

SNELLE JELLE



THE MESSY CHEF





WELKOM!

11

1. **BECHAMELSAUS** 18
2. **SCAMPI DIABOLIQUE** 21
3. **STEAK MET SAUS NAAR KEUZE** 24
4. **FRISSE GRIEKSE DIPSAUS** 34
5. **MOZZARELLA-TOMATENSAUS
MET WORSTMEATBALLS** 37
6. **SMOKEY BACONSAUS** 40
7. **VISSAUS MET
DILLE EN BIESLOOK** 45
8. **GOEDKOPE SALADEDRESSING** 46
9. **MIJN FAVORIETE BURGERSAUS!** 49
10. **PINDASAUS
(MET KIP EN KOMKOMMER)** 50
11. **SMOKEY PAPRIKASAUS
MET BACON** 53
12. **MIJN KASTART-SAUS** 56
13. **ZIGEUNERSAUS** 59
- DE KRACHT VAN PASTAWATER** 60
14. **SUPERSNELLE KERSTOMATEN-
SAUS MET HAM** 64
15. **SNELLE DIEPVRIES-
SPINAZIESAUS** 69
16. **CURRYSAUS MET GEROOKTE
ZALM EN ERWTJES** 72



17. KIDSPROOF BOLOGNESESAUS	75
HOE MAAK JE DE SAUS KINDVRIENDELIJKE?	76
18. 'CHICONS MET ESPE'-SAUS	79
MAAK JE PASTASAU'S TOP MET DEZE TOPPINGS	81
19. BARBECUESAU'S	84
20. TRAGE JELLES TRAGE BOLOGNESE	89
21. HUMMUSSAU'S (MET SPAGHETTI EN FETA)	90
22. KIP MASALA SAUS	93
23. CREAMY SRIRACHASAU'S	94
24. 'CAESAR STYLE'-SAUS	97
25. LOOKSAUS	98
26. AUBERGINE-RICOTTASAU'S (ALLA NORMA)	101
27. (STEAK MET) PEPERSAU'S	104
28. GROENE PESTO MET WALNOOT	107
29. RODE PESTO MET CASHEWNOTEN	110
30. ARRABBIATA MET CHORIZO	114
31. JELLES CHILI CON CARNE	118
32. BLOEMKOOLSAUS MET HAM	121



33. CURRY BOLOGNESE	122
FREQUENTLY ASKED SAUCE QUESTIONS	125
34. PREI- EN HAMSAUS	129
35. KLASSIEKE PUTTANESCA	130
36. KIPPENSAUS	133
37. SCAMPI-, COURGETTE- EN MASCARPONESAUS	134
38. MERGUEZ BOLOGNESE	137
39. SIMPELE SEAFOODSAUS	138
40. MAKKELIJKE GARNALENSAUS	141
41. SNELLE BRUINE VLEESSAUS	142
42. JELLES KRIEKENSAUS	145
WARM FRUIT?	146
43. KLASSIEKE KAASSAUS	148
44. MIJN MOEDERS CURRYSAUS	151
45. SWEET CHILI MAYO	154
46. SKYR-LOOKSAUS	154
47. ANANAS-CURRY MAYO	155
48. RELISH BURGERSAUS	155
DANKWOORD	159
INDEX	162



WELKOM!

Welkom bij *Snelle Jelle Snelle Sauzen*. Je zag het online formatje, met de bijbehorende catchy begintune gezongen door *the one and only* Kato, misschien wel al eens passeren op je socialemediakanalen. Na een jaar snelle video's gemaakt te hebben, is er nu ook het boek. Voor mij een logisch gevolg, een extraatje dat perfect past als kleine uitsmijter tussen de *Snelle Jelle*-boeken. Op vraag van jullie, gemaakt voor jullie. Geniet ervan, laat je onderdompelen in de wereld van roomsauzen, tomatensauzen en veel dips en tricks.

**'SAUZEN MAKEN IS MIJ MET DE PAPLEPEL
(ZEG MAAR POLLEPEL) INGEHOTEN.'**

Ik kan mij maar weinig gerechten van mijn moeder herinneren waar geen saus mee gemoeid was. Terwijl de kinderen in mijn klas grootgebracht en gevoederd werden vanuit het GVP-principe – groenten, vlees en *patatten* – voegde zij daar thuis steevast de S van saus aan toe. Eens per jaar moest de pot mayonaise (die altijd in het midden van de tafel bleef staan, ook al werd er niet gegeten) plaatsmaken voor een vaas met bloemen. Op Moederdag. Maar voor de rest was er altijd saus. De klassieke koude, de minder klassieke warme.

