten
- 125 ml crème fraîche
- 20 g boter
- 600 g zalmfilet
- pan frituurvet of beter nog olie

Verhit het frituurvet tot 180°C. Schil de bieten en snijd de bieten met een kaasschaaf in plakjes. Frituur de plakjes biet in gedeelten in ongeveer 2 minuten knapperig. Laat ze uitlekken op keukenpapier en bestrooi ze met zout (frituur ze dezelfde dag, bijvoorbeeld 's morgens). Verhit de boter in een koekenpan en bak de zalm aan beide kanten in ongeveer 6 minuten gaar. Haal de zalm uit de pan en houd deze warm onder een stuk aluminiumfolie. Zet het vuur hoog, blus het bakvet af met de vermouthe en roer de crème fraîche erdoor. Breng de saus op smaak met zout en peper. Serveer de zalmfilet op een schaal met de saus en de plakjes biet erop.

Frituren kan in hard vet, maar gezonder is het om met olie te werken. Het lekkerst is arachideolie. Arachideolie is een plantaardige olie bereid uit aardnoten (pinda's).

Gebakken asperges met garnalen

- 6 witte asperges
- 1 bosje rucola
- 2 el olijfolie
- 150 g cocktailgarnalen
- 1/2 tl suiker
- 1 tl kerriepoeder
- 1/2 limoen

Schil de asperges, verwijder de harde onderkanten en snijd de asperges in schuine stukken van ongeveer 3 centimeter. Verhit de olijfolie en voeg de suiker en wat zout en peper toe. Bak de asperges 10 minuten in de olie. Was de rucola en verwijder de harde takjes. Bestrooi de garnalen met kerriepoeder. Bak de garnalen in een beetje olijfolie op een hoog vuur ongeveer 1 minuut. Pers de limoen uit. Serveer de gebakken garnalen met de asperges en de rucola in een diep bord. Bestrooi met peper en besprenkel met wat limoensap.

Roodbaars met parmaham

- 2 el olijfolie
- 300 g roodbaarsfilet
- 4 plakken parmaham
- 2 teentjes knoflook
- 2 el rode pesto
- 2 pomodori-tomaten
- 1 citroen

Verwarm de oven voor op 230°C. Vet vier kleinere ovenschaaltjes in. Was de vis en dep deze droog. Verdeel de vis in vier delen. Pel de knoflook. Bestrijk de vis met de pesto en pers de knoflook erboven uit. Wikkel de vis in de ham en leg de pakketjes in een ovenschaaltje. Was de tomaten en snijd ze in stukken. Was de citroen en snijd deze in dunne plakken. Verdeel de tomaat en de citroen over de vispakketjes en bestrooi met peper. Laat de vis midden in oven in ongeveer 20 minuten gaar worden.

Roergebakken zalm met witlof

- 500 g zalmfilet in stukjes
- 3 el bloem
- 3 el olie
- 4 stronkjes witlof
- 2 bosuitjes
- 2 el sojasaus
- 1 el citroensap
- 4 bolletjes gember
- 1 tl cayennepeper

Snijd de witlof, de gember en de bosui in stukjes. Doe de vis een kom, strooi er bloem, zout en peper over en schep alles goed door elkaar. Verhit 2 eetlepels olie in een wok of grote braadpan. Bak de stukjes vis al omscheppend in ongeveer 3 minuten bruin. Schep ze daarna uit de pan op een stuk keukenpapier. Schenk de rest van de olie in de pan en roerbak de witlof op hoog vuur enkele minuten. Schep dan de bosui erdoor en bak nog een minuut. Doe de vis terug in de pan, schenk de sojasaus en het citroensap erbij, schep de gember erdoor en breng het gerecht op smaak met cayennepeper.

Zalm met tacokruiden

- 4 zalmmoten van 150 g
- 2 rode paprika's
- 6 bosuitjes
- 3 el tacokruiden
- 6 el limoensap
- 2 blikjes maïs (uitgelekt)
- 1 potje tacosaus

Snijd de paprika in blokjes en de bosui in ringen. Verwarm de grillpan of een koekenpan met dikke bodem voor op laag vuur. Schep intussen voor de salade de maïs, paprika en bosui door elkaar met het limoensap. Breng de salade op smaak met zout en peper. Bestrijk de zalm met olie en bestrooi hem met de tacokruiden en zout naar smaak. Rooster de zalm aan één kant in 3 tot 5 minuten bruin. Keer de zalm voorzichtig en rooster de andere kant ook bruin en nog net niet gaar van binnen. Verdeel de maïssalade over de borden, schep de vis erop en serveer met de tacosaus.

Nasi

- 3 ons nasivlees (in stukjes kopen)
- 1 ons schouderham (in stukjes kopen)
- 1 zakje nasikruiden
- 2 kleine uien
- 5 el ketjap
- 2 pakjes rijst buideltjes
- 4 pakjes saté
- 4 eieren
- 2 el boter

Maak de uien schoon. Leg in een diep bord het vlees met de uien en doe de ketjap er door. Laat het een half uur in trekken. Maak dan het zakje met kruiden klaar volgens de gebruiksaanwijzing. Zet een pan met water op het vuur, en verwarm hier de saté in. Ongeveer 20 minuten in het water laten staan. Bak het vlees met de uien en doe dan het zakje met kruiden daar doorheen. Zet het vuur zachter en zet een pan water op het vuur voor de rijst. Als de rijst klaar is deze door het vlees mengen. Dan de ham er doorheen roeren. Bak van de 4 eieren omeletten en serveer die er samen met de saté bij.

Hertensalade

- 2 el grove mosterd
- 2 el rode wijnazijn
- 6 el walnotenolie
- 2 el honing
- 4 hertenbiefstukken (van 100 g)
- 2 kleine rode appeltjes
- 3 el citroensap
- 400 g paddestoelen (seizoensmelange)
- 2 zakken jonge bladsla

Roer de mosterd door de azijn, voeg geleidelijk en al kloppend de walnotenolie toe. Roer de honing door de dressing en breng op smaak met zout en peper (maak de dressing 1 dag van tevoren). Laat de biefstukken op kamertemperatuur komen. Was de appels, verwijder de klokhuizen en snijd ze in dunne plakjes. Besprenkel de appels met het citroensap. Verhit de boter in een koekenpan en bak biefstukken aan beide kanten in 5 minuten rosé. Haal de biefstukken uit de pan en bestrooi met zout en peper en hou ze warm. Veeg de paddestoelen schoon, bak ze 3 minuten in het achtergebleven bakvet en bestrooi met zout en peper. Verwarm de dressing tot deze lauwwarm is. Snijd de biefstukken in plakken en verdeel ze met de appel en de paddestoelen over de bladsla op een platte schaal. Schenk de lauwe dressing, net voor het uitserveren, over de salade.



Verpakte kabeljauw

- 50 g boter
- 600 g kabeljauwfilet
- 4 bosuitjes
- 1/2 groene paprika
- 100 g champignons
- 4 el droge sherry
- 4 el sojasaus

Verwarm de oven voor op 200°C. Bestrijk 4 stukken aluminiumfolie met boter. Leg de kabeljauwfilet met het vel op de folie. Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in schuine ringetjes. Maak een 1/2 paprika schoon, verwijder de zaadlijst en snijd de paprika in reepjes. Veeg de champignons schoon en snijd ze in plakjes (eiersnijder). Verdeel de bosui, paprika, champignons en de boter. Bestrooi de pakketjes met zout en versgemalen peper. Besprenkel de kabeljauw met de sherry en vouw de folie goed dicht, maar niet te strak. Laat de vis midden in de oven in ongeveer 10 minuten gaar worden. Maak de pakketjes open en besprenkel de inhoud met de sojasaus.

Provençaalse vis uit de oven

- 1 citroen
- 600 g stevige vis (zoals roodbaars, rode poon, zee-wolf of dorade)
- 2 sneetjes oud brood, zonder korst
- 2 tl gedroogde tijm
- 1 el peterselie
- 2 tenen knoflook
- 3 el olijfolie

Verwarm de oven voor op 200°C. Rasp de helft van de citroenschil en pers de helft van de citroen uit (de rest wordt niet meer gebruikt). Vet een vuurvaste schaal in met olie, leg de visfilets erin en sprenkel het citroensap erover. Verkruiemel het brood. Dat gaat gemakkelijk in een keukenmachine. Knip de peterselie. Roer de tijm, de peter-selie en de citroenrasp door het broodkruim. Pers de knoflook erboven uit en breng het kruim pittig op smaak met zout en peper. Strooi de kruiden over de vis en sprenkel de olie erover. Zet de vis in de oven en bak de vis in 20 tot 25 minuten bruin en gaar.

Droge kipcurry met paprika

- 1 stengel citroengras
- 3 cm verse gemberwortel
- 2 tenen knoflook
- 1 rode peper
- 1/2 el limoenrasp (of citroenrasp)
- 2 el olie
- 500 g kipfilet
- 1 rode paprika
- 1 gele paprika
- 3 el vissaus
- 2 el pinda's

De ingrediënten voor de droge kipcurry met paprika

Hak de gember, rode peper en knoflook fijn. Snijd de kip en de paprika in repen en hak de pinda's grof. Verwijder de buitenste bladeren van het citroengras en hak het binnenste, zachte gedeelte fijn. Stamp het citroengras samen met de gemberwortel, knoflook, rode peper en limoenrasp in een vijzel fijn of maal ze in de keukenmachine. Verhit de olie in een wok (of hapjespan) en bak hierin de kruidenpasta 30 seconden. Voeg de repen kip toe en roerbak ze 2 minuten mee. Voeg de paprika toe en roerbak het geheel nog vier minuten. Voeg als het mengsel te droog wordt wat water toe. Breng het gerecht op smaak met de vissaus. Strooi de pinda's erover en serveer het gerecht met rijst.

Zwitserse kalbsgeschnetzeltes

- 1 ui
- 200 ml witte wijn
- 300 g champignons
- 200 ml slagroom
- 600 g kalbsfricandeau
- 1 1/2 el bloem
- 1 el boter
- 4 el olie

De ingrediënten voor de Zwitserse kalbsgeschnetzeltes

Pel en snipper de ui. Veeg de champignons schoon en snijd ze in vieren. Snijd het vlees in repen. Kneed de boter met de bloem kruidelig. Verhit de olie in een koekenpan en bak het vlees in porties gaar. Haal het vlees uit de pan en houd het warm onder aluminiumfolie. Bak de ui met de champignons ongeveer 3 minuten in het achtergebleven bakvet. Schenk de wijn bij het champignonmengsel en laat het ongeveer 3 minuten koken. Roer eerst de slagroom en daarna het boterbloemmengsel door de saus. Breng op smaak met zout en peper. Schep het vlees door de saus en verwarm het goed door.

Rundertartaartjes met spek en kappertjesjus

- 4 rundertartaartjes
- 2 tl gedroogde tijm
- 8 plakjes gerookt ontbijtspek
- 4 el boter
- 1 el kappertjes uitgelekt
- 2 tenen knoflook
- 3 takjes peterselie

De ingrediënten voor de Rundertartaartjes met spek en kappertjesjus

Hak de knoflook en knip de peterselie fijn. Bestrooi de tartaartjes met tijm en peper. Wikkel om elke tartaar kruislings 2 plakjes ontbijtspek. Verhit een eetlepel boter in een ruime koekenpan en bak hierin op een middelhoog vuur de tartaartjes in zes minuten rondom bruin. Keer ze regelmatig. Neem de tartaartjes uit de pan en hou ze warm. Voeg de rest van de boter aan het bakvet toe. Laat de boter smelten en roer er de kappertjes, knoflook en peterselie door. Voeg zout en peper naar smaak toe. Dien de jus samen met de tartaartjes op.

Beenham

- 3 cm verse gemberwortel
- 1 rode peper
- 3 el sojasaus
- 3 el sherry medium
- 6 el zonnebloemolie
- 1 beenham naturel (ca 550 g)
- 1/2 zak mihoen
- 2 bosuitjes
- 4 el sesamzaad
- 1 bosje verse koriander

Snijd of knip de koriander fijn. Schil en rasp de gemberwortel. Was de peper, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in reepjes. Roer een marinade van de sojasaus, gember, peper, sherry en 4 eetlepels zonnebloemolie. Bestrijk de beenham met de marinade en laat deze ongeveer 30 minuten staan. Verhit de rest van de zonnebloemolie in een braadpan en bak de beenham rondom aan. Voeg de rest van de marinade toe en laat de beenham afgedekt op een vuur in ongeveer 50 minuten gaar worden. Kook de mihoen volgens de gebruiksaanwijzing. Was de bosuitjes en snijd deze in schuine ringetjes. Rooster het sesamzaad in een droge koekenpan. Was de koriander en hak deze grof. Haal de beenham uit de pan en laat deze even rusten. Snijd nu de beenham in dunne plakken (of laat dit door iemand doen, want dat valt niet mee met één hand). Blus het achtergebleven vet af met een beetje water en voeg de bosui toe. Serveer de mihoen met de beenham en de saus. Bestrooi met het sesamzaad en de koriander.

Lamskotelet met uiencompote

- 3 rode uien
- 100 g boter
- 2 el lichtbruine basterdsuiker
- 4 el balsamico azijn
- 2 takjes rozemarijn
- 2 takjes tijm
- 4 lamskoteletten
- 50 ml rode wijn

De ingrediënten voor de Lamskotelet met uiencompote

Pel de uien en snijd ze in dunne ringen. Verhit een beetje boter in een pan, bak de uien 5 minuten en voeg 2 eetlepels water, de basterdsuiker en de balsamico azijn toe. Laat het uimengsel 10 minuten op een zeer laag vuur stoven. Was de rozemarijn en hak de naaldjes fijn. Was de tijm en pluk de blaadjes. Meng de kruiden met wat zout en peper. Besmeer de koteletten met het kruidenmengsel. Verhit ongeveer 25 gram boter, snijd de rest van de boter in blokjes en leg ze in de koelkast. Bak de koteletten aan beide kanten in de boter rosé. Haal het vlees uit de pan en houd dit warm onder aluminiumfolie. Roer de wijn door het bakvet en laat de saus inkoken. Zeef de saus en klop de koude boterblokjes erdoor, zodat de saus dikker wordt. Breng op smaak met zout en peper. Serveer de koteletten met de saus en de uicompote.

Chili met pittige gehaktballetjes

400 g tarly (honig)
4 sjalotjes
2 el chilisaus
500 g rundergehakt
1 tl chilipoeder
4 el olie
2 potten Hak groenteschotel chili con carne (van 360 g)

Kook de tarly in een pan ruim kokend water en zout in ongeveer 12 minuten gaar volgens de gebruiksaanwijzing. Pel en snipper de sjalotjes. Meng het gehakt met de sjalotjes, de chilisaus, het chilipoeder en wat peper en zout naar smaak goed door elkaar en rol er 25 kleine gehaktballetjes van. Verhit de olie in een hapjespan en bak hierin de gehaktballetjes rondom goudbruin. Laat de gehaktballetjes op een laag vuur in 7 minuten gaar bakken. Voeg de groenteschotel aan de gehaktballetjes toe en verwarm alles. Schep het gerecht af en toe om. Laat de tarly in een zeef uitlekken. Serveer de groente-gehaktschotel samen met de tarly.

