



Ruud 's Kookboek

Algerijnse recepten / v0.5

Inhoudsopgave.

Algerijnse groentepasteitjes.....	3
Algerijnse sperziebonen.	4
Algerijnse spinazie.	5
Choba adas - linzensoep.	6
Râs al hânout - ras el hanout III.	7
Gebruikte afkortingen.	8

Algerijnse groentepasteitjes.



Menugang: Bij-, voor-
gerecht, snack
Keuken: Algerijnse
Stuks: 8
Sterren: ****
Bron: Tajine.nl

Ingrediënten

1 rl bladerdeeg,
koelvers (of diepvries)
3 tn knoflook
- olie, olijf-
1 paprika, groene
- peper, naar smaak
5 tomaten
1 ui
- zout, naar smaak

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.

Doop de tomaten een paar tellen in kokend water en laat ze schrikken onder koud water. Je kunt zo gemakkelijk de velletjes verwijderen.

Verwijder ook het vocht en de pitjes en snijd ze in kleine stukjes.

Hak de ui fijn.

Verwijder steeltje, pitjes en zaadlijsten uit de groene paprika en snijd die in kleine stukjes.

Hak de tenen knoflook fijn.

Verhit een scheut olijfolie en fruit daarin de ui, de paprika en de knoflook.

Voeg er dan de stukjes tomaat en peper en zout naar smaak aan toe .

Roer alles goed door elkaar en laat het zachtjes stoven (totdat alle vocht verdwenen is).

Verwarm de oven voor op 210°C.

Snijd met een ronde uitsteekvorm (of een glas) rondjes deeg uit het verse (of het ontdooide diepvries-) bladerdeeg (ø ca. 7 cm).

Schep een lepel van de vulling in het midden van de rondjes deeg.

Bevochtig de randen van het deeg met wat water en plak ze dicht (zie afbeelding).

Werk de randen van het deeg mooi af met een vork.

Beleg een bakplaat met bakpapier en leg de pasteitjes er op.

Bestrijk ze evt. met wat losgeklopt eigeel en laat ze ca. 15 min. bakken (totdat de pasteitjes mooi goudbruin zijn).

Algerijnse sperziebonen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Afrikaanse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Carta-Johan, Frank Hendriksen

Ingrediënten

400 g bonen, sperzie-, gehalveerd
1 dl bouillon, groente-
2 tn knoflook, fijngehakt
1 tl komijn
½ tl kruidnagel
- olie, olijf-
1 tl paprika

Bereidingstijd: 20-25 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.

Bak de knoflook, de komijn, de paprika en de kruidnagel 5 min. in olijfolie.
Voeg de sperziebonen toe en roer ze goed om.
Voeg de bouillon toe en kook de sperziebonen 15 min. zachtjes.

Algerijnse spinazie.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Afrikaanse, Algerijnse
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: JannyDeMoor.nl

Ingrediënten

1 tn knoflook, fijn-gesneden
2 lamskoteletten, dubbele
1 limoen
4 el olie, olijf-
2 el olijven, taggia-
1 snf peper, cayenne-
- peper, versgemalen
400 g spinazie, wilde
2 tomaten, ontvelde
1 el tomatenpuree
2 uitjes, bos-, in dunne plakjes
- zout

Bereiding.

Was en centrifugeer de spinazie.
Bestrooi de lamskoteletten met peper en zout.
Verhit de olie in een heel wijde koekenpan.
Schroei hierin de de lamskoteletten rondom dicht en bak ze aan weersijden bruin (4 min. per kant).
Neem de koteletten uit de pan.
Laat de spinazie met de uitjes en de knoflook, al omscheppend, slinken in het achtergebleven braadvet.
Roer de tomatenpuree, aangelengd met 2 el water en de cayennepeper erdoor.
Strooi de olijven er bovenop.
Smoor de groente kort met de deksel op de pan.
Warm het vlees nog even toegedekt mee.
Serveer het gerecht met dunne plakjes limoen op de koteletten en partjes tomaat op de spinazie.

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

Choba adas - linzensoep.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Algerijnse
Personen: 3-4
Sterren: ***
Bron: ReceptenGids.net

Ingrediënten

2 stl bleekselderij, fijngehakt
1 l bouillon, groente-
1 citroen
3 tn knoflook, geplet
1 tl komijn, gemalen
1 bs koriander, gehakt
1 tl korianderpoeder
½ tl kurkuma
150 g linzen, groene
3 tomaten, gehakt
1 ui, fijngehakt
2 wortels, fijngehakt

Bereiding.

Fruit de ui, de wortels en de bleekselderij met een beetje olijfolie tot het zacht is. Voeg de knoflook, de kruiden en de tomaten toe en laat het geheel nog 2 min. koken. Voeg de linzen, de bouillon, zout en peper (naar smaak) toe, dek het af en laat het 30 min. sudderen, of tot de linzen zacht zijn. Knijp de citroen uit en voeg de gehakte koriander toe.

6

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

Râs al hânout - ras el hanout III.



Menugang: -
Keuken: Algerijnse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: GoedKoken.nl

Ingrediënten

1 tl chilipoeder
1 tl foelie, gemalen
1 tl geelwortel
(koenjit), gemalen
1 el gemberpoeder
1 kaneelstokje,
verbrosseld
12 kardemonpeultjes
2 kruidnagelen
1 muskaatnoot, geraspt
1 tl peperkorrels,
zwarte
1 tl piment, gemalen

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.

Haal de zaadjes uit de kardemon peultjes.
Rooster de kardemonzaadjes, de peperkorrels,
De kruidnagels en de kaneel in een droge
koekenpan met een dikke bodem tot het aroma
vrijkomt.
Maal ze fijn in een specerijenmolentje of een
vijzel met stamper.
Vermeng het mengsel met de gemalen
specerijen en stop dit in een afsluitbaar potje.

Gebruikte afkortingen.



v2.1

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
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje
kpl	Klein plukje



v2.1

Afkorting	Betekenis
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	Staaftje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toeftje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..  *..U ook???*

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

Compressed by  PDF24