Daarom ben ik nog steeds zo verlekkerd op de combinatie van een warme peper- of tomatensaus met een kwak mayonaise. Bij de kip hoorde kippensaus, de vis kreeg een vissensaus en een bord zonder vleesjus voelde aan als een zondag

zonder *Samson en Gert*. Mijn moeder maakte saus, en haar saus maakte mij tot wie ik vandaag ben. Een bourgondiër, een levensgenieter pur saus – pur sang bedoel ik.

‘DE BESTE SAUS IS VEEL. VEEL SAUS.’

Saus is datgene wat alle ingrediënten op een bord samenbrengt. Saus is die ene vriend die de WhatsAppgroep voortdurend bombardeert met vragen als ‘iemand ietske drinken vanavond?’ of ‘dit weekend treden de Rollergemse Rodelende Ronny’s op in Café De Fruitige Fluim, wie heeft zin?’. Hij is diegene die ervoor zorgt dat alles en iedereen samenkomt. Hij zorgt voor de groepssfeer en geeft bestaansrecht aan de vriendengroep.

Je beseft het niet altijd, tot wanneer die vriend even twee weken op vakantie is en het ideaal terrasjesweer is, maar iedereen zit thuis TikTok af te scrollen. Dat is saus. Saus maakt – indien goed gemaakt uiteraard – van alle delen een geheel. En meer dan een geheel. Een gerecht. En de beste saus, is veel saus.

‘KLOP ERGENS ANDERS AAN, ALS JE EEN BEARNAISE WIL LEREN KLOPPEN.’

Verwacht je in dit boek niet aan een oplistijng van de meest klassieke sauzen en hoe je die vers kan en moet maken. In dit boek leer ik je niet hoe je ‘verse mayonaise’ op tafel tovert

of welke cijfervormige klopbewegingen je moet maken om de perfecte bearnaise te kunnen serveren. In dit boek maak ik geen runderfond die ik je vervolgens leer in te koken tot een perfecte *demiglace* saus die je na een hele dag zwoegen uiteindelijk in vijf minuten hebt opgelepeld. Neen, daar zijn andere chefs voor. Daar zijn restaurants voor.

In dit boek wil ik je leren hoe je met een saus van een door-deweekse maaltijd toch een feestmaal kan maken. Want dat is wat saus kan. Dat is wat het doet. Van simpele pastasauzen, hier en daar een klassieker, naar de perfecte burgersaus en smeuijge vriend bij een kom kip en rijst. Ik leer je slimme trucjes en geef je shortcuts. Dit boek is de kortste weg naar succes. Of zal ik zeggen: *the road to saussces*?

‘WAT EET IK BIJ DIE SAUS?’

Snelle Jelle Snelle Sauzen is meer dan een sausboek. Het is een boek met gerechten, maar dat altijd vertrekt vanuit de saus. Dat was voor mij een zeer belangrijke – en ook de enige voorwaarde – om dit boek te maken. Ik wil niet dat je je achteraf nog moet afvragen wat je bij een saus moet serveren.

Dit is, net als mijn *Snelle Jelle*-reeks, een boek voor dagelijks gebruik. Eentje om op zondag in te bladeren, de basis voor je boodschappenlijstje op maandag. Maak het bijbehorende gerecht op de foto, en ga lekker freewheelen door de saus ook in andere gerechten te verwerken. Voor je het weet, heb je per saus vier potentiële gerechten op je palmares staan. In dit boek vind je dus ook gewoon mijn favoriete pasta’s, dipsauzen en curry’s.

**'HAAST EN SPOED, SMAAKT GOED,
MAAR, EEN BEETJE GEWACHT, SMAAKT
SOMS BETER DAN VERWACHT.'**

Je kon het misschien al aflezen aan de titel: in wat volgt, vind je heel wat doordeweekse, makkelijke en dus vooral (je raadt het al) snelle sauzen. Da's de opzet van het boek, da's wat ook ik vaak eet tijdens de week. Maar zoals gedroogde worst van de slager vaak beter wordt als je die iets langer laat hangen, is dat bij een saus ook zo.