Chili con carne uit de oven

1 rode ui
2 el olie
2 tenen knoflook
1 rode chilipeper
500 g half om half-gehakt
1 blik tomatenblokjes (400 g)
1 blik kidneybonen
2 tl gemalen komijn
20 tortillachips naturel
100 g geraspte kaas

Hak de knoflook en het pepertje fijn. Verwarm de oven voor op 220°C. Laat de bonen uitlekken. Pel nu de ui en snijd hem doormidden. Versnipper de helft en snijd de andere helft in dunne halve ringen. Verhit de olie in een ruime koekenpan en bak hierin de gesnipperde ui, knoflook en chilipeper 30 seconden. Voeg het gehakt toe en bak het rul. Meng er de tomatenblokjes, kidneybonen en komijn door. Laat het gehaktmengsel op een middelhoog vuur ongeveer 10 minuten sudderen tot bijna al het vocht is verdampt. Schep het mengsel zo nu en dan om. Voeg zout en peper naar smaak toe. Schep nu het gehaktmengsel in een ovenschaal en verdeel de tortillachips erover. Leg de halve uiringen erop en bestooi het geheel met de geraspte kaas. Zet het gerecht 5 minuten in de hete oven tot de kaas lichtbruin is en gesmolten.



Hollandse rookworst in een Oosterse verpakking

5 vellen diepvries filodeeg
1 blikje bruine bonen (200 g)
1/3 Gelderse rookworst
1 el zilveruitjes
1 augurk
2 el gesmolten boter
wat curry gewurzketchup

Snijd de rookworst in kleine blokjes en snijd de augurk en zilveruitjes fijn. Verwarm de oven voor op 200°C. Laat het filodeeg volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking ontdooien. Laat de bonen uitlekken en prak ze grof. Meng de bonen, stukjes rookworst, zilveruitjes en stukjes augurk door elkaar. Breng het mengsel op smaak met peper. Snijd het filodeeg in 3 repen en besmeer elke reep dun met boter. Leg aan de onderkant van elke reep een lepeltje vulling. Vouw het deeg rond de vulling diagonaal op tot een driehoekje. Snijd af en ga door tot je er circa 15 hebt. Leg de driehoekjes op een met bakpapier beklede bakplaat en bestrijk de bovenkanten dun met boter. Bak de driehoekjes in de oven in 15 minuten bruin. Serveer de driehoekjes warm met curry-ketchup.

Karbonades met warme appelsalade

4 ribkarbonades
3 el boter
1 ui
3 handappels
50 g gepelde walnoten
4 bolletjes gekonfijte gember fijngehakt
2 el gembernat (uit het gemberpotje)
1 pakje aardappelpuree

Snijd de ui in halve ringen, schil de appel en snijd die in partjes. Hak de walnoten grof en de gember fijn. Bestrooi de karbonades met peper. Verhit in een ruime koekenpan de helft van de boter en bak de karbonades in 8 minuten bruin. Verhit intussen de rest van de boter in een andere koekenpan en fruit de ui een minuut. Voeg de appel toe en bak deze al omscheppend 3 minuten mee. Meng er de walnoten, de gember en het gembernat door. Haal de pan van het vuur en breng de appelsalade op smaak met zout en peper. Maak intussen de puree klaar volgens de gebruiksaanwijzing. Strooi zout over de karbonades. Serveer ze met de puree en de warme appelsalade.



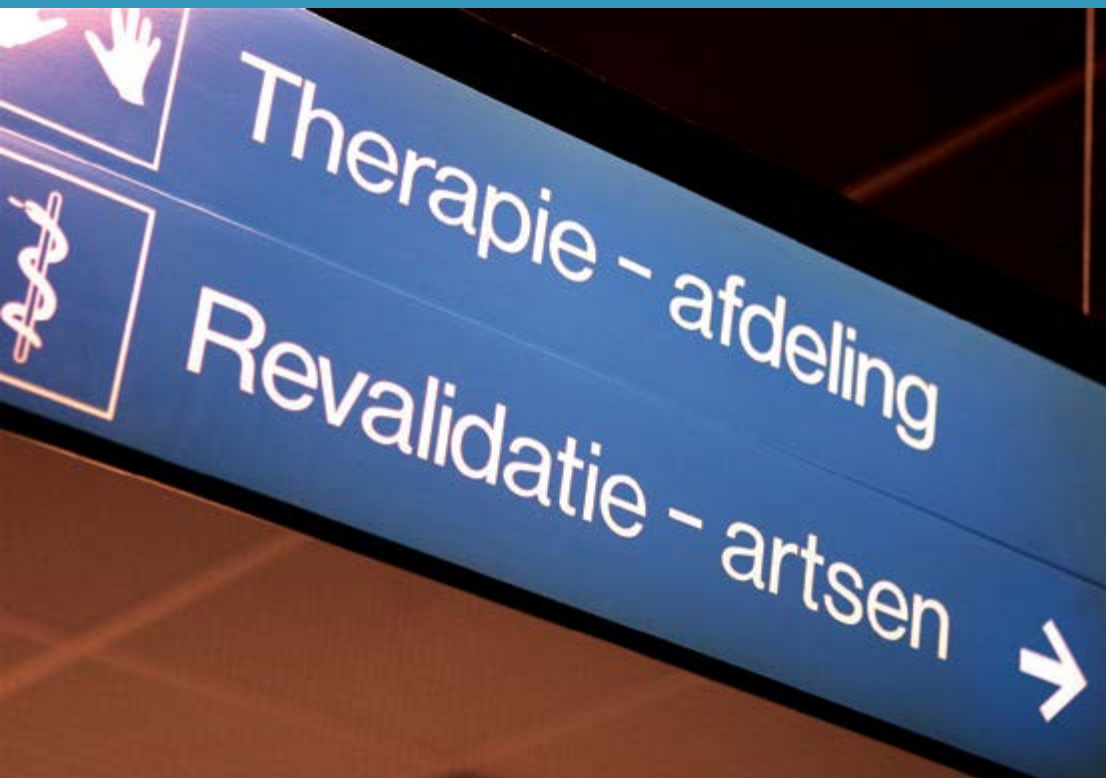
Verover je gezin terug

Jan-Willem Meijer is als revalidatiearts betrokken bij de revalidatie van Anita van Gelder. Hij noemt Anita 'een goed voorbeeld' van wat je kunt bereiken ondanks lichamelijke beperkingen. "Een handicap, zoals Anita die plotseling gekregen heeft, veroorzaakt heel veel verdriet en ook heel veel onzekerheid bij iemand. Natuurlijk accepteer je zoiets nooit, maar je moet wel een keer de knop omzetten en omschakelen van 'boos zijn, naar weer kijken naar de toekomst'. Dat heeft Anita heel goed gedaan. Ze heeft gevochten tegen de meest sombere scenario's en een enorme veerkracht getoond. Natuurlijk geef je met een boek als dit, Anita een beetje een voorbeeldrol: je laat zien hoe iemand het verdriet een plaats heeft gegeven en verder is gegaan met leven. De eerlijkheid gebiedt me echter wel te zeggen dat dit niet voor iedereen haalbaar zal zijn. Als je op een rijtje zet wat de fysieke problemen zijn, waar Anita van Gelder mee om moet gaan, dan functioneert ze beter dan je vanuit medisch perspectief zou mogen verwachten. Dat is wilskracht."

Revalidatiearts Jan-Willem Meijer

Niet alleen alle recepten in dit boek zijn door Anita verzameld en geschreven, ook de fraaie potloodtekeningen zijn van haar hand. Terwijl ze voor haar hersenbloeding nog nooit getekend had, vervaardigt ze nu met veel talent, een linkerhand en engelengeduld de fraaiste afbeeldingen. Het simpele idee dat dit komt, doordat nu een creatiever deel van haar hersenen moet worden aangesproken, wordt door de arts weerlegd. "Zo werkt het niet in de hersenen. Het zal eerder zo zijn, dat Anita eindelijk tijd heeft gekregen dit sluimerende talent te ontwikkelen. Wat je wél ziet na een hersenbloeding, is dat bestaande emoties kunnen veranderen. Voor de moeilijke momenten die Anita uiteraard óók kent, heeft zij tekenen als uitlaatklep gevonden. En daar profiteren we allemaal van." Meijer wijst op een tekening van Anita die in zijn spreekkamer hangt.

Jan-Willem Meijer is niet vanaf het allereerste begin bij de revalidatie van Anita betrokken geweest, maar heeft een helder beeld van zijn revalidant: "Wat ook erg helpt bij Anita, is dat ze geen schaamte kent voor haar handicap. Anita trekt er op uit met haar elektrische scooter en vecht zich terug in de maatschappij. Ze staat midden in het leven." Het kookboek dat Anita heeft gemaakt, is daar een goed voorbeeld van, meent Meijer. Hij is blij met de verspreiding ervan en heeft daar ook op aangedrongen. "Allereerst omdat ik bij veel patiënten zie, dat het hersenletsel vaak leidt tot heel slecht eten. Wellicht inspireren de maaltijden in dit boek die mensen tot beter eetgedrag. Maar er is ook iets anders. Als je, zoals Anita, voor een lange tijd uit je gezin wordt weggehaald, zal je zien dat jouw positie bij terugkomst is veranderd. Daarnaast zie je keer op keer, dat mensen je, gedreven door bezorgdheid, op alle manieren willen ontzien, waardoor je die positie in het gezin moeilijk terug kunt veroveren. Het verzorgen van de maaltijd is een belangrijke taak als ouder in het gezin. Het is belangrijk wanneer mensen met een beperking die rol weer op kunnen pakken en als dit boek daarbij kan helpen, zou dat fantastisch zijn."



Ziektegeschiedenis

Bij Anita van Gelder werd rond haar 38e jaar een aneurysma van een hersenslagader vastgesteld; een uitstulping van de vaatwand. Nader onderzoek wees uit dat het er meer waren en dat er ook sprake was van een kluwen van vaten. Een aneurysma kan een groot risico op een hersenbloeding geven en moet daarom soms behandeld worden. In 2000 werd Anita geopereerd. Direct na de operatie blijkt dat men één aneurysma over het hoofd heeft gezien. Dit veroorzaakt alsnog een hersenbloeding, waarna Anita in coma raakt. Als zij allerlei complicaties krijgt, wordt ze feitelijk opgegeven. Na drie maanden ontwaakt zij niettemin uit haar coma. Doordat zij zo lang in coma heeft gelegen zijn haar armen en benen verlamd en spastisch en is haar algehele conditie sterk achteruit gegaan. Ongeveer een jaar na de operatie mag Anita naar huis en begint de lange weg van thuis verder revalideren.

Revalidatiecentrum Tolbrug

Anita van Gelder is als revalidant en Jan-Willem Meijer is als arts betrokken bij Revalidatiecentrum Tolbrug. Dit is het regionale revalidatiecentrum voor noordoost Noord-Brabant. Het revalidatiecentrum leert volwassenen en kinderen omgaan met lichamelijke beperkingen. De behandeling is er nadrukkelijk op gericht om mensen zelfstandig te laten functioneren in de thuis-, school- of werkomgeving. Revalidatiecentrum Tolbrug heeft momenteel 25 klinische bedden en er zijn 25 poliklinische behandelplaatsen. De zorg wordt aangeboden op de locatie Grootzieken Gasthuis van het Jeroen Bosch Ziekenhuis en daarnaast op andere plaatsen zoals Oss, Veghel, Boxtel en Zaltbommel. In het revalidatiecentrum zijn ongeveer 140 medewerkers werkzaam.

In 2009 zal het revalidatiecentrum nieuwbouw realiseren en als zelfstandige organisatie zichtbaarder worden. De capaciteit zal ook verder toe gaan nemen. Het nieuwe gebouw van Revalidatiecentrum Tolbrug zal een onderdeel worden van het proces van de revalidant. Het proces van de revalidant zal ook binnen het gebouw zichtbaar worden. Aan het begin van het revalidatieproces zal de aandacht vooral liggen op de revalidant als individu. Naarmate de tijd vordert, zal deze zich meer en meer gaan bezig houden met het leren omgaan met de handicap in een groep en dus in een bredere omgeving.

De Zonnebloem

De Zonnebloem is een landelijke vrijwilligersorganisatie die zich inzet voor mensen met lichamelijke beperkingen door ziekte, leeftijd of handicap. Mensen voor wie persoonlijk contact en deelname aan het maatschappelijk leven niet vanzelfsprekend zijn. De Zonnebloem staat hierbij voornamelijk bekend om zijn inzet voor ouderen.

Maar de Zonnebloem organiseert ook onder de titel "Zonnebloem LinQ" activiteiten speciaal voor mensen met een lichamelijke beperking in de leeftijd van 18 tot ongeveer 45 jaar. Bij voorkeur met begeleiding door leeftijdsgenoten. Anita van Gelder is al een aantal jaren actief binnen de Zonnebloem LinQ in Rosmalen.



De bonnenprikker

Restaurant Linnen in Oisterwijk zegt uiteraard geen 'nee' als we vragen of ze meedoen aan dit kookboek. Al eerder toonden ze hun grote hart door een groots benefietdiner te organiseren voor Villa Pardoës, het vakantiehuis voor kinderen met een levensbedreigende ziekte. Ze wisten op één avond €100.000,00 bijeen te krijgen. Nu ook is het enthousiasme groot. Eigenaar Alwin Houwing rent met koffie heen en weer en mede-eigenaar en chefkok Ronald Tausch blijkt al uitgebreid geoefend te hebben op een gerecht. "Stiekem."

Linnen Ronald Tausch

"In de tijd dat ik nog op school zat, heb ik mijn pols een keer gebroken. Dan merk je heel erg goed hoe moeilijk het is, om met één hand in de keuken te staan. Nu heb ik me heel goed voor kunnen bereiden. Ik liep hier gisteren rond met een appel en wist werkelijk niet hoe ik die met één hand geschild moest krijgen. Toen zag ik ineens die prikker staan waar hier de bestelbonnen op geprikt worden en toen wist ik het." Tausch laat zien hoe hij de appel behendig op de prikker duwt en nu met een dunschiller de appel gemakkelijk van zijn schil kan ontdoen. De prikker valt een keer, maar dat mag hier duidelijk de pret niet drukken.

Ronald heeft oog voor theater. Dat merkt iedereen die een keer bij Linnen komt eten en dat merkt de fotograaf die in de keuken om Tausch heen aan het draaien is. Met zijn bonnenprikker had hij al een blikvanger en als de fleswijn open moet, trekt Ronald de kurk er met de tanden uit, terwijl hij de fotograaf aankijkt. Hij houdt de kurk nog lang in de mond om de fotograaf de kans te geven.

Alwin komt binnen met koffie: "Mensen met een handicap en mensen in een rolstoel zijn hier uiteraard ook welkom om te eten," meldt hij direct, voor de mensen die niet geïnspireerd raken door het boek dat ze nu in handen hebben. "We hebben zelfs een speciale plank die we neer kunnen leggen om mensen in een rolstoel door de deur te helpen." We kijken het restaurant nog eens in en zien dat de ruime opzet inderdaad voor gehandicapten ideaal is.





De ster van restaurant Linnen stijgt snel. Dat is niet verwonderlijk als we zien hoe inventief hier gekookt wordt.



Ronald heeft met cognac en het nodige spektakel de ganzenlever geflambeerd en probeert nu wat peper over de levers te malen. Het gelijktijdig vasthouden van de pepermolen en er aan draaien lukt zelfs deze vakman niet. Maar er is redding. Een medewerker reikt hem een pepermolen aan waarin geknepen kan worden om het draaimechanisme te bewegen. Niet iets speciaals van gehandicapten, maar wel reuze handig blijkt hier.



De chef heeft de lever op de appel gelegd en wil nu de eerder met zorg gemaakt ravioli daar weer opleggen. De ravioli blijft hinderlijk hangen aan de spatel en waar normaal een vingertje genoeg zou zijn om hem er af te laten glijden, lukt dat nu natuurlijk niet. "Je moet de spatel eigenlijk even door het ijswater halen, dan gaat het wel," weet Tausch, die het dit keer, omdat het recept alleen voor de foto bereid wordt, maar even voorzichtig met de vingers doet. Nu moet er alleen nog sorbet tussen. Ronald duwt de bak tegen zijn sloof en schept met één hand een bolletje. Het is gelukt: de prikker kan weer naar de bonnen en de keuken mag weer op stoom komen: er wacht een drukke lunch.

