

PITTIGE ITALIAANSE KIP UIT DE OVEN



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



400 G KIPFILET

PEPER EN ZOUT

BLOEM

2 EL OLIJFOLIE

2 TENEN KNOFLOOK

400 G TOMATENBLOKJES

2 SJALOTJES

RODE PEPER

2 TL GEDROOGDE ITALIAANSE KRUIDEN

100 G GERASPT KAAS

200 ML DROGE WITTE WIJN OF BOUILLON

1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Snipper de sjalotjes en de knoflook.
3. Maak de rode peper schoon en snijd hem fijn. Verhit een scheut olijfolie in een pan en fruit hierin de sjalotjes, knoflook en rode peper. Gebruik voor een minder pittig effect de helft van de peper.
4. Blus af met de wijn of de bouillon en laat een minuutje of drie inkoken.
5. Voeg de tomatenblokjes toe en breng aan de kook. Laat het geheel even inkoken tot het vocht is verdampt. Breng op smaak met de gedroogde kruiden en zout en peper.
6. Snijd de kipfilet in lange repen en bestrooi ze met wat peper, zout en bloem.
7. Bak de kip aan beide zijden bruin.
8. Vet een ovenschaal in en leg de kip erin.
9. Verdeel de tomatensaus erover en bestrooi met wat geraspte kaas.
10. Zet 20 minuten in de oven.
11. Serveer met brood, pasta of aardappels.

MAANDAG 1 JANUARI

NIEUWJAARSDAG

OMELET MET AARDAPPEL EN WALNOTEN



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



4 EIEREN

100 ML MELK

4 AARDAPPELS, IN STUKJES

50 G WALNOTEN, GROFGEHAKT

BOTER

2 TEENTJES KNOFLOOK, UITGEPERST

BLIKJE TOMATENPUREE (70 G)

PEPER EN ZOUT

VERSGEHAkte BIESLOOK

1. Meng de eieren met de melk, bieslook, tomatenpuree en peper en zout.
2. Bak de aardappelstukjes bruin in een hoge koekenpan. Voeg de knoflook toe en bak eventjes mee.
3. Draai het fornuis zacht en schenk de eieren en de walnoten in de pan. Doe de deksel op de pan en laat 10 minuten garen.
4. Draai dan de omelet om en bak de andere zijde in een minuut of 5 gaar.

WOENSDAG 7 FEBRUARI

MOELLEUX AU CHOCOLAT



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



25 G BOTER EN EXTRA OM IN TE VETTEN

VERDER NODIG:

175 G EXTRA PURE CHOCOLADE

BAKPAPIER

75 G SUIKER

4 RONDE OVENSCHAALTJES

2 GROTE EIEREN

25 G BLOEM

SNUFJE ZOUT



1. Verwarm de oven voor op 200°C.
2. Vet 4 ronde ovenschaaltjes in met boter en bekleed de bodem van de schaaltes met een rondje bakpapier.
3. Smelt de chocolade au bain-marie. Laat iets afkoelen.
4. Klop de zachte boter met de suiker tot een luchtige massa.
Voeg een snufje zout toe.
5. Zeef de bloem en roer hem losjes door het mengsel.
Gebruik een spatel om de gesmolten chocolade er voorzichtig door te roeren.
6. Schenk het beslag in de vormpjes en bak ze 8 minuten in de oven. Serveer direct.

ZONDAG 31 MAART

EERSTE PAASDAG

THAISE VISKOEKJES

INGREDIËNTEN
4 PERSONEN

750 G KABELJAUWFILET

1 KLEINE UI

1 RODE PEPER

5 EL BROODKRUIJ

1 EI

1 EL OESTERSAUS

1 EL CITROENSAP

2 TL GEHAKTE GEMBER

1 EL VERSE KORIANDER

OLIJFOLIE

ZOETE CHILISAUS

VERDER NODIG:

KEUKENMACHINE

HUISHOUDFOLIE

1. Snijd de vis in grove stukken. Verwijder de zaadjes en zaadlijsten uit de peper.
2. Hak de vis met de peper en de ui fijn in de keukenmachine.
3. Meng met een spatel de overige ingrediënten (behalve de olijfolie) door het vismengsel. Dek de kom af met huishoudfolie en zet minstens 30 minuten in de koelkast.
4. Draai met koude handen 12 ballen en maak ze plat. Bestrijk ze met een beetje olie en grill of bak de viskoekjes in 4 minuten per kant bruin en gaar.

