



7 VOORWOORD
8 HOE GEBRUIK JE DIT BOEK?
12 BENODIGDHEDEN EN KEUKENGEREI

20 OVENSCHOTEL EN FEEST
22 OVENSCHOTEL EN KAAS
26 TIPS



29 BASISRECEPTEN



49 AARDAPPEL



177 PASTA



275 RIJST



309 DEEG



351 KOOLHYDRAAT-
ARM



409 OVERIG



449 ZOET

481 DANKWOORD
482 RECEPTENINDEX
486 REGISTER



VOORWOORD

Ovenschotels geven mij een magisch gevoel: je schuift een schaal met tot voor kort losse ingrediënten in de oven om een poos later een samenhangende maaltijd op tafel te zetten. Betoverend lekker ook nog!

Intussen ruim je de keuken op, doet een huishoudelijke klus of helpt de kinderen bij het huiswerk. Behalve het gemak, wordt ook iedereen blij van een dampende ovenschaal op tafel.

Ovenschotels zijn er niet alleen voor de doordeweekse maaltijd, ze passen zich moeiteloos aan voor een feestelijk etentje. Serveer een ovenschotel met luxere ingrediënten in je mooiste ovenschaal of maak eenpersoonsovenschaaltjes die je op een mooi onderbord op tafel zet. Eet niet iedereen tegelijk door school, werk of sport? Ook dan zijn eenpersoonsovenschotels ideaal. De meeste ovenschotels kun je bovendien prima voorbereiden en gekoeld bewaren tot ze in de oven mogen. Eenmaal in de oven heb je er nauwelijks omkijken naar.

Deze bijbel bevat bijna 300 recepten. Van ovenschotels met aardappelen en pasta tot rijst- en deeggerechten. Met vlees, met vis of vegetarisch. Rijk en romig, of koolhydraatarm. Veel keukens lenen zich voor een ovenschotel: de Hollandse, Italiaanse en Franse uiteraard, maar er staan ook ovengerechten uit de Mexicaanse, Amerikaanse en Aziatische keuken in. Voor toe zijn er zoete ovenschotels met bubbelend fruit en romige broodpuddingen. Lekker met een bol smeltend roomijs of mooie toef slagroom.

Naast volledige maaltijden bevat deze bijbel ook ovenschotels waar het heerlijk is om aardappelen, pasta, rijst of een salade apart erbij te serveren. Of die juist de perfecte bijgerechten zijn bij je vlees, vis of groenten uit de pan of van de grill.

Ik hoop je met deze recepten en alle tips vooral te inspireren, want met ovenschotels kun je echt onbeperkt variëren!

Liefs,
Janneke Philippi

HOE GEBRUIK JE DIT BOEK?

Met deze *Ovenschotelbijbel* hoop ik je veel nieuwe favoriete ovenschotels te geven, en daarnaast te inspireren tot nog meer eigen ideeën en combinaties. Het is daarbij belangrijk te weten wat er in de oven gebeurt. De ene oven is de andere niet, maar ook jouw ovenschaal kan een ander resultaat geven dan de mijne. Dit en meer vind je in dit hoofdstuk. Aansluitend vind je een aantal basisrecepten die in het boek vaker terugkomen en handig zijn om apart bij de hand te hebben.

Daarna volgen de ovenschotels. Ovenschotels met aardappelen, pasta en rijst. Gevolgd door deeggerechten uit de oven, koolhydraatarme ovenschotels en allerhande ovenschotels waar het lekker is om aardappelen, pasta of rijst bij te serveren of die juist een heerlijk bijgerecht vormen. Tot slot zijn er zoete ovenschotels: krokante crumbles en luchtige cobblers met bubbelend fruit, romige broodpuddingen en grote schalen crème brûlée.

Ovensoort, -temperatuur en -tijd

Elke oven werkt anders. Niemand kent jouw oven zo goed als jijzelf. De genoemde oventemperaturen en -tijden dienen als indicatie voor gas- en/of elektrische ovens. In een heteluchtoven circuleert de lucht en is de warmte nagenoeg overal gelijk. Verlaag de oventemperatuur van een heteluchtoven daarom altijd met 10-15 procent.