Restaurant Linnen
Gemullehoekenweg 5-7
5061 MA Oosterwijk
Tel. 013 521 23 74
www.linnen.nl

De keuken is dagelijks open van 12.00 uur tot 14.30 uur en van 18.00 uur tot 22.00 uur.
Twee uitzonderingen: Linnen is dinsdags gesloten en op zaterdag serveert men geen lunch.



Gebakken ganzenlever met appelcompote, rode uien sorbet en ahornsiroop

320 g ganzenlever
4 appels
30 g honing
65 g suiker
extra suiker
65 g witte wijn
6 rode uien
2 dl rode port
glas cognac
1 dl ahornsiroop
470 g appel
30 g honing
65 g suiker
65 g witte wijn
1 citroen
4 uien
2 dl appelsap
2 el agar agar
3 el azijn

Gesneden rode uien opkoken met rode port en iets zout. Als het goed gaar is het geheel in de keukenmachine fijn malen en zeven. Vervolgens suiker toevoegen aan de massa tot 18 graden beaume meter (suikermeter speciaal voor sorbetsoorten). Het geheel opdraaien in een sorbetiere tot een stevige sorbet en direct het ijs in een vriezer zetten. Op het bord komt de sorbet in een quenelle tussen de twee plakken ganzenlever in.

Maak nu de appelcompote. Snijd 250 gram van de appel in kleine stukjes. Bak de appel kort in de pan zonder dat deze verkleurt. Voeg honing en 65 gram suiker toe en blus af met witte wijn. Dit alles laten stoven, tot de wijn volledig is opgenomen, en dan fijn hakken. Snijd nu de resterende appel mooi dun en leg de plakjes even in citroenwater om verkleuring tegen te gaan. Voeg nu alles bij elkaar.

Vermeng de appelsap met de agar agar, breng aan de kook en giet uit op een vlakke plaat, waardoor een dun laagje ontstaat. Steek hier rondjes uit. Let de appelcompote midden op de rondjes. Leg er een nieuw rondje op en druk de randen aan. Deze ravioli komt straks op de lever te liggen.

De ahornsiroop opkoken in een pannetje en iets inkoken zodat je siroop krijgt. Dit laat je afkoelen en daar zet je een lange rechte streep mee op het bord.

Maak een uienmarmalade door gesnipperde uien met de azijn, twee eetlepels suiker en een kopje water te verwarmen tot alle vocht verdwenen is. Deze marmelade komt straks in een rondje onder de lever te liggen.

Breek de hele ganzenlever in twee delen een groot gedeelte en een kleiner stuk. Het grote gedeelte recht afsnijden, zodat je het minder mooie stuk eraf snijdt. Dan van dat stuk 8 plakken van 40 gram snijden. Dat zijn dus twee plakken per persoon. Deze plakken in een bakpan met iets hete olie en aan beide kanten bruin bakken. Cognac toevoegen en flamberen. Dan de ganzenlever afblussen met wat rode port en de plakken even drie minuten in de oven laten doorgaren. Vervolgens de plakken op een doek leggen en de borden op maken als op de foto. De aardappelkrul is zuiver garnering en hebben we hier niet beschreven.





Aardappelkoek

- 10 grote aardappelen
- 2 eieren
- 20 g witte bloem
- 2 eieren

Aardappelen raspen; niet te grof en ook niet fijn. Daarna alles mengen bij de geraspte aardappelen de bloem, wat zout en de eieren. De eieren een voor een toevoegen. Als alles goed door geroerd is dan de koekenpan op het vuur zetten. Een klontje boter in de koekenpan goed heet laten worden en dan het mengsel verdelen in kleine koekjes vier stuks in de koekenpan. Dan op het mengsel drukken in de koekenpan. De koekjes in de pan mogen niet te dik zijn. Dan aan beide kanten lekker bruin laten worden. Niet te vlug uit pan halen ze moeten wel gaar worden.

Bakbananen

- 2 bakbananen
- 1 dl ongekleurde frisdrank met prik
- 60 g zelfrijzend bakmeel
- 2 tl suiker

Bakbanaan schillen en in dunne plakken (diameter) van ongeveer 10 centimeter snijden. De bakmeel, suiker, drank en wat zout mengen tot er een glad beslag ontstaat. Bananen in het beslag dopen en frituren in de olie. Eet smakelijk.

Tomaat met pesto

- 8 trostomaten
- 2 el groene pesto
- wat boter
- kopje paneermeel

Verwarm de oven voor op 175°C. Halveer 8 trostomaten en leg ze met bolle kant in een ingevette ovenschaal. Bestrijk de tomatjes elk met wat groene pesto en bestrooi ze elk met 1 tl paneermeel. Bak de tomaten 20 minuten in de oven.

Gepofte aardappels met vulling

- 4 grote kruimige aardappels (ca. 250 g per stuk)
- 1 el boter
- 100 g magere spekreepjes
- 1 ui
- 1 rode paprika
- 1 teen knoflook
- 200 g rundergehakt
- 3 tl chilipoeder
- 1 blikje kidneybonen
- 1 bekertje zure room
- 1 el peterselie
- 1 blikje tomatenpuree

Hak de peterselie, snipper de ui, hak of knip de peterselie en laat de bonen uitlekken. Snijd de paprika in stukjes. Verwarm de oven voor op 200°C. Boen de aardappels schoon en prik ze op een paar plaatsen in met een vork. Leg ze dan op het rooster van de oven en bak ze in 45 minuten tot een uur gaar. De tijd is afhankelijk van de grootte van de aardappels. Of het gaar is, kun je testen door erin te prikken met een satéstokje. Maak intussen de vulling. Verhit de boter in de pan en bak de spekjes met de ui en paprika al omscheppend vijf minuten. Schep het gehakt erdoor en roerbak dit gaar. Pers de knoflook erboven uit en schep het chilipoeder erdoor. Roer er de tomatenpuree door en schenk er een deciliter heet water bij. Schep de bonen erdoor. Verwarm het geheel nog enkele minuten op laag vuur. Neem de aardappels uit de oven en zet ze op de borden. Snijd ze aan de bovenkant kruislings in en duw ze open. Schep de vulling in de aardappels, schep er een klodder zure room op, strooi de peterselie erover.

Frietten met tartaarsaus

- 1 ei
- 6 el mayonaise
- 1 sjalotje
- 5 takjes peterselie
- 3 takjes dragon
- 2 zoetzure augurken
- 1 el kappertjes
- 2 kilo aardappels

Kook het ei in 10 minuten hard. Spoel het ei koud, pel het en hak het fijn (of prak het ei met een vork fijn). Schep de mayonaise in een kom. Pel de sjalot en hak deze zeer fijn. Was de peterselie en de dragon en hak de kruiden fijn, of knip ze fijn. Snijd de augurken in zeer kleine blokjes. Roer alle ingrediënten en de kappertjes door de mayonaise en breng de saus op smaak met zout en peper. Schil de aardappels en maak hier frietten van door ze eerst op 160°C acht minuten te garen en dan op 190°C af te bakken. Bestrooi de frietten met zout en serveer ze met de tartaarsaus.

Gebakken aardappels met spek en ui

- 2 kilo aardappels
- 2 ons spek in blokjes
- 2 uien

Schil de aardappels en snijd die in schijfjes. Maak de uien schoon en snijd die in stukjes. Bak de uien en de spek, leg dit even op een bord. Bak de aardappels bruin en krokant in dezelfde pan. De uien en de spek erbij doen, de deksel op de pan leggen en gaar laten worden. Dat duurt een minuut of drie.

Aardappels anders

- 1 kilo vaste nieuw aardappels
- 1 el kerriepoeder
- 3 el olie
- 1 el gehakte vers gember
- 2 tenen knoflook
- 1 rode peper in stukjes
- 2 el selderij

Snijd de knoflook en rode peper in kleine stukjes. Hak de selderij. Boen de aardappels schoon en snijd ze in parten. Kook ze in weinig water in 10 minuten bijna gaar. Giet ze af, laat ze even uitdampen, strooi het kerriepoeder erover en schut ze hiermee om. Verhit de olie in een grote koekenpan. Leg de aardappelpartjes erin en bak ze rondom bruin. Strooi de gehakte gember, knoflook en peper erover. Bak het geheel al omschepend nog enkele minuten. Strooi de selderij erover en breng het op smaak met zout.

Paksoi uit de wok

- 1 struik paksoi
- 50 ml kippenbouillon
- 2 el oestersaus
- 2 el lichte Chinese sojasaus
- 3 tl maïzena
- 1 tl suiker
- 2 el olie
- 1 el gember
- 1 tn knoflook

Snijd knoflook en gember zeer fijn. Snijd nu het onderste gedeelte van de stronk van de paksoi af en snijd vervolgens de stengels in de lengte doormidden. Snijd de stengels en bladeren in stukjes van vijf centimeter. Roer in een schaaltje de kippenbouillon, oestersaus, sojasaus, maïzena en suiker door elkaar. Verhit een wok op hoog vuur en voeg een eetlepel olie toe. Als deze goed heet is, voeg dan de gember toe. Doe na 10 seconden de paksoi en knoflook erbij en roerbak het geheel twee minuten. Roer het sausje nog een keer door en voeg toe aan de wok. Laat het geheel al roerend nog 1 minuut doorwarmen, voeg eventueel peper naar smaak toe en serveer.

Griekse sperziebonen

- 1 pot sperziebonen (340 g)
- 1 tn knoflook
- 2 takjes munt
- 4 el dikke (Bulgaarse) yoghurt
- 1 el olijfolie
- 1 tl honing

Laat de sperziebonen in een zeef 5 minuten uitlekken. Pers intussen de knoflook uit en snijd de verse munt in reepjes of knip deze. Roer de yoghurt, olijfolie, honing, knoflook, munt en wat peper en zout naar smaak door elkaar tot een frisse knoflooksaus. Schep de sperziebonen door de knoflooksaus.

Taugé komkommersalade

- 200 g taugé
- 1 komkommer
- 1 el koriander of selderij
- 2 el sesamolie
- 2 el citroensap
- 2 el gembersiroop
- snuf cayennepeper

Hak de koriander grof. Leg op een platte schaal de taugé en een komkommer in dunne plakjes. Strooi er de koriander of selderij over. Roer voor de dressing de sesamolie, citroensap en de gembersiroop door elkaar. Breng de dressing op smaak met zout en wat cayennepeper en sprenkel hem over de salade.

Indonesische komkommersla

- 1 tn knoflook
- 1 ui
- 1 cm verse gember
- 1 tl sambal
- 1 el olie
- 3 el azijn
- 3 el suiker
- 1 komkommer
- 2 sjalotjes

Bak de uitgeperste knoflook, gehakte gember en de sambal samen in een drupje olie tot het goed ruikt. Draai het vuur uit en voeg de azijn en suiker toe. Roer tot de suiker is opgelost. Laat afkoelen. Snijd de komkommer met of zonder schil in piepkleine blokjes meng met de gesnipperde sjalotten en de saus. Zet een paar uur koel weg en schep in die tijd af en toe om.



Klassieke aardappelpuree

- 1 kilo aardappelen (Eigenheimers)
- 2 dl melk
- 50 g boter
- snuf versgeraspte nootmuskaat

Kook de aardappelen in een laagje water met wat zout in 20 minuten gaar. Giet de aardappelen af en laat ze droog stomen. Pureer ze met de stamper, draai ze door de groentenzeef (passe-vite) of druk ze door een pureeknijper. Verhit de melk met de boter in een steelpannetje tot de boter is gesmolten en roer er wat zout, peper en de nootmuskaat door. Roer het melkmengsel door de aardappelpuree. Verdun de puree zonodig met een extra scheutje melk of room en proef of er nog meer zout of peper bij moet.

Witlofsalade met blauwe kaas

- 4 stronken witlof
- 2 stengels bleekselderij
- 1 appel
- wat walnoten
- wat rozijnen
- 2 el citroensap
- 150 g blauwe kaas

Snijd de groenten en appel fijn, hak ook de noten en meng alles door elkaar. Doe ook de rozijnen erbij. Giet er een beetje citroensap bij tegen het verkleuren. Meng tenslotte de kaas in kleine blokjes erdoor.

Knoflook-aardappelen

- 750 g krielaardappelen
- 3 eetlepels olijfolie
- 2 el gehakte tijm
- 1 tl paprikapoeder
- 1 dl yoghurt
- 2 el citroensap
- 2 tn knoflook
- 1 el gehakte peterselie

Boen de aardappels schoon onder stromend water. Kook ze 10 minuten in water met zout. Giet ze af en laat ze uitlekken. Halveer grotere aardappels. Leg ze op een bakplaat of in een platte ovenschaal. Meng olijfolie, tijm, paprikapoeder en wat peper door elkaar en giet dit mengsel over de warme aardappelen. Verwarm de grill en zet de aardappels hier niet te dicht onder. Bak ze 10 minuten en keer ze halverwege om. Meng de overige ingrediënten tot een dressing en presenteer deze bij de geroosterde aardappels.

Zoetzure komkommer

- 2 komkommers
- 1 rode peper in ringetjes
- 2 tn knoflook
- 2 cm verse gember
- 1 el korianderzaad
- 6 dl blanke azijn
- 3 el suiker

Snijd de peper in ringetjes en de knoflook en gember in plakjes. Was de komkommers, halveer ze in de lengte en schape de pitjes er met een theelepeltje uit. Snijd de komkommer helften verder in kleine stukken, leg ze in een vergiet, strooi er zout over en laat ze een halve dag uitlekken. Dep de komkommer droog. Doe ze met de peper, gember en knoflook in drie schone potjes. Strooi de koriander erover. Breng de azijn aan de kook en los de suiker erin op. Laat het iets afkoelen en schenk in de potjes zoveel azijn dat de komkommer helemaal onderstaat. Sluit de potjes en doe er een etiket met de datum op. Bewaar de potten maximaal zes maanden op een donkere koele plaats. Bewaar geopende potten in de koelkast.

Pruimenchutney

- 500 g pruimen
- 2 uien
- 2 tn knoflook
- 2 cm vers gember
- 125 g bruine basterdsuiker
- 1 dl azijn
- 1 kaneelstokje
- 1 steranijs
- 1 tl zout
- wat chilipeper uit de molen

Ontpit de pruimen en snijd ze in kwarten. Snipper de ui. Snijd de knoflook en gember fijn. Doe de pruimen met de ui, knoflook en gember in een pan. Strooi de basterdsuiker erover en schenk de azijn erbij. Breng het geheel op laag vuur aan de kook met de steranijs, het kaneelstokje en de peper en schep af en toe om. Laat het op heel laag vuur onafgedekt koken tot de massa in ingekookt tot jamdikte. Vul drie schone potjes tot de rand met de hete chutney, doe de deksels erop en laat ze op hun kop afkoelen. De chutney kan ongeopend zes maanden worden bewaard op een donkere plaats of in koelkast. Als de chutney eenmaal geopend is, moet hij in de koelkast worden bewaard .

Gestooftde bietjes

750 g gekookte bietjes
3 sjalotjes
30 g boter
1 el azijn
1 tl suiker

Snijd van de gekookte bietjes aan de onder- en bovenkant een plakje af, schil ze en snijd ze in plakjes. Fruit de gesnipperde sjalot of ui in een pan glazig in de hete boter of olie. Blus af met de azijn en roer er de suiker door. Schep er de bietjes door, breng op smaak met wat zout en peper en laat met het deksel op de pan 10 minuten stoven. Schep de bietjes in die tijd een paar keer om.

