

A close-up photograph of a bowl filled with a thick, creamy, light-colored soup. The soup is garnished with several slices of fresh orange and scattered orange zest. The bowl is set against a light, textured background.

# Het Culinair Geheugen

Recepten  
uit grootmoeders keuken

tekst Marjo Hendriks  
fotografie Stefania van Lieshout



# Het Culinair Geheugen

## Recepten uit grootmoeders keuken

*tekst* Marjo Hendriks

*fotografie* Stefania van Lieshout



## De recepten van onze grootmoeders

Herinner je je die lekkere stoofpot die oma vroeger maakte of die bitterkoekjespudding van je favoriete tante? Weet je nog toen de koeien altijd in de wei stonden en bepaalde groente alleen in het seizoen verkrijgbaar waren? Vroeger toen duurzaamheid nog geen modewoord was maar een vanzelfsprekende manier van leven.

Konijn in het zuur, rundertong, kapucijnerschotels en nog veel meer van ons culinair erfgoed dreigt uit ons vaderlandse Culinaire Geheugen verloren te gaan. Met dit kookboek koesteren we de recepten van onze grootmoeders, dus hier vind je lekkere ouderwetse soepen, stamppotten, toetjes, Limburgse vlaaien en andere streekgerechten. Dit zijn recepten met ingrediënten die bij iedere groenteboer, slager en supermarkt verkrijgbaar zijn.

Dit boek is opgedragen aan al die vrouwen (en in sommige gevallen mannen) die ons voorgegaan zijn.

## Duizend maal dank

De totstandkoming van dit boek zou niet mogelijk geweest zijn zonder de hulp en aanmoediging, het meedenken en het corrigeren van de verschillende versies door familie, vrienden en bekenden. Hoewel we niet iedereen kunnen vermelden willen we toch een paar namen noemen.

Ten eerste zijn we dank verschuldigd aan Kookstudio De Smidse in Horst, Marianne Frederix en Marieke van de Poll voor het beschikbaar stellen van hun keukens. Pedro van Lieshout en Karin Litjens zijn we dankbaar voor het meedenken.

Verder heeft een aantal mensen belangeloos de verschillende versies gecorrigeerd. Uiteraard zijn alle fouten die nog in het boek staan voor onze verantwoording. Maar we zouden niet zover hebben kunnen komen, zonder de hulp van Wil Huijs-Roeffen, Francine Otten, Ton Verstraaten en vooral de arendsogen van Lucas Bekkering.

En als laatste, maar zeker niet als minste, zijn we dankbaar dat zoveel mensen hun recepten hebben gedeeld. Aan het einde van het boek vind je de bronnen voor zover bekend. Sommige mensen willen liever anoniem blijven.

*Marjo Hendriks en Stefania van Lieshout*





# Inhoud

## Voorgerechten 10

- Worstenbroodjes, een feestelijke traktatie 10
- Kalfskroketten 12
- Gevulde eieren 14
- Zalmcocktail 16
- Kipcocktail een feestelijk gerecht 18
- Pasteitje met vulling 20
- Kipragout met champignons 22
- Runderbouillon uit grootmoeders keuken 24

## Soepen 24

- Goulashsoep 26
- Aspergesoep 28
- Romige champignonsoep uit Horst 30
- Gebonden kippensoep 32
- Heldere kippenbouillon 34
- Broccolisoep 36
- Haofpatesoep uit eigen tuin 38
- Limburgse Trujesoep 40
- Winterse witte bonensoep 42
- Zomerse tomatensoep 44
- Lekker ouderwetse ossenstaartsoep 46
- Erwtensoep uit grootmoeders keuken 48

## Hoofdgerechten 50

- Pannenkoeken 50
- Pannenkoek appel 52
- Pannenkoek blauwe bessen 54
- Boekweitpannenkoeken uit Kronenberg 56
- Koude Schotel 58
- Haringsalade met rode bieten 60
- Kapucijners met spek 62
- Gebakken vis met uiensaus 64
- Sallantse kruudmoes 66
- Vogelnestjes uit de Haagsche School 68
- Jachtschotel heerlijk in de herfst 70
- Rundertong in champignonsaus 72
- Horster dreumel 74

Gehaktballetjes in tomatensaus 76

Zuurkoolschotel uit de oven 78

Kip in Wodkasaus 80

Goulash en sudderlapjes 82

De lekkerste gehaktbal 84

Varkenshaasje met champignonroomsaus 86

Limburgs zuur vlees 88

Spekrutersaus 90

Speklapjes een echt wintergerecht 92

Runderpoelet met champignons 94

Blinde vinken uit de Haagsche school 96

Runderpoelet in donker bier 98

Varkenspoelet met champignons 100

Varkenshaasje met gember en rozijnen 102

Varkensribbetjes uit de oven 104

Haas wild voor de feestdagen 106

Konijn in het zuur 108

Konijn in biersaus 110

## Groente 112

Zigeunersaus 112

Gebakken kaasplakken 114

Sperziebonensalade 116

Frisse witlofsalade met walnoten 118

Asperges, het witte goud uit Limburg 120

Witlofschotel met ham en kaas uit de oven 122

Piccalilly lekker veelzijdig 124

Komkommers in het zuur 126

Augurken inmaken 128

Gestoofde prei 130

Aardappelkoekjes 132

Stekruve, koolraap op zijn Brabants 134

Rabarbermoes uit eigen tuin 136

Aardappelkroketjes uit Clinge 138

Hete bliksem een heerlijk herfstgerecht 140

Aardappelbolletjes met ham 142

Verse rode kool 144

Wortelstampot van rauwe wortelen 146

Andijviestampot 148

Abrikozenmoes & pruimenmoes 150







## Toetjes 150

- Romige rijstepap 152
- Hemelse modder 154
- Ananasbavarois 156
- Sinaasappelbavarois 158
- Luchtige vanillebavarois 160
- Bitterkoekjespudding 162
- Hopjespudding met zelf gemaakte caramel 164
- Koffiemousse met banaan 166
- Saromayoghurt met vanillesmaak 168
- Gebak, tradities en 170
- Limburgse vlaaien 170

## Gebak, tradities en Limburgse vlaaien 170

- Banketbakkersroom 172
- Aardbeienvlaaitjes 174
- Bitterkoekjesvlaai van het 'Bakhoes' 176
- Limburgse pruimenvlaai 178
- Abrikozenvlaai 180
- Appelvlaai 182
- Rijstevlaai met slagroom 184
- Kruimelvlaai 186
- Vlaaibodempjes 188
- Walnotentaart 190
- Mokkataart van mam Hendriks 192

- Appeltaart met schuimkop 194
- MonChou taart 196
- Zomerse aardbeienkwarktaart 198
- Cake 200
- Arretjescake 202
- Ontbijtkoek 204
- Slagroomsoezen 206
- Chocoladetruffels de ultieme verwennerij 208
- Wafels 210
- Kokosmakrons 212
- Oliebollen 214

## Recepten op alfabet 218

## Index 220

## Bronnen 222

## Hoe dit boek tot stand kwam 224

## Colofon 224









Voor 15 stuks

# Worstenbroodjes, een feestelijke traktatie

## Ingrediënten deeg

- 1,25 deciliter melk
- 7 gram gedroogde gist
- 5 gram zout
- 250 g bloem
- extra bloem voor het uitrollen van het deeg
- 10 gram basterdsuiker
- 50 gram boter of margarine

## Ingrediënten vulling

- 450 gram half-om-half gehakt
- 2 eetlepels paneermeel
- ½ losgeklopt ei (de andere helft gebruik je voor het bestrijken van de broodjes)
- peper, zout, nootmuskaat, paprikapoeder, kerriepoeder

Worstenbroodjes zijn voor mij onlosmakelijk verbonden met de periode rondom Kerstmis. Mijn moeder maakte ze vaak voor Kerst, zodat er wat lekkers was als we uit de avond- of nachtmis kwamen. Ook op oudejaarsavond kwamen ze regelmatig op tafel.

