

Recepten

klas Nandy en Janna

RISOTTO MET PADDSTOELEN VAN DUKE



→ INGREDIËNTEN

- 4L KIP BOUILLON
- 300g RISOTTO RIJST
- 100ML WITTE WIJN
- 300g WILDE PADDSTOELEN
- 3 EETLEPELS OLIJVEOLIE
- 1 MEDIUM UI
- EEN PAAR TAKESTIJN
- 25g BOTER
- 2 HANDJES PARMESAANS
- ZWARTE PEPER EN ZOUT ^{KAA}

STAPPEN →

STAPPEN

1. VERWARM JE BOUILLON IN EEN PAN. KAN OOK GEMAAKT WORDEN MET 2 BOUILLONBLOKJES EN 1 LITER WATER. HOUD HET VUUR LAAG.
2. IN EEN GROTE PAN, VERWARM DE OLIË EN VOEG UI TOE. KOOK TOT HET ZACHT IS. ONGEVEER 5-6 MIN.
3. VOEG DE RISOTTO RIJST TOE EN MENG MET DE UI. ONGEVEER 2 MIN.
4. VOEG DE WISN TOE EN ROER TOT DE VLOEISTOF IN DE RIJST IS INGEKOOKT.
5. VOEG EEN PAAR VAN DE PADDESTOELEN EN MENG ~~ERIN~~.
6. VOEG JE EERSTE POLLEPEL BOUILLON TOE EN EEN BEETJE ZOUT.
7. ALS DE RIJST DE VLOEISTOF HEeft OPGENOMEN, VOEG DAN NOG EEN POLLEPEL TOE. HERHAAL DEZE STAP TOT DE RIJST ZACHT EN ROMIG IS.
8. IN EEN ANDERE PAN, VOEG DE REST VAN DE PADDESTOELEN TOT ZACHT.
9. IN EEN SCHAAL, VOEG DE PADDESTOELEN, EN EEN BEETJE ZOUT, EN DENTJEM, EN MENG.
10. HAAL DE RISOTTO VAN HET VUUR EN VOEG DE BOTER EN KAAS TOE, ZORG ERVOOR DAT ER VOLDOENDE ZOUT EN PEPEL AANWEZIG IS. ALS JE DENKT DAT ER NOG EEN POLLEPEL BOUILLON NODIG IS, VOEG DEZE DAN TOE.
11. SCHIEP DE RISOTTO OP HET BORD EN VOEG DE PADDESTOELEN TOE. BESTRIJK MET OLIËFOLIE EN SERVEER!

FARINATA

Italiaanse kikkererwtenpannekoek

Recept van Johannes

Ingredienten:

900 ml water (op kamer temperatuur)

120 gram olijfolie (extra vergine), waarvan 50 gram om de bakplaat in te vetten.

10 gram zout

300 gram kikkererwtenmeel

Doe het kikkererwtenmeel in een grote kom, en maak een kuiltje.

Doe het water erbij en roer zachtjes met een garde tot een glad beslag.

Dek de kom af en laat het beslag de hele nacht rusten.

Schep het schuim eraf en mix opnieuw met de garde.

Roer 70 gram olijfolie door het beslag.

Doe er nu 10 gram zout bij.

Vet vervolgens een bakplaat in met de overgebleven olijfolie.

Roer het beslag nog een keer door en schep een dunne laag op de bakplaat (ongeveer 3 mm)

Klop met een vork het beslag nog eenmaal voorzichtig los.

Verwarm de oven voor op 250 graden.

Bak de farinata de eerste tien minuten in de oven op de onderste rij, daarna mag de bakplaat omhoog naar het midden van de oven. Bak dan nog 10 tot 15 minuten tot de farinata goudgeel is.

Eet smakelijk!

Thijs Thijs

Bij mij THUIS ETEN wij;

ZOETE PALMKOOLSTAMPOT met ZALM

500g fijn geraspeden palmhoed (gewassen)

500g geschilde knaaimige aardappels, fijn geraspeden

500g geschilde fijn geraspeden zoete aardappel

zalmmeat (met of zonder huid)

doe de zoete aardappel samen met de knaaimige aardappel in een RUIME pan.

AARDAPPELS moeten NET onder het water liggen!
(Zeker niet meer water)

BRENG AAN DE KOOK

doe daarboven op de fijn geraspeden PALMKOOL

→ KOOK HET GEHEEL ruim een kwartier
(palmhoed wordt gestoemt bovenop de aardappels)

Ondertussen;

BAK de ZALMSTUKEN

IN DE KOEKEN PAN

(laaid ze w. met mix

OLSKRUIDEN v. VERSTEGEN)

BAK ZE LEKKER KORT

met olijfolie 2 minuutjes
om en om

STAMPOT AFGIETEN en met
een flink stuk echte roombotter
stampen!

serveer de zalmmeat bovenop de stampot
met een beetje rijn van de vis

Kookboek

Stuurma

Wat je nodig hebt:

50 g kip doner
medium ui
knoflooktenen
tomaat
zure augurken
10g peterselle (optioneel)
tortilla's
granaatappelsaus
ruiden:
1 tl Gerookte paprika
1 tl Gemalen kardemom
1 tl Korianderpoeder
Mayonaise
overig:
een pan
en oven

Bereiding:

Doe de kip doner en de ui in een pan met een klein beetje olie en de knoflook. Daarna voeg je de gerookte paprika en de gemalen kardemom toe. Bak de kip op een medium vuur voor 20 minuten. Neem de tortilla en doe er een beetje mayonaise op (in het midden). Leg dan de (gesneden) augurk en tomaat er op. Voeg de kip toe, en dan een beetje peterselle. Als laatste doe je er een beetje granaatappelsaus op, en rol je de tortilla's op. Leg ze in de oven voor 3 minuten op 190c. Veel succes en alvast eet smakelijk!

voorbereiding:

tomaat snijden in
dunne plakjes
augurken snijden in
plakjes
peterselle (fijn)
snijden
knoflook snijden
in plakjes