Roergebakken spruitjes

750 g spruitjes
100 g taugé
2 el olijfolie
1 tl kerrie
1 el citroensap
2 el sojasaus

Kook de schoongemaakte spruitjes 5 minuten in water met zout, giet ze af en laat ze uitlekken. Snijd de iets afgekoelde spruitjes in tweeën. Was de taugé, verwijder de losse groene dopjes en laat uitlekken. Verhit nu de olie in een wok of een grote koekenpan. Roerbak de spruitjes een paar minuten. Bestrooi met de kerrie, bedruppel met het citroensap en de sojasaus, schep er de taugé door en laat nog kort bakken.

Stoofpeertjes

1 kilo stoofpeertjes (Gieser Wildeman)
1 tl kaneel
2 dl rode bessensap
100 g suiker

Schil de peertjes, laat ze heel en laat de steeltjes zitten als dat lukt. Leg de peren in een pan, overgiet ze met het bessensap, bestrooi ze met de kaneel en de suiker en giet er zoveel water bij dat de peertjes net onder staan. Breng op hoog vuur met het deksel op de pan aan de kook, draai het vuur laag en laat de peertjes 2 uur stoven. De exacte stooftijd is afhankelijk van de soort. Controleer of ze gaar zijn en laat de peertjes in het stoofvocht afkoelen. Schep ze uit de pan. Kook het stoofvocht desgewenst in tot een kwart van het oorspronkelijke volume en schep het over de peertjes.

Groene voorjaarsgroenten

250 g sperziebonen
250 g snijbonen
250 g doperwtjes (diepvries)
1 bosje bosuitjes
25 g boter
1/2 tl suiker

Haal de sperziebonen af. Snijd de schoongemaakte snijbonen in ruiten. Haal de doperwtjes uit de diepvries. Snijd de schoongemaakte bosuitjes in ringetjes. Breng water met wat zout aan de kook. Laat de sperzieboontjes 3 minuten koken. Voeg de snijbonen toe en laat 5 minuten meekoken. Voeg de doperwtjes toe, breng opnieuw aan de kook en laat 1 minuut koken. Giet de groenten af en laat goed uitlekken. Doe de boter met de suiker en de bosui in de pan. Schud er de groenten door en laat kort doorwarmen. Breng op smaak met zout en peper.



Hartige aardappelsalade

600 g vastkokende aardappels
2 uien
150 ml gevogeltefond (pot a 380 ml)
50 g kappertjes
2 el dragonazijn
1 bos verse basilicum
1/2 zakje waterkers
1 el olie

Boen de aardappels onder koud stromend water schoon. In pan met 8 deciliter water en zout aardappels in 20 minuten gaarkoken. Intussen uien pellen en fijnsnipperen. Fond aan de kook brengen en met de ui 3 minuten zachtjes koken. Fond van vuur nemen. Kappertjes met 1 eetlepel vocht en azijn door warme fond roeren. Op smaak brengen met suiker, zout en peper. Blaadjes van basilicum en van helft van waterkers afhalen. Met een staafmixer blaadjes met olie en 2 eetlepels fond pureren. Aardappels afgieten en iets laten afkoelen. Nu de aardappels pellen en in dunne plakjes snijden. Aardappelschijfjes, gepureerde kruiden en fond door elkaar scheppen en zeker 15 minuten laten staan. Rest van de waterkers over de schaal verdelen. Aardappelsalade op de schaal scheppen.

Oma's appelmoes

1 kilo Goudrenetten
150 g suiker
1 zakje vanille suiker
1 tl kaneel

Schil de appels, snijd ze in vieren verwijder de klokhuisen. Zet ze op met een bodempje water, de suiker en de vanillesuiker. Kook ze op een zacht vuurtje in ongeveer 20 minuten zacht. Vervolgens zeven en de kaneel toevoegen. De appelmoes af laten koelen.

Risotto alla Milanese

100 g boter
1 kleine ui
300 g risottorijst
1 1/2 liter runderbouillon
1 enveloppe saffraandraadjes
50 g parmezaanse kaas, geraspt

Snipper de ui. Verwarm 50 gram van de boter in een wijde pan met dikke bodem en voeg de ui toe. Bak het mengsel in 5 minuten zachtjes goudgeel. Voeg de rijst toe en roerbak deze totdat alle korrels glanzen van het vet. Laat de rijst niet verkleuren. Voeg de warme bouillon in delen van circa 1 1/2 dl toe. Laat de rijst het vocht eerst, onder regelmatig roeren, opnemen voordat je het volgende deel toevoegt. Dit proces duurt zeker 20 minuten. Voeg na circa 10 minuten de saffraandraadjes toe. De rijst moet een romige structuur krijgen. Voeg zo nodig meer bouillon toe en laat de rijst verder garen als de rijst aan het einde van de kooktijd niet gaar is. Draai het vuur uit, roer de rest van de boter en de parmezaanse kaas door de rijst en breng deze op smaak met zout en peper. Laat afgesloten vijf minuten staan.

Rösti

500 g vastkokende aardappelen
wat olijfolie
2 uien

Boen de aardappelen goed schoon. Kook met wat zout de aardappelen in de schil net gaar. Giet de aardappelen af en laat ze minstens een dag staan. Schil de gekookte aardappelen en rasp ze. Snipper de uien. Verhit de olie in een koekenpan en bak de uien, totdat deze bijna zacht zijn. Voeg de aardappelen toe aan de uien en bak alles voortdurend omscheppend op een hoog vuur mooi bruin. Is alles goudbruin, druk de massa dan met de bolle kant van een lepel samen tot een koek. Plaats een deksel op de pan en laat de koek 20 minuten op een zacht vuur staan, totdat de onderkant mooi bruin geworden is. Draai de koek en laat de andere zijde ook bruin worden.

Patates alioli

350 g aardappelen
1/2 kop mayonaise
wat citroensap
3 tn knoflook
2 el peterselie

Knijp de knoflook in een pers. Breng de aardappelen aan de kook met zout water, doe het deksel op de pan en laat ze 15 minuten op laag vuur verder koken. Draai dan de warmtebron uit en laat de aardappelen 15 minuten afgedekt in het water staan tot ze zacht zijn. Schil de aardappelen en snijd ze in plakjes van 1 1/2 tot 2 centimeter.

Verdun de mayonaise met citroensap. Roer in een schaal mayonaise, knoflook en peterselie door elkaar. Schep de aardappelen hier voorzichtig door, breng ze op smaak met zout en plaats het minstens een nacht afgedekt in de koelkast. Voor het opdienen de patates alioli op kamertemperatuur laten komen.

Rabarbermoes

3/4 kg rabarber
50 g suiker
1 el aardappelmeel

Maak rabarber schoon en snijd de stengels in stukken van 3 cm. Was deze zorgvuldig en laat ze even uitlekken. Zet ze op het vuur en kook ze al roerende in 10 minuten gaar. Doe er de suiker bij en bind eventueel met aardappelmeel.



De mooie kant

"Ik sta aan de mooie kant van het leven," lacht Margo Reuten van toprestaurant Da Vinci in Maasbracht. "Hier komen mensen om iets te vieren, hier vloeit champagne, hier is het feest. Het is goed om dan af en toe even met beide benen op de grond te staan en inderdaad eens na te denken hoe het is om te leven met een handicap." Margo weet waar ze over praat: recent monsterde ze met haar hele keukenbrigade aan op de nieuwe boot van de Zonnebloem om voor de mensen met een beperking een viergangendiner te serveren; met Limburgse wijn. "Dat ging heel erg goed," meldt Margo. "Er is een prachtige keuken op de boot en ik was weer blij dat ik een steentje bij kon dragen." Maar koken met een handicap is een ander verhaal, merkt ze al gauw.

Da Vinci Margo Reuten

Da Vinci, dat één Michelinster bezit, heeft net een grootscheepse verbouwing achter de rug. We spreken van 'grootscheeps', omdat we in tal van details in het restaurant de architectuur van een schip herkennen. De zaak is ruimer en zo mogelijk nog luxer geworden. Bovendien is de keuken aanzienlijk uitgebreid en volledig vernieuwd. Hier staan elke dag gemiddeld vijf mensen de sterren van de hemel te koken. Nu moet het alleen. Margo is wat onwennig. De grapefruit, bloedsinaasappels en ananas liggen al klaar, maar als ze de grapefruit aan wil snijden schiet deze weg. Handig legt ze de ronde vrucht op een steekring; nu gaat het wel: behendig en geduldig schilt de chef het fruit en snijdt het vruchtvlees tussen de vliezen vandaan. Ze werkt geconcentreerd en alleen als ze even naar de fotograaf kijkt is daar die glimlach. "Kijk, als je het fruit op een theedoek legt, schiet het minder gauw weg," ontdekt Margo Reuten. "Ik merk wel dat je naast een scherp mes, geduld moet hebben en creativiteit. Je moet voor al die problemen die je tegenkomt steeds oplossingen verzinnen. Wij draaien hier echt productie in de keuken en dit is echt even iets anders." Het mes glijdt behendig door de ananas. "Ik denk overigens wél dat je heel sterk wordt in de hand die je overhoudt."

We merken ondertussen ook dat hier een topkok aan het werk is die gewend is de orders uit te delen. "Rob mag ik de geklopte eiwitten..." en "Jeroen, geef me de sinaasappelsorbet even aan." Dat is voor de mensen met een handicap wellicht ook een optie: gewoon een sous-chef erbij nemen in de keuken. Hoewel je er dan nog niet bent: "Nou moet ik eens even zien hoe ik die laatste eiwitten uit de kom krijg," zegt Margo. Dan weet ze het, ze neemt resoluut het handvat van de kom tussen de tanden en spatelt met de ene hand de kom verder leeg. De fotograaf klikt en Margo bevestigt, net als bij ieder bordje dat hier de keuken verlaat, dat ze begrijpt dat het oog ook wat wil. Ondertussen wordt het op het werkvlak waar ze aan het werk is een steeds grotere rommel. Gevolg van de handicap. "Ik ben wel lekker aan het kliederen," constateert ook Margo, die dit straks met twee handen op zal ruimen.





Als uiteindelijk de keuken weer wordt opgeruimd, zien we de tweede hand er direct bij verschijnen. Koken met één hand is zelfs voor een kok met één ster een echte opgave.



Ineens zien we de rood/witte theedoek, die de arm op de rug moet markeren, over de schouder liggen en zien we Margo een grote schaal met vloeistof met twee handen optillen. Als de fotograaf een plaatje schiet reageert Margo direct en de arm schiet weer naar achter. Maar ze heeft een goed excuus: "De hoeveelheid die ik maak is ook veel meer dan voor het gerecht nodig is. Ik maak dit dessert ook maar direct voor de gasten van vanavond." De chef is aan het afronden en houdt met haar buik de roestvrijstalen bak tegen om daar het ijs uit te scheppen. Vers, zelfgedraaid ijs uiteraard, want alleen het beste is hier goed genoeg. "Maar laten de lezers van dit boek me dat alsjeblieft niet nadoen hoor," lacht Margo. "Dat is onzin voor thuis. Men kan gewoon een bak sinaas-appelsorbetijs kopen en ook genieten." Daarmee geeft Reuten een extra invalhoek aan koken met een handicap: het gaat niet alleen om scherpe messen, creativiteit, geduld en gereedschap, maar ook om het aanpassen van het ambitieniveau.



Restaurant Da Vinci
Havenstraat 27
6051 CS Maasbracht
Tel. 0475 46 59 79
info@restaurantdavinci.nl
www.restaurantdavinci.nl

De keuken is woensdag tot en met vrijdag open van 12.00 uur tot 14.30 uur en van 18.00 uur tot 21.30 uur.
Zaterdag van 18.00 uur tot 21.30 uur en zondag's doorlopend van 12.00 uur tot 21.30 uur.
Het restaurant is op maandag en dinsdag gesloten.



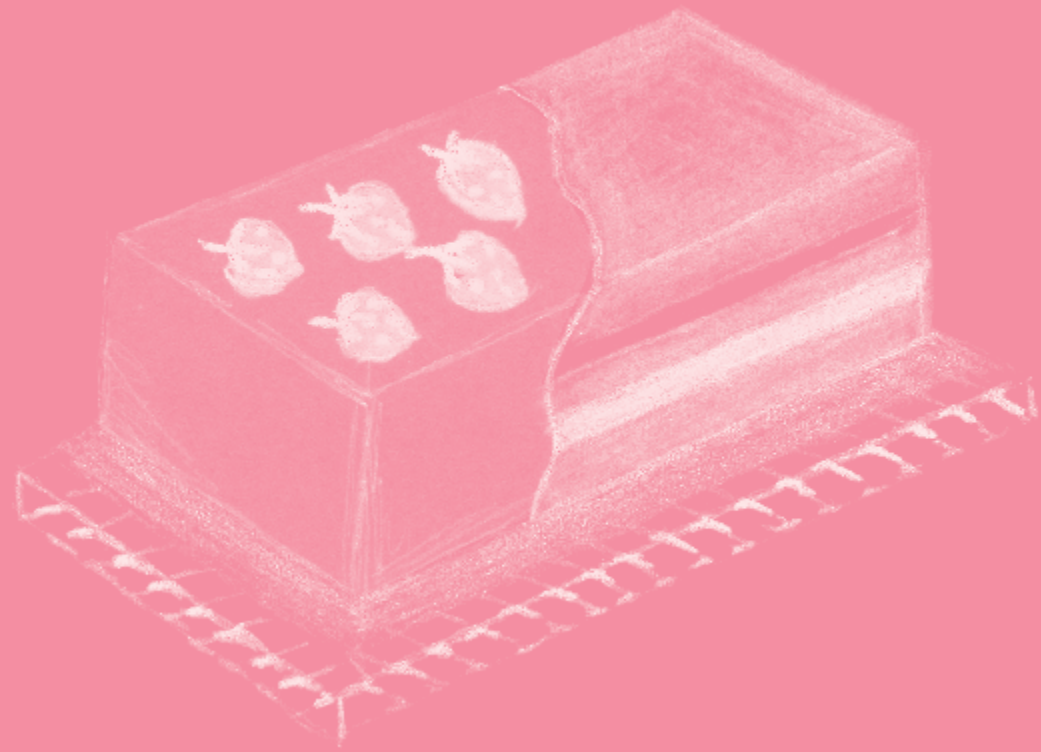
Frisse fruitsalade met sinaas-appelsorbet en koffiemousse

4 grapefruits
4 handsinaasappelen
1/2 ananas
1/2 l vers sinaasappelsap
295 g suiker
5 bl gelatine
2 1/2 dl sterke koffie
3 3/4 dl room
1 1/4 dl eiwit
scheut Grand Marnier

Snijd het vruchtvlees tussen de velletjes van het citrusfruit uit en snijd de ananas in kleine stukken. Maak sorbetijs van het sap dat je licht verwarmt en waaraan je 175 gram suiker en twee blaadjes geweekte en uitgeknepen gelatine toevoegt. Als alles opgelost is afkoelen in de vriezer en steeds los maken met een vork óf het in een ijsmachine gieten en er en zacht sorbetijs van draaien. De koffiemousse maak je door eiwitten op te kloppen. Klop ook de room tot deze iets steviger wordt. Week nu de resterende gelatine en los die op in de warme koffie. Giet hier Grand Marnier bij en laat het geleren. Spatel eerst de eiwitten hierdoor en dan de half geslagen room. Laat het verder opstijven in de glaasjes. Opdienen als op de foto.



Nagerechten



Magere yoghurt kan altijd nog, lijkt het devies van Anita van Gelder. Ze presenteert in dit hoofdstuk een serie smakelijke nagerechten die zeker wat werk vragen, maar absoluut de moeite waard zijn. Verder zijn de taartrecepten in dit hoofdstuk terecht gekomen. Die zijn heerlijk als 'toetje', maar uiteraard ook op vele andere momenten.