## Bereiding deeg

Houd rekening met een lange bereidingstijd omdat de worstenbroodjes een uur moeten rijzen voordat ze gebakken kunnen worden.

Verwarm de melk tot deze lauwwarm is. Strooi de gedroogde gist in de lauwe melk en haal van het vuur. Doe het zout onder in een mengkom en zeef daarboven de bloem. Maak een kuiltje in het midden. Doe hier het melk-gistmengsel, de suiker en de boter in en roer goed door. Kneed dit vervolgens met de hand tot een glad, soepel en luchtig deeg (minstens 8 minuten). Verdeel het deeg in 15 porties van ongeveer 30 gram en rol er mooie bolletjes van. Leg de bolletjes op de met bakpapier beklede bakplaat en dek af met plastic folie. Laat het deeg op een warme plek ongeveer 10 tot 15 minuten rusten.

## Bereiding vulling

Terwijl het deeg rust, is er voldoende tijd om de vulling te maken: doe het gehakt met het paneermeel, het halve losgeklopt ei, peper, zout, nootmuskaat, paprikapoeder en kerriepoeder in een mengkom. Zorg dat het gehakt goed gekruid is. Meng het geheel goed door elkaar. Verdeel het gehakt in 15 porties van ongeveer 35 - 40 gram en rol er worstjes van met een lengte van ongeveer 8 centimeter.

Bestuif het aanrecht met bloem en rol de bolletjes deeg met de deegroller een voor een uit tot ovale lapjes van ongeveer 15 bij 10 centimeter. Leg dan een worstje op het midden van het deeg en bestrijk de bovenste rand van het deeg met een beetje losgeklopte ei. Vouw de zijken van het deeg over de uiteinden van het worstje. Vouw dan de onderkant van het deeg over het worstje en vouw er dan de bovenkant van het deeg over, zorg dat de bovenkant van het deeg de onderkant overlapt. Druk de naad die is ontstaan goed dicht. Leg het worstenbroodje met de naad aan de onderkant op het met bakpapier beklede bakblik.

Zorg dat er voldoende ruimte tussen de worstenbroodjes is zodat ze nog kunnen rijzen. Bestrijk de worstenbroodjes met de rest van het losgeklopte ei en laat ze een uur onder een schone theedoek op een warme plaats rijzen. Verwarm de oven voor op 200 °C.

Bak de worstenbroodjes in het midden van de voorverwarmde oven in 30 minuten gaar. Haal na het bakken de worstenbroodjes uit de oven en laat ze op een rooster een beetje afkoelen.



## Bereidingstijd

1 uur + 1¼ uur rijzen

## Speciale benodigdheden

bakplaat met bakpapier  
schone theedoek  
plastic keukenfolie  
bakkwastje  
deegroller  
keukenweegschaal  
(bij voorkeur digitaal)





Voor 8 stuks

# Kalfskroketten

## Ingrediënten

1 liter water  
1,5 bouillontablet of 1,5 eetlepel  
bouillonpoeder (rund- of  
groentebouillon)  
200 gram kalfspoelet  
30 gram boter  
30 gram bloem  
½ deciliter slagroom  
2 eieren  
75 gram paneermeel

## Bereiding

Hou er rekening mee dat de totale bereidingstijd van de kroketten vrij lang is door het trekken van de soep en het wachten op het opstijven van de ragout.

Breng in een pan het water met de bouillonpoeder of -tabletten en het kalfspoelet aan de kook. Laat het kalfspoelet 1½ uur op laag vuur trekken, gebruik eventueel een vlamverdeler, zodat het niet te hard kookt. Haal na de kooktijd het poelet uit de bouillon en laat afkoelen. Laat ook de bouillon minstens een uur afkoelen. Snijd het kalfspoelet in kleine stukjes. Meet in de litermaat 2 deciliter van de bouillon af.

Zet een steelpan op middelhoog vuur en smelt daarin de boter. Voeg als de boter goed warm is de bloem in één keer toe, meng de bloem goed met de boter en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten'). Voeg dan een beetje koude bouillon toe en roer tot een glad papje, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een soeplepel bouillon aan toevoegt, roer weer goed en wacht weer totdat de bouillon goed is opgenomen in het boterbloemmengsel. Blijf dit doen totdat alle bouillon verwerkt is en je een gebonden saus hebt, laat de roux even rustig doorkoken.

Klop in een klein kommetje een half ei los met de slagroom. Doe enkele eetlepels van de warme roux bij het losgeklopte ei en roer goed door. Roer dan het ei bij de rest van de roux en verwarm dit al roerend nog enkele minuten, zodat de saus nog verder kan binden. Voeg het kleingesneden kalfspoelet toe aan de saus en meng door elkaar. Doe het mengsel over op een diep bord, laat het even afkoelen, dek het af met huishoudfolie en laat de ragout 3 - 4 uur in de koelkast opstijven.

Splits het ei en klop het eiwit met een eetlepel koud water los in een kommetje en verdeel het paneermeel over twee andere kommetjes. Verdeel de ragout in acht gelijke porties en vorm er kroketten van. Dat kan het gemakkelijkst met vochtige handen. Als alle kroketten gevormd zijn, rol ze dan één voor één door het paneermeel, het eiwit en nog een keer door het paneermeel.

Zorg ervoor dat de kroketten aan alle kanten een goede paneerlaag hebben. Verhit de frituurolie in een frituurpan tot 180 °C en frituur de kroketjes in 5 minuten mooi goudbruin. Frituur niet meer dan 3 of 4 kroketten tegelijk en let erop dat de kroketten naast elkaar in het mandje liggen en niet op elkaar.

## Tips

De kroketten zijn ook geschikt om in te vriezen. In combinatie met een gevulde soep heb je een complete maaltijd.



## Bereidingstijd

2 uur + 3 uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

litermaat  
huishoudfolie  
frituurpan met frituurolie  
of frituurvet





Voor 16 stuks

# Gevulde eieren

## Ingrediënten

8 eieren  
4 eetlepels smeerboter  
2 - 3 eetlepels mayonaise  
½ - 1 eetlepel maggi aroma  
½ eetlepel citroensap  
peterselie, paprikapoeder,  
nootmuskaat, zout en peper

## Bereiding

Breng in een pan ruim voldoende water aan de kook en leg de eieren met een soeplepel voorzichtig in de pan als het water kookt. Laat ze 10 minuten op laag vuur koken. Haal de eieren uit het water en laat ze schrikken onder koud stromend water. Laat ze helemaal afkoelen voordat je ze verder verwerkt.