Eet Smakelijk

Stuurma

Macaroni

Erwten

Worst

Komkommer

Paprika

Maïs

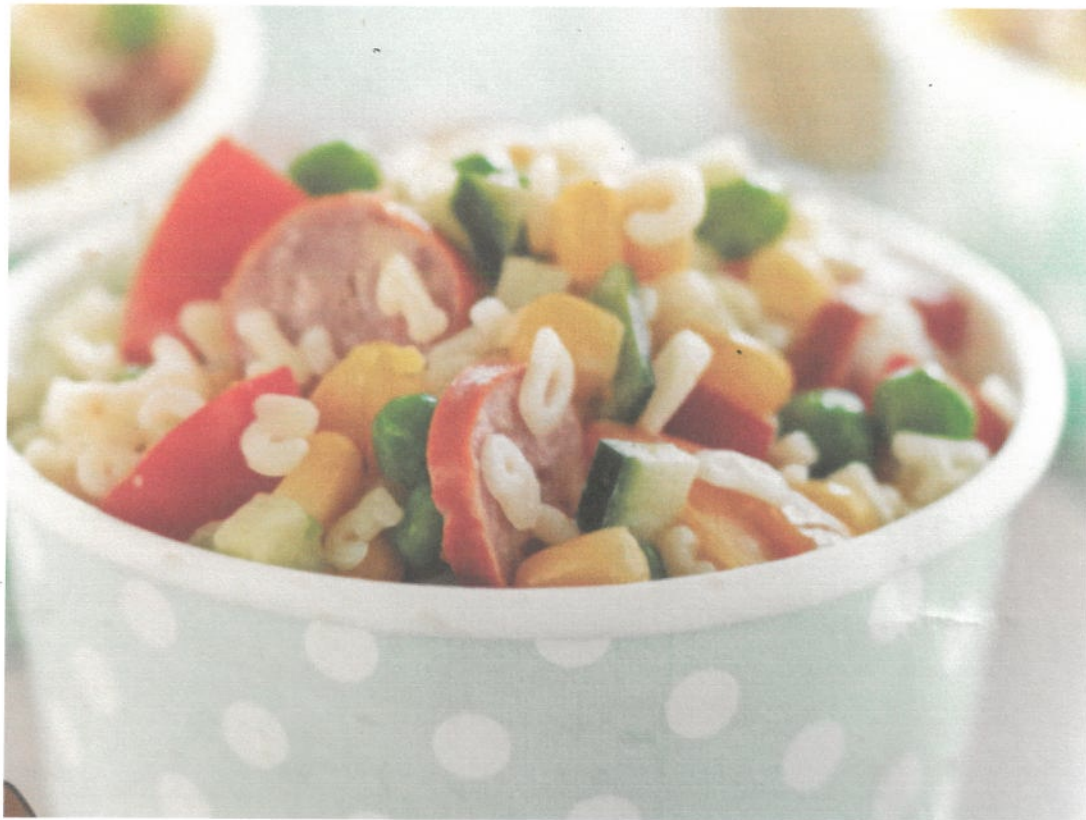
5 EL olijfolie

3 EL citroensap

Peper

← Salade
Ingrediënten

Kook de macaroni en de erwten.
Gooi alle ingrediënten in een kom.



je ♥ eigen ♥ BURRITO  misschien wordt
door Carel gilles  ~~me~~  jou zelf maak
burrito dag!

Noodig:

- 400 gr. gehakt
- blikje kidneybonen
- blikje tomatenblokjes
- 1 courgette in stukjes
- 1 ui fijn snijden
- teentje knoflook
- mespuntje kaneel
- gerookt paprikapoeder
- tortillawraps

burrito



burrito



god



berading:

bruint de ui met de knoflook
rul het gehakt
voer de courgette en de
tomatenblokjes er doorheen
en de rest van de kruiden



Schep het mengsel
in de tortilla-
wraps en
vouw ze dicht.

Bestrooi ze met
kaas (kan ook erin, of allebei)
en doe ze in de oven voor 20-30
minuten totdat de kaas gesmolten is.

En daarna: **OPETEN!**

met
Guacamole!

Gehaktbrood (foto komt niet overeen met dit recept)

1 ongesneden wit casinobrood
500 gram (runder)gehakt
1 prei in dunne ringetjes
Peterselie klein gesneden
Kummeltjeskaas in blokjes gesneden
Peper, zout, paprikapoeder

Snijd de bovenkant van het casinobrood af. Haal het broodkruim uit het brood.

Bak het gehakt rul in de pan met zout, peper en paprikapoeder.

Is het gehakt klaar, voeg dan al het broodkruim en de peterselie toe bij het gehakt en meng goed door elkaar. Zet daarna het vuur uit.

Snijd de kaas in blokjes en voeg die ook toe aan het gehakt. Meng alles weer goed door elkaar.

Als laatste snijd je de prei in dunne ringetjes en ook die voeg je toe aan het gehaktmengsel en meng het weer goed door elkaar.

Ga nu het lege casinobrood helemaal vullen met het gehaktmengsel, druk het gehakt goed aan zodat de bovenkant weer erop past.

Verwarm de oven voor op 220 graden.

Pak het brood in zilverfolie en zet het in de voorverwarmde oven gedurende 45 minuten.

Het gehaktbrood is klaar als de kaas helemaal gesmolten is.

Smakelijk eten, lekker met een frisse salade.



Roti

Pippi 1

Ingrediënten

500 g kippendijen
3 uien
2 cm gember
2 eetlepels massala kerrie
4 eetlepels olie
1 bosje koriander
Paratha pannekoekjes van de ah vriezer
250 g aardappelen
250 g pompoen en/of zoete aardappel
400 g kousenbant
2 tomaten
4 eieren
Sambal Picalliy met Madame Jeanette

Roti saus:

doe twee uien en twee centimeter gember en 4 teentjes knoflook In de blender doe daar 2 eetlepels massala Curry bij en 4 eetlepelsolie en de steeltjes van de bosje koriander .

Snij de kip in stukjes met wat peper en zout en bak deze in een beetje olie bruin.