De sauzen in dit boek zijn allemaal gestart met: hoe kan ik in een mum van tijd zonder te zotte ingrediënten een smaakbom creëren? Maar heb je wat meer tijd? Laat sommige sauzen (zeker bepaalde tomatensauzen) dan iets langer pruttelen. Of bewaar ze een nacht in de koelkast, zodat ze de volgende dag nog lekkerder zijn. Het is maar een tip. Mealpreppen bespaart je vaak tijd en je wint er even vaak meer smaak mee.





RECEPTEN

BECHAMELSAUS

DE MOEDER VAN ALLE SAUZEN

VOOR 4 PERSONEN

15 MINUTEN

De moeder Theresa van alle sauzen, dat is de bechamelsaus. Ik vind dat dit een saus is die iedereen zou moeten kunnen maken. Voor de rest ben ik niet veeleisend, hoor. Deze saus is namelijk de basis van heel veel andere sauzen, ook in dit boek. En zelfs van allerhande gevulde kroketjes. Logisch dus dat dit recept als eerste in mijn boek staat. Volg het dwangmatig neurotisch, en dan kan ik je met een gerust en smeug hart doorheen de rest van dit boek loodsen!

INGREDIËNTEN

BEREIDING

- 45 g boter (≈ 3 eetlepels)
- 50 g bloem (≈ 3 eetlepels, afgestreken)
- 800 ml volle melk, koud of lauwwarm
- snufje nootmuskaat
- peper en zout

☞ Te dik? Voeg een scheut melk toe.

☞ Te dun? Laat nog even zacht inkoken.

1. **Start met de roux** (boter en bloem). Smelt de boter op een matig vuur in een steelpan. Laat ze niet kleuren. Voeg de bloem toe en roer met een garde (klopper).
2. Laat de roux 1 à 2 minuten **zacht garen**, terwijl je blijft roeren. De roux mag licht biscuitkleurig zijn, maar niet bruin.
3. Wat nu komt, is waar het vaak misgaat, dus let op. Haal de pan even van het vuur. Voeg een flinke scheut melk toe (200 ml). Roer tot je geen klonters meer hebt en zet dan terug op een zacht vuur. Voeg gelijkmatig de rest van de melk toe en blijf roeren.
4. Wordt de saus te dik of zie je klonters ontstaan? Haal de pan van het vuur en klop rustig.
5. **Laat de saus indikken.** Zet weer op een zacht vuur en laat 3 à 5 minuten pruttelen tot de saus indikt. Blijf roeren zodat ze niet aanbrandt.
6. Wordt de saus te snel dik? Haal ze even van het vuur.
7. **Werk af:** breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat.
8. Gebruik onmiddellijk of dek af met plasticfolie om velvorming te vermijden.





SCAMPI DIABOLIQUE

VOOR 4 PERSONEN

20 À 25 MINUTEN

Hoog op het lijstje van de sauzen waar je eigenlijk altijd mee scoort, maar die misschien wat in de vergetelheid zijn geraakt. Tot nu dan. Dit is een van de eerste sauzen die ik kon maken. Een vast kookkunstje tijdens een puberale date als achttienjarige. Een warm, en toch een koud kunstje. Simpel en o zo lekker.

INGREDIËNTEN

- 1 ui, fijngesneden
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 rode paprika, in fijne blokjes
- 1 gele paprika, in fijne blokjes
- 1 el tomatenpuree
- 2 el ketchup
- 1 tl chilivlokken
- 100 ml witte wijn
- 50 ml water
- 1 visbouillonblokje
- 200 ml volle room
- 600 g scampi, gepeld
- optioneel: 10 g verse of gedroogde dragon
- olijfolie
- peper en zout

BEREIDING

1. Verhit de olijfolie in een grote pan. Stoof de ui, de knoflook en de fijne blokjes rode en gele paprika zacht aan tot ze mooi zacht worden.
2. Voeg de tomatenpuree toe en laat kort meebakken voor extra diepte in de saus. Roer er daarna de ketchup en de chilivlokken door.
3. Blus met de witte wijn, voeg het water toe en verkruimel het visbouillonblokje. Laat enkele minuten zachtjes inkoken, zodat de smaken goed samenkomen.
4. Giet de volle room erbij en laat de saus zachtjes pruttelen, tot ze mooi romig wordt. Voeg eventueel wat verse of gedroogde dragon toe voor extra smaak.
5. Leg de scampi in de saus en laat ze enkele minuten garen tot ze mooi roze en net gaar zijn.