Pel de eieren en snijd ze in de lengte doormidden. Schep het eigeel voorzichtig uit de eieren. Wrijf het eigeel door de keukenzeef, dat gaat het gemakkelijkste met de bolle kant van een lepel. Roer door het eigeel de boter, mayonaise, maggi en wat citroensap. Breng verder op smaak met wat peper, zout, nootmuskaat, paprikapoeder en peterselie.

Laat de vulling een uurtje opstijven in de koelkast. Leg de eiwitten met de holte naar boven op een serveerschaal. Vul de spuitzak met het eigeelmengsel en spuit een mooie toef van het eigeelmengsel in de holtes van de eiwitten. Garneer eventueel met wat peterselie of paprikapoeder.

Bewaar de gevulde eieren afgedekt in de koelkast totdat je ze serveert.

## Tips

Als eieren te vers zijn, is het vaak lastig om ze te pellen. Gebruik daarom voor dit recept bij voorkeur eieren die minimaal een of twee weken oud zijn. Gevulde eieren zijn lekker als borrelhapje, maar passen ook goed bij een koude schotel.





## Bereidingstijd

½ uur + 1 uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

keukenzeef, bij voorkeur  
van metaal  
spuitzak met groot  
spuitmondje





Voor 4 personen

# Zalmcocktail

## Ingrediënten

3 eetlepels mayonaise  
½ eetlepel Worcestershiresaus  
1 eetlepel tomatenketchup  
1 eetlepel citroensap  
1 eetlepel sherry  
2 eetlepels slagroom of koffiemelk  
peper  
zout  
paprikapoeder  
2 kleine blikjes zalm van  
circa 213 gram  
8 blaadjes sla  
enkele takjes peterselie  
enkele halve schijfjes citroen

## Bereiding

Schep de mayonaise, tomatenketchup, Worcestershiresaus, citroensap, sherry en slagroom in een mengkom en klop alles goed door elkaar. Breng op smaak met peper, zout en paprikapoeder.

Laat de zalm uitlekken en verwijder het vel en de graten. Breek de zalm in stukken en schep door de saus.

Leg in iedere coupe of schaal twee blaadjes sla. Verdeel het zalmmengsel over de sla, garneer met een klein takje peterselie en een schijfje citroen en klaar is je zalmcocktail.



## Bereidingstijd

1 kwartier

## Speciale benodigdheden

4 coupes of schaalpjes





Voor 4 personen

# Kipcocktail een feestelijk gerecht

## Ingrediënten

1,25 liter water  
225 gram kipfilet  
1 kippenbouillontablet of  
1 eetlepel kippenbouillonpoeder  
2 eetlepels peterselie  
1 eiwit  
3 eetlepels mayonaise  
1 eetlepel tomatenketchup  
1 eetlepel whisky of sherry  
1 eetlepel slagroom of koffiemelk  
peper, zout, paprikapoeder  
1 klein blikje ananasstukjes  
circa 227 gram  
1 klein blikje mandarijntjes  
circa 300 gram  
8 blaadjes sla

## Bereiding

Breng in een pan het water met de kipfilet en bouillontablet of bouillonpoeder aan de kook. Draai het vuur op de laagste stand als de bouillon kookt en laat de kipfilet ongeveer 20 - 25 minuten in de bouillon tegen de kook aan trekken. Haal met een schuimspaan de kipfilet uit de pan en laat de kipfilet afkoelen.

Hak de peterselie fijn en doe in een diep bord. Klop in een ander diep bord het eiwit los met de vork. Doop de randen van de coupes in het eiwit en daarna in de peterselie. Zet de coupes weg tot verder gebruik. Doe de mayonaise, tomatenketchup, whisky (of sherry) en de slagroom in een mengkom en klop alles goed door elkaar. Breng op smaak met peper, zout en paprikapoeder.

Laat de mandarijntjes en de ananasstukjes uitlekken. Snijd de kipfilet in blokjes, meng in een mengkom de kipfilet met de ananasstukjes en mandarijntjes. Doe in iedere coupe twee blaadjes sla en verdeel de kipfilet met het fruit over de coupes, verdeel de saus over de coupes en garneer met een snufje paprikapoeder.



## Bereidingstijd

3 kwartier + 1 uur  
wachtijd

## Speciale benodigdheden

4 coupes of schaaltes





Voor 8 - 10 personen

# Pasteitje met vulling

## Ingrediënten

500 gram uien  
1 kilo varkenspoet extra fijn  
gesneden  
90 gram boter of margarine  
peper, zout, nootmuskaat  
paprikapoeder  
5 deciliter warm water  
2 bouillontabletten of 2 eetlepels  
bouillonpoeder  
2 laurierblaadjes  
500 gram kalfspoet extra fijn  
gesneden  
750 gram champignons  
25 gram boter  
40 gram boter  
40 gram bloem  
5 deciliter melk  
8 - 10 pasteibakjes

## Bereiding

Pel de uien en snijd ze fijn. Dep het varkenspoet droog met wat keukenpapier en kruid het met peper, zout, nootmuskaat en paprikapoeder. Laat 25 gram boter in een grote braadpan op hoog vuur lichtbruin worden en braad hierin het varkensvlees goed aan. Als het vlees mooi bruin is, bak dan de uien nog even mee tot ze glazig zijn. Voeg het warmwater toe aan het vlees, samen met de bouillontabletten of de bouillonpoeder en de laurierblaadjes. Laat het vlees op laag vuur ongeveer een uur stoven tot het gaar is. Controleer of het vlees gaar is, laat het desnoods nog wat langer stoven.

Dep het kalfspoet droog en voeg dit zonder aan te bakken toe aan het varkenspoet. Laat het geheel nu nog een half uur stoven tot het kalfspoet ook gaar is.

Maak in de tussentijd de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Bak de champignons in de 25 boter in een koekenpan aan en breng op smaak met zout, peper en paprikapoeder. Smelt in een steelpan 40 gram boter op een middelhoog vuur. Voeg dan de 40 gram bloem in één keer toe en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten', dit is een roux).

Voeg dan een beetje koude melk toe en roer tot een gladde pasta, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een beetje koude melk aan toevoegt, roer weer goed en wacht weer totdat de melk goed is opgenomen in het boter-bloemmengsel. Ga zo door totdat je alle melk gebruikt hebt. Je hebt nu een gebonden witte saus.

Meng de gebakken champignons door het vlees en roer de witte saus erdoor. Breng de pasteitjesvulling verder op smaak met peper, zout, paprikapoeder, nootmuskaat en eventueel een half verkruidde bouillontablet of een beetje bouillonpoeder.

Verwarm de pasteibakjes 8 - 10 minuten in een voorverwarmde oven op 170 °C en verdeel de vulling over de pasteitjes.

De vulling is ook lekker op een broodje.