Vervolgens de saus erbij en bakken.

Aardappel, pompoen en/of zoete aardappel snijden in stukken zo groot als een golfballetje,

Kouseband in stukjes snijden van 2 cm

Tomaat in stukjes

Pippi 2

Als de saus na 3 minuutjes bakken mooi bruin is, bak je de tomaatjes nog 3 min mee.

Gooi je er 2 kopjes water bij.

Alles mag onderwater staan.

Dan de aardappels en pompoen en /of zoete aardappel

En op laag vuur laten sudderen.

30 minuutjes lang.

Dan moet je de eitjes 5 min.

Giet ze af en pel ze en dan kunnen ze bij de saus.

Gooi je de boontjes boven op de saus.

Strooi korianderblaadjes erover heen.

Bak 2 pannenkoekjes per persoon.

Komkommer erbij.

En klaar.

Chili Recept



van Benthe

nodig voor 6 personen:

- olijfolie
- 2 uien, gesnipperd
- 2 rode chilipepers, met of zonder zaadlijsten, fijngesneden.
- 5 teentjes knoflook fijngesneden.
- 1 rode paprika in stukjes
- 1 groene paprika in stukjes
- 1 en een half eetlepel komijnpoeder
- 1 eetlepel gedroogde oregano
- 1 en een half eetlepel cayennepeper
- 1 theelepel pimentón
- 1 flesje bruin bier (0,33 mm)
- 2 blikken tomaatstukjes (400 g)
- 3 blikken bonen (400 g) 2 of 3 soorten afgespoeld en uitgelekt.
- 30 g pure chocolade (minstens 70%) grof geraspt of klein gesneden.
- limoensap

De toppings:

- fijngehakte rode ui,
- tortillachips,
- tacos en/of mais tortilla's
- fijngesneden sla
- blokjes avocado
- guacamole
- fijngehakte verse koriander
- zure room,
- tabasco
- jalapenopepers
- partjes limoen
- geraspte cheddar

Je hoeft niet alle toppings erbij te doen, kies er wat die je lekker lijken.

Verhit de olijfolie in een zware braadpan en fruit hierin de uien met een klein snufje zout, tot ze zacht en karamelkleurig zijn. Voeg de chilipepers en de knoflook toe fruit 1 minuutje mee. Voeg de stukjes paprika toe, draai het vuur iets hoger en bak ze 3 minuten mee. Voeg de komijn, oregano, cayennepeper, pimentón en 1 theelepel zout toe en fruit nog 1 minuut. Schenk het bier erbij en voeg de tomaten toe. Breng alles aan de kook, leg de deksel schuin op de pan, draai het vuur laag en laat de saus 1 uur zachtjes pruttelen. Voeg de bonen toe, en als de saus erg is ingedikt ook een scheutje water. Breng alles opnieuw aan de kook, draai het vuur laag en laat, zonder deksel dit keer, nog 20-30 minuten stoven. Draai het vuur uit en roer de chocolade door de chili. Proef en maak hem zo nodig verder op smaak met zout, peper en limoensap.

Zet de pan met chili op tafel en zet er kleine kommetjes met alle toppings omheen.



Dan kan iedereen zelf kiezen wat hij of zij neemt. Eet smakelijk!

Pasta met draadjesvlees

Tijn

Ingrediënten:

- 800 gr stoofvlees, in blokjes
 - dijfode
 - handige verse rozemarijn en tijm, fijngemaakt
 - 1 kleine rode ui, fijngesnipperd
 - 4 teentjes knoflook, fijngemaakt
 - 1 wortel en 1 stengel bleekselderij, fijngemaakt
 - 2 glazen rode wijn
 - 2 blikken tomaten, 400 g
 - water
 - peper en zout
 - 400 g pasta
 - geraspte Parmezaanse kaas
- hoe je het maakt

- doe het vlees met wat olie in een braadpan en bak bruin.
- voeg knoflook, ui, wortel en bleekselderij toe.
- zet het vuur laag en bak 5 minuten zacht.
- doe de rode wijn erbij en laat het vlees braten tot de wijn bijna is verdamppt.
- doe dan de blikken tomaten erbij, en een beetje water, kook alles ongeveer 1 cm onder staad.
- doe een deksel op de pan en laat vlees minstens 3 uur stoven, of langer, tot het vlees uit elkaar valt.
- breng op smaak met peper en zout.
- kook de pasta, en dien op met de vleessoep en wat Parmezaanse kaas
- en

ETEN!!!

naam van het recept: brück

naam: mila

het recept van de brück

Pak de pan en het pakje brück deeg. leg veel olie in de pan. pak een stuk brück deeg en leg het ei en de kaas op het deeg. dan moet je het deeg snel op de pan leggen anders gaat het ei eruit lekken. Als je veel olie legt wordt het juist knapper en lekkerder. wacht tot het goud wordt en het onblaast. eet smakelijk ♥

Wat heb je nodig voor 5 personen.

- .1 pakje brück
- .5 eieren
- .5 plakjes kaas
- .1 pan
- + veel olijfolie

weetje het komt uit hunesie!!!

Dit is de tekening hoe je het moet vouwen!!!