SERVEERTIP:

- ☞ Dragon gevonden in de winkel? Probeer het dan vooral mét. Dragon brengt net dat tikkeltje meer romantiek op je bord!

'DE KRUIDENKAST BIJ ONS THUIS WAS, NAAST DE SNOEPKAST, MIJN FAVORIETE PLEK OM TE GRASDUINEN.'

Op mijn 15e naar de winkel gaan en mijn zuurverdiende (of ja, gekregen) zakcentjes spenderen aan ingrediënten, dat was toen nog een brug te ver. Daarvoor had ik een te dure smaak op vlak van schoenen en je had nu eenmaal Globes nodig om een coole skaterboy te zijn. Eentje die goed kon verbergen dat hij niet kon skaten. Maar ik kon koken. Geen bord met wielmpjes, maar een bord met scampi diabolique. Ik moest het dus doen met wat er was. Een vijftal potjes gedroogde kruiden. Provençaalse kruiden, dille, dragon, oregano en rozemarijn. Meer was het niet, maar ik strooide er kwistig mee in het rond. Sommige skaters hadden ook vaak een zakje met een soort oregano mee naar school... Maar ik leerde dat ik slechts twee of drie soorten sauzen hoefde te maken, want door enkel de kruiden te veranderen, kreeg je een volledig andere saus. De basis was gelegd.



STEAK MET SAUS NAAR KEUZE

Een steak frites zonder saus is als een marathon lopen op je teenslippers. Het lukt wel, maar je moet toch serieus doorbijten. Bij steak hoort een goeie saus. Zelfs al is dat gewoon de boter waarin de steak gebakken is. Soms is dat zelfs nog de beste saus. Elke dinsdagmiddag maakte ons oma hetzelfde gerecht. Steak gebakken in veel boter met macaroni. En diegene die het flinkste was, mocht zijn portie macaroni in de pan gooien zodat de pasta al dat vlezig vet kon opnemen. Heerlijke tijden, was ik maar wat flinker geweest. Op de volgende pagina's toon ik jullie mijn vier favoriete sauzen zodat je niet per se vier euro extra moet betalen op restaurant voor een klein kommetje saus. Om nog maar te zwijgen over de prijs van de steak. Het zijn simpele sauzen, vereenvoudigd maar stuk voor stuk echt top. En ja, boter is dus een saus. En ja, ik eet daar altijd nog een kwak goeie, koude mayonaise bij. Want de combinatie van een warme saus en een koude saus, dat is als volledig rood en bezweet in een koel zwembad springen. Zalig!



STEAK MET SAUS NAAR KEUZE

GEWOON BOTER

VOOR 4 PERSONEN

5 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 200 g gezouten roomboter
- 2 teentjes knoflook
- 2 takjes gedroogde tijm
- 1 takje gedroogde rozemarijn

BEREIDING

1. Bak het vlees in de roomboter en laat het even rusten.
2. Voeg nog een klein klontje boter toe in de pan, samen met de knoflook en de kruiden. Laat de boter nog heel even zingen en that's it.
3. Is het een saus? Misschien niet. Kan je erin doppen met je frietjes? Ja!

STEAK MET SAUS NAAR KEUZE

MIJN MESSY CHEF'S SPECIAL

VOOR 4 PERSONEN

15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 2 el boter
- 250 g champignons, in schijfjes
- 1 el zwarte peper
- 1 sjalot, fijngesneden
- 100 ml cognac
- 2 el ketchup
- 1 runderbouillonblokje
- 200-250 ml volle room
- 1 tomaat, in kleine blokjes
- 2 takjes verse dragon, fijngehakt

BEREIDING

1. Smelt de boter in een pan en bak de champignons goudbruin. Voeg meteen de zwarte peper toe, zodat die mee kan bakken.
2. Voeg daarna de fijngesneden sjalot toe. Zet het vuur wat zachter en laat stoven tot ze zacht wordt.
3. Blus met de cognac en laat kort inkoken, zodat de alcohol verdampst en de smaak intenser wordt.
4. Roer de ketchup erdoor, verkruimel het runderbouillonblokje en giet vervolgens de volle room in de pan. Laat de saus zachtjes pruttelen tot ze mooi romig wordt.
5. Meng de tomatenblokjes en wat verse dragon onder de saus en laat nog kort mee verwarmen.



