

Ontwerp omslag en binnenwerk: Bureau Grotesk
Fotografie: Laurien Riha
Foodstyling: Eva Riha
Opmaak: Pinta Grafische Producties

ISBN 978 90 00 40094 2
NUR 440

© 2025 Soraya Riem
© 2025 Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv, Amsterdam
Eerste druk, 2025

Spectrum maakt deel uit van Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv,
Postbus 23202
1100 DS Amsterdam

www.spectrumboeken.nl
 Spectrum Life
 spectrumboeken

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.
All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

INLEIDING	7
KANTOORBROODJES	8
– BVO'TJES	12
– SCOREN IN DE SUPERMARKT	24
– CREATIEF MET DE CONTACTGRILL	36
BUITENLANDSE BROODJES	48
– NOORD-AMERIKA	52
– AZIË	64
– EUROPA	76
– ZUID-AMERIKA	88
WORSTKAASSCENARIO	100
– GRILLWORST M'N LIEFDE	102
– IK WIL KAAS	112
BLADERDEEG	124
DIKKE VETTE BROODJES	136
ZOETE BROODJES	158
SAUS!	170
DANKWOORD	176
REGISTER	178



INLEIDING

HALLO EN WELKOM BIJ *BROODJES BOUWEN*! Daar is-ie dan eindelijk, HET broodjesboek. Ik weet dat velen van jullie hier lang op gewacht hebben. Die tijd was dan ook nodig om deze knaller van een boek te fabriceren. Ik ben echt heel erg trots op het eindresultaat.

Het selecteren van de broodjes voor dit boek was trouwens nog een klus op zich. Ik wilde jullie natuurlijk alleen de aller-allerbeste broodjes voorschotelen. Maar als het had gekund waren het er nog veel meer geworden.

Dit boek is heel erg MIJ in alle opzichten. We gaan bouwen, gooien, rapsen, roeren en schransen. Precies zoals jullie dat van mij kennen. Ik hoop dat jullie met het maken van de recepten net zoveel lol gaan hebben als ik heb gehad.

Ik heb geprobeerd in elk hoofdstuk zo veel mogelijk variatie aan te brengen zodat er voor iedereen wat tussen zit. Zo bestaat het hoofdstuk 'Kantoorbroodjes' uit verschillende delen zodat je met alle mogelijke tools op kantoor (of het ontbreken daarvan) uit de voeten kunt. Geen contact-grill op het werk? Ga dan naar het deel 'Scoren in de supermarkt' om een broodje te vinden dat je kunt maken met alleen een mes en een beetje tijd.

Dan vliegen we de hele wereld over in het hoofdstuk 'Buitenlandse broodjes'. In 'Worstkaasscenario' zijn we creatief met (zelfgemaakte!) grillworst en vind je ook de afdeling 'Ik wil kaas'. Er is een hoofdstuk gewijd aan bladerdeegbroodjes en een hoofdstuk met de dikste, vetste, vieste broodjes die je ook gewoon als avondeten kunt eten. We sluiten af met de toetjes onder de broodjes: 'Zoete broodjes'. Als extraatje maken we nog wat sauzen zelf, te gebruiken in veel van de recepten uit dit boek en gewoon ook lekker om op voorraad te hebben.

Goed, broodjesbouwers, geniet ervan. Opdat we nooit meer saaie boterhammen met kaas eten.

Veel liefs, Soraya

KANTOOR- BROODJES

Mijn kantoorbaan is de plek waar dit boek is begonnen, hier begon ik echt met lunchen zoals ik dat zelf graag wilde: minimaal vier soorten beleg op mijn broodjes. Waar ik vroeger op school mijn boterham tijdens de lunch beschouwde als noodzaak, zie ik het nu als een feestje. Het leven is te kort om saaie boterhammen te eten, dus verwen jezelf en maak er wat moois van. Ik heb jullie gevraagd hoe jullie het boek het liefst opgedeeld zouden zien. Jullie hebben allemaal verschillende tools om mee te werken en allemaal ook andere behoeften. Daarom heb ik dit hoofdstuk opgedeeld in drieën zodat iedereen met een kantoorbaan hier inspiratie uit op kan doen, wat de omstandigheden ook zijn. In dit hoofdstuk is elk recept voor één broodje, want ik weet niet precies hoeveel broodjes iedereen luncht. Maar zo kan iedereen makkelijk vermenigvuldigen!