FOTO! ↓

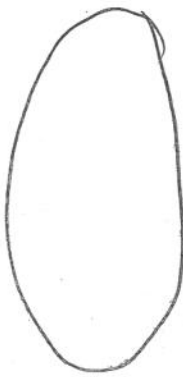
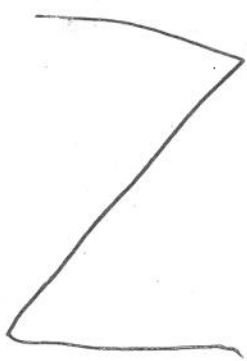
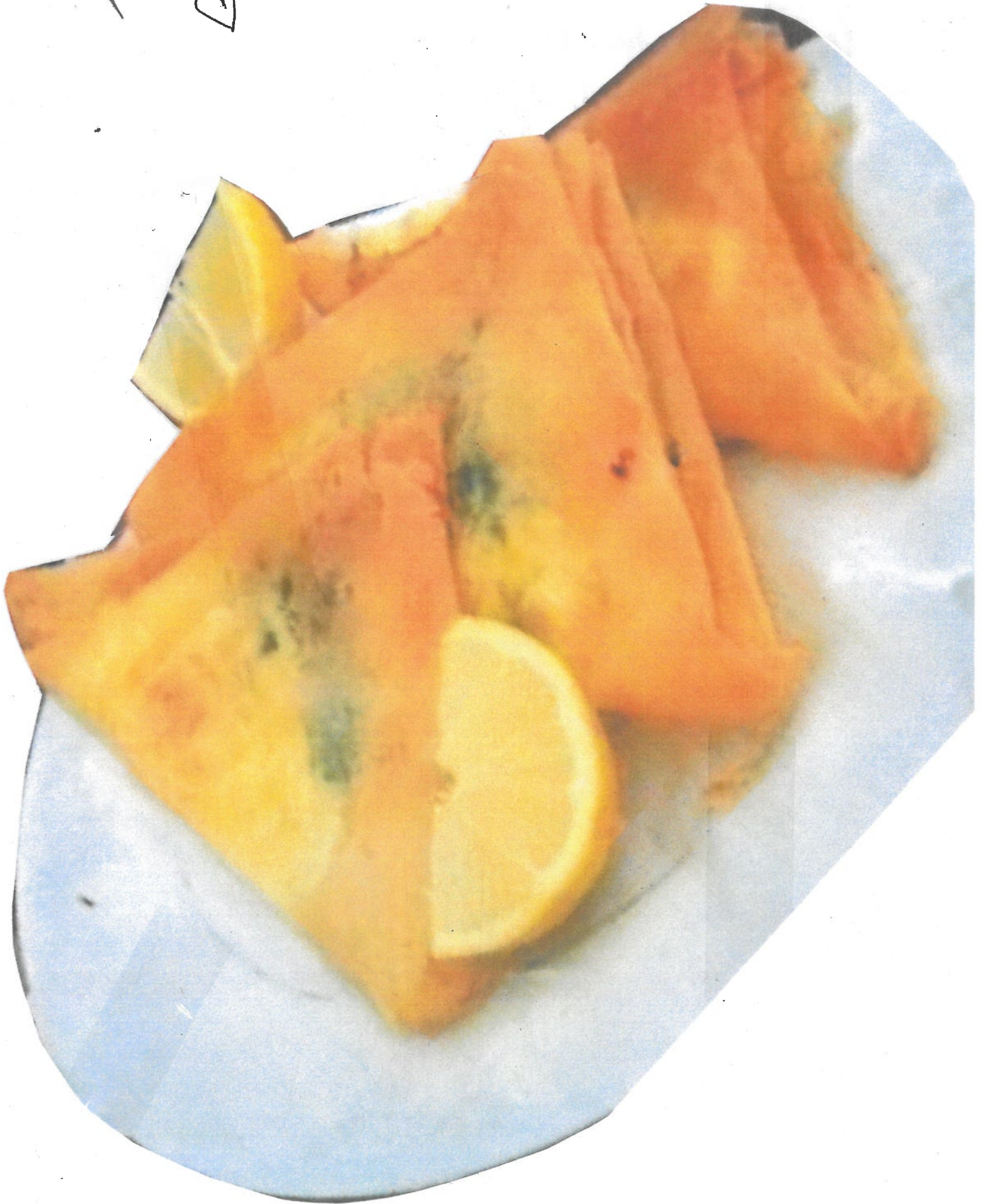


FOTO
B

mijam!!!



Kookboek

Wat je nodig hebt:

750 g kip doner
1 medium ui
4 knoflooktenen
2 tomaten
6 zure augurken
40g peterselie (optioneel)
6 tortilla's
Granaatappelsaus
Kruiden:
1 tl Gerookte paprika
1 tl Gemalen kardemom
2 tl Korianderpoeder
Mayonaise
Overig:
Een pan
Een oven

Shwarma

Bereiding:

Doe de kip doner en de ui in een pan met een klein beetje olie en de knoflook. Daarna voeg je de gerookte paprika en de gemalen kardemom toe. Bak de kip op een medium vuur voor 20 minuten. Neem de tortilla en doe er een beetje mayonaise op (in het midden). Leg dan de (gesneden) augurk en tomaat er op. Voeg de kip toe, en dan een beetje peterselie. Als laatste doe je er een beetje granaatappelsaus op, en rol je de tortilla's op. Leg ze in de oven voor 3 minuten op 190c. Veel succes en alvast eet smakelijk!

Vorbereiding:

Tomaat snijden in halve plakjes
Augurken snijden in plakjes
Peterselie (fijn) snijden
Knoflook snijden
Ui snijden in plakjes

Eet Smakelijk

 *Munir Alshaki*



◇ Sushi ◇

Gember

250GR Sushirijst ◇

2 eetlepels rijstazijn ◇

5 norivellen ◇

1 AVOCADO ◇

GEMBER ◇

WASABI ◇

1 PAKJE GEROOKTE ZALM ◇

HALF PAKJE SURIMI ◇



BEREIDING ◇ ● ● ● ● ● ●

Rook de rijst volgens de bereidingswijze op het pak. Breng 250GR rijst met 330ML water aan de kook en kook de rijst met het kokende water 10 min. laat de rijst met de deksel, 15 minuten staan meng de rijst even afkoelen.

Tijdens het bereiden van de rijst kun je alvast de ingrediënten voor de vulling snijden. Snijd alles in repjes. van de gember ↗ ⇒

maak je dunne snippertjes.

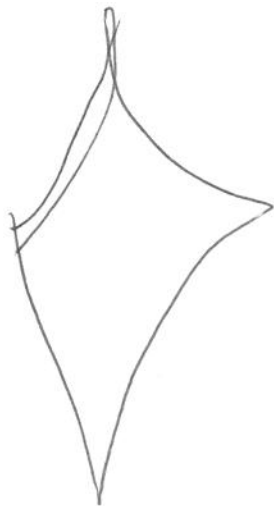
De sushi maak je met behulp van een bamboematje. leg een nori vel met de glimmende kant naar beneden op een bamboematje.

