



Ryud 's Kookboek

Kaasrecepten IV v3.2

Inhoudsopgave.

Aardappelkroketjes met kaas en spek (airfryer)	3
Appenzeller®-taartjes.	4
Armeense kaasrolletjes.	5
Aspergeschotel met Parmezaanse kaas.	6
Cannelloni met spinazie en ricotta.	7
Carpaccio met geitenkaaskerstballen.	8
Cheesy meatloaf met cheddar en tijm.	9
Ciabatta met gegrilde groenten, hummus en kaas.	10
Ciabatta met gorgonzola en rode ui.	11
Feta-honing rolletjes.	12
Firinda sebze mürver - Turkse groente- en fetaschotel uit de oven.	13
Flammkuchen met brie en appel.	14
Fondue van langoustines met oude comté, mousseux van schaaldieren.	16
Griekse gebakken feta met olijven en pepers.	17
Kabeljauw-, schol- of tilapiafilet met camembert en tomaat.	18
Kabeljauwpakketjes met groente en Parmezaanse kaas.	19
Kraak en smaak.	20
Krokant beursje met St. Bernardus-kaas en gekarameliseerde peren.	21
Loaded chips met mozzarella, tomaat en pesto (airfryer).	22
Omelet met bleekselderij en hüttenkäse.	23
Oude kaas omeletjes met tuinkers.	24
Ovenaardappeltjes met kaas en tartaar.	25
Pannenkoekenwraps met boerenkool en komijnkaas.	26
Roomkaas-truffelspread.	27
Rundercarpaccio met parmezaan en rucola.	28
Salami-roomkaashoortjes.	29
Stimpstamp met blauwe kaas.	30
Tosti met salami en brie.	31
Tosti's met chutney van rode ui en cheddar.	32
Uiensoep met cognac en komijnekaas.	33
Verse kaas en zalm amuse.	34
Zwitserse snack.	35
Gebruikte afkortingen.	36

Aardappelkroketjes met kaas en spek (airfryer).



Menugang: Bijgerecht, hapje, snack
Keuken: -
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: KeukenLiefde.nl

Ingrediënten

600 g aardappelkroketjes
150 g kaas, jong belegen, gehalveerde plakjes
150 g ontbijtspek, gerookt, gehalveerde plakjes

Bereidingstijd: 10 min.
Airfryertijd: ca. 13 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.

Verhit de airfryer voor op 180°C. Wikkel om elk aardappelkroketje een half plakje kaas en een half plakje ontbijtspek. Leg de aardappelkroketjes in het mandje van de airfryer en bak ze 13 min., of tot ze goudbruin zijn.

Tip:

Je kunt deze aardappelkroketjes serveren bij de avondmaaltijd, maar ze zijn ook heerlijk om als hapje of snack te serveren. Serveer ze dan met een lekkere dipsaus erbij van bijvoorbeeld twee delen barbecuesaus en één deel mayonaise. Of maak een andere lekkere dipsaus naar wens.

Lekker om te serveren bij:

- Biefstuk met stroganoffsaus
- Varkenshaas met champignonroomsaus
- Hazenrug met portsaus

Appenzeller®-taartjes.



Menugang: Hapjes
Keuken: Zwitserse
Aantal: 4 grote of 8 kleine
Sterren: ***
Bron: Kaas uit Zwitserland

Ingrediënten

100 g Appenzeller®, geraspt
1 el bloem
1 el boter
200 g deeg, kruimel-
1 ei, losgeklopt
1 tn knoflook, fijngehakt
1 dl melk
1 mp nootmuskaat
1 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
2 uien, in partjes
- zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor tot 180°C.
Verwarm de olijfolie in een bakpan.
Fruit de ui met het knoflook.
Rol het deeg uit met behulp van een deegroller.
Steek met een uitsteekvorm (Ø 14 cm) vier schijven uit het deeg.
Beboter en bebloem 4 taartvormpjes met een doorsnee van 10 cm.
Plaats de schijven deeg in de vormpjes.
Prik met een vork gaatjes in de taartbodems.
Verdeel de ui en de Appenzeller® over de taartbodems.
Meng in een kom het ei, de melk, de nootmuskaat, een snufje zout en een snufje peper.
Vul de taartjes met dit mengsel.
Bak de taartjes 15-20 min. in de oven.

Tip:

Heerlijk met een gemengde salade.



Bereidingstijd: 25-30 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

Armeense kaasrolletjes.