BEREIDINGSTIJD: 15 MINUTEN

VOOR 1 BROODJE

BROODJE SURIMI-KRABSALADE

Surimikrab is natuurlijk geen echte krab, maar het is wel echt een van mijn guilty pleasures. Je zou natuurlijk ook gewoon een bakje krabsalade kunnen kopen, maar je kunt het ook heel gemakkelijk zelf maken. Deze keer met een Japansachtige twist.

INGREDIËNTEN

3 surimisticks
1 bosui
5 cm komkommer
2 el Kewpie-mayonaise
1 tl wasabi
2 el limoensap
1 el sesamzaad
zout en peper
handje zeekraal
1 broodje naar keuze

BEREIDING

Trek de surimisticks uit elkaar en leg in een bakje. Snijd de bosui in dunne ringetjes en de komkommer in blokjes, doe bij de surimi. Voeg de mayonaise, wasabi, het limoensap en sesamzaad toe. Breng op smaak met zout en peper en roer goed door elkaar. Doe de krabsalade in een bakje en neem de zeekraal en het broodje los van elkaar mee naar werk.

Als het tijd is om te lunchen maak je het broodje af door je broodje open te snijden, de krabsalade op het broodje te smeren en af te toppen met de zeekraal. Broodje dicht en lunchen maar.



BEREIDINGSTIJD: 10 MINUTEN

VOOR 1 BROODJE

BROODJE COPPA ZUCCHINI

Naast tosti's maken kun je natuurlijk ook gewoon groenten grillen in de contactgrill. Mijn collega's hebben zich hier regelmatig over verbaasd. Daarom hoop ik dat dit recept een inspiratie is om meer met je contactgrill te doen. Dit waanzinnig lekkere broodje met Coppa di Parma en courgette is onweerstaanbaar.

INGREDIËNTEN

¼ courgette
zout en peper
2 el pesto
4 plakjes Coppa di Parma
½ bol burrata
handje rucola
1 broodje naar keuze

BEREIDING

Snijd de courgette in dunne plakjes en bestrooi met zout en peper. Gril de plakjes courgette tussen een bakpapiertje in de contactgrill tot ze mooi gaar en bruin zijn.

Snijd je broodje open en bestrijk beide kanten met de pesto. Verdeel de plakjes Coppa di Parma over het broodje en leg de plakken geroosterde courgette erop. Maak af met de burrata en rucola. Broodje dicht en klaar!



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN
Extra benodigheden: koekenpan

VOOR 1 BROODJE

SLOPPY JOE

Sloppy Joe is nog zo'n typisch Amerikaanse klassieker. Sauzig gehakt op een hamburgerachtig broodje, wat wil je nou eigenlijk nog meer? Het is makkelijk, maar ook supersmaakvol.

INGREDIËNTEN

100 g mager gehakt
½ sjalotje
1 teentje knoflook
100 g tomatenblokjes
½ tl mosterd
1 tl worcestershiresaus
1 tl suiker
zout en peper
1 hamburgerbroodje
naar keuze

BEREIDING

Doe het gehakt in een koekenpan en bak rul en mooi bruin. Let op: hier heb je wel geduld voor nodig. Eerst komt er vocht vrij uit het gehakt, dat moet helemaal verdampen. Dan pas komt er een mooi bruin korstje op het gehakt.

Snipper ondertussen de sjalot en knoflook fijn. Bak als het gehakt mooi rul en bruin is eerst de sjalot mee tot deze zacht is. Voeg dan de knoflook toe en bak nog een minuut of 2 mee. Gooi de tomatenblokjes erbij samen met de mosterd, worcestershiresaus, suiker en wat zout en peper. Laat nog even pruttelen tot de saus mooi is ingedikt.

Snijd het hamburgerbroodje doormidden en rooster goudbruin. Doe het gehaktmengsel erop en je Sloppy Joe is klaar.