Bedek ongeveer $\frac{2}{3}$ van het nori vel met sushi rijst. Zorg ervoor dat aan de bovenkant geen rijst zit, alleen aan de onderkant.

De sushi rijst plak je met je natte handen op het nori vel. Druk dit stevig aan.

Zorg ervoor dat de sushi rijst niet dikker is dan 1 centimeter.

verdeel wat ingrediënten over de ~~de~~ sushi rijst. Rol het in een lange rol en snij het in 6 stukjes van ongeveer drie centimeter. lekker met een beetje sojasous en misschien wasabi en gember erbij. Nu lekker smikkelen!!!!



∞ Kazen tosti

Van Leon

Ingrediënten:

- ❖ Alle kazen die je hebt
- ❖ Twee schijven brood
- ❖ Mayo
- ❖ Boter



Benodigheden:

- ❖ Pan
- ❖ Spatel
- ❖ Mes

Bereidingswijze:

1. Smeer mayo op twee schijven brood.
2. Doe op één boterham alle kazen in schijven er op.
3. Leg de twee boterhamen op elkaar.
4. Zet daarna het vuur op de middelste stand en doe de pan er op.
5. Besmeer de buitenkant van de boterhammen met boter
6. Doe nu het broodje in de pan met de spatel.
7. Als beiden kanten goud bruin zijn is de tosti klaar.
8. Tip: eet de tosti met ketchup.



Eet smakelijk!

Salade

(Voor 4 personen)

⌚ 10 Min

Wat heb je nodig

- 1 komkommer
- 100g sla
- 2 Rode paprika
- 3 lente w's
- 6 eetlepels olijfolie
- 30g olijven
- Citroen (voor het sap)
- Snuf peper en zout
- Maïs (als je wilt)
- Ha

1. Snij olijven, komkommer, rode paprika, koriander en lente w's heel fijn.

2. Meng in een schaal de olijven, sla, komkommer, rode paprika, koriander en lente w's. Verdeel hier overheen de olijfolie, Citroensap, snuf zout en peper (en maïs als je wilt)

3. Meng alles een keer goed door elkaar

4. En dan kan je lekker genieten van je heerlijke Salade



Amira

Smoothie Bowl

Benodigdheden

- vijzel of staafmixer
- een mes (snijmes)
- snijplank
- kom

Bereidingswijze

Je pakt je koud fruit, je snijdt het

en doet het in een kom en als je het met een vijzel doet doe je het in de vijzel.

Je doet er water of melk bij op gevoel.

Je pakt je staafmixer of je vijzel.

Je mengt alles door elkaar.

Pak je fruit, snijd je fruit en meng het erbij.

Als het te waterig is doe je er nog extra koud fruit bij.

Om het af te ronden doe je alles in een kom

en doe je er extra fruit en granola bij als je wil.

Ingrediënten

- koud fruit (welk fruit jij wil)
- water of melk
- fruit (ook welke jij wil)
- Granola (als je wil)



charlie van den brink - constant.

pasta carbonara

1) ingrediënten en hoeveelheden

- 100 gr spaghetti
- 50 gr gerookte spekkubjes of reepjes
- verse Peterselie
- 25 gr parmezaanse kaas (geraspt)
- 0.75 eieren
- peper en zout

2) De benodigdheden

- pan
- bord
- kaas



3) Bereidingswijze.

Bak de spekjes mooi krokant (niet uitgebakken).

pak een grote pan water (met een beetje zout).

als het water kookt voeg je de spaghetti (10 min).

voeg de pasta direct uit de pan waarmee je gekookt hebt toe aan de pan met spekjes en schep er doorheen.

zet het vuur uit. voeg de geraspte parmezaanse kaas toe en voeg een beetje pasta kookvocht aan toe zodat de kaas smelt. kluts ondertussen de eieren en voeg ze daarna de roerend toe. Blijf roeren tot een romige saus wordt. buon appetito.



David's appeltaart

1 75 gram
zelfrijzend
bakmeel

2 200 gram
bostersuiklen

3 2 gaudrenaten
(appels)

4 3 eetlepel
Castaor

5 250 gram
room boter

6 Caster
roep

7 60 gram
suiker

8 Parasmel

9 Een kleine
eetlepel
zeut

10 1 Ei

11 1 eetlepel
kaneel

12 60-100
gram
rozijnen

Doe alle ingrediënten in één kom en kneed
graag tot een bal.

Wikkel de bal in plastic folie laat koelen
in de koelkast. Schild de appels en wel de rozijnen.

Meng de ingrediënten voor de vulling op 6, 7, 8, 9, 10
doe de oven op 165°C. Vul de deegvorm in met boter
en bedek met deeg. Steek de parasmel op de bodem
van de vorm doe de vulling in de vorm
met deeg. Doe het beetje deeg dat nog overblijft
in een ryp op de vulling. Het de taart in de oven
bak de taart 60 minuten



Stella's Oreo-ijs!

Dit is echt het lekkerste ijs ooit! Het is niet moeilijk om te maken en je hebt er geen ijsmachine voor nodig.

Waarschuwing: dit recept is gevaarlijk lekker.

Wat heb je nodig?

- afsluitbare zak
- deegroller
- cakevorm (Ø 22 cm)
- een mixer of een garde
- vershoudfolie

Ingrediënten:

- een rol Oreo koekjes (154 gram)
- 375 ml verse slagroom
- een blikje gecondenseerde melk



Aan de slag!

1

Verkruimel de koekjes: doe ze in de afsluitbare zak en sla erop met de deegroller. De stukjes moeten ca. 1 cm groot zijn.

2

Doe de slagroom en de gecondenseerde melk in een kom en klop het mengsel met een mixer of garde in ca. 5 min. stijf. Roer de koek-kruimels erdoor.

3

Schep het mengsel in de cakevorm. Dek af met vershoudfolie en laat in 6 uur bevriezen.