Crumble met appel, peer en vijgen

- 3 appels, in blokjes
- 3 peren, in blokjes
- 8 gedroogde vijgen, in stukjes
- 2 el citroensap
- 2 tl kaneelpoeder
- 50 g suiker
- 75 g havervlokken
- 25 g bloem
- 100 g boter, in blokjes

Verwarm de oven voor op 175°C. Meng in een kom het citroensap, de appels, peren, vijgen, kaneel en de suiker. Schep het mengsel in een ovenschaal. Doe de bruine suiker, havervlokken en bloem in een kom, doe de boter erbij. Wrijf het geheel met de vingertoppen tot een kruimelig deeg. Leg het deeg op het fruit en bak het geheel ongeveer 45 minuten in de oven tot de bovenkant goudbruin is. Serveer de crumble warm.

Aardbeien smoothie

- 300 g aardbeien
- 2 dl melk
- 1 dl yoghurt
- 4 bolletjes aardbeien- of vanille-ijs
- 1-2 el aardbeienjam
- 2 el aardbeienlikeur

Was de aardbeien. Houd 4 mooie aardbeien apart voor garnering en verwijder bij de rest de kroontjes. Snijd grote exemplaren door de helft. Doe de aardbeien, melk, yoghurt en ijs in de blender en pureer glad. Voeg naar eigen smaak aardbeienjam en likeur toe.

Crème caramel

- 1 sinaasappel
- 100 g suiker
- 4 eieren
- 1 zakje vanillesuiker
- 4 dl melk

Verwarm de oven voor op 175°C. Rasp de schil van de sinaasappel en pers een helft uit. Verhit 60 gram van de suiker met 2 eetlepels sinaasappelsap in een pan met een dikke bodem, tot hij vloeibaar en lichtbruin is. Schenk deze karamel in vormpjes met 1 dl inhoud en laat over de bodem uitvloeien. Klop de eieren met de vanillesuiker, de sinaasappelryasp en de rest van de suiker door elkaar. Klop er ook de melk door en schenk het mengsel in de vormpjes. Zet ze in een ovenschaal en schenk er tot ongeveer 1 cm onder de rand kokend water bij. Laat de puddinkjes in een uur stollen in de oven. Laat ze daarna afkoelen. Maak de crème caramel langs de zijkant los, houd de vormpjes kort in heet water en keer ze op een bord.

Vanillerijst

- 2 vanillestokjes
- 4 el dessertrijst
- 200 ml kokosmelk
- 4 eieren
- 60 g suiker
- 60 ml slagroom
- 4 el rietsuiker

Verwarm de oven voor op 170°C (hetelucht 150°C). Halveer de vanillestokjes in de lengte. Breng de rijst met de kokosmelk, 200 ml water en de vanillestokjes aan de kook. Laat de rijst afgedekt in ongeveer 15 minuten gaar worden en iets afkoelen. Schraap het vanillestokje uit en roer het merg door de rijst. Verdeel de rijst over 2 soufflébakjes (van 150 ml). Klop 2 eidooiers met de suiker luchtig. Verwarm de kokosmelk met slagroom en klop dit door het eimengsel. Schenk het romige eimengsel op de rijst. Zet de bakjes in een braadslede en vul deze met kokend water tot halverwege de bakjes. Laat de rijstpudding midden in de oven in ongeveer 45 minuten stevig worden. Haal de braadslede uit de oven en laat de pudding afkoelen. Zet de oven op de hoogste grillstand, bestrooi de pudding vlak voor het uitserveren met 2 eetlepels rietsuiker en laat deze net onder de grill in ongeveer 4 minuten karamelliseren.

Blini's

- 25 g boekweitmeel
- 100 g bloem
- 175 ml crème fraîche
- 150 ml melk
- 2 eieren
- wat boter
- 4 el bosvruchtenjam extra
- 1 zakje gist

Was en halveer de aardbeien. Zet de aardbeien ongeveer 10 minuten in de vriezer. Zeef de boekweitmeel en de bloem in een kom. Strooi een 1/2 zakje gist over het bloemmengsel. Roer de crème fraîche los met de melk en verwarm dit tot het handwarm is. Splits de eieren en roer de dooiers door het roommengsel. Roer het roommengsel door de bloem tot een dik beslag. Laat het beslag afgedekt ongeveer 30 minuten rijzen. Klop de eiwitten stijf en spatel deze door het beslag. Verhit wat boter in een koekenpan en bak van het beslag 12 blini's van ongeveer 10 centimeter doorsnede. Verdeel de aardbeien, bosvruchtenjam en de crème fraîche over de blini's.



Wentelteefjes met vanilleroom en aardbeien

- 4 beschuitbollen (of 8 dikke sneetjes witbrood)
- 1 ei
- 100 ml melk
- 1 zakje vanillesuiker
- 1 vanillestokje
- 250 ml slagroom
- 6 el witte basterdsuiker
- 300 g aardbeien
- 2 el boter
- 2 el amandelschaafsel geroosterd

Halveer de sneetjes brood overdwers. Klop het ei met de melk en de vanillesuiker los in een schaal. Wentel het brood door het eimengsel. Leg ze op elkaar in een schaal en draai ze regelmatig, zodat al het vocht in het brood trekt. Snijd het vanillestokje in de lengte open en schraap de merg eruit. Klop de slagroom met 2 eetlepels basterdsuiker en het vanillemerg stijf. Maak de aardbeien schoon, halveer ze en bestrooi met 1 el basterdsuiker. Verhit de boter in een koekenpan en bak het brood op een matig vuur aan beide kanten goudbruin. Serveer de wentelteefjes met de aardbeien en vanilleroom. Bestrooi met de rest van de basterdsuiker en garneer met geroosterd amandelschaafsel .

Fruitjelly met munt

- 3 blaadjes witte gelatine
- 100 ml appelsap
- 100 g aardbeien
- 1 rijpe mango
- 2 takjes munt (alleen de blaadjes in reepjes)
- 300 ml appelcider

Laat de gelatine ongeveer 5 minuten in koud water weken. Verwarm de appelsap, maar laat deze niet koken. Was de aardbeien, verwijder de kroontjes en snijd de aardbeien in vieren. Schil en halveer de mango. Snijd deze in dunne reepjes. Knijp de gelatine voorzichtig uit en roer deze, van het vuur af, door de appelsap. Voeg de appelcider toe aan het gelatinemengsel. Spoel een vorm om met water. Roer het fruit en de muntreepjes voorzichtig door het lobbige gelatinemengsel en laat het in de vorm ongeveer 2 uur in de koelkast opstijven. Houd de vorm een paar seconden in heet water om de fruitjelly te kunnen storten. Garneer met de rest van de munt.

Citroenpudding uit de oven

- 2 citroenen
- 1 vanillestokje
- 120 g boter en voor invetten
- 450 ml melk
- 240 g witte basterdsuiker
- 4 eieren
- 120 g zelfrijzend bakmeel

Was de citroen, rasp de schil en pers de citroen. Roer de boter met de basterdsuiker en de citroenrasp tot een romig mengsel. Splits de eieren en klop de eidooiers met het bakmeel door het botermengsel. Halveer het vanillestokje in de lengte en schraap het merg boven de melk eruit. Voeg de vanillemelk en het citroensap toe aan het beslag (maak dit beslag 's morgens). Verwarm de oven voor op 220°C (hetelucht 200°C). Klop de eiwitten in een vetvrije kom stijf en spatel het beslag kort en luchtig door het eiwit. Vet souffébakjes in en schenk het beslag erin. Vul de braadslede voor ongeveer 1/3 deel met kokend water en zet deze in het midden van de oven. Zet de bakjes in de braadslede en bak de citroenpudding in ongeveer 30 minuten gaar en goudbruin. Serveer de citroenpudding warm. Garneer eventueel met wat rood fruit, bra-men, munt en poedersuiker.

Chocoladesoufflés met sinaasappelsaus

- 2 sinaasappels
- 200 g bittere chocolade in stukjes
- 125 g suiker
- 50 ml melk
- 4 eieren gescheiden
- 50 ml sinaasappellikeur

Verwarm de oven voor op 200°C. Rasp de schil van een sinaasappel en pers beide sinaasappels uit. Smelt de chocolade in een kom die boven een pan met kokend water hangt (au bain marie). Meng er de melk en 75 g van de suiker door. Haal de kom van het vuur en klop de eidooiers door het chocolademengsel. Meng er de helft van de sinaasappelrasp door. Klop het eiwit in een kom stijf. Spatel het voorzichtig door het chocolademengsel. Vet de vormpjes in en strooi er wat suiker in. Vul de vormpjes tot vlak onder de rand met het chocolademengsel. Zet ze 15 minuten in de oven. Maak intussen de saus. Breng daarvoor in het pannetje het sinaasappelsap met de rest van de sinaasappelrasp en 50 gram suiker zachtjes aan de kook. Meng er de likeur door en kook het mengsel in tot het stroperig is. Haal de pan van het vuur. Dien de saus in een kannetje bij de soufflés op.

Perziken onder een soufflédakje

250 ml melk
75 g suiker
1 zakje vanillesuiker
40 g bloem
4 eieren
150 ml slagroom
1 groot blik perziken op siroop, uitgelekt
6 el bosvruchtensaus (flesje)
20 g amandelschaafsel

Verwarm de oven voor op 200°C. Verwarm de melk met de suiker en vanillesuiker in een pannetje met dikke bodem. Roer er dan de bloem en eidooiers door. Blijf roeren tot het mengsel dik en romig is. Haal de pan van het vuur. Klop in een kom de eiwitten stijf. Klop in een andere kom de slagroom stijf. Spatel de eiwitten en de slagroom voorzichtig door het melkmengsel. Verdeel de perzik-hefften met de bolle kanten naar beneden over de ovenschaal. Schep er de bosvruchtensaus over, schenk het soufflémengsel erover en strooi daar dan de amandelen weer over. Zet de schaal 20 minuten in de oven. Serveer direct.

Franse appeltaart

250 g bloem
75 g basterdsuiker
mespunt zout
150 g koude boter
750 g zoete harde handappels
2 eetlepels citroensap
2 eieren
125 ml slankroom
1 zakje vanillesuiker

Doe de bloem met 3 eetlepels van de suiker en het zout en een kom. Voeg de boter toe en snijd dit in kleine stukjes. Kneed met ongeveer 3 eetlepels koud water tot een soepel deeg. Laat het deeg in de koelkast 30 minuten rusten. Verwarm de oven voor tot 225°C. Bestuif het aanrecht met bloem en rol het deeg uit tot een lap van ongeveer 30 centimeter doorsnede.

Vet een lage taartvorm van ongeveer 26 centimeter doorsnede in en bekleed de vorm met het deeg. Schil de appels, snijd ze in kwarten en verwijder de klokhuizen. Snijd de kwarten in plakjes. Schep de appel om met het citroensap. Leg de plakjes appel dakpansgewijs in de vorm. Zet de taart in de oven en bak hem 10 minuten. Klop intussen de eieren los met de room, suiker en de vanillesuiker. Neem de taart uit de oven en schenk er het eimengsel over. Verlaag de temperatuur naar 200°C en bak de taart in ongeveer 30 minuten iets bruin. Laat de taart in de vorm afkoelen. Serveer lauw of op kamertemperatuur.



Kruimeltaart

3 eetlepels basterdsuiker
snuf zout
350 g bloem
200 g boter
75 g kristalsuiker
750 g friszure appels
1 zakje vanillesuiker
1 eetlepel citroensap
flink wat poedersuiker

Verwarm de oven voor op 175°C. Meng de basterdsuiker en een snufje zout door 250 gram bloem. Doe 150 gram van de boter erbij en snijd dit in kleine stukjes. Kneed met ongeveer twee eetlepels water tot een soepel deeg. Laat het deeg in de koelkast 30 minuten rusten. Maak intussen de rest van het deeg. Doe de rest van de bloem in een kom. Doe de rest van de boter erbij en snijd dit zo klein mogelijk. Wrijf de boter en bloem tussen duimen en wijsvingers tot een kruimelig geheel. Roer er de kristalsuiker door. Schil de appels en snijd ze in stukjes. Schep ze om met de vanillesuiker en het citroensap. Vet een lage taartvorm van ongeveer 26 centimeter doorsnede in met boter en bestuif hem met bloem. Bestuif het aanrecht met bloem en rol het deeg uit tot een lap van ongeveer 30 cm doorsnede. Bekleed de vorm ermee. Doe de appelstukjes erin. Strooi de kruimeltjes erover.

Bak de taart in de vorm in ongeveer 45 minuten iets lichtbruin. Laat de taart in de vorm afkoelen. Bestrooi dik met poedersuiker voor het serveren.

Soho's sundae ice-cream

50 g pecannoten
200 g witte basterdsuiker
75 ml slagroom
200 g perziken op sap
200 g aardbeien
450 ml zuivelzacht rode vruchten yoghurtijs (Hertog)

Hak de noten in een keukenmachine grof. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Smelt 100 g basterdsuiker in een pan tot een lichtbruine karamel. Haal de pan van het vuur en roer de pecannoten door de karamelsaus. Schep het notenmengsel op bakpapier en laat deze afkoelen. Hak deze praline in stukjes. Los 100 g basterdsuiker op in 100 ml water op laag vuur. Laat deze siroop ongeveer 10 minuten koken tot een goudbruine karamel en haal de pan van het vuur. Roer heel voorzichtig (i.v.m. spatten) de slagroom door de karamel en laat de saus helemaal afkoelen. Laat de perziken op sap uitlekken en snijd ze in parten. Was de aardbeien, verwijder de kroontjes en halveer ze. Schep van het ijs bolletjes en verdeel ze om en om met de vruchten over 2 grote glazen. Schenk de karamelsaus erover en bestrooi met de praline.

Fruit met honing en roomkaas

- 250 g aardbeien
- 2 bananen
- 4 el honing
- 1 el geroosterde sesamzaadjes
- 1 el geroosterde gehakte amandelen
- 8 el roomkaas

Snijd de aardbeien en bananen in plakjes. Rangschik ze in cirkels op een schaal. Sprenkel er 4 eetlepels vloeibare honing over en bestrooi met geroosterde sesamzaadjes en de geroosterde amandelen. Verdeel er wat lepeltjes roomkaas over.

Hollandse appeltaart

- 300 g zelfrijzend bakmeel
- 150 g witte basterdsuiker
- 200 g koude boter
- 1 ei
- 1/2 tl zout
- 1 kilo appels (goudrenet)
- 100 g rozijnen
- 1 tl kaneel
- 4 el suiker
- 1 citroen

Verwarm de oven voor op 175°C. Vet een springvorm van 24 centimeter doorsnede in met boter en bestuif hem met bloem. Doe het bakmeel met de basterdsuiker en het zout in een kom. Doe de boter erbij en snijd die in kleine stukjes. Bewaar 1 eetlepel van het ei en doe de rest erbij en kneed het geheel met 1 à 2 eetlepels water tot een soepel deeg. Bestuif het aanrecht met bloem en rol tweederde van het deeg uit tot lap van ongeveer 30 centimeter doorsnede. Bekleed er de springvorm mee. Rasp de schil van de citroen en pers een helft uit. Schil de appels en snijd ze in blokjes. Sprenkel het citroensap erover en schep de citroenrasp, kaneel, rozijnen en de suiker erdoor. Doe het appelmengsel in de vorm. Rol de rest van het deeg uit en snijd er lange repen van. Leg de repen kruislings over de vulling. Bestrijk het deeg met de rest van het ei bak de taart in de oven in ongeveer 50 minuten bruin. Laat de taart in de vorm afkoelen.

