

Slowcooker Kookboek

Schrijver: Andries B.V.
Coverontwerp: Andries B.V.
ISBN: 9789465190563
© Andries B.V.

- **Stoofvlees met Bier**
 - **Kip Curry**
 - **Vegetarische Chili**
- **Goulash met Aardappelen**
 - **Pulled Pork**
- **Tomatensoep met Linzen**
 - **Kip Alfredo**
 - **Biftek Stroganoff**
 - **Lasagne**
 - **Ratatouille**
 - **Kip Tikka Masala**
- **Zuurkoolschotel met Worst**
 - **Linzen Dal**
- **Rode Bonen Stoofpot**
- **Kippensoep met Groenten**
 - **Beef Bourguignon**
 - **Pompoensoep**
- **Kip en Champignon Risotto**
- **Varkensschouder met Appels**
 - **Kikkererwtendoefpot**
- **Hartige Havermout met Groenten**
 - **Mediterrane Groenteschotel**
 - **Broccoli en Kaas Soep**
 - **Kip Fajita's**
 - **Vleesballen in Tomatensaus**
- **Ovengebakken Zalm met Citroen**
- **Geroosterde Groenten met Kruiden**
 - **Kip en Groentestoefpot**
 - **Aziatische Rijstschotel**
- **Maissoep met Geroosterde Paprika**
 - **Klassieke Gehaktbrood**
 - **Marokkaanse Tajine**
 - **Spinazie en Artisjokschotel**
 - **Boterkip met Kruiden**
 - **Kikkererwtencurry**
 - **Pompoenstoefpot**
 - **Kip Alfredo Pasta**
 - **Vegetarische Lasagne**
 - **Zuurkool met Rookworst**
 - **Runderstoefpot met Wortelen**
 - **Kip en Aardappel Curry**

- Garnalensoep
- Kip Paprikasoep
- Varkenskarbonade met Appelschijfjes
 - Groentestoofpot met Linzen
 - Kip Potpie
 - Italiaanse Bolognese
 - Aziatische Kip met Groenten
 - Biefstuk met Champignons
- Kikkererwten en Spinazie Stoofpot
 - Rode Linzensoep
 - Kip en Avocado Chili
 - Hartige Pompoenpuree
 - Kalkoenstoofpot met Cranberry
- Varkensstoofschotel met Sperziebonen
- Geroosterde Aubergine en Tomaat
 - Kip Mediterraans Stoofpot
 - Thaise Kokossoep
 - Vlees en Groente Stoofpot
 - Kip Fajita Stoofpot
 - Spinazie Lasagne
 - Aziatische Runderstoofpot
 - Vegetarische Korma
- Pompoen en Zoete Aardappel Stoofpot
 - Hartige Rijstschotel met Kip
 - Rundergehaktstoofpot
 - Kip en Rijst Curry
 - Groene Linzensoep
- Varkensspareribs met Barbecuesaus
 - Kip en Groente Paella
 - Marokkaanse Kippensoep
- Bietenstoofpot met Geitenkaas
 - Kip en Bacon Chili
 - Vegetarische Minestrone
- Citroen Kip met Aardappelen
 - Rijst en Bonen Stoofpot
 - Hartige Kaasfondue
 - Kip en Groentesoep
 - Vegetarische Shepherd's Pie
 - Kip en Citroengras Stoofpot
- Runderstoofpot met Paddenstoelen
- Kikkererwten en Zoete Aardappel Curry

- **Hartige Ovenschotel met Broccoli**
 - **Kip en Spinazie Lasagne**
- **Vegetarische Burrito Stoofpot**
 - **Kip en Tomaten Risotto**
 - **Hartige Quinoa Stoofpot**
- **Varkenshaas met Appel en Ui**
 - **Kip en Kokos Curry**
 - **Groentesoep met Barley**
- **Runderstoofpot met Wijn**
- **Kip en Avocado Stoofpot**
- **Vegetarische Chili sin Carne**
 - **Citroen en Kruiden Kip**
 - **Aardappel en Prei Soep**
 - **Kip en Mais Stoofpot**
- **Vlees en Aardappel Curry**
- **Spinazie en Feta Lasagne**
 - **Groene Curry met Kip**
 - **Kip en Ananas Stoofpot**
- **Vegetarische Macaroni en Kaas**
- **Runderstoofpot met Rode Wijn**
 - **Kip en Broccoli Alfredo**
 - **Hartige Pompoentaart**
- **Varkensstoofpot met Bier**
 - **Kip en Groente Tagine**
 - **Vegetarische Paella**
 - **Kip en Avocado Soep**
 - **Hartige Rijstpudding**
- **Runderstoofpot met Wortelen en Uien**
 - **Kip en Spinazie Curry**
 - **Vegetarische Bolognese**
- **Kip en Zoete Aardappel Stoofpot**
 - **Hartige Quiche met Groenten**
- **Varkensstoofschotel met Appels**
- **Kip en Paddenstoelen Risotto**
- **Vegetarische Shepherd's Pie**
 - **Kip Tikka Stoofpot**
 - **Hartige Aardappelgratin**
- **Runderstoofpot met Peultjes**
 - **Kip en Kokosnoot Curry**
- **Groentesoep met Tomaten**