En dan nu het moeilijkste: wachten :D

SMOOTHIE

Gemaakt door Mia

nodig:

- Banaan (Rijp)
 - Fruit naar keuze
- SUGGESTIES:



- aardbeï
- kiwi
- appel
- mango



- melk of yoghurt
- Stafmixer

Wat zit hier voor fruit in?



hoe het moet:

Je doet de banaan en het fruit naar keuze gesneden in een kom. Daar doe je melk/yoghurt bij. Dan ga je mixen tot het vloeibaar wordt. Je doet dat in een glasje en



ENJOY

drink smakelijk

Ingrediënten

Burrito's wort

4 personen

Bereiding

- 1 Blikje zware bonen
- 1 Blikje maïs
- 3 Zoete aardappels
- 2 Rode paprika's
- 1 Pakje (vega) gehakt
- 1 Knoflook
- 1/2 TL. geroosterde paprikapoeder
- 1 TL. chilipoeder
- 1 TL. komijn
- 1 TL. koriander
- 1 TL. komijn
- 2 Tomaten
- Gewaspte kaas
- Zure room
- Guacamole



- 1 Snijd de aardappels en snij ze in blokjes.
- 2 Snij de paprika in reepjes.
- 3 Bed de knoflook en bak bij.
- 4 Bak de aardappels en de paprika tot ze gaar zijn.
- 5 Bak de knoflook en de kruiden even mee.
- 6 Doe het gehakt, de bonen en de maïs er bij en warm het even mee.
- 7 Toullila's vullen !!!!!!!



Finshi!

Tomaten saus met ricotta en pasta

Wat heb je nodig voor Tomaten Saus?

- Een blik tomatensaus
- Een pan
- Zout/peper
- ricotta
- olijfolie
- Houten lepel

- 1 Doe de pan boven het vuur (minstens 6 of 7 graden hoog)
- 2 Doe een beetje olijfolie in de pan
- 3 Maak het blik open en stop het erin
- 4 Doe er een beetje zout en peper in
- 5 Stop er één eetlepel ricotta in
- 6 Roeren maar!
- 7 Check of er meer zout of peper in moet

je tomatensaus is af

Pasta

Wat heb je nodig voor pasta?

- 1 Zet de pan boven het vuur
- 2 Vul de pan kokend water
- 3 Doe de pasta in het kokende water
- 4 Strooi voorzichtig zout in de pan
- 5 Laat de pasta 10 of 15 minuten in de pan
- 6 Doe de pasta in de "pastagieten"
- 7 Doe de tomatensaus op de pasta en.....

- Een pak pasta
- Grove zeezout
- Pan
- kokend water

Buon
appetito!

eind resultaat!



eh...
hallo

Selin

pannenkoeken

voor ± 10 stuks:

500 gram pannenkoekenmix met spelt

1 liter melk

2 eieren

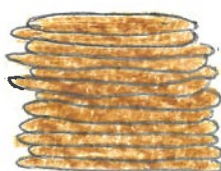
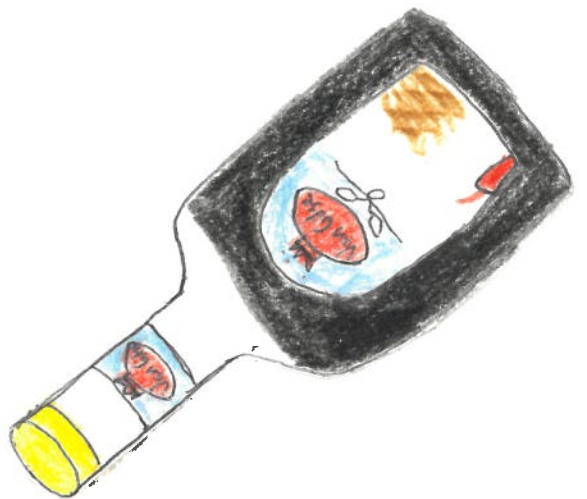
snufje zout

alles door elkaar mixen

klontje boter in de pan

hiefkwart volpepel beslag per pannenkoek

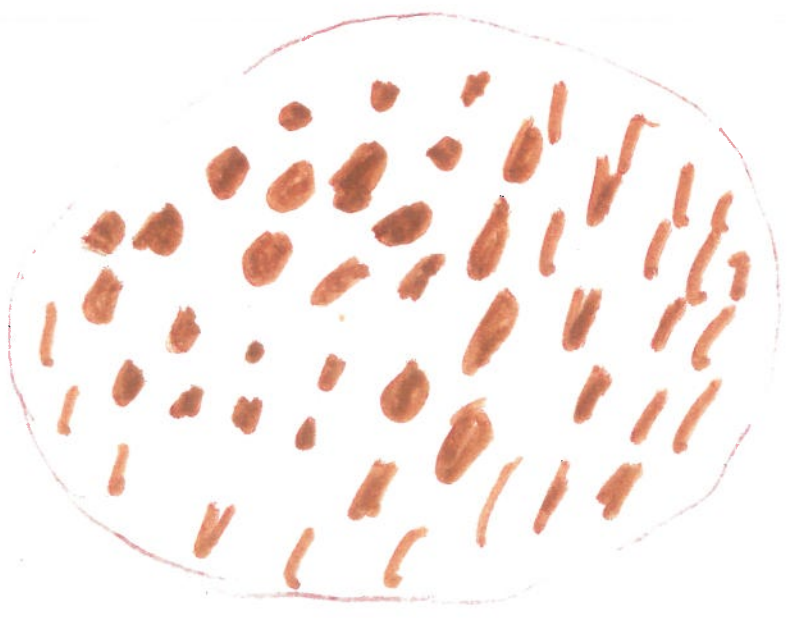
topping: stroop en/of poedersuiker



1 pan met koeken
 eieren
 250g bloem
 500ml melk
 een snufje

mix alles in een kom
 en giet het beslag in een pan
 en bak beide kanten

om te maken een pannenkoek



Maccheroni d'Opa van Kees
Kees Niemantsverdriet

Ingrediënten voor 4 personen:

- 300 gram (vegetarisch) gehakt
- 1 grote ui
- 2 tenen knoflook
- 3 takjes verse tijm,
- handje verse oregano
- klein blikje tomatenpuree
- pakje tomatenblokjes (biologisch)
- bouillonpoeder
- 500 gram (fijn) gesneden soepgroente
- 250 gram (volkoren) macaroni
- geraspte (pittige) kaas
- zout en peper
- olijfolie om in te bakken



Benodigdheden:

- Pan om macaroni in te koken
- Braadpan met deksel

Bereiding:

- snijd de ui en knoflook fijn en bak ze 3 minuten in olijfolie op matig 'vuur' in een braadpan
- voeg vervolgens het gehakt toe en bak nog eens 3 minuten
- voeg de gesneden soepgroente toe met een kleine scheut water, roer goed door elkaar en laat het 3 minuten stoven met deksel op de braadpan.
- strooi er wat bouillonpoeder naar smaak over en voeg nog een beetje water toe.
- voeg nu de tomatenpuree en de tomatenblokjes toe met de tijm en oregano.
- laat alles nu 10 minuten op lage temperatuur zacht stoven.
- kook ondertussen de macaroni volgens voorschrift op de verpakking.
- Blijf telkens even proeven of de saus op smaak is

Als alles op smaak is en de macaroni *al dente* gaar is, doe je de macaroni bij het groentemengsel en roer je alles goed door elkaar. Laat op lage temperatuur de smaken goed in de macaroni trekken en voeg wat gemalen zwarte peper naar smaak toe.

Bij het op bord serveren kun je wat geraspte (oude) kaas over de macaroni strooien.

Eet smakelijk!

① Selimi Dolar, groep G.
manti: een Turks gerecht met deeg gevuld met gehakt, geserveerd met knoflookyoghurt en botersaus.

- De ingrediënten voor het deeg:

- 3 glazen bloem
- 1 theelepel zout
- 1 glas water
- 1 ei

- De ingrediënten voor de gehaktvulling:

- 1 fijn gesneden ui
- 300 gram gehakt
- zout en peper
- 1 eetlepel tomatepuree

- De ingrediënten voor de knoflookyoghurt

- yoghurt
- 2 teentjes knoflook
- zout

- De ingrediënten voor botersaus

- 200 gram boter
- 1 eetlepel tomatenpuree

- Hoe maak je Manti:

- Mix de ingrediënten van het deeg, knijd 5 minuten lang, tot dat het een goed deeg wordt dek dat af en zet het opzij.

- meng alle ingrediënten voor de vulling door elkaar, zet dat opzij

2

- rol het deeg met een deegroller heel dun uit.
snijd het uitgerolde deeg in de vorm van kleine vierkantjes.
Doe op elk vierkantje een beetje gehaktvulling op en vouw het deeg dicht.

- kook in een pan water met een beetje zout, kook de deegbolletjes ongeveer 10 minuten.

- pers in een pannetje yoghurt, 2 teentjes knoblook uit;

- in een pannetje smelt 200 gram boter doe daar 1 eetlepel tomatenpuree in, 1 minuut op het vuur roeren.

- Om te serveren:

• doe een beetje van de deegbolletjes in een bord, doe de knoblook yoghurt erop, doe daarop botersau

eet smakelijk





Courgettekaart Van Carolien Geerke

Ingrediënten

350g courgette in plakjes

6 Blaadjes basilicum of 1 theelepel gedroogd

3 eieren

1/2 dl slagroom

geraspte citroenschil van 1 citroen

verse peper en zout

Deeg:

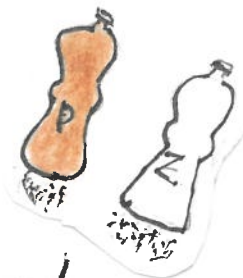
125g boter in stukjes

175g bloem

Zout

125g cheddar (geraspt)

1 losgeklopte eierdooier



Vulling: alles mengen vanaf basilicum

Deeg: eerst bloemzout en botermengen

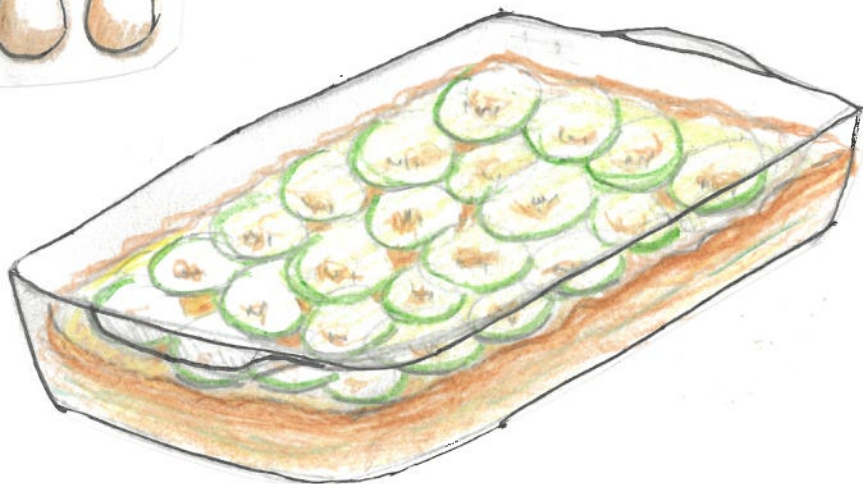
Dan cheddar erbij. Op het laatst de eierdooier.

Bekleed de vorm met het deeg. Zet het een half uur in de ijskast

dan 15 minuten het deeg alleen in de oven en nog 20 minuten met de vulling ^{200°C} en de courgette in de oven laat 15 min uitdampen.



dit maken we vaak met familie Feetjes!





BANANEN ROOM



genoeg voor 4 personen:

- 2 rijpe bananen plus een extra om te decoreren (als je wilt)
- $\frac{1}{2}$ citroen
- 4 eetlepels mascarpone
- 8 eetlepels Yoghurt
- 4 theelepels honing
- snufje Kaneel

- 1 Pel de 2 bananen en doe ze in een kom Prak ze glad met een vork pers de citroen uit boven de bananen en meng het sap er door.