Oranje kletskopjes

- 4 blaadjes witte gelatine
- 2 el sinaasappel limonadesiroop
- 8 el sinaasappelmarmelade
- 400 g roomkwark
- 24 kletskopjes
- wat poedersuiker

Week de gelatine in koud water. Breng de siroop aan de kook en los er de uitgeknepen blaadjes gelatine in op. Roer de marmelade met de opgeloste gelatine los. Roer het mengsel door de kwark en laat het geheel in de koelkast iets opstijven tot het mengsel lobbig is. Verdeel over 8 kletskopjes de helft van het kwarkmengsel. Zet er vervolgens 8 kletskopjes op, schep de rest van het kwarkmengsel daarop en zet de laatst kletskopjes daar weer bovenop. Bestrooi ze voor het serveren royaal met poedersuiker.

Kokosamandelmacroontjes

- 1 eiwit
- 50 g suiker
- 1 zakje vanillesuiker
- 65 g geraspte kokos (kun je zo kopen)
- 2 el amandelschaafsel

Verwarm de oven voor op 125°C. Klop het eiwit met een snufje zout stijf met een mixer. Spatel de suiker en de vanillesuiker er lepel voor lepel door. Schep dan voorzichtig ook de kokos door het mengel. Hak vervolgens het amandelschaafsel fijn en strooi het op een bord. Vorm met een theelepel kleine bolletjes van het mengel, leg ze op het bord en rol ze door de amandelen. Leg ze dan op een met bakpapier beklede bakplaat en bak ze in ongeveer één uur lichtbruin.

Stroopwafel met gebakken appel

- 1 el rozijnen
- 1 appel
- 1 el boter
- 1 el suiker
- 2 el zure room
- 1 zakje vanillesuiker
- 2 stroopwafels

Wel de rozijnen in lauwwarm water ongeveer 5 minuten. Laat ze uitlekken. Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd de appel in 8 parten. Verhit de boter in een koekenpan en bak de appel met suiker en de rozijnen totdat de appel wat zachter wordt en de suiker gaat karamelliseren. Klop de zure room los met de vanillesuiker. Verwarm de stroopwafels in een koekenpan op laag vuur. Serveer de warme stroopwafels met de vanilleroom, appel en de rozijnen.

Kaneelmuffins met crunchy topping

1 pak Honig mix voor muffins
125 g zachte boter
1 1/2 el kaneelpoeder
3 eieren
60 g koude boter
75 g kristalsuiker
60 g donkere basterdsuiker
snuf zout
125 g tarwebloem

Verwarm de oven voor op 175°C. Zet 10 tot 12 muffinvormpjes op een bakplaat. Klop in een kom de zachte boter met een mixer lichtgeel en romig. Voeg de muffinmix, een eetlepel kaneelpoeder en de eieren toe en klop alles met de mixer op lage snelheid goed door. Mix nog één minuut bij hoge snelheid. Verdeel dit beslag met een lepel over de muffinvormpjes. Snijd de koude boter in blokjes. Wrijf in een kom de blokjes boter, kristalsuiker, basterdsuiker, de rest van het kaneelpoeder, een mespunt zout en de bloem met de toppen van de vingers tot een kruimig mengsel. Verdeel het mengsel ook over de vormpjes. Plaats de bakplaat in het midden van de voorverwarmde oven. Bak de muffins in ongeveer 25 minuten goudbruin en gaar. De muffins zijn gaar als ze terugveren als je er licht met je vinger op drukt.

Baklava

1 pak (diepvries) filodeeg
200 g gepelde walnoten
100 g gepelde pistachenoten
200 g suiker
75 g gesmolten boter

Laat het filodeeg volgens de gebruiksaanwijzing op het pak ontdooien. Verwarm de oven voor op 175°C. Houd 2 eetlepels van de pistachenoten achter. Hak de rest fijn met de walnoten. Dit gaat het beste in een keukenmachine. Meng er 25 gram suiker door. Vet een vierkante lage bakvorm van ongeveer 25 bij 25 cm in met boter. Leg er een vel filodeeg in en bestrijk deze met wat boter. Herhaal dit met nog 4 vellen. Verdeel het notenmengsel erover. Dek het af met de 5 deegvellen, die je ook allemaal met boter bestrijkt. Snijd de bovenkantjes van het deeg met een scherp mes in 16 vierkantjes. Zet de vorm ongeveer 35 minuten in de oven, tot de baklava gaar en goudbruin is. Laat intussen de rest van de suiker met wat water in ongeveer 15 minuten inkoken tot siroopdikte. Haal de baklava uit de oven en schenk er de siroop over. Hak de resterende pistachenootjes fijn en sprenkel ze erover. Laat de baklava afkoelen tot kamertemperatuur en snijd hem langs de voorgesneden lijnen in stukjes.

Rijstappels

1 liter melk
100 g paprijst
2 appels
1 zakje vanillesuiker
100 g suiker
5 el paneermeel
1 ei
2 el roomboter

Kook de pap van de melk en de rijst, klop het ei en de helft van de suiker erdoor en de vanillesuiker. Doe de pap in een ovenschaal. Schil de appel en snijd de appel in plakjes. Deze op de pap leggen. Nu de rest van de suiker door het paneermeel mengen, over de pap strooien en er klontjes roomboter op leggen. Dan in een oven op 240°C tot het geheel een bruin korstje heeft.

Knuffeltruffels in drie kleuren

PUUR
100 g pure chocola in stukjes
1 tl espresso koffiopoeder
4 el slagroom op kamertemperatuur
1 el boter op kamertemperatuur
2 el Tia Maria (koffielikeur)
2 el cacao-poeder

Laat de chocola smelten in een pan of vuurvaste schaal boven een pan met kokend water. Los de koffiopoeder erin op. Neem de pan of kom uit het water en roer de chocola met de slagroom, boter en Tia Maria tot een glad mengsel. Laat het mengsel ongeveer 3 uur opstijven in de koelkast. Zeef de cacao boven een bord. Vorm bolletjes van het mengsel en rol ze door de cacao. Laat ze in de koelkast verder opstijven.

Knuffeltruffels in drie kleuren

MELK
100 g melk chocola in stukjes
3 el slagroom op kamertemperatuur
1 el rum
25 g geraspte kokos

Laat de chocola in een pan of vuurvaste schaal boven een pan met kokende water smelten. Roer de chocola van het vuur af met de slagroom en rum tot een glad mengsel. Laat het mengsel ongeveer 4 uur opstijven. Strooi de kokos op een bord. Vorm bolletjes van het chocolademengsel en rol ze door de kokos. Bewaar ze tot gebruik in de koelkast.

Knuffeltruffels in drie kleuren

WIT
100 g witte chocola in stukjes
3 el slagroom op kamertemperatuur
75 g gehakte hazelnoten of walnoten

Laat de chocola smelten in een pan of vuurvaste schaal boven een pan met kokend water. Roer de chocola van het vuur af tot een glad mengsel met de slagroom. Laat het mengsel ongeveer 4 uur opstijven in de koelkast. Strooi de gehakte noten op een bord. Vorm met een lepeltje bolletjes van het chocolademengsel en rol die door de noten. Bewaar ze tot gebruik in de koelkast.

Brusselse wafel

100 g suiker
250 g frambozen
wat citroensap
wat kirsch
4 wafels
4 bollen yoghurtijs

Breng de suiker met 150 ml water aan de kook en laat ongeveer 10 minuten inkoken. Maak de frambozen schoon. Schep de helft van de frambozen door de suikersiroop en roer totdat het fruit uit elkaar valt. Voeg enkele druppels citroensap en een scheutje kirsch toe en laat de saus afkoelen tot deze lauwwarm is. Schep de rest van de frambozen door de siroop. Serveer de wafels met 4 bollen yoghurtijs en de frambozensaus.

Banaan-stertaart

5 pl diepvriesbladerdeeg
50 g roomboter
75 g bloem voor bestrooien
2 el suiker
1 citroen
150 g amandelspijs
5 rijpe kinderbananen
125 ml slagroom

Laat het bladerdeeg ontdooien. Verwarm de oven voor op 200°C. Vet een bakvorm in en bestrooi deze licht met bloem. Bestrooi een werkvlak en de deegroller ook met bloem. Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar en rol het bladerdeeg uit, zodat het in de vorm past. Leg het deeg in de vorm en snijd de overhangende randen eraf. Prik met een vork enkele gaatjes in het deeg. Laat het deeg 15 minuten in de koelkast rusten. Meng de suiker door de boter. Was de citroen, rasp de schil en pers de citroen uit. Verdeel het amandelspijs met de citroenrasp over de deegbodem. Pel de bananen, halveer ze in de lengte en besprenkel ze met het citroensap. Leg de bananen als een ster in de vorm op het spijs. Bestrijk de bananen met het suikermengsel. Bak de taart midden in de oven in 25 minuten goudbruin. Zet de oven op de grillstand en zet de taart nog 3 minuten net onder de grill. Laat de taart in de vorm iets koelen. Klop de slagroom met 2 eetlepels suiker half stijf en serveer de bananentaart warm met de slagroom.

Kwarktaart met bosvruchten

200 g volkoren biscuit
100 g boter, gesmolten
10 blaadjes witte gelatine
1 citroen
500 g witte basterdsuiker
125 ml slagroom
200 g diepvries bosvruchten
5 el bosvruchtensiroop

Vet een springvorm van 24 centimeter doorsnee dun in met olie. Verkruimel de biscuitjes met een deegroller of in een keukenmachine en roer de boter door de kruimels. Druk het mengsel goed aan op de bodem van de springvorm. Week acht blaadjes gelatine in koud water. Rasp de schil van de citroen en pers hem uit. Klop de suiker en citroenrasp door de kwark. Breng het citroensap aan de kook neem de pan van het vuur, knijp de blaadjes uit en los ze in het sap op. Roer dit door het kwarkmengsel, klop dan de slagroom stijf en spatel hem door het kwarkmengsel. Schenk het kwarkmengsel over de kruimelbodem. Zet de taart in de koelkast en laat deze zeker 3 uur opstijven. Laat intussen het fruit ontdooien en week de resterende 2 blaadjes gelatine in koud water en knijp ze uit. Breng de bosvruchtensiroop aan de kook, haal de pan van het vuur en los de gelatine erin op. Schep er de ontdooide bosvruchten door en schenk het mengsel over de taart. Laat hem nog 2 uur in de koelkast opstijven.



Ricotta-sinaasappel muffins

2 sinaasappels
3 eieren
150 g suiker
100 g zelfrijzend bakmeel
400 g ricotta (of eventueel Hüttenkäse)
4 el pijnboompitten
wat poedersuiker en kaneel om te garneren

Verwarm de oven voor op 175°C en vet 12 muffinvormpjes in met wat olie. Rasp de schil van de sinaasappels en pers er één uit. Klop de eidooiers met de suiker schuimig. Schep de ricotta, het sinaasappelsap, het bakmeel en de rasp erdoor. Klop het eiwit stijf en schep dit door het mengsel en doe dan het beslag over in de vormpjes en strooi er de pijnboompitten over. Bak de cakejes in 30 minuten gaar en iets bruin. Laat ze afkoelen, bestrooi ze voor het serveren met poedersuiker en stuf er wat kaneel over.

Citroen taart

100 g boter
4 eieren
175 g bloem
3 citroenen
25 g suiker
100 g suiker
snuf zout
125 ml crème fraîche
bus slagroom
1 passievrucht

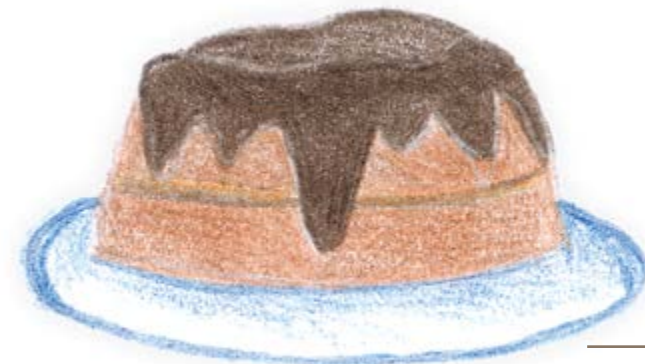
Snijd de boter in stukjes en voeg de bloem, zout, suiker en wat ijskoud water toe en maak hier een deeg van. Leg het deeg twintig minuten in de koelkast. Rol het deeg uit en bekleed er een ingevette bakvorm van ongeveer 20 centimeter mee. Snijd de overhangende rand af.

Verwarm de oven voor op 175°C. Klop de eieren en suiker lichtgeel en romig. Voeg de crème fraîche en de rasp en het sap van de citroenen toe. Vul de bodem met het eimengsel en bak de taart in een voorverwarmde oven ongeveer 40 minuten. Smit slagroom op de rand van de taart. Schep de passievrucht leeg en verdeel dit over de taart.

Witte chocoladetaart

1 pak lange vingers
50 ml rum
2 blaadjes witte gelatine
350 g witte chocolade
200 ml melk
300 ml slagroom
wat cacao voor het bestuiven

Bekleed de binnenkant van een kom met plasticfolie. Beleg de bodem en de zijkant van de kom met de lange vingers, de gesuikerde kant buiten. Besprenkel de lange vingers met wat rum. Week de gelatine 5 minuten in ruim koud water. Breek 250 gram chocolade in stukjes. Verwarm de melk met de chocoladestukjes en roer met een garde stevig door. Haal de pan van het vuur, wanneer de chocolade gesmolten is. Knijp de gelatine uit en roer deze, van het vuur af, door het chocolademengsel. Laat het mengsel in de pan, door deze in een koud waterbad te zetten, lobbijg worden en roer regelmatig. Klop intussen de slagroom halfstijf. Spatel de slagroom luchtig door het lobbige chocolademengsel en breng op smaak met de rest van de rum. Schenk het chocolademengsel voorzichtig in de vorm, dek de schaal af en laat de taart in 2 uur opstijven in de koelkast. Schaaf van de rest van de chocolade grote krullen en strooi die over de taart. Bestuif de taart met een beetje cacao.



Chocolade sinaasappeltaart

175 g boter op kamertemperatuur
50 g bruine basterdsuiker
3 eieren
150 g bloem
1 tl bakpoeder
5 el cacao
4 el sinaasappellikeur
200 g marmelade
100 g pure chocola
1/2 dl slagroom

Verwarm de oven voor op 175°C. Bekleed de bodem van een springvorm van 20 centimeter met bakpapier en vet de randen in. Klop 150 gram van de boter met de suiker tot een romig mengsel. Klop de eieren er één voor één door. Doe de bloem in een kom, zeef het bakpoeder en 4 eetlepels van de cacao erboven en schep alles door elkaar. Schep dit mengsel beetje bij beetje door het eimengsel tot je een mooi beslag hebt. Schep het beslag in de vorm en strijk het glad. Bak de cake in 45 minuten gaar. Laat hem helemaal afkoelen. Snijd hem overlangs doormidden en besprenkel de helften met de likeur. Smelt de chocolade in een pan of kom boven een pan met kokend water (au bain marie). Neem de pan van het vuur en roer er de rest van de boter en de room door. Schenk drie-vierde deel van dit chocoladeglazuur over de bovenkant van de taart. Laat de rest iets afkoelen en strijk dit en het eraf gelopen glazuur met een spatel over de zijkanten. Laat opstijven in de koelkast en bestuif de taart voor het serveren met de rest van de cacao.

Kruimeltaart met jam

- 125 g boter
- 175 g bloem
- 75 g basterdsuiker
- 2/3 pot bosvruchtenjam
- 50 g gehakte hazelnoten

Kruimeltaart met jam

Kruimeltaart met jam met hazelnoten

Verwarm de oven voor op 200°C. Doe de bloem met de suiker in een kom. Snijd de boter in kleine stukjes en wrijf het met je vingertoppen tot een kruimelig deeg.