Menugang: Hapje, snack
Keuken: Armeense
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
Receptengalerie.nl

Ingrediënten

240 g feta
240 g kaas, room-
- lavash, platbrood (bv
chapati) of volkoren
tortilla's
½ bs koriander (of naar
smaak)
ca. 12 olijven, zwarte
1 peper, groene , in fijne
reepjes

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.

Meng de roomkaas en de feta (tot een egale substantie).

Voeg zo nodig een beetje water van de feta toe om het mengsel romiger te maken.

Hak de koriander fijn en werk die door het kaasmengsel.

Gebruik het kaasmengsel als een spread voor de lavash, platbrood etc.....

Strooi er steeds wat fijngesneden stukjes groene peper en een paar zwarte olijven op en rol het platbrood of de tortilla dan op.

Zo'n rol(letje) wordt niet, wat hier vaak gedaan wordt, overdwars in stukjes gesneden maar is in zijn geheel bestemd voor één persoon, die het rolletje vanuit de hand "hap" na "hap" relaxed als een snack op eet.

Aspergeschotel met Parmezaanse kaas.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

1 kg asperges, witte
50 g boter
75 g kaas, Parmezaanse (stukje)
- peper, zwarte, versgemalen
- zout

- lage ovenschaal (± 20x30 cm)

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.

Breng in een pan ruim water met zout aan de kook.

Schil de asperges met een dunschiller vanaf vlak onder het kopje naar beneden, snijd de houtachtige uiteinden (2-3 cm) eraf en kook de asperges in het kokende water in ± 10 min. beetgaar.

Verwarm intussen de oven voor op 200°C.

Rasp de kaas.

Smelt de boter in een (steel)pan.

Laat de asperges in een vergiet uitlekken en leg ze naast elkaar in de ovenschaal.

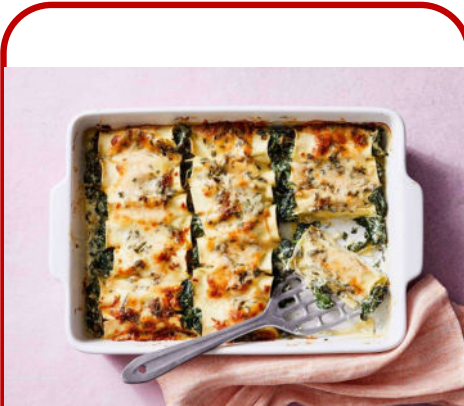
Schenk de boter erover, zodat alle asperges ermee zijn bedekt.

Bestrooi ze met peper en kaas en laat de aspergeschotel in het midden van de oven in ± 20 min. gaar en goudbruin worden.

Tip:

Lekker bij kalfsvlees of entrecote en krielaardappeltjes.

Cannelloni met spinazie en ricotta.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande 2009-08, 2020-05

Ingrediënten

1 citroen
100 g gorgonzola
100 g kaas, Parmezaanse
2 tn knoflook
10 g kruidenmix, Italiaanse, verse
250 g lasagnabladen, koelverse
200 ml melk, volle
2 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
500 g ricotta
600 g spinazie, verse

- aluminiumfolie
- ovenschaal, ingevet (25x35 cm)

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Snij de knoflook in dunne plakjes.
Verhit de olie in een hapjespan.
Bak de knoflook 1 min. en voeg de spinazie in gedeelten toe.
Laat de spinazie helemaal slinken en roer die door.
Laat de spinazie goed uitlekken in een vergiet.
Roer in een kom de ricotta door de spinazie.
Boen de citroen, rasp de schil en meng deze door het ricottamengsel.
Breng het geheel op smaak met peper en zout.
Halveer de lasagnevellen in de breedte en verdeel het ricottamengsel erover.
Rol de vellen op en leg ze in de ovenschaal.
Ris de blaadjes van de takjes kruiden en snijd ze fijn.
Verkruimel de gorgonzola.
Doe de gorgonzola en de kruiden in een kom, meng de melk erdoor en breng het op smaak met peper en evt. zout.
Verdeel het gorgonzolamengsel over de rolletjes.
Bestrooi de rolletjes met de Parmezaanse kaas.
Dek de schaal af met aluminiumfolie.
Bak de cannelloni ca. 35 min in het midden van de oven.
Verwijder na 20 min. de folie en bak de cannelloni tot goudbruin en gaar.

Bereidingstijd: 25 min.
Grill-/oventijd: 35 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 715
Eiwit: 36 g
Koolhydraten: 44 g
w/v suikers: 9 g
Natrium: 720 mg
Vet: 43 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 24 g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: - g

Carpaccio met geitenkaaskerstballen.



