

# HOE

*maak ik een*

# HARTVORMIG

# EI?

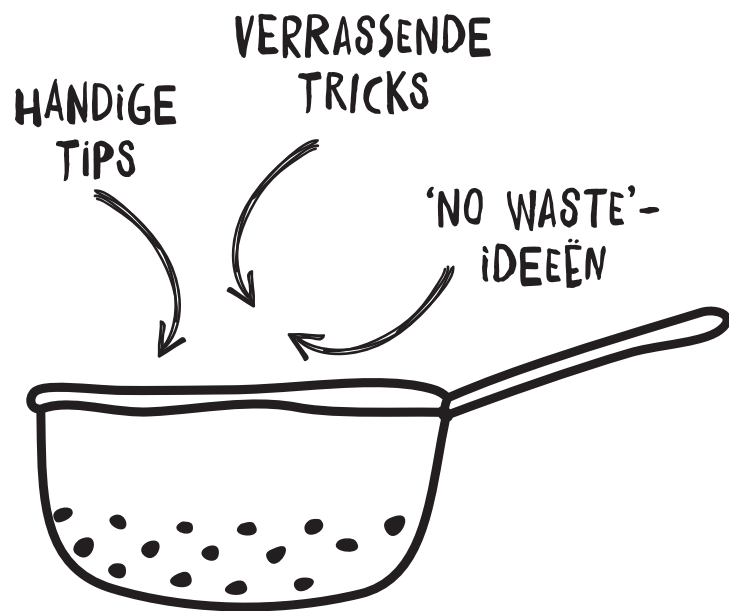


**en heel veel andere keukentips & -tricks**

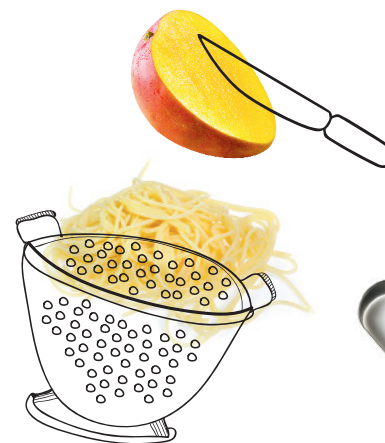
# HOE?

Hoe snijd je van die lekkere, dikke frieten?  
Hoe pel je een granaatappel (of een gamba)?  
Hoe weet je of die avocado's voor de guacamole rijp zijn?  
Hoe maak je boter smeerbaar?  
Hoe zorg je ervoor dat je altijd verse kruiden in huis hebt?

De wonderde wereld van de keuken wordt in dit boek ontraadseld! Verder doe je leuke ideeën op: een romantisch Valentijnsontbijt, gekleurde spaghetti, hekseneieren... En - last but not least - wat te doen met restjes of met eten dat oud is geworden? Weggooien is zonde! Kortom, of je nu een gevorderde keukenprins(es) bent of een kok die net komt kijken, dit boek gaat je leven in de keuken een stuk leuker maken!



## Inhoud



6	Mooie mangoblokjes	23	Handige ananaspuntjes
7	Is die avocado wel goed?	24	Kerstomaatjes snel halveren
8	Avocado ontpitten	25	Restje chocoladepasta?
9	Homemade teriyakisaus	26	Ham-kaasbrood
10	Gekleurde spaghetti	28	Aardbeirozen
12	Een druppeltje citroensap	30	Bloem van rode ui
13	Granaatappel pellen	31	Een perfecte biefstuk bakken
15	Lekker fris granaatappelsapje	36	Hoeveelheden
16	Gooi gebruikte vanillestokjes niet weg!	37	Watermeloen ontpitten
17	'No waste'-appelcrunch	38	Watermeloenlolly's
18	Chips van verse groenten	39	Eén portie spaghetti
19	Koud wijntje	40	Snelle snackrolletjes
20	Lekker vers eitje?	42	Vrolijk gebakken eitje
21	Zalm op de barbecue	43	Kersen ontpitten
22	Hoe kun je een halve avocado bewaren?	44	Schudden met die tenen!
		45	Snelle chocokaneeltruffels
		46	Wentelhartjes
		47	Broodsoldaatjes