Verdeel de helft van het deeg over een ingevet bakblik van 20 x 20. Druk het deeg met de handpalm aan. Bestrijk de bodem met de jam. Meng de hazelnoten door de rest van het kruimeldeeg en strooi dit over de jam. Bak de kruimeltaart in 30 minuten goudbruin. Laat de taart iets afkoelen en snijd hem dan in rechthoekige stukken.

Pannetone

- 100 g roomboter
- 300 g bloem
- wat poedersuiker voor bestrooien
- 80 g suiker
- 3 eieren
- 1 zakje bakpoeder
- 200 ml melk
- 12 gedroogde dadels zonder pit
- 10 gedroogde vijgen
- 45 g hazelnoten
- 1 citroen

Pannetone met dadels

Verwarm de oven voor op 200°C. Vouw een stuk bakpapier een paar keer dubbel tot een rand van 10 cm breed. Vet een ovenschaal en de rand in met boter. Plaats de rand in de ovenschaal. Meng een beetje bloem met poedersuiker en bestrooi hiermee de schaal. Mix de boter met de suiker tot een wit romig mengsel. Splits 2 eieren en mix 1 ei en de 2 eidooiers door het botermengsel (de 2 eiwitten worden niet gebruikt). Zeef de bloem met het bakpoeder en roer dit door het eimengsel. Mix de melk geleidelijk door het beslag en laat deeg even rusten. Snijd intussen de vruchten in reepjes en hak de hazelnoten. Was de citroen en rasp de schil. Schep de vruchten, noten en de citroenrasp door het beslag. Schep het beslag in de ovenschaal en bak de pannetone midden in de oven in 45 minuten gaar. Laat de panetone in de vorm afkoelen. Haal hem uit de vorm en bestrooi met poedersuiker.

Romige kruimelvlaai met abrikozen

- 650 ml melk
- 300 g mix voor witbrood
- 100 g boter in blokjes
- 175 g witte basterdsuiker
- 1/2 losklopt ei
- 50 g custardpoeder
- 100 g bloem
- 45 g amandelschaafsel, verkruimeld
- 300 g gewelde abrikozen zonder pit

Romige kruimelvlaai met abrikozen

Verwarm 1 1/2 dl melk tot lauwwarm. Doe de broodmix samen met 25 gram boter, 25 gram suiker, het ei en de lauwe melk in een kom en kneed het geheel tot een soepel deeg. Laat het deeg afdekt 20 minuten rijzen. Rol het dan op een met bloem bestoven werkvlak uit tot een lap, net iets groter dan de taartvorm. Bekleed een lage ronde taartvorm van 30 centimeter doorsnede met het deeg en laat het afgedekt op een warme plaats nog 30 minuten rijzen. Verwarm intussen de oven voor op 220°C. Maak met 75 gram suiker, de custardvla volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking en laat deze iets afkoelen. Doe de rest van de suiker (75 gram) en de bloem met het amandel-kruim in een kom. Snijd de overgebleven boter hierin in stukjes en wrijf het met je vingertoppen tot een kruimelig deeg. Prik met een vork gaatjes in de deegbodem. Verdeel de custardvla erover en leg de abrikozen erop. Strooi het kruimeldeeg over de vlaai. Bak de vlaai 25 minuten in de oven.

Aardbeienkwarktaart

- 1 pak lange vingers
- 500 g aardbeien
- 125 ml slagroom
- 500 g magere kwark
- 10 blaadjes witte gelatine
- 5 el aardbeienjam
- 125 g witte basterdsuiker
- 2 limoenen

Vet een vorm dun in met olie en leg een laag lange vingers op de bodem. Klop de slagroom stijf. Week de blaadjes gelatine in koud water. Pers de limoenen uit. Verhit het limoensap in een pannetje en haal die van het vuur. Knijp de gelatine uit en los het op in het hete limoensap. Pureer of prak 300 gram van de aardbeien. Roer de aardbeien met het limoensap en de suiker door de kwark. Schep de slagroom erdoor en schenk het kwarkmengsel in de vorm. Laat het geheel 3 uur of langer opstijven in de koelkast. Halveer de rest van de aardbeien, maar laat kleine exemplaren heel. Verwarm de jam op laag vuur tot hij zacht is. Neem de pan van het vuur en schep de aardbeien er voorzichtig door. Verdeel de aardbeien en de jam over de taart zodat de bovenkant geheel bedekt is en laat de taart nog zeker 3 uur opstijven.

Aardbeienmousse

- 250 g aardbeien
- 2 bananen
- 2 el appeldiksap
- 3 el bessensap
- 3 el zure room
- 4 walnoten

Was de aardbeien en ontdoe ze van de kroontjes. Hou vier aardbeien apart en maak de rest fijn. Pel de bananen en pureer deze. Vermeng de fijngemaakte aardbeien met de bananenpuree, het appeldiksap, het bessensap en de zure room. Meng goed tot een dikke massa. Verdeel de mousse over vier schaaltes en garneer ieder schaalte met een aardbei en een walnoot.

Gebakken vla

- 5 dl melk
- 1/2 citroen
- 1 kaneelstokje
- 3 eidooiers
- 5 el suiker
- 50 g maïzena
- 1 losgeklopt ei
- kopje paneermeel
- frituurolie
- wat poedersuiker
- snuf kaneelpoeder

Schil de citroen zo dun mogelijk. Breng de melk met de citroenschil en het kaneelstokje aan de kook en laat het 10 minuten zachtjes koken. Klop de eidooiers luchtig in een pannetje met een dikke bodem. Klop de suiker en maïzena erdoor. Roer enkele eetlepels van de gekookte melk door het dooiermengsel, zet de pan op een laag vuur en voeg de rest van de melk er scheutje voor scheutje aan toe. Blijf goed roeren tot de vla gebonden is. De vla mag niet gaan koken. Haal de citroenschil en het kaneelstokje eruit, klop de vla een keer goed door en giet het dan in een ingevette bakvorm. Laat de vla afkoelen en zet de vla daarna in de koelkast om op te stijven. Snijd de vla in vierkante stukken en wentel die eerst door het losgeklopte ei en daarna door het paneermeel. Frituur de vla-stukken in hete olie, laat ze goed uitlekken en bestuif ze daarna met een mengsel van kaneelpoeder en poedersuiker. Serveer warm.



After eight-taart

- 1 pakje(s) after eight
- 900 ml slagroom
- 5 eieren
- 150 g suiker
- 3 zakje vanillesuiker
- 200 g bloem
- 1/2 zakje bakpoeder
- 1/2 el cacao
- snuf zout
- 3 zakjes klopfix

Bewaar 3 tabletten after eight. Verwarm overige after eight met 8 deciliter slagroom in een pannetje tot de chocolade is gesmolten. Breng kort aan de kook. Laat afkoelen en zet met een deksel op de pan een nacht weg. Warm de oven voor op 150°C. Neem een springvorm van 24 centimeter en leg bakpapier op de bodem. Scheid de eieren. Beetje zout en 5 eetlepels koud water aan de eiwitten toevoegen en deze stijf kloppen. Strooi er de suiker en een zakje vanillesuiker doorheen. Meng er nu de eidooiers langzaam doorheen. Zeef de bloem, cacao en bakpoeder over de massa en schep het er doorheen. Strijk de massa uit in de springvorm en zet deze 35 minuten in de oven. Laat afkoelen. Snijd de taart twee maal overlangs door. Klop de choco-mint luchtig op en voeg overige vanille suiker en klopfix toe. Sluit de springvorm om de onderste laag en strijk er een kwart van het chocomengsel over. Doe dit bij alle lagen. Zet de taart een uur koud weg. Klop tenslotte de laatste slagroom stijf (of gebruik een buskant en klare slagroom) en spuit mooie toefjes boven op de taart. Snijd de overgebleven tabletten schuin door en versier de taart.

Fruit met sabayon

- 3 dl Champagne
- 70 gr suiker
- 5 eidooiers
- 400 gr bosaardbeien
- 8 zandkoekjes
- 4 wafels
- wat poedersuiker
- 8 mintblaadjes

Voor de sabayon de champagne, suiker en eidooiers in een kom loskloppen. Deze kom au bain marie net zo lang kloppen met de garde tot de sabayon gebonden is. De sabayon vervolgens in een koud waterbad koud kloppen. De bosaardbeitjes wassen en goed uit laten lekken. In het midden van 4 borden een zandkoekje leggen. Hier bosaardbeitjes op leggen. Vervolgens weer een zandkoekje en dan de rest van de bosaardbeitjes op en rond het torentje leggen. De sabayon hierop scheppen. De wafels met poedersuiker bestuiven en op het gerecht leggen. Met een takje munt garneren.



Anita van Gelder kookt met één hand

Anita van Gelder is vroeg begonnen met de voorbereidingen. We hebben haar gevraagd in de late ochtend al te koken om eens te zien hoe dat in haar aangepaste keuken gaat. Ze is het gewend: heel vroeg beginnen met koken en het tegen de avond pas afmaken. Zo geeft ze zichzelf ook de tijd en haalt de deadline weg. Wat direct opvalt is de greep die langs het gehele aanrecht gemaakt is en die er voor zorgt dat Anita ergens houvast heeft. Ze grijpt zich er voortduren aan vast.

Wij op onze beurt grijpen ons vast aan het doorzettingsvermogen wat hier tentoongespreid wordt. Een vrouw met veel, heel veel beperkingen gaat staan als er foto's gemaakt moeten worden en is met een gedrevenheid voor haar gezin aan het koken. Als de elleboogjesmacaroni naast de pan terecht komt, zoekt ze niet naar hulp bij ons, maar zorgt er geduldig voor dat alle pasta weer in het potje komt. Dit gaat over trots, herwonnen trots.

Anita van Gelder

Anita moppert op een aardige manier over haar familie die maar het liefst zo gewoon mogelijk eet, terwijl zij, zo blijkt ook uit dit kookboek, steeds op zoek is naar nieuwe en spannende gerechten. Ze ontzien haar niet en kiezen liever voor frikadellen. Ze lacht er om. Ondertussen is ze blij dat haar verzamelde gerechten nu in een boekje uit gaan komen. Als de opbrengst maar naar de goede mensen gaat en het ook niet te duur wordt, want iedereen moet het kunnen kopen. Met haar handicap straalt ze een gezag uit, wat zich niet tegen laat spreken. Het boekje moet worden zoals ze het voor ogen heeft: met veel, maar niet alle, tekeningen van haar hand er in en vooral ook haar tekst. Recepten die ze met geduld in haar pc heeft ingetypt en die ineens weg leken wegens een virus. Het virus werd aangepakt en de recepten kwamen beschikbaar. Daarmee ook dit boekje. Een kookboek, maar ook een eerbetoon aan een bijzondere vrouw.



Index op ingrediënt

Een vetgedrukt paginanummer verwijst naar een foto van het recept

Aardappelen			
Italiaanse aardappelsalade	24		
Hongaarse paprikasoep	44		
Aardappel-preisoep	46		
Indische hachee	78		
Aardappelkoek	98		
Gepofte aardappels met vulling	99		
Frieten met tartaarsaus	99		
Gebakken aardappels met spek en ui	100		
Aardappels anders	100		
Klassieke aardappelpuree	102		
Knoflook-aardappelen	103		
Hartige aardappelsalade	106		
Rösti	107		
Patates alioli	107		
Aardbeien			
Aarbeiensmoothie	116		
Wentelteeftjes met vanilleroom en aardbeien	118		
Soho's sundae ice-cream	121		
Aarbeienwarktaart	131		
Aarbeienmousse	132		
Fruit met sabayon	133		
Abrikozen			
Romige kruimelvlaai met abrikozen	131		
Amandelen			
Kokos amandelmacroontjes	123		
Ananas			
Pannenkoekrol met ananasroomkaas	30		
Pannenkoekrol met spek en ananas	30		
Frisse fruitsalade met sinaasappel-sorbet en koffiemousse	112, 113		
Appel(s)			
Pannenkoek met appel	30		
Karbonades met warme appelsalade	85		
Gebakken ganzenlever met appel-compote, rode uien-sorbet en ahornsiroop	94, 95		
Oma's appelmoes	106		
Crumble met appel, peer en vijgen	116		
Franse appeltaart	120		
Kruimeltaart	121		
Hollandse appeltaart	122		
Stroopwafel met gebakken appel	123		
Rijstappels	124		
Asperges			
Asperges met gerookte zalm en crème fraîche	22		
Asperge-cappucino	52		
Gebakken asperges met garnalen	79		

Aubergines			
Aubergines in tomatensaus	43		
Avocado			
Avocado met garnalen	54		
Banaan			
Pannenkoekrol met banaan	30		
Bakbananen	98		
Banaan-stertaart	126		
Bleekselderij			
Salade met komkommer en bleekselderij	22		
Biet			
Zalm en gefrituurde biet	78		
Gestoofde bietjes	104		
Blini's			
Vistartaartjes met blini	38, 39		
Blini's	117		
Bonen			
Italiaanse aardappelsalade	24		
Feta-fritata	67		
Chili met pittige gehaktballetjes	84		
Chili con carne uit de oven	84		
Hollandse rookworst in Oosterse verpakking	85		
Griekse sperziebonen	101		
Groene voorjaarsgroenten	105		

Brood			
Broodsalade	23		
Tartaar grillburgers in shoarmabroodjes	25		
Gevulde croissants	27		
Grieks gekruide burgertjes met stokbrood	33		
Bruschetta met tomaat en mozzarella	48		
Italiaanse broodjes	49		
Pita met kip	49		
Wentelteeftjes met zalm	53		

Burgers			
Tartaar grillburgers	25		
Kip-kruidenburgertjes met pindasaus	32		
Grieks gekruide burgertjes	33		
Gefrituurde kipburgertjes met Chinese paddestoelen	47		

Ciabatta			
Broodsalade	23		
Bruschetta met tomaat en mozzarella	48		

Citroen			
Citroenpudding uit de oven	119		
Citroentaart	128		

Champignons			
Scalopina romana	65		
Shoarmaschotel met dakje	71		
Lasagne met salami en champignons	72		
Pittige champignons met rijst	74		
Zwitserse kalbsgeschnetzeltes	82		

Chili			
Chili met pittige gehaktballetjes	84		
Chili con carne uit de oven	84		

Chocolade			
Gevulde croissant met chocolade	27		
Chocoladesoufflé met sinaasappelsaus	119		
Knuffeltruffels in drie kleuren	125		
Witte chocoladetaart	128		
Chocolade sinaasappeltaart	129		

Chorizo			
Hongaarse paprikasoep	44		
Tagliatelle met kip, chorizo en sherry	68		
Courgette			
Pastasalade met courgettelinten en ham	24		
Pannenkoek met courgette en garnalen in wijnsaus	29		
Couscous			
Slamandjes met couscous-garnalensalade	26		
Couscous met pittige gehaktsaus	28		
Couscous met shoarma en groenten	28		

Coquilles			
Coquilles met vanille en postelein	18, 19		
Crème fraîche			
Asperges met gerookte zalm en crème fraîche	22		
Salade met komkommer en bleekselderij	22		
Kruidenkoekjes	29		

Cranberry			
Springbok met cranberry's en peerchips	66		
Croissant			
Gevulde croissants met chocolade of zalm	27		
Deeg			
Hartige pasteitjes	25		
Kruidenkoekjes	29		
Kippasteitjes	31		
Paksoihapjes met sesamdressing	33		
Zuurkooltaartjes	42		
Mini-loempia's	47		
Fusillicake met spekjes	50		
Quiche met rookworst	64		
Italiaanse quiche	64		
Quiche lorraine	66		
Frisse gerookte zalmtaart met filodeeg	68		
Kaassoufflé	70		
Shoarmaschotel met dakje	71		