Stoofvlees met Bier

Stoofvlees met bier is een klassiek Belgisch gerecht dat geliefd is om zijn rijke smaak en malse textuur. Dit gerecht is perfect voor de slowcooker, omdat het de tijd heeft om de smaken volledig te laten ontwikkelen en het vlees heerlijk zacht maakt. Traditioneel wordt stoofvlees bereid met donker bier, wat bijdraagt aan de diepe, complexe smaak die kenmerkend is voor dit comfort food. Ideaal voor koude dagen, brengt dit recept warmte en gezelligheid aan tafel.

Ingrediënten

- 1 kg rundvlees (zoals sukadelappen), in blokjes gesneden
- 2 uien, grof gesneden
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 2 wortels, in plakjes
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 500 ml donker Belgisch bier
- 2 laurierblaadjes
- 1 theelepel tijm
- 2 eetlepels mosterd
- Zout en peper naar smaak
- 2 eetlepels olie
- 1 eetlepel bloem (optioneel, voor dikker sauzen)

Bereidingswijze

1. Verhit de olie in een pan en braad het rundvlees aan alle kanten bruin. Dit geeft extra smaak aan het gerecht.
2. Neem het vlees uit de pan en voeg de uien en knoflook toe. Bak ze tot ze glazig zijn.
3. Voeg de tomatenpuree toe en bak een minuut mee om de smaken te laten ontwikkelen.
4. Doe het vlees terug in de slowcooker en voeg de wortels, laurierblaadjes, tijm en mosterd toe.
5. Giet het bier eroverheen en breng op smaak met zout en peper.
6. Stel de slowcooker in op laag en laat het gerecht 8 uur langzaam garen, of totdat het vlees uiterst mals is.
7. Als je een dikkere saus wilt, meng dan de bloem met een beetje water en roer dit door het stoofvlees. Laat het nog 30 minuten koken.
8. Serveer het stoofvlees met frietjes, aardappelpuree of vers brood en geniet van de rijke smaken.

Tips

Voor een nog diepere smaak kun je verschillende soorten bier proberen, zoals abdijbier of donker bier met karameltonen. Het toevoegen van een beetje appelazijn kan ook helpen om het vlees extra mals te maken. Dit gerecht kan goed van tevoren worden bereid en smaakt vaak de volgende dag nog beter nadat de smaken goed zijn ingetrokken.

Kip Curry

Kip curry is een heerlijk veelzijdig gerecht dat perfect tot zijn recht komt in de slowcooker. Met een mix van aromatische kruiden en romige kokosmelk, biedt dit recept een smaakvolle en hartige maaltijd die gemakkelijk te bereiden is. Ideaal voor drukke dagen, waarbij je 's ochtends de ingrediënten in de slowcooker kunt doen en 's avonds kunt genieten van een warme, zelfgemaakte curry. Serveer het met rijst of naanbrood voor een complete maaltijd.

Ingrediënten

- 600 gram kipdijfilet, in stukjes gesneden
- 1 grote ui, fijngehakt
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 rode paprika, in reepjes
- 1 groene paprika, in reepjes
- 2 eetlepels currypoeder
- 1 theelepel komijn
- 1 theelepel kurkuma
- 400 ml kokosmelk
- 200 ml kippenbouillon
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 1 eetlepel citroensap
- Zout en peper naar smaak
- 2 eetlepels olie
- Verse koriander, ter garnering

Bereidingswijze

1. Verhit de olie in een pan en bak de kipdijfilet rondom bruin. Dit zorgt voor extra smaak in het gerecht.
2. Neem de kip uit de pan en voeg de ui en knoflook toe. Bak tot de ui glazig is.
3. Voeg de currypoeder, komijn en kurkuma toe en bak een minuut mee om de kruiden te laten geuren.
4. Doe de kip terug in de slowcooker en voeg de rode en groene paprika toe.
5. Giet de kokosmelk en kippenbouillon erbij en roer de tomatenpuree erdoor.
6. Breng op smaak met zout, peper en citroensap.
7. Stel de slowcooker in op laag en laat het gerecht 6 tot 8 uur langzaam garen, of totdat de kip helemaal gaar en mals is.
8. Garneer met verse koriander en serveer met rijst of naanbrood.

Tips

Voor een extra kick kun je een rode chilipeper toevoegen of wat chilivlokken door de curry mengen. Voeg op het einde wat yoghurt of limoenrasp toe voor een frisse balans van smaken. Dit gerecht is ideaal om van tevoren te bereiden en smaakt de volgende dag nog beter doordat de smaken goed zijn ingetrokken.