Lekker met zoete chilisaus.

ZONDAG 5 MEI

BEVRIJDINGSDAG

HONGAARSE GOULASH



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



600 G RUNDERLAPPEN, IN DOBBELSTEENTJES
750 G VASTKOKENDE AARDAPPELS
3 UIEN, IN RINGEN
2 TENEN KNOFLOEK
1 GROENE EN 1 RODE PAPRIKA, IN REEPJES
60 G BOTER

ZOUT EN PEPER
1 EL PAPRIKAPOEDER
1 EL BLOEM
500 ML RUNDERBOUILLON, VAN TABLET
2 BLIKKEN TOMATENBLOKJES

1. Verhit tweederde van de boter in een hete pan en bak het vlees rondom bruin. Schep het vlees uit de pan en breng op smaak met zout en peper.
2. Verhit de rest van de boter in de nu lege pan en fruit hierin de uienringen. Bak de paprika en de uitgeperste knoflook een paar minuten mee. Breng op smaak met zout, peper en paprika-poeder. Voeg de bloem toe en bak deze bruin. Schenk al roerend de bouillon in de pan.
3. Voeg de tomatenblokjes en het vlees toe en laat alles met het deksel op de pan stoven voor een periode van anderhalf uur. Roer regelmatig even door.

Serveer het gerecht met gekookte aardappelen.

VRIJDAG 7 JUNI

COUSCOUS MET GROENTEN EN GEHAKTBALLETJES



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



400 G GEKRUIDE COUSCOUS

500 G RUNDERGEHAKT

1 COURGETTE

1 GELE PAPRIKA

1 RODE PAPRIKA

4 TOMATEN

250 G CHAMPIGNONS

1 TEENTJE KNOFLOOK

2 TL GROF ZEEZOUT

2 TL GEDROOGDE DRAGON

2 TL PAPRIKAPOEDER

1 EI

2 EL PANEERMEEL

OLIJFOLIE

GERASPTA KAAS

1. Bereid de couscous volgens de aanwijzingen op de verpakking en verwarm de grill even voor.
2. Snijd de groenten in plakjes en leg ze in een ingevette oven-schaal. Strooi de dragon en het zeezout erover en besprenkel met wat olijfolie. Strooi er een handvol geraspte kaas over en zet ze 25 minuten onder een hete grill.
3. Vermeng ondertussen het gehakt met het ei, het paneermeel, de paprikapoeder en wat zout en peper en vorm kleine balletjes. Bak de balletjes in 20 minuten bruin in een koekenpan.
4. Schep de couscous op de borden. Gebruik voor de groenten een schuimspaan zodat het vocht achterblijft. Leg als laatste de gehaktballetjes bovenop en serveer direct.

ZONDAG 28 JULI

KIPCORDONBLEUS MET GEGRILDE GROENTEN



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



800 G KRIELTJES IN

SCHIL

4 KIPFILETS

4 GROTE PLAKKEN KAAS

4 PLAKKEN HAM

BLOEM

PANEERMEEL

1 EI

1 RODE PAPRIKA

1 RODE UI

250 G CHERRYTOMATJES

OLIJFOLIE

PEPER EN ZOUT

PAPRIKAPOEDER

TAKJE VERSE TIJM

2 TEENTJES KNOFLOOK

VERDER NODIG:

COCKTAILPRIKKERS

DEEGROLLER

HUISHOUDFOLIE

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Leg huishoudfolie op de kipfilets en sla ze plat met een deegroller. Bestrooi de kipfilets met wat peper, zout en paprikapoeder en leg ze in een ingevette schaal.
3. Leg op iedere kipfilet een plak ham en een plak kaas, zodat de kip helemaal bedekt is. Rol ze op en zet ze vast met 2 cocktailprikkers.
4. Bestrooi een bord met bloem, een ander bord met paneermeel en kluts het ei in een kommetje. Haal de kipfilets eerst door de bloem, dan door het ei en dan door het paneermeel. Leg de kipfilets naast elkaar in het midden van de ovenschaal. Was de aardappeltjes en snijd oneffenheden weg als dat nodig is. Snijd ze in stukjes en doe ze in een kom.
5. Snijd de paprika, rode ui en cherrytomaatjes in stukjes en voeg deze bij de aardappelpartjes in de kom. Pers de teentjes knoflook erbij en besprenkel alles met wat olijfolie en tijm. Hussel de aardappels en groenten wat door elkaar en leg ze dan rondom de kipfilets in de ovenschaal.
6. Zet de ovenschaal in de oven en bak het gerecht 45 minuten. Haal de cocktailprikkers uit de kip voordat je ze serveert.

