

CADEAUTJES
UIT DE KEUKEN
van karolien

Leesexemplaar

voor mijn jongens

Leesexemplaar

KAROLIEN VANOPPEN

CADEAUTJES
UIT DE KEUKEN
van karolien

P E L C K M A N S

inhoud

VOORWOORD	7
DE VOORRAADKAST	8
HET MATERIAAL	10

ONTBIJT 12

Kruidige granola met pindakaas en noten	16
Ontbijtmuffins met bosbessen en crumble	18
Havermoutkoeken met rozijnen	20
American pancakes-mix	22
Bananecake met chocolade	24

TEA TIME 26

Scones met citroen en maanzaad	30
Lemoncurd	32
Theekopjesappelcrumble	34
Hartig shortbread met tuinkruiden	36
Klassieke madeleines	38
Kokosmakronen	40

PICKNICK 42

Miniaardbeiencakejes	46
Wafeltjes met honing en lavendel	48
Chocolademuffins	50
Picknicktrifle	52

KOEKJESDOOS	54
Hokey pokey	58
Chocolate chip cookies	60
Browniekoekjes	62
Gevulde karamelkoekjes	64
Biscotti met amandel	66
MANDJE AAN DE DEUR	68
Rocky road	72
Appelflapjes	74
Pindakaaskoeken	76
Luchtige yoghurtcake	78
TRAKTEREN	80
Snickerdoodles	84
Glutenvrije amandelkoekjes	86
Red velvet brownies	88
Een soort van snickerstaartje	90
KRAAMKOST	94
Diepvriescake	98
Hartige taart	100
Chocoladebrownies	104
Energiekoekjes	106
FEESTDAGEN	108
Gezouten karamellen voor kerst	112
Minivanillecakejes met mascarponefrosting voor Pasen	114
Sugar cookies voor valentijn	116
Cheesecake voor Antidieetdag (ja, die bestaat!)	118
DANKWOORD	120

voorwoord

Lieve bakker (in spe)

Ik stel me even kort voor: ik ben Karolien, 29 jaar, en ik heb een hoofd vol ideeën (die meestal over taart gaan) en een keuken vol ingrediënten (die meestal eindigen in een taart). Ik woon in het mooie Limburg met manlief, (verse) zoon Flor en poes Oscar. Ik hou van cadeautjes krijgen (duh), maar nog meer van cadeautjes geven. Zeker als die uit eigen keuken komen! Bakken vind ik heerlijk. Het maakt mijn hoofd leeg en tegelijkertijd zorgt het voor zin om nog meer te doen. Dat, in combinatie met creatieve vingers en een voorliefde voor alles wat mooi is ingepakt, zorgt ervoor dat dit boek op mijn lijf is geschreven. Want daar gaat het hier eigenlijk om, een mooi pakje maken van je gebak (en ander lekkers) en het cadeau geven. Maar geen nood als je het voor jezelf wil houden hoor, *I don't judge*.

Ik ben zo iemand die nooit kijkt voor hoeveel personen een recept is. Als ik iets nieuws probeer, is de kans dus groot dat ik met een voorraad voor minstens zes personen zit (oeps!). Heb ik dus wat gebak in huis? Dan is de kans heel groot dat ik het met me meeneem als ik op bezoek ga. Zelfs al moet ik naar de kapper. Ze zien me graag komen, denk ik.

Je voelt het al, ik ben dus iemand die niet graag met lege handen bij iemand aankomt. Met weinig tijd is dat vaak een bosje supermarktbloemen (weliswaar in een mooi stukje inpakpapier gedraaid) of een potje zelfgemaakte confituur. Dat laatste heb ik trouwens altijd op voorraad. Manlief krijgt de kriebels als hij me weer met lege confituurpotjes hoort rammelen ('Ga je nu wéér confituur maken?!'), maar van een bijna lege confituurkast krijg ik nog meer kriebels. Mijn grootouders stopten me ook altijd potjes in de handen ('Heb je nog appelspijs?') voor ik de deur uitging. Een mooie traditie om in ere te houden, niet? Maar goed, we wijken af.

Dit is geen boek over confituur of appelspijs (maar de lemoncurd kan je ook in de voorraadkast bewaren, *just saying*), wel over heerlijk gevulde mandjes, dozen en blikken. Een boek vol gebak, van koekjes tot taart, dat je met plezier (en met een grote 'zelfgemaakt!'-glimlach) kan afgeven. Wat zal je pas bevallen vriendin blij zijn met die kraamkostdoos. Of maak je zus eens blij met een ontbijtmand op haar verjaardag. Wedden dat ze het je volgend jaar opnieuw vraagt?