Bereidingstijd

2 uur





Voor 6 personen

# Kipragout met champignons

## Ingrediënten

1,25 liter water  
500 gram kipfilet  
2 stukjes foelie  
2 kippenbouillontabletten of  
2 eetlepels  
kippenbouillonpoeder  
500 gram champignons  
1 eetlepel citroensap  
1 ui  
50 gram boter of margarine  
50 gram bloem  
100 milliliter droge witte wijn  
100 milliliter kookroom  
peper en zout, paprikapoeder  
nootmuskaat

## Bereiding

Breng in een pan het water met de kipfilet, de foelie en de bouillontabletten of bouillonpoeder aan de kook. Draai het vuur op de laagste stand als de bouillon kookt en laat de kipfilet ongeveer 20 - 25 minuten in de bouillon tegen de kook aan trekken. Maak intussen de champignons schoon, snijd ze in plakjes en besprenkel ze met wat citroensap.

Haal met een schuimschaaf de kipfilet uit de pan en laat de kipfilet even afkoelen. Schep ook de stukjes foelie uit de pan, deze worden verder niet meer gebruikt. Schep de gesneden champignons in de kippenbouillon, zet het vuur wat hoger en kook de champignons in 5 - 10 minuten gaar. Snijd intussen de kip in blokjes of trek ze met twee vorken uit elkaar. Schep de champignons uit de bouillon en doe ze over in een mengkom. Laat de bouillon een beetje afkoelen en meet 0,8 liter af.

Pel en snipper de ui fijn. Zet een andere pan op een middelhoog vuur, smelt daarin de boter en fruit hierin de ui totdat deze glazig is. Voeg dan de bloem in één keer toe, meng de bloem goed met de boter en de uien. Laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel, je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweeten'.

Voeg dan de wijn toe en roer tot een gladde massa, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen. Voeg dan een soeplepel van de bouillon toe, roer weer goed en wacht totdat de bouillon goed is opgenomen in het mengsel. Herhaal dit totdat de afgemeten bouillon verwerkt is en je een gebonden saus hebt. Voeg de in blokjes gesneden kipfilet en de champignons toe aan de saus en laat de ragout rustig tegen de kook aan komen. Voeg de kookroom toe en warm de ragout goed door.

Proef of de ragout goed op smaak is, kruid eventueel na met peper, zout, paprikapoeder en nootmuskaat.





Bereidingstijd

2 uur





Voor 8 - 10 personen

# Runderbouillon uit grootmoeders keuken

## Ingrediënten

- 3 liter koud water
- 1 kilo soepvlees: dit mag aan een stuk zijn of runderpoelet, met of zonder bot, bijvoorbeeld runderschenkel
- 2 uien
- 1 prei
- 1 winterwortel
- 4 takjes peterselie
- 4 takjes bladselderij
- 4 laurierblaadjes
- 8 peperkorrels (gekneusd)
- kruidenbouillonpoeder of bouillontabletten
- zout en peper

## Bereiding

Doe het water met het rundvlees in de soeppan. Breng dit op middelhoog vuur rustig aan de kook. Schep regelmatig het schuim van het vocht af met een schuimspaan (dit zorgt er straks voor dat de bouillon mooi helder is).

Maak in de tussentijd uien, prei en de winterwortel schoon. De groente hoeft niet klein gesneden te worden. Maak een bouquet garni van de prei, de takjes bladselderij en peterselie (dit doe je door de kruiden met keukentouw aan de prei te binden). Snijd de wortel in twee of drie stukken, laat de uien heel. Als de soep kookt, draai dan het vuur op de laagste stand en doe er dan het bouquet garni, de uien, winterwortel, laurierblaadjes, peperkorrels en wat zout en peper bij. Meestal voeg ik ook nog twee of drie eetlepels bouillonpoeder of twee à drie bouillontabletten toe, zodat de bouillon wat krachtiger van smaak wordt. Laat de bouillon minstens drie uur trekken (tegen de kook aan) met het deksel op de pan, gebruik eventueel een vlamverdeler. Langer laten trekken mag ook, dat komt de smaak en gaarheid van het vlees ten goede.

Schep als het soepvlees goed gaar is, de groenten en het vlees uit de pan. Controleer tenslotte of de bouillon voldoende op smaak is, voeg anders nog wat peper en zout of een beetje bouillonpoeder toe.

## Tips

Als je op een gasfornuis kookt, is het handig om een vlamverdeler te gebruiken zodat de bouillon niet blijft koken.

Als je liever een heldere bouillon wilt, kun je de bouillon zeven. Dat doe je door een schone vochtige theedoek in een grote zeef te leggen. Giet dan de soep door de zeef in een schone pan. Ik laat het zeven van de bouillon eigenlijk altijd achterwege.

Je kunt nu naar keuze nog wat kleingesneden soepvlees, (soep)groenten, soepballetjes en een beetje vermicelli toevoegen voor een zondagse soep.

In dit boek zul je veel recepten tegenkomen die met gaar soepvlees gemaakt worden. Ik maak daarom altijd bouillon met soepvlees zonder bot omdat ik zoveel mogelijk soepvlees over wil houden. Bouillon maken van soepvlees met bot zorgt voor een intensere smaak.



## Bereidingstijd

½ uur + 3 uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

klein stukje keukentouw  
soeppan van minstens  
5 liter





Voor 8 personen

# Goulashsoep

## Ingrediënten

- 1 ui
- 1 rode paprika
- 1 groene paprika
- 1 prei
- 30 gram margarine of bakboter
- 2 eetlepels bloem
- 2 liter koud water
- 2 kleine blikjes tomatenpuree
- 1 theelepel sambal
- 2 laurierblaadjes
- 1 afgestreken eetlepel paprikapoeder
- peper
- 4 eetlepels tuinkruidenbouillon of 4 bouillontabletten
- 1 pond gaar soepvlees, klein gesneden. Zie recept runderbouillon

## Bereiding

Pel en snipper de ui fijn. Was de paprika's, ontdoe ze van de zaadlijsten en snijd deze in kleine blokjes. Was de prei en snijd deze in dunne ringen. Laat de boter in een soeppan smelten en fruit hierin de ui.

Als de ui glazig is, doe dan de bloem bij de uien in de pan en laat de bloem zachtjes meebakken, zodat deze gaar wordt. Als de bloem gaar is (dat zie je doordat deze gaat 'zweeten'), doe er dan een scheut water bij en roer stevig met de garde of houten lepel tot het mengsel glad is.

Voeg dan weer water toe en roer weer goed door totdat het mengsel glad is, het is belangrijk dat het in de tussentijd zachtjes kookt. Als je een licht gebonden mengsel hebt, voeg dan de rest van het water toe en breng alles al roerend aan de kook.

Doe dan de tomatenpuree erbij en roer de soep opnieuw glad. Voeg vervolgens de paprika's, prei, sambal, paprikapoeder, laurierblaadjes, wat peper en het soepvlees toe, samen met de bouillonpoeder of bouillontabletten. Laat de soep een half uurtje zachtjes doorkoken op een laag vuur.

Proef na een half uurtje of de soep voldoende op smaak is, voeg anders nog wat bouillonpoeder en/of sambal toe.



## Bereidingstijd

½ uur + ½ uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
4 liter





Voor 4 personen

# Aspergesoep

## Ingrediënten

schillen en stukjes van 1 - 2 kilo  
asperges  
200 gram in stukken gesneden  
geschilde asperges  
40 gram boter of margarine  
40 gram bloem  
kookvocht van asperges  
1,5 bouillontabletten of 1 tot 1,5  
eetlepel bouillonpoeder  
(kippen- of kruidenbouillon)  
1 eidooier  
4 eetlepels kookroom

## Bereiding

Doe de aspergeschillen (en harde stukken) in een pan en voeg zoveel koud water toe dat de schillen onder water staan. Breng het water met de schillen aan de kook en zet dan het vuur laag, zodat het tegen de kook aan blijft maar niet kookt. Laat de schillen ongeveer een half uur trekken.