Over het algemeen geldt: hoe hoger de oventemperatuur, hoe sneller het gerecht kleurt. Een oventemperatuur van 220 °C en hoger gebruik ik wanneer een gerecht nagenoeg gaar is en nog wat kleur kan gebruiken. De oventemperaturen 180 °C en 200 °C zijn de meest gangbare ovenwarmtes wanneer gerechten nog moeten garen én kleuren. Houd voor diepere ovenschalen liever een lagere temperatuur aan, zodat ook de binnenkant de tijd heeft om gaar te worden. Een lagere oventemperatuur zorgt voor een langzamere garing en minder snelle kleuring.

Controleer de ovenschotel af en toe en haal het gerecht gerust eerder uit de oven, of juist wat later als het nog niet gaar of mooi gekleurd is. Mocht het gerecht te snel donker kleuren terwijl het nog onvoldoende gaar is, dek het

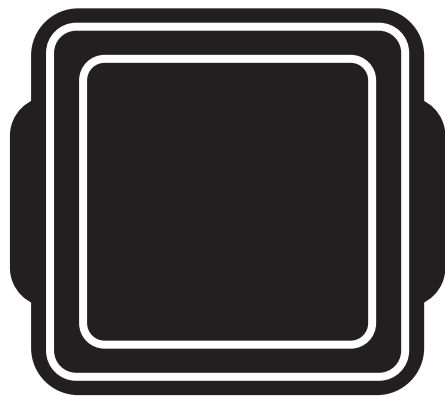


BENODIGDHEDEN EN KEUKENGEREI



Ovenschalen

Onmisbaar voor elk recept in dit boek is een ovenschaal. Het formaat dat ik gebruikte voor de ontwikkeling van het recept staat er altijd bij vermeld. Mocht je de betreffende ovenschaal niet hebben, gebruik dan gerust een ander formaat. Over het algemeen geldt: hoe dieper de ovenschaal, hoe langer de oventijd. Verlaag eventueel de oventemperatuur met 20 °C, zodat de ovenschotel niet te donker kleurt.



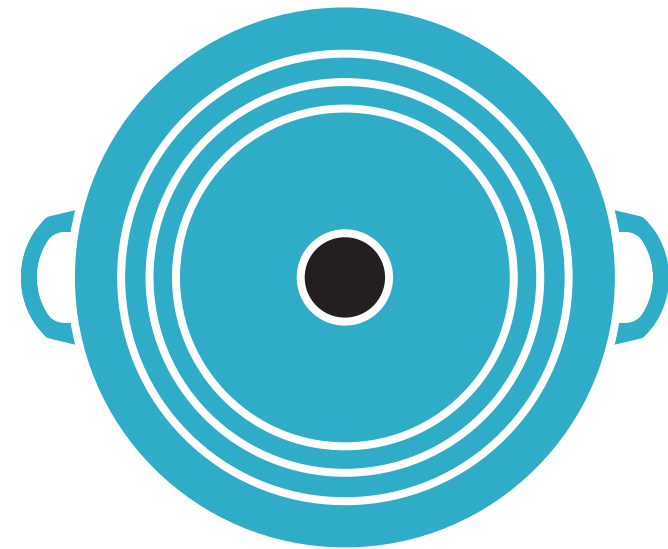
Eenpersoonsovenschalen

Af en toe zijn ook eenpersoonsovenschalen vermeld in het boek. Ze zijn ideaal op drukke dagen wanneer door school, sport en werk niet iedereen tegelijk aan tafel gaat. Van bijna alle ovenschotels in dit boek kun je eenpersoonsversies maken. Dat is niet alleen handig, maar heeft ook meteen iets feestelijks. Perfect voor een etentje met vrienden.



Bakspray

Voor het invetten van de ovenschalen gebruik ik graag bakspray. Bakspray voorziet de hele vorm van een soort olielaagje. Ook hoekjes vet je zo makkelijk en goed in! Invetten met olie of boter kan natuurlijk ook. Ik bewaar altijd de lege wikkel van een pakje boter. Daar kleeft meestal nog genoeg boter aan om een ovenschaal goed mee in te vetten.



Hittebestendige pan

In plaats van een ovenschaal is een ovenbestendige pan ook heel geschikt. Zeker wanneer de ovenschotel eerst een bereiding op het vuur vraagt.