Heb je geen bakervaring en wil je er toch aan beginnen? Gewoon doen! Als je mij tien jaar geleden had gezegd dat ik zoveel zou bakken als ik nu doe, had ik eens héél hard gelachen (toen gebruikte ik de keukenkasten het liefst om schoenen in te stockeren). Proberen is de beste tip die ik je kan geven.

Bak het, pak het in en heb er vooral véél plezier mee.

Liefs, Karolien

PS. Mocht je geen zin hebben om zelf te bakken, maar heb je wel zin in de koekjes en cakes die erin staan? Doe dan gewoon het boek cadeau. Laat misschien per ongeluk een paar post-itjes zitten bij je favorieten. Win-win, toch?

Vind me op social media – Hou je niet van eten, poezen of baby's, dan stel ik voor om hier niet te gaan kijken. Je bent gewaarschuwd.

 @karolienvanoppen

 @foodblogvankarolien

Blog www.vankarolien.be



de voorraadkast

Om te bakken heb je geen moeilijke ingrediënten nodig: heb je **boter, bloem en eieren**, dan ben je al een heel eind op weg. Dat heb ik dan ook altijd in huis, samen met een pak **suiker, neutrale olie** en **vanille-extract**. Een cake is hier dus nooit ver weg!

Baking soda of bicarbonaat vind je wel vaker in de supermarkt bij de bakproducten. Vergis je niet met het bicarbonaat dat bij de poetsproducten staat, dat is vaak niet geschikt voor consumptie. Bicarbonaat is nog net iets anders dan bakpoeder, dus als ze beide in een recept staan, gebruik ze dan ook beide.

Zelfrijzende bloem is tarwebloem waarin **bakpoeder** is verwerkt. Heb je dit niet in huis, dan kan je gewone tarwebloem gebruiken en er zelf bakpoeder aan toevoegen (voor 500 gram bloem gebruik je 15 gram bakpoeder). Soms voegen we nog wat extra bakpoeder toe aan de zelfrijzende bloem voor extra luchtigheid, maar dat is niet altijd nodig.

Ik gebruik altijd ongezoeten **melkerij- of roomboter**. Gebruik ik olie in een recept, dan is het **zonnebloemolie**. Die is neutraal van smaak, je kan hem dus zonder problemen gebruiken. Olijfolie, bijvoorbeeld, heeft een uitgesproken smaak en is dus minder geschikt.

Vanillestokjes zijn schaars, dus ik gebruik ze eigenlijk vrij weinig. Enkel om vanille-extract en -suiker te maken, maar met die stokjes kom je eigenlijk jaren toe. Gebruik vanille-extract van goede kwaliteit, liefst geen vanille-essence (die smaakt nogal chemisch).

Om granola te maken heb ik altijd veel **kruiden, pitten** (zoals zonnebloem- en pompoenpitten) en wat **noten** in huis. Van dat laatste maakt de soort me niet veel uit, ik gebruik meestal gewoon wat ik in voorraad heb. Het zijn wel altijd ongezoeten en ongebrande noten.

Amandelmeel heb ik in huis om frangipane te maken, of de koekjes met dulce de leche. Het is vrij prijzig in de supermarkt, daarom koop ik het meestal online of in een molenwinkelkje.

Chocolade kan je ook altijd in mijn kast vinden (duh). Ik probeer meestal chocoladedruppels in huis te hebben, maar als dat niet het geval is, hak ik gewoon een tablet in stukjes. Gaat evengoed!

Pindakaas, die ik o.a. in de granola en pindakaaskoeken verwerk, koop ik gewoon in de supermarkt. Ik neem meestal een gladde variant, zonder stukjes.

Voor o.a. de granola en haverkoeken heb je **havervlokken** of **havermout** nodig. Havervlokken zijn wat grover, havermout is fijner gemalen. Ik vind ze beide geschikt voor zowel de koeken als de granola, maar hou er dan gewoon rekening mee dat je telkens een iets andere structuur krijgt. Mijn voorkeur gaat uit naar havervlokken voor granola en havermout voor de koeken. Je kan beide in de supermarkt vinden of (online) bij een notenwinkel.