Hang een zeef boven de kom en giet het water met de schillen en stukken in de zeef. Vang het vocht op en druk het overtollige vocht goed uit de schillen. Laat het vocht een beetje afkoelen en meet in een maatbeker 1,2 liter af. Als het kookvocht van de aspergeschillen niet voldoende is, vul het dan aan met wat kookvocht van de in stukken gesneden asperges (zie hieronder). Breng intussen in een steelpan de geschilde en in stukken gesneden asperges in water met een beetje zout aan de kook. Laat de asperges ongeveer 10 minuten koken (het is niet erg als de asperges niet helemaal gaar zijn, ze kunnen in de soep nog nagaren) en giet ze af.

Zet een pan op middelhoog vuur en smelt daarin de boter. Voeg de bloem in een keer toe en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten'). Voeg dan een beetje koud aspergevocht toe en roer tot een glad papje, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een beetje koud aspergevocht aan toevoegt, roer weer goed en wacht weer totdat het vocht goed is opgenomen in het boter-bloemmengsel. Blijf dit doen totdat al het aspergevocht verwerkt is en je een licht gebonden soep hebt. Voeg dan ook de bouillontablet of 1 eetlepel bouillonpoeder toe en laat de soep onder af en toe roeren even rustig doorkoken.

Roer in een klein kommetje de eidooier los met 4 eetlepels kookroom en voeg enkele lepels warme soep toe. Roer dit goed door elkaar. Doe dit mengsel terug bij de soep en roer goed door. Voeg de gekookte aspergestukken toe aan de soep. De soep nu niet meer laten koken.

## Tip

Combineer dit met het bereiden van een aspergeschotel. De stukjes, schillen en kookvocht hiervan gebruik je voor de soep.



*Bereidingstijd*

20 minuten + ½ uur  
wachtijd

*Speciale  
benodigdheden*

zeef  
maatbeker





Voor 4 personen

# Romige champignonsoep uit Horst

## Ingrediënten

250 gram champignons  
1 kleine ui of sjalotje  
1,25 liter water  
2 bouillontabletten of 2 eetlepels bouillonpoeder  
40 gram margarine  
40 gram bloem

## Bereiding

Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes, pel en snipper de ui fijn. Doe een liter water met een van de bouillontabletten (of een eetlepel bouillonpoeder) en de gesneden champignons in een soeppan en breng de champignons op middelhoog vuur aan de kook. Laat de champignons ongeveer vijf minuten doorkoken.

Zet een zeef of vergiet boven een andere pan en giet de champignons af en laat ze uitlekken en bewaar ze. Vang de champignonbouillon op en laat het een beetje afkoelen, deze bouillon heb je later nog nodig. Zet de pan waarin je de champignons gekookt hebt terug op een middelhoog vuur en smelt daarin de boter. Doe de ui bij de boter in de pan en laat even fruiten totdat de ui glazig is.

Voeg dan de bloem in een keer toe en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten'). Voeg dan een beetje koud water toe en roer tot een glad papje, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een beetje koud water aan toevoegt. Roer weer goed en wacht totdat het water opgenomen is in het boterbloemmengsel. Voeg dan wat van de bouillon waarin je de champignons gekookt hebt toe en roer goed door. Blijf dit doen totdat alle bouillon verwerkt is en je een licht gebonden soep hebt. Voeg dan ook het tweede bouillonblokje (of een eetlepel bouillonpoeder) en de gekookte champignons toe.

## Tips

Als je de soep nog iets romiger wilt, dan kun je een scheutje kookroom of koffiemelk toevoegen.

Champignons en gekookte ham is een lekkere combinatie, snijd enkele plakken ham in kleine stukjes en doe ze als variatie in de soep.





Bereidingstijd

½ uur

Soepen





Voor 4 personen

# Gebonden kippensoep

## Ingrediënten

1,25 liter water  
300 gram kipfilet  
2 kippenbouillontabletten of 2  
eetlepels kippenbouillonpoeder  
2 stukjes foelie  
40 gram boter of margarine  
40 gram bloem  
1 eetlepel fijngesneden peterselie  
1 eetlepel fijngesneden bladselderij  
1 eidooier  
2 eetlepels kookroom  
peper en zout

## Bereiding

Breng in een pan het water met de kipfilet, de foelie en de bouillontabletten of bouillonpoeder aan de kook. Draai het vuur op de laagste stand als de bouillon kookt en laat de kipfilet ongeveer 20 - 25 minuten in de bouillon tegen de kook aan trekken. Haal met een schuimspaan de kipfilet uit de pan en laat de kipfilet even afkoelen. Schep ook de stukjes foelie uit de pan, deze worden verder niet meer gebruikt.

Zet een andere pan op een middelhoog vuur en smelt daarin de boter. Voeg als de boter goed warm is de bloem in een keer toe, meng de bloem goed met de boter en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten'). Voeg dan een beetje bouillon (waarin de kip gegaard is) toe en roer tot een glad papje, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een soeplepel bouillon aan toevoegt.

Roer weer goed en wacht weer totdat de bouillon goed is opgenomen in het boter-bloemmengsel. Blijf dit doen totdat alle bouillon verwerkt is en je een licht gebonden soep hebt. Voeg peterselie en bladselderij toe aan de soep. Snijd de kip in blokjes of trek ze met twee vorken uit elkaar en doe deze terug in de soep, laat de soep opnieuw tegen de kook aan komen, zodat de kip weer goed warm wordt. Klop intussen de eidooier met de room los in een klein kommetje en meng er een soeplepel van de warme soep door. Doe dit mengsel terug bij de soep in de pan. Het is belangrijk dat je de soep nu niet meer laat koken. Proef of de soep voldoende op smaak is, voeg eventueel nog wat peper en zout toe.

## Tip

Voeg 2 eetlepels (ongekookte) rijst aan de soep toe en laat nog even 10 minuten zachtjes doorkoken voordat je het eidooier/roommengsel aan de soep toevoegt.



## Bereidingstijd

25 minuten + 25 minuten  
wachtijd





Voor 12 personen

# Heldere kippenbouillon

## Ingrediënten

- 1 soepkip
- 1 flinke ui
- 1 - 2 teentjes knoflook
- 1 winterwortel
- 1 bosje peterselie
- 1 bosje bladselderij
- 1 laurierblaadje
- 3 stukjes foelie
- 15 peperkorrels
- 1 theelepel gedroogde tijm
- 4 kippenbouillontabletten  
of 4 eetlepels  
kippenbouillonpoeder
- 4 maggiblokjes
- 4 eetlepels rijst of Turkse pasta in  
rijstvorm

## Bereiding

Was de kip onder stromend water en doe de kip in de soeppan. Doe zoveel koud water in de pan tot de kip volledig onder water staat. Breng het water met de kip op een middelhoog vuur aan de kook. Pel intussen de ui en de knoflook. Snijd de knoflook doormidden. De ui hoeft niet gesneden te worden. Maak de winterwortel schoon, verdeel in grote stukken en snijd de stelen van de bosjes selderij en peterselie. De blaadjes van de selderij en peterselie gebruiken we later, de stelen gebruiken we nu. Voeg deze ingrediënten toe aan de soep.

