

inhoud

inleiding	6
ontbijt & brunch	14
voorgerechten	62
soepen	122
desserts	176
feestelijke hapjes	230
register	284



quinoa met fruit, noten & honing

voor variaties zie blz. 46

De kardemom waarmee de quinoa in dit recept op smaak wordt gebracht, geeft dit eenvoudige ontbijt een exotisch tintje.

125 g quinoa
4 kardemompeulen
2,5 dl amandelmelk

1 rijpe perzik, ontpit en in
blokjes
24 blauwe bessen

8 amandelen, grof gehakt
4 tl honing of ahornsiroop

Doe de quinoa en kardemompeulen in een pan met 2,5 dl water en 1 dl amandelmelk. Breng aan de kook, laat 15 minuten zachtjes koken en roer af en toe. Schenk de resterende amandelmelk erbij en kook nog 5 minuten, tot de pap romig is. Verwijder de kardemompeulen.

Verdeel de gekookte quinoa over vier glazen en verdeel de perzik, blauwe bessen en amandelen erover. Besprenkel met de honing of ahornsiroop en serveer.



Voor 4 personen

GV V Gebruik
ahornsiroop.

chiapudding met bosvruchten

voor variaties zie blz. 54

Deze eenvoudige pudding hoeft niet te worden gekookt, maar chiazaad moet een nacht in de koelkast wellen, dus plan goed als u dit gerecht wilt maken.

4 el chiazaad
2,5 dl havermelk
2 tl ahornsiroop, plus extra voor het serveren

8 aardbeien, in plakjes
16-20 blauwe bessen

Doe het chiazaad, de melk en de ahornsiroop in een kan of kom en roer alles goed door elkaar. Dek af en zet een nacht of minstens 8 uur in de koelkast.

Leg een laag aardbeien op de bodem van vier glazen en zet een paar plakjes rechtop tegen de wand van de glazen – gebruik ongeveer twee derde van het fruit.

Roer de chiapudding door en verdeel deze over de glazen, boven op het fruit. Vul de glazen bijna tot bovenaan, maar zorg dat de aardbeien hier en daar zichtbaar zijn door het glas. Verdeel de resterende aardbeien en de blauwe bessen erover en serveer meteen.

Voor 4 personen GV Gebruik glutenvrije
havermelk. V Veg



zongedroogde tomaten met geitenkaas & rucola

voor variaties zie blz. 105

Door de aardse smaak van zongedroogde tomaten smaken ze perfect bij geitenkaas.

6 el zachte geitenkaas

2 el roomkaas

1-2 volle el versgeraspte Parmezaanse kaas

100 g zongedroogde tomaten in olie, uitgelekt
en gehakt, de olie opgevangen

2 kleine handenvol rucolablaadjes

1 ½ el geroosterde pijnboompitten
zeezout en zwarte peper

Roer de geitenkaas, roomkaas en Parmezaanse kaas door elkaar en breng het mengsel op smaak met zout en peper. Schep in een spuitzak en leg minstens 30 minuten in de koelkast.

Spuut een laag geitenkaasmengsel op de bodem van vier glazen, verdeel daar een laagje gehakte zongedroogde tomaten over en herhaal.

Leg een paar blaadjes rucola in elk glas, besprenkel met de opgevangen olie, bestrooi met de pijnboompitten en serveer.



Voor 4 personen

GV V Gebruik vegetarische kaas

Veg Gebruik zuivelvrije kaas.

koffiegranita met slagroom

voor variaties zie blz. 223

Dit is de originele koffiegranita, gemaakt met espresso en geserveerd met geklopte slagroom.

150 g fijne kristalsuiker
3 dl hete espresso

8 el slagroom, stijf geklopt met 1 el fijne
kristalsuiker, voor het serveren
8 koffiebonen, voor het garneren

Voeg de suiker toe aan de hete espresso en roer tot de suiker is opgelost. Voeg 3 dl koud water toe en meng goed. Schenk in een kan en zet minstens 2 uur in de koelkast.

Schenk het koffiemengsel in een ijsmachine en draai 20-30 minuten, of tot de granita stevig en licht korrelig is.

Verdeel over de glazen, schep de slagroom erop, garneer met de koffiebonen en serveer meteen.

Voor 4 personen

GV V Veg Gebruik
zuivelvrije slagroom.



verse kiwi met geroosterde ananas

voor variaties zie blz. 228

Dit lichte fruitdessert werkt uitstekend als smaakneutralisator.

1 verse ananas, geschild, harde kern verwijderd en in 8-12 plakken

4-6 groene kiwi's, geschild en in blokjes

4 takjes verse munt, voor het garneren



Verhit een grill- of koekenpan met dikke bodem en schroei hierin de plakken ananas ongeveer 3 minuten per kant, of tot het fruit net lichtbruin is.

Leg een plak ananas op de bodem van vier glazen en snijd hem zo nodig bij (hak de afsnijdsels fijn en voeg toe aan de kiwi).

Bedek met een laag kiwi en herhaal tot alle fruit op is.

Garneer met de takjes munt en serveer.

Voor 4 personen

GV V Veg

cottage pies met kaas

voor variaties zie blz. 278

Cottage pie is een echte publieksfavoriet; deze in een glas geserveerde versie ziet er feestelijk uit.

1 grote wortel, fijngehakt
1 grote stengel bleekselderij,
gehakt
1 ui, gehakt
2 el plantaardige of olijfolie
500 g rundergehakt

1 grote el tomatenpuree
aangelengd met 2,5 dl heet
water
250 g aardappelpuree
2 el geraspte cheddar of belegen
Goudse kaas

1 el boter, in 4 kleine klontjes
zeezout en zwarte peper
gehakte verse peterselie, voor
het garneren

Verwarm de oven voor op 180 °C. Bak de wortel, bleekselderij en ui in de olie op laag vuur in ongeveer 10 minuten zacht; roer regelmatig. Schenk er een beetje water bij als het mengsel te droog wordt. Voeg het rundergehakt toe en bak het bruin en rul, maar pas op dat het mengsel niet aanbakt of aanbrandt. Voeg de aangelengde tomatenpuree toe en roer goed. Breng op smaak met zout en peper, dek de pan af en laat op laag vuur ongeveer 35 minuten sudderen; voeg zo nodig extra water toe en roer regelmatig. Haal van het vuur en verdeel het gehaktmengsel over vier ovenvaste glazen.

Verdeel het gehaktmengsel over vier ovenvaste glazen. Bedek met een laag aardappelpuree, bestrooi met de geraspte kaas, leg er een klontje boter op en bestrooi met zout en peper. Bak ongeveer 30 minuten, of tot de bovenkant goudbruin en krokant is. Laat voor het serveren 5 minuten staan en garneer met de gehakte peterselie.

Voor 4 personen

GV