Vegetarische Chili

Deze vegetarische chili zit boordevol groenten en bonen, waardoor het een voedzaam en vullend gerecht is. Perfect voor een gezonde maaltijd, waarbij de slowcooker de smaken langzaam laat ontwikkelen voor een rijke en bevredigende chili. Serveer met een topping van avocado, geraspte kaas of een lepeltje zure room voor extra smaak en textuur. Een geweldig gerecht voor vegetariërs en iedereen die op zoek is naar een heerlijke plantaardige optie.

Ingrediënten

- 2 uien, fijngehakt
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 2 wortels, in blokjes
- 2 stengels bleekselderij, in stukjes
- 1 rode paprika, in stukjes
- 1 groene paprika, in stukjes
- 2 courgettes, in blokjes
- 400 gram tomatenblokjes uit blik
- 400 gram zwarte bonen, afgespoeld en uitgelekt
- 400 gram kidneybonen, afgespoeld en uitgelekt
- 200 gram maïs, uitgelekt
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 1 eetlepel chilipoeder
- 1 theelepel komijn
- 1 theelepel gerookt paprikapoeder
- 1/2 theelepel cayennepeper (optioneel, voor extra pit)
- Zout en peper naar smaak
- 2 eetlepels olie
- Verse koriander, ter garnering
- Geraspte kaas en zure room, als topping

Bereidingswijze

1. Verhit de olie in een pan en bak de ui en knoflook tot ze zacht zijn.
2. Voeg de wortels, bleekselderij, rode en groene paprika toe en bak nog een paar minuten mee.
3. Strooi het chilipoeder, komijn, gerookt paprikapoeder en cayennepeper over de groenten en roer goed door.
4. Doe de gebakken groenten in de slowcooker en voeg de courgettes, tomatenblokjes, zwarte bonen, kidneybonen, maïs en tomatenpuree toe.
5. Breng op smaak met zout en peper en roer alles goed door elkaar.
6. Stel de slowcooker in op laag en laat de chili 6 tot 8 uur sudderen.
7. Proef en pas indien nodig de kruiden aan. Serveer met geraspte kaas, zure room en verse koriander.

Tips

Voor een diepere smaak kun je wat gerookte chorizo toevoegen voor niet-vegetariërs. Ook kan je een beetje donker chocolade of koffiedik toevoegen aan het einde voor een unieke smaakdimensie. Dit gerecht is ideaal om in grote hoeveelheden te maken en in de koelkast of vriezer te bewaren voor later gebruik.

Goulash met Aardappelen

Goulash is een traditioneel Hongaars gerecht dat rijk is aan smaak en perfect geschikt voor de slowcooker. In dit recept worden malse stukjes rundvlees langzaam gestoofd met paprika, uien en tomaten, waardoor een heerlijke, dikke saus ontstaat. De toevoeging van aardappelen maakt het gerecht nog vullender en zorgt ervoor dat elke hap boordevol smaak is. Ideaal voor een gezellige familiemaaltijd of om gasten te imponeren met een robuust en hartig gerecht.

Ingrediënten

- 800 gram rundvlees (bijv. sukadelappen), in blokjes gesneden
- 2 uien, grof gesneden
- 3 teentjes knoflook, fijnggehakt
- 2 rode paprika's, in reepjes
- 4 middelgrote aardappelen, in blokjes
- 400 gram tomatenblokjes uit blik
- 2 eetlepels paprikapoeder (bij voorkeur Hongaarse zoete paprika)
- 1 theelepel komijn
- 1 theelepel marjolein
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 500 ml runderbouillon
- 2 laurierblaadjes
- Zout en peper naar smaak
- 2 eetlepels olie
- Verse peterselie, ter garnering

Bereidingswijze

1. Verhit de olie in een pan en bak het rundvlees rondom bruin. Dit geeft extra diepte aan de smaak van de goulash.
2. Neem het vlees uit de pan en voeg de uien en knoflook toe. Bak tot de uien glazig zijn.
3. Voeg het paprikapoeder, komijn en marjolein toe en roer goed door om de kruiden vrij te laten komen.
4. Doe het vlees terug in de slowcooker en voeg de rode paprika, aardappelen, tomatenblokjes, tomatenpuree en runderbouillon toe.
5. Voeg de laurierblaadjes toe en breng op smaak met zout en peper.
6. Stel de slowcooker in op laag en laat de goulash 7 tot 8 uur langzaam garen, of totdat het vlees zacht is en de smaken goed zijn vermengd.
7. Verwijder de laurierblaadjes en garneer met verse peterselie. Serveer met vers brood of een schepje zure room.

Tips

Gebruik voor een authentiekere smaak Hongaarse zoete paprika en voeg een scheutje rode wijn toe voor extra diepte. Dit gerecht kan goed worden ingevroren, waardoor het een uitstekende keuze is voor maaltijden in de toekomst. Voor een extra romige textuur kun je op het einde wat crème fraîche door de goulash roeren.