Vul een thee-ei met het laurierblaadje, de foelie, de peperkorrels en de gedroogde tijm en maak het thee-ei dicht. Doe het thee-ei in de soep. Als de soep aan de kook is, het vuur laag zetten en de soep 2 tot 3 uur laten trekken (tegen de kook aan houden) totdat de kip goed gaar is. Gebruik eventueel een vlamverdeler als je op een gasfornuis kookt. De kip is gaar als het kippenvlees gemakkelijk van de botjes los laat.

Neem dan de kip, de groenten, kruiden en het thee-ei uit de pan. De groenten en kruiden worden verder niet gebruikt. Laat de kip wat afkoelen. Vul de pan bij met ongeveer 1 liter water en doe er de kippenbouillontabletten (of kippenbouillonpoeder) bij en 4 maggiblokjes. Breng de soep opnieuw aan de kook en voeg de rijst toe. Laat de soep nog 10 minuten zachtjes doorkoken.

Hak van de peterselie en bladselderij de bewaarde blaadjes fijn. Haal het kippenvlees van de botjes, snijd het klein en voeg de peterselie, bladselderij samen met de kip toe aan de soep en laat het geheel goed doorwarmen. Proef of de soep voldoende op smaak is, voeg anders nog een bouillonblokje of maggiblokje toe.

## Tips

In dit recept wordt gesproken over een soepkip. Een soepkip is meestal een leggen die geen eieren meer legt. Het is vaak een oudere kip met wat taaier vlees en meer vet, die geschikt is om soep van te trekken, door het hogere vetgehalte krijgt de soep meer smaak.

Vries een gedeelte van de soep en wat fijngesneden kip in om andere soepen aan te maken, bijvoorbeeld gebonden kippensoep. De toevoeging van zelf getrokken bouillon doet wonderen voor de smaak van elke soep.



## Bereidingstijd

3 kwartier + 3 uur  
wachtijd

## Speciale benodigdheden

thee-ei  
soeppan van minstens  
6 liter





Voor 4 personen

# Broccolisoeep

## Ingrediënten

400 gram broccoli  
1,25 liter water  
2 bouillontabletten of 2 eetlepels  
bouillonpoeder  
40 gram margarine  
40 gram bloem

## Bereiding

Maak de broccoli schoon en verdeel in roosjes, snijd het onderste stuk van de stonk, schil de stonk en snijd in stukjes. Doe het water met de bouillontabletten (of de bouillonpoeder) in een pan en breng op middelhoog vuur aan de kook. Doe de broccoli bij de bouillon in de pan en kook de broccoli in ongeveer 10 minuten gaar. Schep de broccoli met een schuimspaan uit de bouillon en doe over in de zeef.

Houd een paar roosjes broccoli apart voor de garnering. Laat de bouillon een beetje afkoelen. Wrijf de broccoli met de bolle kant van een soeplepel door een zeef. Zet een andere pan op een middelhoog vuur en smelt daarin de boter, voeg dan de bloem in een keer toe en laat de bloem garen terwijl je continu goed roert met een garde of houten lepel (je weet dat de bloem gaar is als deze begint te 'zweten').

Voeg dan een beetje bouillon toe en roer tot een glad papje, wacht even totdat dit gekookt heeft en al het vocht goed is opgenomen, voordat je er opnieuw een beetje bouillon aan toevoegt, roer weer goed en wacht weer totdat het vocht goed is opgenomen in het boter-bloemmengsel. Blijf dit doen totdat alle bouillon verwerkt is en je een licht gebonden soep hebt. Voeg dan de gezeefde broccoli toe en doe als laatste de achtergehouden broccoliroosjes in de soep.

## Tips

Als je de soep nog iets romiger wilt, dan kun je een scheutje kookroom of koffiemelk toevoegen.

Als je de broccoli minder fijn wilt, schep de broccoli uit de bouillon, doe over in een mengkom en pureer met een staafmixer.



Bereidingstijd

½ uur

Soepen





Voor 20 personen

# Haofpatesoep uit eigen tuin

## Ingrediënten

- 2 uien
- 1 kleine winterwortel
- 1/8 knolselderij
- 100 gram sperziebonen of snijbonen
- 1/2 bloemkool
- 1 prei
- 250 gram gekruid half-om-half gehakt
- 1/2 geklutst ei
- 2 eetlepels paneermeel
- 20 gram boter of margarine
- 4 liter water
- 5 bouillontabletten of 5 eetlepels bouillonpoeder

Haofpatesoep is een soep die van oudsher gemaakt werd van groenten die tegen het einde van de zomer nog in de haof (groentetuin) te vinden zijn. In verschillende Limburgse dorpen heeft de soep een andere naam. Zo wordt de soep in Sevenum snatsesoep genoemd en is een van de bestanddelen in ieder geval halfrijpe witte bonen (bron: Sevenums Woordenboek). Dit recept bevat geen witte bonen.

## Bereiding

Pel de uien en snipper ze fijn. Schil de wortel en snijd in kleine blokjes, schil het stukje knolselderij en snijd in kleine blokjes. Snijd de uiteinden van de boontjes en snijd de boontjes in stukken. Maak de bloemkool schoon en verdeel deze in kleine roosjes. Verwijder het buitenste blad en het donkerste groen van de prei. Snijd de prei in de lengte doormidden en was de prei goed. Snijd de prei in dunne (halve) ringen.

Doe het gehakt met het halve ei en het paneermeel in een mengkom en meng het goed door elkaar. Vorm kleine gehaktballetjes van het gehakt, leg ze op een bord en dek ze af tot verder gebruik.

Smelt de boter in de soeppan en fruit daarin de gesnipperde ui totdat deze glazig ziet. Doe dan het water en de bouillontabletten bij de ui in de pan en voeg de stukjes wortel en knolselderij toe. Breng het geheel op middelhoog vuur aan de kook. Zodra de soep kookt, de boontjes en gehaktballetjes in de soep doen en de soep op laag vuur even rustig laten doorkoken. Voeg dan de bloemkool aan de soep toe en laat de soep vijf minuten op laag vuur doorkoken.

Voeg als laatste de preiringen toe aan de soep en laat de soep nog minstens vijf minuten koken, in ieder geval tot de gehaktballetjes gaar zijn. De gehaktballetjes zijn gaar als ze boven komen drijven.





## Bereidingstijd

3 kwartier

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
5 liter





Voor 10 personen

# Limburgse Truijesoep

## Ingrediënten

- 1 grote prei
- 2 uien
- 30 gram margarine of bakboter
- 2 grote blikken witte bonen in tomatensaus à 1 liter
- 2 pakken gezeefde tomaten
- 4 bouillontabletten of 4 eetlepels bouillonpoeder
- 2 grote aardappelen
- 1 rode paprika
- 1 kleine rookworst

Dit recept wordt traditioneel met Carnaval in Limburg gegeten. Het is een soep die weinig tijd kost om te maken maar die goed vult, dus uitermate geschikt voor of na een dagje stappen met de Vastelaovend.