Maiszetmeel – in de volksmond beter gekend als maïzena – gebruik je niet enkel om je sauzen in te dikken, ook in gebak is dit een topper. Gebruik hiervoor de gewone standaardvariant.

Eieren en **melk** probeer ik altijd in een biovariant te kopen. Blijfe kippen en koeien zorgen voor lekkere taart. :-)

Als je in een recept **cacaopoeder** ziet staan, gebruik dan geen chocolademelkpoeder, zoals Nesquik. Dit bevat meer suiker dan cacao en dan klopt je samenstelling niet meer. Gebruik gewoon cacaopoeder, zonder toevoegingen.

Oh, en wat het **zout** betreft – doe altijd een snuifje zout in je zoete gerechten. Dat snuifje maakt het écht lekkerder. Ik gebruik altijd fijn zeezout.

Met **bruine suiker** bedoel ik cassonade, de **lichtbruine suiker** die beter is gekend als kinnekessuiker of – zoals bij ons – als potsuiker.

Zie je **karnemelk** in een recept staan en heb je dit niet in huis? Vervang het door gewone, volle melk en giet er een scheutje azijn bij. Hierdoor wordt de melk zuur en is het een prima alternatief.



het materiaal

Naast ingrediënten heb je ook wel wat materiaal nodig. Maar vergis je niet, je hebt echt geen fancy apparatuur nodig om te beginnen. Met een mengkom en een houten lepel ben je al een heel eind op weg, maar de volgende materialen zijn toch wel handig.

Oven: ik bak in een heteluchtoven. Zorg ervoor dat je oven altijd voldoende is voorverwarmd. Een oven die niet warm genoeg is, kan je gebak laten mislukken.

Keukenweegschaal: een simpele digitale weegschaal is prima.

Maatlepeltjes: als er in een recept een verwijzing staat naar thee- of eetlepels, gebruik dan altijd een maatlepeltje. In elk huishouden hebben de lepels wel een andere maat en zo'n maatlepelset is veel nauwkeuriger. Vergelijk de inhoud van zo'n lepel (15ml) maar eens met de inhoud van je eigen eetlepel. Je zou wel eens kunnen schrikken! Die setjes vind je trouwens in de meeste bakwinkels.

Bakvormen: ik vermeld bij elk recept welke bakvorm je nodig hebt. Als je een paar basics in huis hebt, kan je al beginnen. Vermeld ik een andere maat dan jij in huis hebt? Pas dan de baktijd aan. In een grotere springvorm zal je taart veel sneller klaar zijn en wat platter uitvallen. Als je kleine cakejes bakt – zoals cupcakes – zorg er dan voor dat je de papieren vormpjes altijd nog in een bakvorm zet voor cupcakes. Anders bakken de cakejes helemaal plat, omdat het deeg het papier naar beneden duwt. Voor de madeleines heb je een speciale bakvorm nodig. Die vind je in bakwinkels.

Ijsbolschep: ik gebruik de klassieke ijsbolschep voor alles, behalve om ijs te scheppen. Koekjes vormen, pannenkoeken bakken en zelfs gehaktballen worden ermee afgemeten. Superhandig!

Bakspray: het ‘beboteren en bebloemen’ kan je ook vervangen door een bakspray, maar die gebruik ik zelf eigenlijk nooit. Ik doe het gewoon in de *old-fashioned way*.

Pannenlikkers: ik heb een hele kast vol, maar eentje volstaat. Let er bij aankoop op dat het rubber soepel is. Zo plooit hij mooi mee met de kom.

Een *old-fashioned garde*: geen siliconenvariant, maar een simpel roestvrijstalen exemplaar werkt het best. Mijn tip? Zet hem nooit in de vaatwasser, hierdoor loopt er water in het handvat en breekt het ding onvermijdelijk ooit in tweeën.

Keukenmachine: cakebeslag en het meeste koekjesdeeg meng ik in een keukenmachine (zoals een KitchenAid), voor stevig deeg, kruimeldeeg of deeg voor quiches, gebruik ik een foodprocessor (zoals een Magimix). Maar, zoals ik al zei, zonder lukt het ook. Het maakt het werk alleen nét wat gemakkelijker.



ontbijt

Havermoutkoeken met rozijnen



Kruidige granola met pindakaas en noten



Bananecake met chocolade



Ontbijtmuffins met bosbessen en crumble

American pancakes-mix