ZUURKOOLSCHOTEL MET SALAMI, TIJM EN ROOKWORST

Dit zuurkoolrecept stamt uit mijn studententijd. Zuurkool, salami, aardappelen en een zakje geraspte kaas waren prima ingrediënten voor een mager studentenbudget.

- 1** Schil de aardappelen en snijd ze in stukken. Kook de aardappelen in water met zout in 20 minuten gaar.
- 2** Snipper de uien. Snijd de salami in blokjes. Ris de blaadjes van de takjes tijm. Smelt in een koekenpan 10 gram boter. Bak de ui met de salami 4 minuten.
- 3** Schep de zuurkool erdoor. Voeg het blaadjes van de takjes tijm toe en laat de zuurkool afgedekt 10 minuten smoren.
- 4** Verwarm intussen de oven voor tot 200 °C.
- 5** Giet de aardappelen af en vang het kookvocht op. Stamp de aardappelen met 25 gram boter en een flinke scheut kookvocht tot een smeuvige en luchtige puree. Roer de kaas erdoor en breng op smaak met zout en peper.
- 6** Schep de helft van de kaaspuree in de ovenschaal. Verdeel er de zuurkool over. Dek af met de rest van de puree. Strijk glad en trek met een vork eventueel een mooi patroon in de puree. Verdeel de resterende 15 gram boter in kleine vlokjes over de puree.
- 7** Bak de zuurkoolschotel in de oven in ongeveer 30 minuten goudbruin. Wel intussen de rookworst in warm water en serveer bij de zuurkoolschotel.

Vegatip Vervang de salami door vegetarische spekjes en serveer met een vegetarische rookworst.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 40 MINUTEN
OVEN: 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1½ kg kruimige aardappelen
- zout en peper
- 2 uien
- 150 g salami (worst)
- 4-5 takjes tijm
- 50 g roomboter
- 500 g verse zuurkool
- 150 g geraspte kaas, bijv. belegen of emmentaler
- 1 rookworst

BENODIGDHEDEN

- pureestamper
- ovenschaal van 18 x 28 cm



POMPOENSTAMPPOT MET GEHAKTBALLETJES EN AMANDEL UIT DE OVEN

1 Schil de aardappelen en snijd ze in stukken. Boen de pompoen schoon, schillen is niet nodig. Halveer de pompoen, verwijder met een lepel de draden en de pitten. Snijd de pompoen in blokjes van 2 cm.

2 Kook de aardappelen en de pompoenblokjes in water met zout in 20 minuten gaar.

3 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

4 Verwarm de melk met de kruidenboter. Giet de aardappelen met de pompoen af. Stamp ze met de melk tot een smeuijge stamppot. Breng op smaak met zout en peper.

5 Schep de pompoenstamppot in de ovenschaal en strijk glad. Druk de rauwe gehaktballetjes in de stamppot.

6 Bak de stamppotschotel ongeveer 20 minuten in de oven, tot de gehaktballetjes gaar zijn.

7 Verhit intussen in een koekenpan de olijfolie. Bak het amandelschaafsel in 3 minuten goudbruin. Hak intussen de peterselie fijn. Schep de peterselie door het amandelschaafsel en bak nog kort mee.

8 Bestrooi de pompoenschotel uit de oven met het amandel-peterseliemengsel.

Vegatip Neem vegetarische balletjes!

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 40 MINUTEN
OVEN: 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 1 Hokkaido pompoen van ongeveer 1 kg
- zout en peper
- 200 ml melk
- 40 g kruidenboter (zie pag. 30 of koelvers)
- 12 gehaktballetjes
- 1 el olijfolie
- 2 el amandelschaafsel
- 2 takjes krulpeterselie

BENODIGDHEDEN

- pureestamper
- ovenschaal van 18 x 28 cm





LASAGNE MET BOERENKOOL EN GEHAKT

1 Hak de knoflook fijn. Verhit in een koekenpan de olijfolie. Fruit de knoflook 1 minuut. Voeg het gehakt toe en bak het vlees in 4 minuten rul en bruin.

2 Meng de tomatenpuree door het gehakt en bak 1 minuut mee. Schenk de port erbij en roer glad. Voeg de tomatenblokjes en de passata toe. Breng de saus tegen de kook.