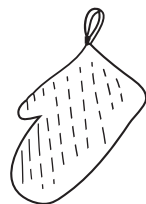




## Inhoud • vervolg



52	Hoe scheid je de eidooier van het eiwit?		
56	Een zomerkoninkje ontkronen		
57	Een ui snijden zonder tranen	75	Kaassticks
58	Appelschildpad	76	Kiwi-kerstboom
60	Natuurlijk rode stoofpeertjes	77	Chocotosti
61	Altijd verse kruiden	82	Baconroosjes
62	Oma's frieten snijden	83	Vrouwelijke of mannelijke paprika?
64	Aardbeien met chocolade		
65	Hoe pel je een banaan zonder mes?	84	Bladerdeegtosti's
66	Luchtdicht bewaren	86	Radijsbloempje
68	Appelroosjes	87	Lotus van radijs
70	Hartvormig eitje	88	Baconbakje
71	Bloemetjes-ei	90	Fruitig tacodessert
72	Homemade citroenmayonaise	91	Aardappels zonder schil
73	Avocadoroosjes	92	Komkommerspiraal
74	Maak de boter smeerbaar!	93	Fruitige ijsstaafjes
		94	Nicecream
		96	Mosselen keuren
		97	Groentespaghetti
		98	Fruitspiesjes
		100	Gebakken eitje 'I love you'
		102	Flower power



## Inhoud • vervolg



103	Handige porties		
104	Raw, medium of well done?		
105	Snelle ijskoffie		
110	Aardappelrozen		
112	Kruidige ijsthee		
113	Halloween-heksenei		
114	Spaghettiworstjes		
115	Decoratie-idee		
116	Bananen-chocololly's		
117	Biefstuk snijden		
118	Sinaasappelpuntjes		
120	Valentijnstosti		
121	Snelle relish		
122	Hoe pel ik een gamba?		
123	Soepblokjes van geklutst ei		
124	'No-bake'-brownie		

WAT DOE JE MET ... OUD BROOD?	
33	Knoflookcroutons
34	Knapperig korstje
35	Broodpudding

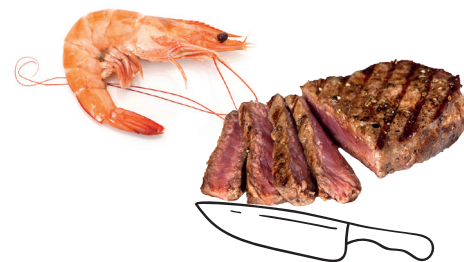
WAT DOE JE MET ... EEN BRUINE BANANAAN?	
49	Bananen-haverbrood
50	Bananenmuffins met kokosroom
51	Detoxsmoothies met banaan

WAT DOE JE MET ... EEN RESTJE RIJST?	
79	Snelle sushi
80	Rijstkoekjes
81	Fried rice