STEAK MET SAUS NAAR KEUZE

PEPERSAUS

VOOR 4 PERSONEN

10 MINUTEN VOORBEREIDING
20 MINUTEN BEREIDING

INGREDIËNTEN

- 1 el gemalen zwarte peper
- 1 el boter
- 1 sjalot, fijngesnipperd
- 100 ml cognac
- 300 ml volle room
- 1 runderbouillonblokje
- 1 el sojasaus

BEREIDING

1. Verhit een droge pan op een middelhoog vuur en bak de gemalen zwarte peper kort, zodat de aroma's goed vrijkomen.
2. Voeg daarna de boter toe samen met de sjalot. Laat de sjalot rustig bakken tot ze zacht wordt, zonder te kleuren.
3. Blus met de cognac en laat kort inkoken, zodat de alcohol verdampt en de smaak geconcentreerd wordt.
4. Giet de volle room erbij en verkruimel het runderbouillonblokje in de saus. Laat zachtjes pruttelen tot de saus licht indikt.
5. Roer de sojasaus erdoor voor extra diepte en hartigheid. Kruid eventueel bij met extra peper of zout (let op, want sojasaus is al zout).

STEAK MET SAUS NAAR KEUZE

DRAGONROOMSAUS

(DE SMAAK VAN BEARNAISE, ZONDER DE GEKENDE MALAISE)

VOOR 4 PERSONEN

15 MINUTEN

INGREDIËNTEN

- 1 sjalot, fijngesneden
- 1 teen knoflook, gepeld
- 100 ml witte wijn
- 300 ml volle room
- 1 kippenbouillonblokje, fijngehakt
- 4 takjes verse dragon
- boter

SERVEERTIP:

🍷 Ook lekker bij:
gebakken zalm met
dragonsaus, gekookte
patatjes en prei;
kip met kroketjes, rucola-
slaatje en dragonroomsaus;
pasta met scampi en dra-
gonroomsaus.

BEREIDING

1. Smelt de boter in een pan en fruit de fijngesneden sjalot zacht.
2. Voeg de teen knoflook toe en laat rustig mee stoven, zodat de boter de looksmaak opneemt.
3. Blus met de witte wijn en laat goed inkoken, zodat de smaak geconcentreerd wordt. Haal daarna de teen knoflook uit de saus.
4. Giet de volle room erbij en verkruimel het kippenbouillonblokje in de saus. Laat zachtjes pruttelen tot de saus licht indikt.
5. Voeg royaal verse dragon toe en kruid met peper en eventueel een beetje zout.



FRISSE GRIEKSE DIPSAUS

VOOR 4 PERSONEN

10 MINUTEN

Belgen zijn dippers. Of het nu rauwe bloemkoolroosjes en worteltjes zijn, tortillachips of een subtiele wijsvinger terwijl niemand kijkt. Staat er iets krokants op de aperotafel, dan hoort daar een dipsaus bij – dat is een ongeschreven Vlaamse regel. Zoals trager rijden als je een lagere school nadert en een gratis *schelletje* hespenworst bij de slager.

INGREDIËNTEN

- 3 el mayonaise
- 200 g Griekse yoghurt
- 80 g feta
- ½ komkommer, in kleine blokjes
- 1 teen knoflook, geraspt
- 1 à 2 el verse dille, fijngehakt
- een paar zongedroogde tomaatjes
- peper en zout

BEREIDING

1. Meng de mayonaise en Griekse yoghurt in een kom tot een frisse, romige basis.
2. Verkrummel de feta erbij en roer los door de saus, zodat er nog wat kleine stukjes zichtbaar blijven.
3. Voeg de blokjes komkommer, geraspte knoflook en fijngehakte dille toe. Meng goed.
4. Kruid met peper en zout en voeg wat zongedroogde tomaten toe.
5. Laat nog even staan in de koelkast.

SERVEERTIPS:

- 👉 Lekker bij pita, gegrilde groenten, vlees of als frisse saus bij barbecuegerechten.
- 👉 Heel lekker met Doritos nacho cheese.