3 Draai het vuur laag en laat de saus nog 10 minuten sudderen. Kook intussen de boerenkool 3 minuten in ruim water met zout.

4 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

5 Giet de kool af in een zeef en laat goed uitlekken. Schep de boerenkool door de tomatensaus en breng op smaak met zout en peper.

6 Maak in de ovenschaal lagen van de tomatensaus en de lasagnebladen: begin en eindig met een laag saus. Scheur de mozzarella in kleine stukjes en verdeel over de lasagne. Bestrooi met de Parmezaanse kaas en peper naar smaak.

7 Bak de lasagne in de oven in ongeveer 30 minuten goudbruin en gaar, tot de punt van een scherp mes makkelijk door de vellen pastadeeg glijdt.

8 Laat de lasagne uit de oven 5 minuten rusten.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 30 MINUTEN
OVEN: 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 2 tenen knoflook
- 2 el olijfolie
- 300 g rundergehakt
- 70 g tomatenpuree
- 150 ml rode port
- 1 blik tomatenblokjes van 400 g
- 1 fles passata (gezeefde tomaten) van 700 ml
- 150 g gesneden boerenkool
- zout en peper
- 250 g gedroogde lasagnebladen
- 1 bol mozzarella van 125 g
- handvol geraspte Parmezaanse kaas

BENODIGDHEDEN

- ovenschaal van 20 x 30 cm

GEVULDE PASTASCHELLEN MET AUBERGINE, RICOTTA EN TOMATENPESTO

- 1 Kook de pastaschelpen in ruim water met zout beetgaar.
- 2 Snijd de aubergine in blokjes van 1 cm. Verhit in een ruime koekenpan 3 eetlepels olijfolie. Bak de aubergine in 8 minuten bruin en gaar. Schep op een bord.
- 3 Snijd intussen de paprika in reepjes. Verhit in een koekenpan 2 eetlepels olijfolie. Bak de paprika-reepjes 2 minuten. Schenk de tomatensaus erbij en verwarm 10 minuten zachtjes.
- 4 Verwarm de oven voor tot 200 °C.
- 5 Hak de peterselie fijn. Schep in een kom de aubergine met de peterselie door de ricotta. Breng op smaak met zout en peper.
- 6 Giet de pastaschelpen af en laat goed uitlekken. Vul ze met een dessertlepel met het aubergine-ricottamengsel.
- 7 Meng de pesto door de tomatensaus. Schenk de saus in de ovenschaal. Leg er de gevulde pastaschelpen in. Bestrooi met de kaas.
- 8 Bak de pastaschelpen ongeveer 15 minuten in de oven, tot de kaas is gesmolten en begint te kleuren.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 30 MINUTEN
OVEN: 15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 250 g conchiglioni (grote pastaschelpen)
- zout en peper
- 1 aubergine
- 5 el olijfolie
- 1 rode (punt)paprika
- 500 ml gekruide tomatensaus uit fles of pot
- 3 takjes krulpeterselie
- 250 g ricotta
- 100 g tomatenpesto (zie pag. 38)
- 25 g geraspte pecorino of Parmezaanse kaas

BENODIGDHEDEN

- ovenschaal van 20 x 30 cm





RISOTTO MET GEROOSTERDE POMPOEN, DRAGON EN GEKLOPTE MASCARPONE

Niks continu roeren: tegen alle regels in wordt deze risotto in de oven bereid. Het resultaat is verbluffend goed, en makkelijker kan niet!

- 1 Verwarm de oven voor tot 220 °C.
- 2 Schep op de bakplaat de pompoenblokjes om met 2 eetlepels olijfolie, zout en (chili)peper. Rooster de pompoenblokjes in de oven in 20 minuten bijna gaar.
- 3 Snipper de sjalotten. Hak de blaadjes van de takjes dragon fijn.
- 4 Verhit in de ovenvaste pan of een koekenpan de resterende 2 eetlepels olijfolie. Fruit de sjalot met de dragon 2 minuten zachtjes. Schep de rijst erdoor en bak tot de korrels glanzen en glazig zijn.
- 5 Schenk de wijn erbij. Schenk ook de bouillon erbij en breng aan de kook.