ZONDAG 15 SEPTEMBER

CANNELLONI MET KIP

INGREDIËNTEN
4 PERSONEN

1 UI	1 EL CITROENSAP	TOMATEN
2 TENEN KNOFLOOK	1 TL TIJM	2 BOLLEN MOZZARELLA
HALVE RODE PAPRIKA	2 EL BASILICUM	
2 SNEETJES OUD	4 EL PETERSELIE	VERDER NODIG:
WITBROOD	ZOUT EN PEPER	KEUKENMACHINE
250 G KIPFILET	1 TL BOUILLONPOEDER	
3 EL SLAGROOM	250 G CANNELLONI	
2 EIEREN	500 G GEZEEFDE	

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Hak de ui en de knoflook fijn en snijd de paprika klein. Haal de korst van het brood en scheur in stukjes.
3. Doe de kipfilet met het brood, de room en de eieren in de keukenmachine en maak er puree van. Voeg citroensap, tijm, basilicum, peterselie, zout, peper, ui, knoflook en paprika toe aan het kimpengsel.
4. Vul de cannelloni met het mengsel en leg ze naast elkaar in een ingevette ovenschaal.
5. Meng de gezeefde tomaten met het bouillonpoeder en basilicum en schenk over de cannelloni. Snijd de mozzarella in plakken en leg ze erop.
6. Bak het gerecht 45 minuten in de oven.

DONDERDAG 24 OKTOBER

TIRAMISU VAN KRUIDNOTEN



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



120 ML STERKE KOFFIE

1 EL HONING

100 G MASCARPONE

20 G SUIKER

200 G VANILLEKWARK

150 G KRUIDNOOTJES

50 G CACAPOEDER

1. Los de honing op in de hete koffie en laat afkoelen.
2. Meng met een mixer de mascarpone met de suiker. Voeg de vanillekwark toe en klop alles goed door.
3. Dompel de kruidnootjes onder in de afgekoelde koffie, zodat de kruidnoten zacht worden. Houd er nog een aantal achter voor de garnering.
4. Schep de kruidnootjes in een hoog schaalpje of glaasje. Schep daarover het mascarponemengsel en vervolgens weer een laagje kruidnootjes en mascarpone. Zet alles minstens een uur in de koelkast.
5. Strooi voor het serveren wat cacaopoeder over de tiramisu en leg er een paar (nog harde) kruidnootjes bovenop.

Deze tiramisu is zonder alcohol, dus ook geschikt voor kinderen.

DONDERDAG 5 DECEMBER

SINTERKLAAS

CITROENKIP MET OLIJVEN



INGREDIËNTEN
4 PERSONEN



1 SCHARRELKIP VAN 1 KILO

3 CITROENEN

75 G GROENE OLIJVEN, ONTPIT

75 G ZWARTE OLIJVEN, ONTPIT

BOSJE VERSE PETERSELIE

PEPER

GROFGEMALEN ZEEZOUT

2 TL KURKUMA

1 TL GEMBERPOEDER

1 TL KORIANDERPOEDER

OLIJFOLIE

VERDER NODIG:

BRAADSLEDE

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Rasp van 1 citroen de schil. Meng de rasp met kurkuma, gemberpoeder, koriander, zeezout en peper met een eetlepel olijfolie. Smeer de hele kip hiermee in.
3. Snijd de citroen zonder schil in 4 stukken en stop deze in de kip, samen met een derde van de olijven.
4. Vet een braadslede in met olijfolie en leg hierin de kip.
5. Snijd de overgebleven 2 citroenen in schijfjes en leg deze bovenop de kip.
6. Laat de kip ongeveer 45 minuten in de oven braden. Voeg dan een half kopje heet water toe en de rest van de olijven. Laat nog 15 minuten verder garen.
7. Hak de peterselie grof en strooi over de kip voor het serveren.

DONDERDAG 26 DECEMBER

TWEDE KERSTDAG