## Bereiding

Maak de prei goed schoon en snijd deze in ringen. Pel en snipper de uien fijn. Smelt de boter in de soeppan en fruit hierin de uien en de prei, totdat de uien glazig zien. Doe er dan de witte bonen, de gezeefde tomaten en de bouillontabletten of bouillonpoeder bij. Breng het geheel rustig aan de kook en roer de soep regelmatig goed door.

Schil de aardappelen en snijd in kleine blokjes en voeg deze toe als de soep kookt. Maak de paprika schoon en snijd in kleine blokjes en de rookworst in dunne plakjes. Voeg de paprika en de rookworst toe aan de soep en laat de soep nog een half uurtje op laag vuur zachtjes doorkoken, totdat de aardappelen goed gaar zijn. Als je de soep te dik van consistentie vindt, voeg dan gerust nog wat water toe.

Serveer met donker brood.



## Bereidingstijd

3 kwartier + ½ uur  
wachtijd

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
5 liter





Voor 10 personen

## Ingrediënten

500 gram gedroogde witte bonen  
3 liter water  
400 gram vleesribjes of hamschijf  
5 bouillontabletten of 5 eetlepels  
bouillonpoeder  
4 aardappelen  
2 preien  
1 winterwortel  
1/3 knolselderij

# Winterse witte bonensoep

Witte bonensoep, op de een of andere manier kom je overal recepten tegen van erwtensoep, maar in mijn ouderlijk huis werd deze soep minstens net zo vaak gegeten. Een echte stevige soep voor koude winterdagen. Het is een maaltijdsoep, dus als je er brood of pannenkoeken bij serveert, heb je een volledige maaltijd.

## Bereiding Dag 1

Week de witte bonen 1 nacht in 2 liter koud water.

## Bereiding Dag 2

Breng de witte bonen met weekwater en de extra liter water, de vleesribjes en de bouillonpoeder of bouillonblokjes aan de kook in een grote soeppan. Schil intussen de aardappelen, snijd in kleine blokjes.

Maak de prei goed schoon en snijd in dunne ringetjes, schil de wortel en knolselderij en snijd beide in kleine blokjes. Voeg de wortel, prei, knolselderij en aardappel aan de soep toe zodra deze kookt. De soep opnieuw aan de kook brengen en dan op een laag vuur minimaal twee uur zachtjes laten doorkoken.

Aan het einde van de kooktijd het vlees uit de pan scheppen en een beetje laten afkoelen. Snijd het vlees in kleine stukjes en doe het terug in de soep. Proef of de soep voldoende op smaak is, je kunt eventueel nog wat bouillonpoeder toevoegen maar dat is waarschijnlijk niet nodig.



## Bereidingstijd

½ uur + 1 nacht weken +  
2 uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
5 liter





Voor 8 personen

# Zomerse tomatensoep

## Ingrediënten

1 grote ui  
1 kleine winterwortel  
¼ knolselderij  
1 kleine prei  
1 kilo tomaten (mogen overrijp zijn)  
30 gram margarine  
2 - 3 bouillontabletten of 2 - 3 eetlepels bouillonpoeder  
1 - 1,5 liter water

## Bereiding

Pel de ui en snipper deze fijn. Schil de wortel en snijd in kleine blokjes, schil het stukje selderijknol en snijd in kleine blokjes. Verwijder het buitenste blad en het donkerste groen van de prei. Snijd de prei in de lengte doormidden en was de prei goed. Snijd de prei in dunne (halve) ringen. Was de tomaten en snijd in grote stukken.

Smelt de boter in de pan en fruit daarin de ui totdat deze glazig ziet. Doe dan alle tomaten bij de ui in de pan en laat dit onder af en toe roeren ongeveer 10 minuten smoren. Voeg dan de prei, winterwortel en knolselderij toe en smoor dit even mee. Doe het water en de bouillontabletten bij het mengsel in de pan en breng de soep op middelhoog vuur aan de kook. Zodra de soep kookt, het vuur laag zetten en de soep nog 10 minuten zachtjes laten doorkoken.

## Tip ontvellen tomaten

Niet iedereen vindt de velletjes van de tomaten lekker. Je kunt de tomaten ontvellen voor je ze in stukken snijdt en in de soep verwerkt: breng in een steelpan ongeveer anderhalve liter water aan de kook en zet een kom met koud water klaar.

Was de tomaten en snijd met een scherp mes aan de onderkant een kruis in het vel van de tomaten. Dompel de tomaten in het kokende water, tot het velletje los krult. Haal met een schuimspaan de tomaten uit het kokende water en doe ze meteen over in de kom met koud water. Haal na enkele seconden de tomaten er uit en trek het velletje van de tomaten. Snijd de tomaten in stukken en verwerk ze dan verder in de soep.



## Bereidingstijd

35 minuten

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
4 liter





Voor 8 personen

# Lekker ouderwetse ossenstaartsoep

## Ingrediënten

1/8 knolselderij  
1 kleine winterwortel  
1 prei  
500 gram ossenstaart in stukken  
30 gram margarine  
2 liter warm water  
3 kruidnagels  
2 laurierblaadjes  
2 bouillontabletten of eetlepels  
bouillonpoeder  
eventueel scheutje Madeira

## Bereiding

Schil de knolselderij en de wortel en snijd in kleine blokjes. Verwijder het buitenste blad en het donkere groen van de prei en snijd de prei in de lengte doormidden. Was de prei goed en snijd in (halve) ringen.

Dep de ossenstaart droog met keukenpapier. Smelt in een soeppan op middelhoog vuur de boter of margarine totdat deze lichtbruin is, doe de stukken ossenstaart in de pan en bak deze rondom mooi bruin. Bak de wortel, knolselderij en prei even kort mee. Voeg dan het warme water, de kruidnagels, laurierblaadjes en de bouillontabletten of bouillonpoeder toe. Breng de soep op middelhoog vuur aan de kook. Zet het vuur zodra de soep kookt op de laagste stand en laat de soep 3,5 uur trekken. Gebruik hiervoor eventueel een vlamverdeler.

Controleer na 3,5 uur of de ossenstaart gaar is, het vlees is gaar als het gemakkelijk van de botten loslaat. Zeef de soep boven een kom en haal de ossenstaart eruit. De groenten worden verder niet meer gebruikt en mogen weggegooid. Doe de soep terug in de pan en zet op een laag vuur. Laat de ossenstaart even afkoelen en haal het vlees (zonder het vet) van de botten en voeg weer toe aan de soep. Laat het vlees nog even goed doorwarmen in de soep. Serveer de soep in soepkommen of - borden eventueel met een klein scheutje Madeira erin.





## Bereidingstijd

3 kwartier + 3,5 uur  
wachtijd

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
4 liter  
zeef





Voor 8 tot 10 personen

# Erwtensoep uit grootmoeders keuken

## Ingrediënten

- 500 gram spliterwten
- 3 liter water
- 400 gram vleesribjes of hamschijf
- 5 bouillontabletten of 5 eetlepels bouillonpoeder
- 2 aardappelen
- 1 prei
- 1 winterwortel
- ¼ selderijknol
- 1 ui
- 1 kleine rookworst

Dit is een recept van mijn moeder. In ons gezin werd erwtensoep traditioneel met (zoete) pannenkoeken gegeten. Als we erwtensoep eten vindt mijn dochter nog steeds dat daar pannenkoeken bij horen.