VOOR 4 PERSONEN

**VOORBEREIDEN: 30 MINUTEN
OVEN: 50 MINUTEN**

INGREDIËNTEN

- 600 g koelverse pompoenblokjes
- 4 el olijfolie
- zout en (chili)peper
- 2 sjalotten
- 3 takjes dragon
- 300 g risottorijst
- 150 ml droge witte wijn
- 750 ml groentebouillon
- 250 g mascarpone
- 50 g waterkers of rucola
- geraspte Parmezaanse kaas, voor erbij

BENODIGDHEDEN

- bakplaat met bakpapier
- ovenvaste diepe pan of ronde ovenschaal van 26 cm ø
- aluminiumfolie

Zie pag. 290 voor het
vervolg van dit recept.



PROCUREURSTOOF MET APPEL ONDER VERS BLADERDEEG

Ook een rol koelvers bladerdeeg is heel geschikt voor een deegdeksel.

1 Snijd de procureur in blokjes van 2-3 cm. Dep het vlees droog met keukenpapier en bestrooi met zout en peper. Hak de knoflook fijn. Hak ook het bosje basilicum (met de takjes!) fijn.

2 Verhit in een braadpan 2 eetlepels olijfolie. Fruit de knoflook met het basilicum 2 minuten. Schep het vlees erdoor en bak 2 minuten mee.

3 Bestrooi het vlees met de bloem en schep om. Schep de tomatenpuree erdoor en bak nog 1 minuut mee. Schenk de wijn en vervolgens de bouillon of de fond langs de rand in de pan.

4 Breng aan de kook. Was de appels. Snijd elke appel in 6-8 partjes en verwijder het klokhuis.

5 Draai het vuur laag. Steek de appels tussen het vlees en stoof het vlees afgedekt in minstens 1 uur gaar. Roer af en toe voorzichtig.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 30 MINUTEN

STOVEN: 1 UUR

OVEN: 25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 800 g procureur (varkensnek)
- zout en peper
- 3 tenen knoflook
- 1 bosje basilicum van 15 g
- 4 el olijfolie
- 2 el bloem
- 70 g tomatenpuree
- 150 ml rode wijn
- 250 ml vleesbouillon of -fond
- 2 friszoete handappels, bijv. elstar of jonagold
- 1 rol koelvers bladerdeeg van 270 g
- 1 ei

BENODIGDHEDEN

- keukenpapier
- ovenschaal van 18 x 28 cm

Zie pag. 314 voor het vervolg van dit recept.



TIAN MET PASTINAAK, COURGETTE EN RODE UI



Lekker met Chaource, een romige kaas uit de Champagnestreek, of een andere zachte Franse kaas met witschimmelkorst.

1 Boen de pastinaken schoon. Snijd de pastinaken, de courgette en de uien in dunne plakken van 2 mm. Gebruik eventueel een mandoline.

2 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

3 Zet de plakjes pastinaak, courgette en ui afwisselend en rechtop in een cirkelvorm in de ovenschaal.

4 Hak de takjes tijm in stukken van 3-4 cm. Steek de stukjes tijm tussen de groenten. Besprenkel met de olijfolie en bestrooi met zout en peper.

5 Rooster de groenten in de oven in ongeveer 40 minuten gaar. Neem intussen de Chaource uit de koeling en laat op kamertemperatuur komen.

6 Serveer de tian uit de oven met de Chaource.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 25 MINUTEN
OVEN: 45 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 400 g pastinaken
- 1 courgette
- 3 rode uien
- 6-8 takjes tijm
- 4 el olijfolie
- zout en peper
- 1 Chaource kaasje

BENODIGDHEDEN

- mandoline (optioneel)
- ronde ovenschaal van 24 cm ø



GEROOSTERDE AUBERGINE MET KIKKERERWTEN, TOMAATJES EN BALSAMICODRESSING



1 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

2 Halveer de tomaatjes. Snijd de uien in partjes van 1 cm. Snijd de aubergine in stukken van 2 cm.

3 Snijd de kruiden fijn. Meng de kruiden met 2 eetlepels olijfolie. Meng de gesneden groenten met de kikkererwten in de ovenschaal. Schep om met de kruidenolie en zout en peper naar smaak.

4 Rooster de groenten in de oven in ongeveer 30 minuten gaar. Klop intussen een dressing van de laatste 3 eetlepels olijfolie en de balsamicoazijn.