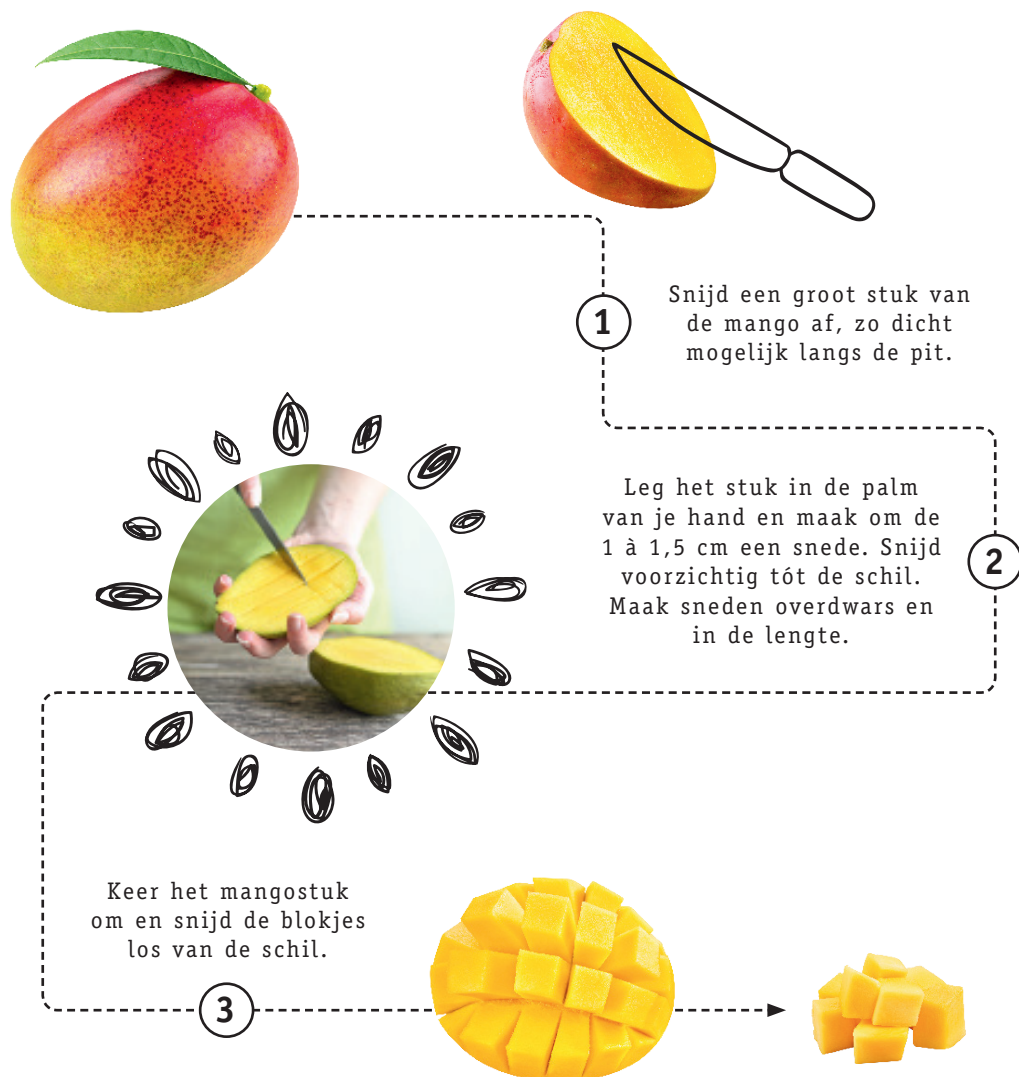
  

WAT DOE JE MET ... EEN RESTJE GROENTE?	
107	Groentequiche
108	Luchtige omelet
109	'Kan niet mislukken'-soepje



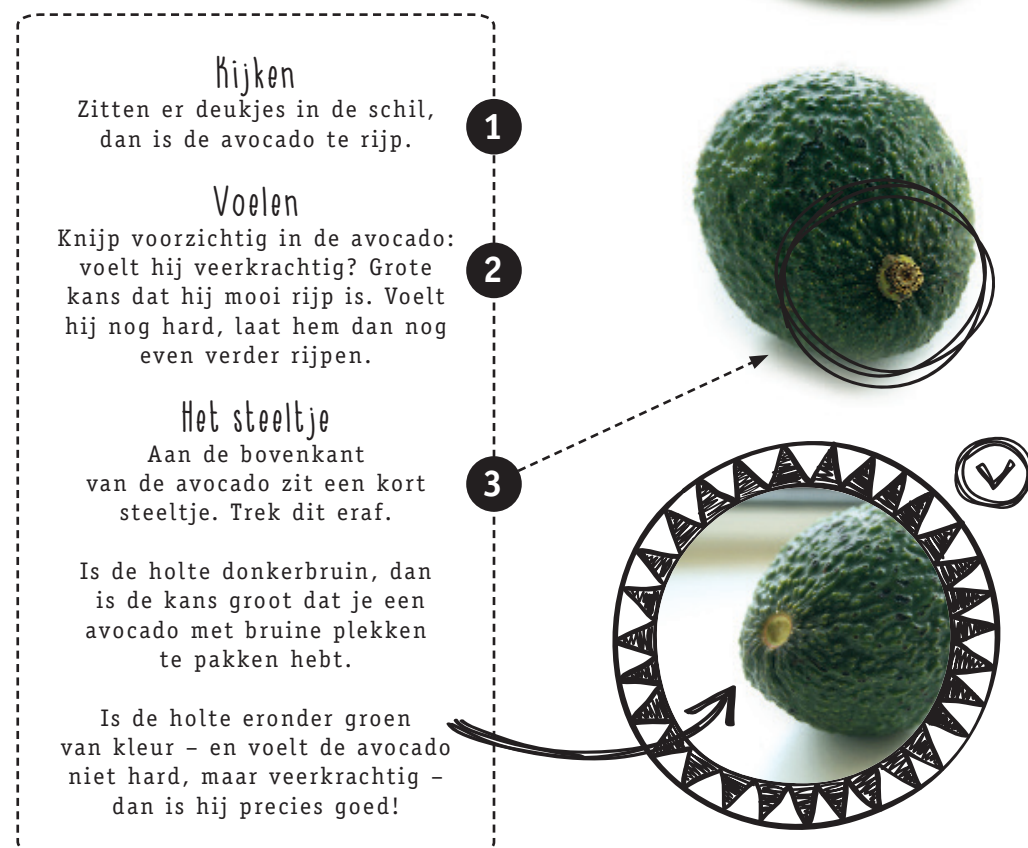
# Mooie mangoblokjes

Mooi, die mangoblokjes, lekker door een salade of op de taart! Maar hoe behandel je een mango zonder dat het sap over je vingers druipt? Kies een rijpe, stevige mango uit. (De overrijpe exemplaren kun je beter in een smoothie laten verdwijnen.) En dan 1,2,3, snijden maar!