- 2 Voeg de mascarpone en Yoghurt toe meng door elkaar en voer de honing er door.

- 3 schep in kleine schaaltjes je kunt er een paar plakjes banaan opleggen ter decoratie. en doe er een snufje Kaneel op
... eet smakelijk



Rare

recept voor wraps met kip

ingrediënten:

vier wraps

4 eetlepels roomkaas

20 stukken kipfilet (gerookt)

Halve kop ijsberg sla

20 stengels bieslook



bereiding:

Meng de roomkaas met de bieslook in een kom

verwarm de wraps in een koekenpan 30 seconden (per wrap)

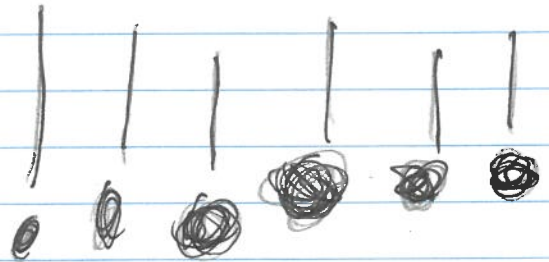
smeer de roomkaas op de wraps

legde plakjes kip erop

snij de sla fijn en verdeel over de wraps

rolw de wraps dubel en snij ze in kleine stukjes

leet smakelijk



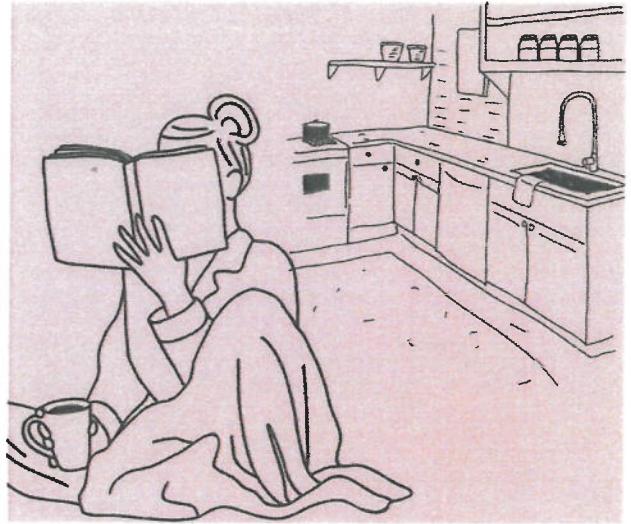
Recept Janna

Dit eten we bij mij thuis best vaak. En het is makkelijk: Terwijl de oven het werk doet, kan ik lekker een boek lezen!

Geroosterde bloemkool met kikkererwten

Nodig:

- 2 bloemkolen
- 400 g kikkererwten in blik (of 800 gr, -> een groot blik, kan ook)
- 3 el olijfolie
- 3 tl gemalen komijnzaad / komijnpeder
- 2 el vloeibare honing
- 1 el gerookte paprikapoeder
- ½ citroen
- 3 el tahin (sesamzaadpasta)
- 200 g Griekse yoghurt
- handje verse munt
- handje verse koriander
- 1 el extra vierge olijfolie
- handje pompoenpitten



Zo maak je het:

1. Verwarm de oven voor op 200 °C.
2. Snijd de bloemkolen in plakken van 2 cm. Spoel de kikkererwten af met koud water en laat ze uitlekken. Leg de bloemkool plakken, alle eventuele afsnijdsels en de kikkererwten op twee bakplaten. Druppel er de olijfolie over en verdeel het komijnzaad, de honing en het paprikapoeder erover. Schep de bloemkoolplakken voorzichtig om zodat ze rondom bedekt zijn en bestrooi royaal met peper en zout. Zet 40-45 min. in de oven keer de bloemkoolplakken halverwege tot ze gaar en goudbruin zijn.
3. Pers intussen de citroen uit. Meng de tahin met de yoghurt en het citroensap en verdun het mengsel zo nodig met een beetje koud water. Controleer de smaak en voeg als je wilt nog wat citroensap toe. Strooi er wat gerookte paprikapoeder erover.
4. Rooster de pompoenpitten in een droge koekenpan. Bestrijk de borden met de tahinyoghurt. Strooi er wat gerookte paprikapoeder erover. Haal de blaadjes van de takjes munt en koriander en hak de blaadjes grof.
5. Verdeel de bloemkoolplakken en de kikkererwten over de borden met de tahinyoghurt. Bestrooi met de pompoenpitten en kruiden. Druppel er tot slot een beetje extra vergine olijfolie over.

Tip: Als je de yoghurt vervangt door bv romige hummus of kokosyoghurt combineer je geen zuivel met groente, wat nog gezonder is. Ook is het dan een vegan-recept.

PAID | H A I

Mededien ten voor 4 personen

400g Pak Mail (Rijst) medels,

6el olie

4el doedelsteen tof u

8el gemiddelde shallot

4el gemiddelde knoflook

4R gedroogde gemiddelde

4 eieren

2 Ropie Aange

1 thek medels

Voor op tafel

chilipeeders

limoen

mayon

suiker

Seasoning voor

4el doedel vinger

- 1 doe alle seasoning saas ingrediënten in een pan, breng aan de kook en kook 5 minuten in
- 2 Bereid de medels conform de verpakking, spoel af met koud water en zet apart
- 3 Doe de olie in een wok en "frituur" de tof u en gemiddetes tot crispy
- 4 Voeg de sjalot en knoflook toe en ~~wok~~ tot je het ruikt
- 5 Voeg de medels en de seasoning saas toe en wok tot alles mengt
6. Breek de rauwe eieren in de pan en roer erdoor heen tot ze stollen
7. Voeg groente toe en mix alles door elkaar
8. Schep op de borden
- 9 Laat een ieder het zelf naar smaak ~~op~~ aan tafel afnemen met chili poeders (limoen vindas, suiker en