BROODJE
GRILL SPECIAAL

BROODJE
GRILL BARBECUE

BROODJE
GRILL CHIPOTLE

BROODJE GRILL
HONINGMOSTERD-
SAUS



BEREIDINGSTIJD: 5 MINUTEN

VOOR 1 BROODJE

BROODJE GRILL HONING-MOSTERDSAUS

INGREDIËNTEN

Voor de saus:

1 el mayonaise
1 tl mosterd naar keuze
1 tl honing

Verder:

grillworst (zoveel als
je hartje begeert)
handje ijsbergsla
3 plakken augurk
1 broodje naar keuze

BEREIDING

Maak eerst de saus door de mayo, mosterd en honing door elkaar te roeren. Snijd de grillworst in plakken. Snijd je broodje open en begin met beleggen. Grillworst, sausje, sla en augurk. Broodje dicht en gaan met die banaan.

BEREIDINGSTIJD: 5 MINUTEN

VOOR 1 BROODJE

BROODJE GRILL CHIPOTLE

INGREDIËNTEN

½ avocado
1 tomaat
grillworst cheddar (zoveel
als je hartje begeert)
1 el chipotlemayonaise
handje ijsbergsla
1 broodje naar keuze

BEREIDING

Snijd de avocado, tomaat en grillworst in plakken. Snijd je broodje open en beleg: avocado, grillworst, chipotlemayonaise, sla, tomaat, broodje dicht.



BEREIDINGSTIJD: 30 MINUTEN

Extra benodigdheden: pannetje, garde, huishoudfolie, spuitzak (optioneel)

VOOR 1 BROODJE

PUDDINGBROODJE

Dit broodje is voor mij puur jeugdsentiment. Mijn vader was bijna nooit thuis met de lunch, maar als hij er wel een keer was haalde hij voor mij altijd een puddingbroodje. Dat voelde dan als een enooorme traktatie.

INGREDIËNTEN

1 eidooier
15 g suiker
1 zakje vanillesuiker
5 g maïzena
100 ml melk
handje aardbeien
snufje poedersuiker
1 wit puntje

BEREIDING

Meng de eidooier, suiker, vanillesuiker en maïzena tot een mooi glad mengseltje. Doe de melk in een pannetje en breng aan de kook. Als de melk kookt mag het beetje bij beetje bij het eimengsel. Roer goed door zodat je geen klontjes hebt. Schenk het mengsel weer terug in het pannetje. Zet het pannetje op laag vuur en blijf constant goed roeren tot je een mooi dik vla-achtig mengsel hebt. Doe het mengsel in een bakje, leg er een stukje huishoudfolie bovenop en laat helemaal afkoelen.

Maak ondertussen de aardbeien schoon en snijd in plakjes. Snijd de puntjes in net als een hotdogbroodje en doe de banketbakkersroom erin. In principe gaat dit het makkelijkst met een spuitzak. Maak af met aardbeien en wat poedersuiker en je snelle zoete traktatie is klaar.



BARBECUESAUS

Extra benodigdheden: pan

INGREDIËNTEN

100 g bruine basterdsuiker
200 g tomato frito
2 el honing
1 el chipotlepeper uit een potje
sap van ½ limoen
1 tl gerookte-paprikapoeder
1 tl dijonmosterd
1 tl zout
1 tl maïzena

BEREIDING

Doe alle ingrediënten behalve de maïzena in een pan en zet op het vuur. Roer goed door tot de suiker helemaal is opgelost. Kijk dan of de saus de gewenste dikte heeft. Te dun? Voeg dan wat maïzena toe en kook in tot de saus dikker is. Te dik? Voeg een scheutje water toe.

CHILISAUS

Extra benodigdheden: steelpannetje, glazen pot (optioneel)

INGREDIËNTEN

3 rode chilipepers
1 el zonnebloemolie
3 tenen knoflook
1 el vissaus
2 el gembersiroop
1 tl zout
90 g suiker
150 ml water
3 el azijn
2 el maïzena
2 el water

BEREIDING

Snijd de pepers fijn en doe in een steelpannetje met de zonnebloemolie. Zet op het vuur en laat 5 minuten zachtjes bakken. Pers de tenen knoflook boven de pan en bak nog 1 minuutje mee. Doe dan de vissaus, gembersiroop, zout, suiker, het water en de azijn in de pan. Roer goed door elkaar en laat 10 minuten rustig pruttelen. Roer in een bakje de maïzena en water door elkaar. Doe dit papje bij de chilisaus, roer door en laat nog 5 minuten inkoken. Doe de saus in een glazen pot en laat afkoelen. Dan kun je het zeker 3 weken in de koelkast bewaren.