# Is die avocado wel goed?

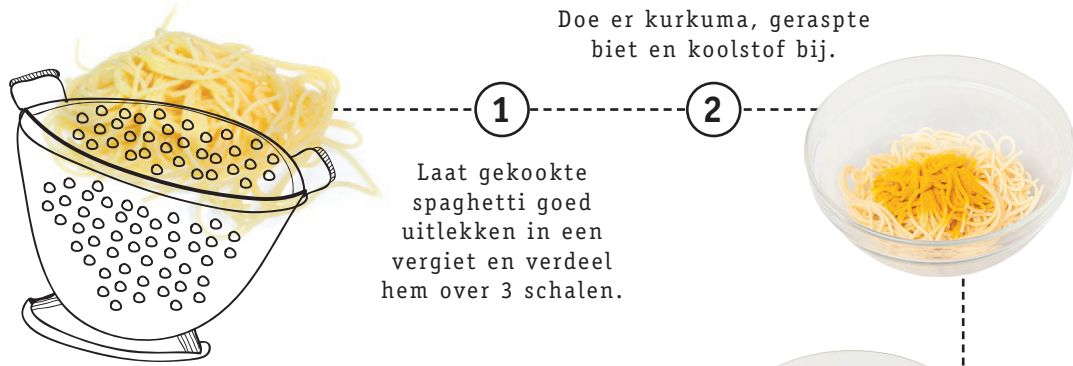
Je ziet niet zomaar aan de buitenkant of een avocado rijp is. Je snijdt hem open en wat blijkt als je pech hebt: hij is te hard, te zacht of, nog erger, bruin vanbinnen. Doe daarom deze avocadocheck.



**Heb je de avocado opengesneden en is hij toch nog hard?**  
Geen nood: sprenkel wat citroensap over de helften en leg ze op elkaar. Wikkel de avocado in plasticfolie. In de koelkast kan hij verder rijpen.

# Gekleurde spaghetti

Doe er kurkuma, geraspte biet en koolstof bij.



Laat gekookte spaghetti goed uitlekken in een vergiet en verdeel hem over 3 schalen.



Meng de kleurstof met je handen door de spaghetti. Was je handen!

3



4

Doe de 3 kleuren spaghetti bij elkaar in een schaal. Mooi!



kurkuma

geraspte biet

koolstof



Een prima basis voor een lekkere salade.

# GOOI GEBRUIKTE VANILLE STOKJES *niet weg!*

*Stop de vanillestokjes in een weckpotje met suiker en maak zo een heerlijke homemade vanillesuiker.*



## 'No waste'-appelcrunch

*Gooi dat overgebleven appelschilletje niet weg: je kunt er een heerlijke appelcrunch van maken. Strooi hem bijvoorbeeld als topping over een schaaltje Griekse yoghurt met walnoten.*



Wat doe je met



*Gooi ze niet weg, die uitgedroogde boterhammen! Ze zijn precies goed om er knoflookcroupons van te maken. Of een knapperig korstje van broodkruimels over je ovenschotel. Heb je veel brood over? Dan is broodpudding een lekker recept om van je oude boterhammen af te komen.*