Desserts			
Frisse fruitsalade met sinaasappel-sorbet en koffiemousse	112, 113		
Aarbeiensmoothie	116		
Crumble met appel, peer en vijgen	116		
Crème caramel	117		
Vanillerijst	117		
Blini's	117		
Wentelteeftjes met vanilleroom en aardbeien	118		
Fruitjelly met munt	118		
Citroenpudding uit de oven	119		
Chocoladesoufflé met sinaasappelsaus	119		
Perziken onder een soufflédakje	120		
Soho's sundae ice-cream	121		
Fruit met honing en roomkaas	122		
Rijstappels	124		
Brusselse wafel	126		
Aarbeienmousse	132		
Gebakken vla	132		
Fruit met sabayon	133		

Dressings			
Sesamdressing	33		
Ei			
Ham-ei salade	22		
Mexicaanse eieren	24		
Mediterrane omelet met mozzarella en tomaat	26		
Telur boemboe bali-gekookte eieren in chilisous	27		
Prei met ei	48		

Feta			
Hartige pasteitjes	25		
Feta fritata	67		

Gevulde paprika	74	IJs	Pita met kip	49	Loempia	Gevulde paprika	74	Quiche		
Garnalen		Frisse fruitsalade met sinaasappel-	Tagliatelle met kip, chorizo en sherry	68	Mini-loempia's	47	Droge kipcurry met paprika	82	Quiche met rookworst	64
Slamandjes		sorbet en koffiemousse	Kip met roerbaksaus	73	Mozzarella		Pasta		Italiaanse quiche	64
met couscous-garnalensalade	26	Soho's sundae ice-cream	Kipschnitzeltjes met teriyaki-roomsaus	73	Italiaanse aardappelsalade	24	Pastasalade met courgettelinten en ham	24	Quiche lorraine	66
Pannenkoek met courgette		Kaas	Kip met peer, honing en kaneel	76	Mediterrane omelet met mozzarella en		Agnolotti in bouillon	50	Quorn	
en garnalen in wijnsaus	29	Italiaanse aardappelsalade	Kip met tonijnsaus	76	tomaat	26	Fusilllicake met spekjes	50	Kokossoep met Quorn	52
Garnalencocktail	51	Hartige pasteitjes	Brusselse kip	77	Bruschetta met tomaat en mozzarella	48	Spaghettoni met knapperige paprika's	67	Rabarber	
Garnalenspiesje	54	Mediterrane omelet	Kip kerriespiesjes met spek en nectarine	77	Muffins		Tagliatelle met kip, chorizo en sherry	68	Rabarbermoes	107
Avocado met garnalen	54	met mozzarella en tomaat	Droge kipcurry met paprika	82	Kaneelmuffins met crunchy topping	124	Tagliatelle met oesterzwammen		Rijst	
Thaise garnalenhapjes	55	Zuurkooltaartjes	Knolselderij		Ricotta-sinaasappel muffins	127	en spinazie	68	Kipschnitzeltjes met teriyaki-roomsaus	
Gebakken asperges met garnalen	79	Bruschetta met tomaat en mozzarella	Stevige soep	46	Nectarine		Pesto-pastasalade	69	en notenrijst	73
Gebak		Agnolotti in bouillon	Koekjes		Kip kerriespiesjes met spek en nectarine	77	Spaghetti met gehakt	70	Pittige champignons met rijst	74
Franse appeltaart	120	Quiche met rookworst	Kruidenkoekjes	29	Omelet		Lasagne met salami en champignons	72	Gevulde paprika	74
Kruimeltaart	121	Quiche lorraine	Oranje kletskepjes	123	Mediterrane omelet		Gevulde reuze paddestoelen		Nasi	80
Hollandse appeltaart	122	Feta-fritata	Kokos amandelmacroontjes	123	met mozzarella en tomaat	26	met tagliatelle	75		
Kaneelmuffins met crunchy topping	124	Spaghettoni met knapperige paprika's	Stroopwafel met gebakken appel	123	Paddestoelen		Pasteitjes		Risotto alla Milanese	106
Baklava	124	Pesto-pastasalade	Kokos		Bospaddenstoelensoep met tuinkers	45	Hartige pasteitjes	25	Vanillerijst	117
Knuffeltruffels in drie kleuren	125	Kaassoufflé	Kokossoep met Quorn	52	Paddenstoelen roomsoep	45	Kippasteitjes	31	Rijstappels	124
		Lasagne met salami en champignons	Kokos amandelmacroontjes	123	Mini-loempia's met Chinese paddestoelen	47	Peer		Roodbaars	
Brusselse wafel	126	Gevulde reuze paddestoelen	Komkommer		Gefrituurde kipburgertjes		Spekperen	43	Roodbaars met parmaham	79
Kwarktaart met bosvruchten	127	met gorgonzola	Salade met komkommer en bleekselderij	22	met Chinese paddestoelen	47	Springbok met cranberry's en peerchips	66	Rookworst	
Ricotta-sinaasappel muffins	127	Witlofsalade met blauwe kaas	Taugé komkommersalade	101	Tagliatelle met oesterzwammen		Kip met peer, honing en kaneel	76	Quiche met rookworst	64
Citroentaart	128	Risotto alla Milanese	Indonesische komkommersalade	101	en spinazie	68	Stoofpeertjes	105	Hollandse rookworst	
Witte chocoladetaart	128	met parmezaanse kaas	Zoetzure komkommer	103	Gevulde paprika met shii-take	74	Crumble met appel, peer en vijgen	116	in Oosterse verpakking	85
Chocolade sinaasappeltaart	129	Ricotta-sinaasappel muffins	Krab		Gevulde reuze paddestoelen	75	Perzik		Rozijnen	
Kruimeltaart met jam	130	Kabeljauw	Crabcocktail	53	Hertensalade	80	Perziken onder een soufflédakje	120	Pannenkoekrol	30
Pannetone	130	Verpakte kabeljauw	Kwark		Paksoi		Soho's sundae ice-cream	121	Pannenkoek met rozijnen	30
Romige kruimelvlaai met abrikozen	131	Kalfsvlees	Aardbeienkwarktaart	131	Paksoihapjes met sesamdressing	33	Pesto		Rundvlees	
Aardbeienkwarktaart	131	Zwitserse kalbgeschnetzeltjes	Lam		Paksoi uit de wok	100	Pesto-pastasalade	69	Tartaar grillburgers	25
After eight-taart	133	Kalkoen	Grieks gekruide burgertjes	33	Pannenkoek		Tomaat met pesto	98	Gestooftde riblappen in bier	72
Ham		Spaghettoni met knapperige paprika's	Shish kebab	76	Pannenkoek met courgette en		Postelein		Indische hachee	78
Ham-ei salade	22	Shoarmaschotel met dakje	Lamskotelet met uiencompote	83	garnalen in wijnsaus	29	Coquilles met vanille en postelein	18, 19	Rundertartaartjes	
Pastasalade met courgettelinten en ham	24	Kalkoen met saus			Pannenkoekrol	30	Prei		met spek en kappertjesjus	82
Kruidenkoekjes	29	Kip	Langoustines		Pannenkoek met appel		Salade van prei en lever	23	Chili met pittige gehaktballetjes	84
Zuurkooltaartjes	42	Kippasteitjes	Noordzeetong met kruidenkorst	60, 61	of banaan of rozijnen	30	Aardappel-preisoep	46	Salades	
Ardenner ham met vijgen	42	Slarol met pikante kip	Lever		Pannenkoekrol met spek en ananas	30	Stevige soep	46	Ham-ei salade	22
Pittige champignons met rijst	74	Kip-kruidenburgertjes met pindasaus	Salade van prei en lever	23	Paprika		Prei met ei	48	Salade met komkommer en bleekselderij	22
Roodbaars met parmaham	79	Gefrituurde kipburgertjes	Gebakken ganzenlever met appelcompote,		Hongaarse paprikasoep	44	Pruimen		Salade van prei en lever	23
Beenham	83	met Chinese paddestoelen	rode uiensorbet en ahornsiroop	94, 95	Spaghettoni met knapperige paprika's	67	Pruimenchutney	103	Broodsalade	23

Italiaanse aardappelsalade	24	Olijvensoep	48	Tartaar	
Pastasalade met courgettelinten en ham	24	Agnolotti in bouillon	50	Tartaar grillburgers	25
Slamandjes met couscous-garnalensalade	26	Kokossoep met Quorn	52	Vistartaartjes met blini	38, 39
Spekperen	43	Soufflé		Haringtartaartjes	55
Witlofsalade met gerookte zalm	53	Kaassoufflé	70	Rundertartaartjes met spek	
Pesto-pastasalade	69	Chocoladesoufflé met sinaasappelsaus	119	en kappertjesjus	82
Hertensalade	80	Perziken onder een soufflédakje	120	Taugé	
Taugé komkommersalade	101	Spek		Taugé komkommersalade	101
Indonesische komkommersalade	101	Pannenkoekrol met spek en ananas	30	Roergebakken spruitjes met taugé	104
Witlofsalade met blauwe kaas	102	Spekperen	43	Tomaat	
Hartige aardappelsalade	106	Aardappel-preisoep	46	Mediterrane omelet met	
Salami		Fusillicake met spekjes	50	mozzarella en tomaat	26
Italiaanse aardappelsalade	24	Kip kerriespiesjes met spek en nectarine	77	Aubergines in tomatensaus	43
Lasagne met salami en champignons	72	Rundertartaartjes met spek		Tomatensoep	45
Sauzen		en kappertjesjus	82	Bruschetta met tomaat en mozzarella	48
Frietten met tartaarsaus	99	Gebakken aardappels met spek en ui	100	Met zalm gevulde tomaten	55
Shoarma		Spinazie		Tomaat met pesto	98
Tartaar grillburgers in shoarmabroodjes	25	Tagliatelle met oesterzwammen		Tong	
Couscous met shoarma en groenten	28	en spinazie	68	Noordzeetong met kruidenkorst	60, 61
Shoarmaschotel met dakje	71	Spruiten		Tonijn	
Shoarmarol	71	Roergebakken spruitjes	104	Carpaccio van tonijn	51
Sinaasappel		Taart		Kip met tonijnsaus	76
Frisse fruitsalade met sinaasappel-		Zuurkooltaartjes	42	Truffels	
sorbet en koffiemousse	112, 113	Frisse gerookte zalmtaart met filodeeg	68	Truffels in drie kleuren	125
Oranje klets kopjes	123	Franse appeltaart	120	Ui	
Chocolade sinaasappeltaart	129	Kruimeltaart	121	Gevulde uiensoep	44
Sla		Hollandse appeltaart	122	Lamskotelet met uiencompote	83
Slamandjes met couscous-garnalensalade	26	Muffins met crunchy topping	124	Gebakken ganzenlever met appelcompote,	
Slarol met pikante kip	32	Baklava	124	rode uiensorbet en ahornsiroop	94, 95
Snoekbaars		Banaan-stertaart	126	Vanille	
Vistartaartjes met blini	38, 39	Kwarktaart met bosvruchten	127	Vanillerijst	117
Soep		Citroentaart	128	Wentelteefjes met vanilleroom	
Gevulde uiensoep	44	Witte chocoladetaart	128	en aardbeien	118
Hongaarse paprikasoep	44	Chocolade sinaasappeltaart	129	Varkensvlees	
Bospaddenstoelensoep met tuinkers	45	Kruimeltaart met jam	130	Couscous met pittige gehaktsaus	28
Tomatensoep	45	Pannetone	130	Paksoihapjes met sesamdressing	33
Paddenstoelen roomsoep	45	Romige kruimelvlaai met abrikozen	131	Mi xao da nang (gebakken mie	
Aardappel-preisoep	46	Aardbeienkwarktaart	131	met varkensvlees)	65
Stevige soep	46	After eight-taart	133	Scalopina romana	65

Spaghetti met gehakt	70	Witlof	
Zwitserse kalbsgeschnetzeltes	82	Witlofsalade met gerookte zalm	53
Karbonades met warme appelsalade	85	Brusselse kip	77
Vijgen		Roergebakken zalm met witlof	79
Ardenner ham met vijgen	42	Witlofsalade met blauwe kaas	102
Crumble met appel, peer en vijgen	116	Zalm	
Pannetone	130	Asperges met gerookte zalm	
Vis		en crème fraîche	22
Coquilles met vanille en postelein	18, 19	Gevulde croissant met zalm	27
Asperges met gerookte zalm		Asperge-cappucino	52
en crème fraîche	22	Witlofsalade met gerookte zalm	53
Slamandjes met couscous-garnalensalade	26	Wentelteefjes met zalm	53
Pannenkoek met courgette		Met zalm gevulde tomaten	55
en garnalen in wijnsaus	29	Frisse gerookte zalmtaart met filodeeg	68
Vistartaartjes met blini	38, 39	Zalm en gefrituurde biet	78
Carpaccio van tonijn	51	Roergebakken zalm met witlof	79
Garnalencocktail	51	Zalm met tacokruiden	80
Asperge-cappucino	52	Zuurkool	
Witlofsalade met gerookte zalm	53	Zuurkooltaartjes	42
Crabcocktail	53		
Garnalenspiesje	54		
Avocado met garnalen	54		
Met zalm gevulde tomaten	55		
Haringtartaartjes	55		
Thaise garnalenhapjes	55		
Noordzeetong met kruidenkorst	60, 61		
Frisse gerookte zalmtaart met filodeeg	68		
Kip met tonijnsaus	76		
Zalm en gefrituurde biet	78		
Gebakken asperges met garnalen	79		
Roodbaars met parmaham	79		
Roergebakken zalm met witlof	79		
Zalm met tacokruiden	80		
Verpakte kabeljauw	81		
Provençalse vis uit de oven	81		
Wild			
Springbok met cranberry's en peerchips	66		
Hertensalade	80		

Recepten	Verzameld en bewerkt door Anita van Gelder
Illustraties	Anita van Gelder
Vormgeving	Patrick Lijdsman, Transvorm
Concept en copy	Joost van Sluijters, Top of Mind
Fotografie	Paul Evers en Arnold van der Meeren, Scala Photography
Coördinatie	Vrienden van de Tolbrug; Jeroen Lijdsman, Chiel van Beek, Sjef van Erp Nationale Vereniging de Zonnebloem; Lidia Riezebos en Mariska Burgstede
Drukkerij	Drukkerij Bek

Meer informatie over:

- Het boek kunt u krijgen via uitgever@mac.com.
- Stichting Vrienden van de Tolbrug vindt u op www.vriendenvandetolbrug.nl
- Nationale Vereniging de Zonnebloem vindt u op www.zonnebloem.nl of www.zonnebloemling.nl

Meer exemplaren van dit boek kunt u bestellen via:

- www.vriendenvandetolbrug.nl
- www.zonnebloem.nl

ISBN-10: 9078101024

ISBN-13: 9789078101024

Copyright 2006 © Vrienden van de Tolbrug / De Zonnebloem / Top of Mind / Anita van Gelder

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever veele-
voudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, offset, fotokopie of microfilm of in enige digitale, elektronische,
optische of andere vorm of (en dit geldt zonodig in aanvulling op het auteursrecht) het reproduceren ten behoeve van een onder-
neming, organisatie of instelling of voor eigen oefening, studie of gebruik welk(e) niet strikt privé van aard is.

Mede mogelijk gemaakt door

De volgende bedrijven hebben ertoe bijgedragen dat dit

één handig kookboek kon worden gerealiseerd:

Vrienden Van Het Revalidatiecentrum De Tolbrug

Nationale Vereniging De Zonnebloem

Revalidatiecentrum Tolbrug - 's-Hertogenbosch

Top of Mind

Hersenstichting Nederland

Allergan BV

EGMarchitecten