## Bereiding

Laat de spliterwten een uur weken in 2 liter koud water. Breng in een soeppan de spliterwten met het weekwater, de vleesribjes, bouillontabletten of de bouillonpoeder en de extra liter water aan de kook. Roer af en toe goed door, erwten (peulvruchten in het algemeen) hebben de neiging om een beetje aan te koken op de bodem van de pan.

Schil intussen de aardappelen en snijd in kleine blokjes, maak de preien goed schoon en snijd in dunne ringetjes. Schil de wortel en knolselderij en snijd deze in kleine blokjes. Pel de ui en snipper deze fijn. De wortel, ui, prei, knolselderij en aardappel aan de soep toevoegen als deze kookt.

De soep op een laag vuur 2,5 - 3 uur zachtjes laten koken onder af en toe doorroeren. Haal tegen het einde van de kooktijd het vlees uit de soep, laat het even afkoelen en snijd het in kleine stukjes. Doe het vlees weer terug in de pan. Snijd de rookworst in dunne plakjes en laat deze in de soep mee warmen.

## Tip

In dit recept worden de prei, ui, aardappel etc. al aan de soep toegevoegd als deze net aan de kook is. Dit zorgt ervoor dat de soep een stevige consistentie krijgt. Als je liever een wat minder dikke soep hebt, kun je ook de aardappelen en andere groenten later toevoegen, bijvoorbeeld als de soep een uurtje kookt. Vindt je de soep als deze klaar is dan nog te stevig, voeg dan gerust nog wat extra water toe (en eventueel wat extra bouillonpoeder).

Soepen



## Bereidingstijd

½ uur + 1 uur weken +  
3 uur wachttijd

## Speciale benodigdheden

soeppan van minstens  
6 liter





Voor 6 - 8 pannenkoeken

# Pannenkoeken

## Ingrediënten

4 eieren  
90 gram suiker  
180 gram bloem  
1 mespunt zout  
2 deciliter melk  
30 gram boter of margarine  
appelstroop of (poeder)suiker

Pannenkoeken werden in mijn ouderlijk huis vaak gegeten in combinatie met erwten- of bonensoep (zie soepen) en heel soms als lunch. Mijn moeder maakte een beetje zoete pannenkoeken. Dit zijn haar recepten.

## Bereiding

Klop de eieren met de suiker los, voeg de bloem en het mespuntje zout toe en roer goed door. Voeg de helft van de melk toe en roer door tot je een egaal beslag hebt. Voeg dan de rest van de melk toe en roer weer goed door.

Verhit een klontje boter in een koekenpan op middelhoog vuur. Schep een volle soeplepel beslag in de pan en verdeel het gelijkmatig over de bodem van de pan. Zet het vuur een beetje lager en laat de pannenkoek lichtbruin bakken.

Keer de pannenkoek om en laat ook de andere kant mooi bruin bakken. Doe de pannenkoek over op een groot bord en dek dit af met een omgekeerd bord om de pannenkoek warm te houden.

Doe opnieuw een soeplepel beslag in de pan en bak de pannenkoek aan twee kanten mooi bruin. Meestal is het pas na de tweede pannenkoek nodig om opnieuw een klontje boter in de pan te doen voordat je verder gaat met bakken.

Ga door tot al het beslag is gebruikt. Serveer de pannenkoeken met appelstroop of (poeder)suiker.



Bereidingstijd

1 kwartier



Hoofdgerechten





Voor 3 - 4 pannenkoeken

# Pannenkoek appel

## Ingrediënten

2 appels  
2 eieren  
45 gram suiker  
90 gram bloem  
1 mespunt zout  
1 deciliter melk  
20 gram boter of margarine  
suiker of poedersuiker

## Bereiding

Was de appels en verwijder het klokhuis met de appelboor. Snijd de appels in plakjes van ongeveer 1 centimeter dik. Klop de eieren met de suiker los, voeg de bloem en het mespuntje zout toe en roer goed door. Voeg de helft van de melk toe en roer door tot je een egaal beslag hebt. Voeg dan de rest van de melk toe en roer weer goed door.

Verhit een klontje boter in een koekenpan op middelhoog vuur. Leg drie plakjes appel in de pan en laat de appel aan beide kanten lichtbruin bakken, schep dan een volle soeplepel beslag op de appels in de pan en verdeel het gelijkmatig. Zet het vuur een beetje lager en bak de pannenkoek goudbruin. Keer de pannenkoek om en laat ook de andere kant mooi bruin bakken. Doe de pannenkoek over op een groot bord en dek dit af met een omgekeerd bord om de pannenkoek warm te houden. Herhaal het hele proces totdat het beslag op is. Serveer de pannenkoeken met een beetje (poeder)suiker.

## Tip

Als je het lastig vindt om een grote appelpannenkoek te maken omdat de appel eruit valt met omkeren, schep dan op ieder schijfje appel in de koekenpan een beetje beslag. Zo krijg je drie kleine appelpannenkoekjes die gemakkelijker om te keren zijn.



*Bereidingstijd*

1 kwartier

*Speciale  
benodigdheden*

appelboor



# Het Culinair Geheugen (dit zijn de eerste pagina's van de 224)

## Hoe dit boek tot stand kwam

In Het Culinair Geheugen staan de recepten van de gerechten die Stefania en Marjo als kleine meisjes leerden kennen en waarderen in het Limburgse Horst aan de Maas. Sinds die gezamenlijke jeugd verstreken vele jaren, is lief en leed gedeeld, woont Stefania al lang niet meer in Nederland én is de passie voor lekker eten alleen maar gegroeid.

Het enthousiasme groeide zelfs zozeer dat de co-auteurs er heel wat uren voor over hadden om dit boek te kunnen maken. Marjo reisde talloze malen naar Spanje en Engeland en Stefania naar Nederland. Het is dan ook geen wonder dat het een meerjarig project is geworden.

## Marjo Hendriks

Marjo Hendriks is de initiatiefneemster van Het Culinair Geheugen. Zij heeft aan de lerarenopleiding de opleidingen Nederlands en Huishoudkunde gevolgd. Bovendien heeft Marjo ervaring met het geven van kookworkshops en kookcursussen.

Marjo is de kok en de receptenverzamelaar van Het Culinair Geheugen.



## Stefania van Lieshout

Stefania van Lieshout reist, schrijft en fotografeert. Zij is verantwoordelijk voor de website ([culinairgeheugen.nl](http://culinairgeheugen.nl)) van Het Culinair Geheugen en de foto's. Stefania heeft tien jaar in Malaga, Spanje gewoond en is in de zomer van 2019 naar Cambridge in Engeland verhuisd.

**Het Culinair Geheugen**, Marjo Hendriks en Stefania van Lieshout

17 x 24 cm, soft cover, 224 pagina's, full colour, met veel foto's

€ 24,50

Meer informatie en bestellen op [www.kmuitgevers.nl](http://www.kmuitgevers.nl)

[www.culinairgeheugen.nl](http://www.culinairgeheugen.nl)