## Knoflookcroupons van oud brood

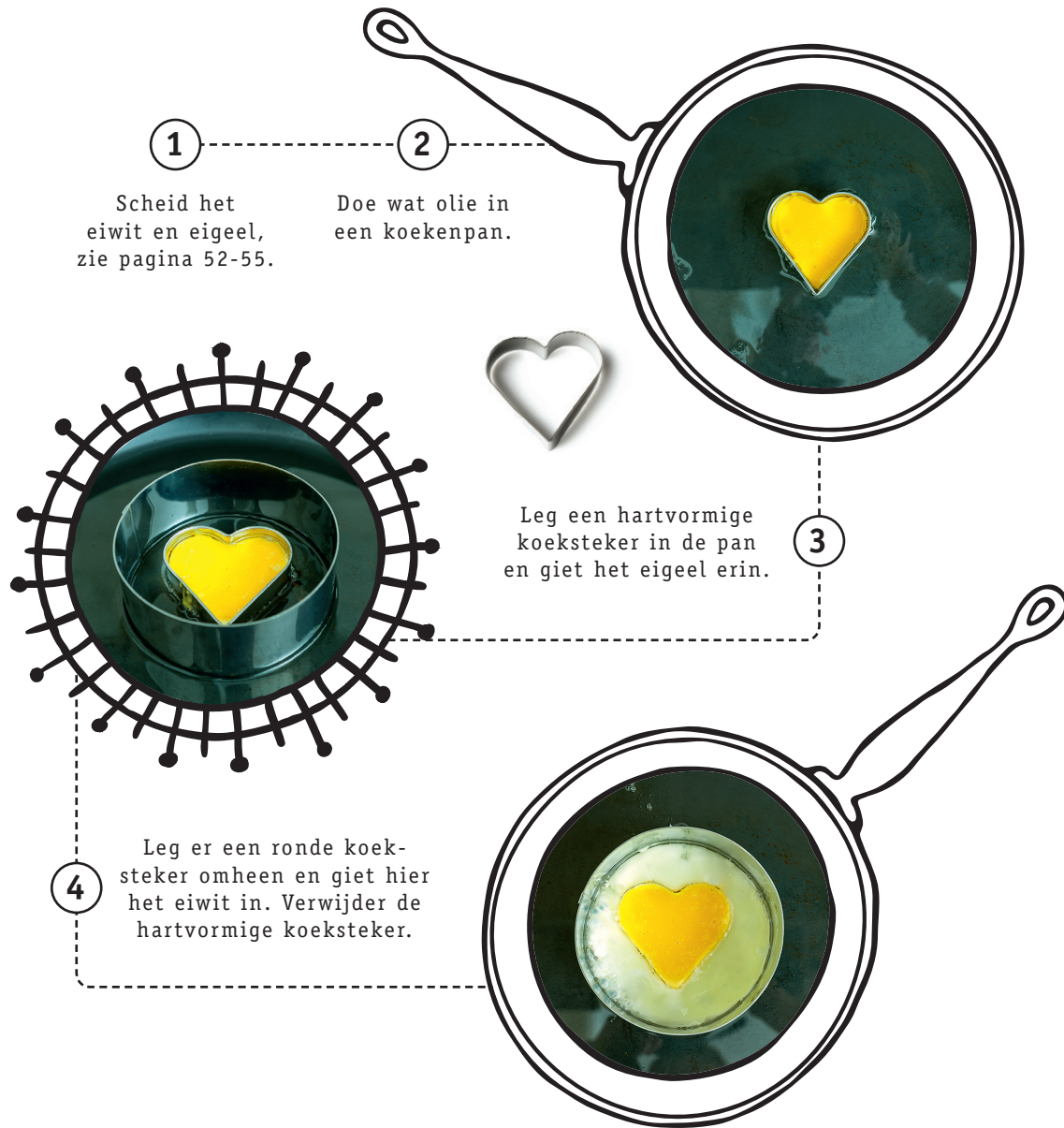
**1** Snijd een boterham in kleine blokjes.

**2** Pers 2 teentjes knoflook uit en meng ze met 100 ml olijfolie. Doe er wat peper en zout bij.

**3** Wentel de broodblokjes door de knoflookolie en bak ze daarna in de wok of koekenpan tot ze knapperig zijn.

Strooi de knoflookcroupons in de soep of over de salade.

# Gebakken eitje 'I love you'





bleu  
rauw vanbinnen

Raw

à point  
halfdoorbakken

# MEDIUM OF WELL DONE?



bien cuit  
doorbakken

Hoe check je of  
je steak naar wens is?

Duw voorzichtig op het vlees. Als het net zo veerkrachtig aanvoelt als de muis van je hand in ontspannen toestand, dan is de steak medium. Voelt het vlees zachter, dan is de steak rauwer dan medium. Voelt het stugger, dan is de steak meer doorbakken.

# snelle IJSKOFFIE

Zet heel sterke koffie en vries hem in staafjes (of blokjes) in. Heb je op een zonnige dag zin in ijskoffie, dan hoeft je alleen maar een glas te vullen met melk en er een paar ijsstaafjes in te zetten.





# HOE

*maak ik een*  
**HARTVORMIG**  
**EI?**



en heel veel andere keukentips & -tricks

Hoe maak ik een hartvormig ei of zo'n mooi avocadoroosje? Hoe ontpit ik kersen of pel ik een granaatappel zonder knoeien? Wat doe ik met een oude boterham of een veel te bruine banaan? En hoe koel ik snel een glas witte wijn?

## **Koken = plezier!**

Praktische, creatieve en verrassende tips & tricks voor in de keuken, duidelijk uitgelegd in heldere stappen met veel illustraties.

Image  
Books



9 789463 1334723

© 2019 ImageBooks, Veghel (NL) [www.imagebooks.nl](http://www.imagebooks.nl)  
Member of ImageGroup Holland B.V. 1-2019