



*Ruud 's Kookboek*

***Cranberryrecepten / v0.3***

## **Inhoudsopgave.**

Cranberrymousse. ....	3
Scones met cranberry-sinaasappel-jam. ....	4
Zuurkoolschotel met aardappelen, cranberry's en gehakt. ....	5
Gebruikte afkortingen. ....	6

## Cranberrymousse.



**Menugang:** Bijgerecht  
**Keuken:** -  
**Pesonen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** -

### Ingrediënten

30 g aardappelmeel  
250 g cranberry's  
150 g suiker  
2½ dl wijn, rode  
- zout

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Kook de cranberry's in de rode wijn met de suiker en een snufje zout.  
Laat de bessen, als u ze duidelijk hoort openknallen, nog 1 min. koken.  
Bind daarna met 30 g aangemaakte aardappelmeel.  
Na afkoeling is het resultaat een nogal stijve bessenmoes.

### Tips:

Uitstekend geschikt als saus bij wild.  
Je kunt er bijv. uitgeholde en gepocheerde appelhelften kunt vullen.  
Je kunt de moes ook serveren bij vanille- of vruchtenijs.

## Scones met cranberry-sinaasappel-jam.



**Menugang:** Brunch-,  
ontbijtgerecht, tussen-  
doortje  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 4-6  
**Sterren:** \*\*\*  
**Snel / Slink**  
**Bron:** Boodschappen.nl,  
Food & friends

### Ingrediënten

1 tl bakpoeder  
- bloem, om te  
bestuiven  
50 g boter  
1 pt cranberrycompote  
125 ml crème fraîche  
1 ei  
2 el likeur, sinaasappel-  
of port, rode  
225 g meel, bak-,  
zelfrijzend  
75 ml melk of melk,  
karne-  
1 sinaasappel, rasp en  
sap van  
2 el suiker of suiker,  
basterd-, witte  
- zout  
  
- bakplaat, ingevet

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 220°C.  
Meng het bakmeel met de bakpoeder, suiker en  
een snuffje zout.  
Voeg de boter toe en wrijf het met de  
vingertoppen tot een fijn kruim.  
Scheep het in een kom en maak een kuiltje in het  
midden.  
Klop in een andere kom het ei los met de melk  
en houd 1 eetlepel van dit mengsel apart.  
Giet de rest bij het meelmengsel en meng het  
er met een vork doorheen.  
Kneed het deeg goed door.  
Voeg nog wat bloem toe als het deeg te  
plakkerig is.  
Rol 4-6 gelijke bolletjes van het deeg.  
Verdeel ze over de bakplaat en druk ze plat tot  
ca. 2½ cm hoog.  
Bestrijk ze met het eimengsel en bak de scones  
in de oven in 8-10 min. goudgeel en gaar.  
Leg ze op een rooster en laat ze een beetje  
afkoelen.  
Verwarm intussen de cranberrycompote met de  
sinaasappelrasp, -sap en -likeur (zonder te  
koken).  
Serveer de scones met de crème fraîche en de  
jam.

### Tip:

Deze scones serveer je met jam en crème  
fraîche. Maar om de romige Engelse 'clotted  
cream' te evenaren kun je een deel van de  
crème fraîche ook vervangen door nog  
romigere mascarpone.

Bereidingstijd: 15 min.  
Grill-/oventijd: 10 min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: 290  
Eiwit: 6 g  
Koolhydraten: 46 g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: 8 g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: 6 g  
Vezels: 2 g  
Groente: - g  
Zout: 0,6 g

## Zuurkoolschotel met aardappelen, cranberry's en gehakt.



**Menugang:** Hoofdgerecht  
**Keuken:** -  
**Personen:** 2  
**Sterren:** \*\*\*  
**Snel / Slank**  
**Bron:** Alette van de Staaij

### Ingrediënten

400 g aardappelen  
50 g cranberry's, gedroogde  
200 g gehakt, runder-  
1 tl kerriepoeder  
1 el ketjap  
- margarine  
- melk  
30 g paneermeel  
1 tl paprikapoeder  
- peper, versgemalen  
1 ui, kleine  
- zout  
1 zk zuurkool (500 g)

### Bereiding.

Schil de aardappelen.  
Kook de aardappelen met een snufje zout.  
Doe de zuurkool in de pan.  
Spoel de zuurkool 1 keer af met warm water.  
Doe de cranberry's bij de zuurkool en laat de zuurkool in een laagje water 5 min. koken.  
Snijd de ui in kleine blokjes.  
Doe het gehakt in een koekenpan en voeg de ui, 1 tl kerriepoeder, 1 tl paprikapoeder, een scheut ketjap, 1 snf peper en 1 snf zout toe.  
Bak het gehakt rul.  
Giet de aardappels af.  
Voeg aan de aardappelen een scheut melk en een klont margarine toe en stamp dit met de pureestamper tot aardappelpuree.  
Pak een ovenschaal.  
Beleg de bodem met een dun laagje aardappelpuree, daarboven op komt een laagje zuurkool met de cranberry's, voeg dan een dun laagje gehakt toe en dek het vervolgens af met een laagje aardappelpuree.  
Strooi er 30 g paneermeel overheen, voor een knapperig korstje.  
Zet dit 10 min. in de oven, totdat het paneermeel een goudbruine kleur heeft gekregen.  
Verdeel de zuurkoolschotel over twee borden.

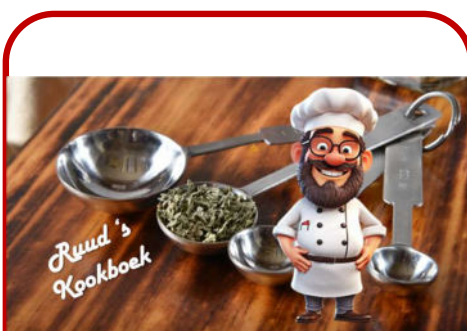
### Tips:

Voor een vegetarisch recept kun je vegetarische gehakt gebruiken.  
Vervang de cranberry's eens door rozijnen.

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g



## Gebruikte afkortingen.



v2.2

Aforting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.2

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	StAAFje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepел
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Voorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

*Ik steun..*



**Blind** Elephant  
Stg. **E**xperience

*..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:  
**NL63 RBRB 0943 525 756**

Compressed by