5 Schep uit de oven de balsamicodressing door de groenten. Bestrooi naar wens met wat extra peterselie en/of dille.

Tip Serveer er nog een stukje romige witschimmelkaas bij, bijvoorbeeld camembert of brie de meaux.

VOOR 2 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 15 MINUTEN
OVEN: 30 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 250 g cherrytomaatjes
- 2 rode uien
- 1 aubergine
- ½ bosje dille en/of krulpeterselie van 15 g
- 5 el extra vierge olijfolie
- 250 g kikkererwten uit blik, uitgelekt
- zout en peper
- 2 el balsamicoazijn

BENODIGDHEDEN

- ronde ovenschaal van 24 cm ø





VISCASSEROLE

Het maakt niet uit welke vissoort je voor deze romige casserole kiest. Of - nog lekkerder - kies van alles wat. Ook met de groenten kun je alle kanten op: courgette, venkel, paprika, maar ook broccoli, sperziebonen, wortel en cherrytomaatjes doen het goed in deze ovenschotel.

1 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

2 Snijd de courgette in stukken en de venkel en paprika in repen.

3 Smelt in een ruime koekenpan 25 gram boter. Bak de courgette, de venkel en de paprika 5 minuten.

4 Smelt intussen in een sauspan de resterende 50 gram boter. Voeg de bloem toe en bak 1 minuut mee. Schenk langzaam en al kloppend met een garde de bouillon en de slagroom erbij. Klop tot een gladde en gebonden saus.

5 Verwarm de saus 1 tot 2 minuten. Neem de pan van het vuur. Roer de mosterd en de gruyère erdoor.

6 Snijd de visfilet in stukken. Verdeel de groenten met de vis en de garnalen en/of mosselen over de ovenschaal. Schenk de gruyèresaus erover.

7 Bak de viscasserole in de oven in ongeveer 20 minuten goudbruin en gaar.

8 Bestrooi de casserole uit de oven met fijngehakt venkelgroen of peterselie.

Tip Serveer er rijst, krieltjes of tagliatelle bij.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 20 MINUTEN
OVEN: 20 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1 courgette
- 1 flinke venkelknol met groen
- 1 groene paprika
- 75 g roomboter
- 50 g bloem
- 250 ml visbouillon
- 400 ml slagroom
- 2 el grove mosterd
- 75 g geraspte gruyère
- 600 g gemengde visfilet (bijv. kabeljauw, zalm, schelvis), garnalen en/of mosselen
- 1 takje krulpeterselie (optioneel)

BENODIGDHEDEN

- ovenschaal van 20 x 30 cm

KERSEN-KOKOSCLAFOUTIS

Als de kersen met emmers tegelijk van de bomen komen, bakken ze in de Franse streek Limousin *clafoutis aux cerises*, een soort dikke pannenkoek met kersen. Mét pit, want kersen met pit geven meer smaak. Het scheelt bovendien de enorme kliederboel van het ontpitten. Waarschuw je gasten vooraf wel voor de pitten in deze klassieker uit de Franse dessertkeuken.

- 1 Verwarm de oven voor tot 200 °C.
- 2 Was de kersen, verwijder het steeltje maar ontpit ze niet.
- 3 Meng in een kom met een garde of vork de bloem, suiker en eieren met een mespunt zout. Voeg de melk langzaam toe en klop tot een glad beslag. Schep de kokos erdoor.
- 4 Schenk het beslag in de ovenschaal. Verdeel de kersen over het beslag.
- 5 Bak de clafoutis in de oven in 20 tot 25 minuten goudbruin en gaar.
- 6 Bestrooi de clafoutis uit de oven met poedersuiker en snijd in punten. Serveer lauwwarm of op kamertemperatuur, denk aan de pitten!

Tip Lekker met een dot crème fraîche, toef lichtgezoete slagroom of bol vanilleroomijs.

VOOR 4 PERSONEN

VOORBEREIDEN: 10 MINUTEN
OVEN: 20-25 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 250 g kersen
- 100 g bloem
- 50 g suiker
- 2 eieren
- zout
- 150 ml volle melk
- 35 g geraspte kokos
- poedersuiker

BENODIGDHEDEN

- ingevette lage ronde ovenschaal van 24 cm ø