Menugang: Tussen-,
voorgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: DekaMarkt,
Eatertainment

Ingrediënten

300 g carpaccio
70 g cranberry's,
gedroogde
300 g geitenkaas-
schijfjes
½ komkommer
2 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
3 tk peterselie, krul-
100 g sla, blad-, jonge
- zout

Bereidingstijd: 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.

Hak 2/3 van de (bijgeleverde) pijnboompitten, de peterselie en de gedroogde cranberry's fijn en meng ze door elkaar.

Rol de geitenkaasschijfjes tot balletjes en rol deze door het pijnboompitmengsel.

Schaaf de komkommer met een kaasschaaf of mandoline over de lengte in lange plakken en rol ze op.

Verdeel de jonge bladsla over de borden en verdeel hier de carpaccio, komkommerrolletjes, geitenkaaskerstballetjes en de (bijgeleverde) Parmezaanse kaas over.

Meng de overige pijnboompitten met de (bijgeleverde) pesto en de olijfolie.

Verdeel dit over de carpaccio.

Breng het gerecht op smaak met versgemalen peper en zout en serveer.

Cheesy meatloaf met cheddar en tijm.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Oma's recepten

Ingrediënten

1 kp broodkruimels
1 ei, groot
500 g gehakt, runder-
250 g gehakt, varkens-
2 el honing
½ kp kaas, cheddar-,
geraspte
¼ kp kaas, Parmezaanse, geraspte
½ kp ketchup
2 tn knoflook, fijngehakt
½ kp melk
½ tl peper, zwarte
1 el tijm, verse, fijngehakt
1 ui, kleine, fijngehakt
1 el worcestersaus
1 tl zout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 175°C.
Vet een cakevorm in of bekleed deze met bakpapier.

Bereid het gehaktbroodmengsel voor:

Meng in een grote kom het rundergehakt, het varkensgehakt, de broodkruimels, de gehakte ui, de melk, het ei, de cheddar kaas, de Parmezaanse kaas, de knoflook, de worcestersaus, zout, peper en tijm goed door elkaar.

Vorm en bak:

Doe het mengsel in de broodvorm en druk het goed aan tot een gelijkmatige vorm.
Bak in de voorverwarmde oven gedurende 45-50 min. of tot het gehaktbrood gaar is (de interne temperatuur moet 160°F / 71°C zijn).

Maak het glazuur:

Meng, terwijl het gehaktbrood bakt, de ketchup en honing in een kleine kom.
Zet dit opzij.

Glazuur het gehaktbrood:

Haal het gehaktbrood uit de oven als het gaar is.
Bestrijk de bovenkant met de ketchup-honingglazuur en zet het dan nog 10 min. terug in de oven, of tot de glazuur bubbelt en gekarameliseerd is.

Serveer:

Laat het gehaktbrood enkele min. rusten voordat je het aansnijdt.
Garneer het brood indien gewenst met wat extra verse tijm.

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

Ciabatta met gegrilde groenten, hummus en kaas.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 5
Sterren: ***
Bron: Gezonder

Ingrediënten

5 broodjes, ciabatta-
300 g groenten,
gemengde (bijv.
aubergine, courgette,
rode paprika, gele
paprika en uien)
- olie, olijf-
50 g pesto, groene
150 g hummus
40 g rucola
25 g Grana Padano,
geraspte

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.

Bak het brood af volgens de aanwijzingen op de verpakking en laat het afkoelen.
Besprenkel de groenten met olijfolie en rooster ze gaar in de oven op 200°C.
Laat de groenten afkoelen.
Snijd de broodjes open en besmeer de bovenste helft met de pesto.
Besmeer de onderste helft met de hummus en leg de rucola er op.
Verdeel de groenten hierover en garneer met Grana Padano.
Leg de bovenkant er weer op.

Product info:

Grana Padano is een harde Italiaanse kaas. De naam komt van grana, korrels van de gemalen kaas, en Padano, de Italiaanse benaming voor de Povalakte. Grana Padano lijkt veel op Parmezaanse kaas, waar hij dan ook vaak mee verward wordt.

Ciabatta met gorgonzola en rode ui.



**Menugang: Lunch-
gerecht**
Keuken: Italiaanse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Lunchroom

Ingrediënten

1 tl azijn, balsamico-
1 ciabattabroodje
75 g gorgonzola, in
plakjes
½ el olie, olijf-, extra
vierge
- peper, versgemalen
30 g rucola
1 ui, rode, kleine, in
dunne partjes

Bereiding.

Verwarm een grillpan voor tot gloeiend heet.
Rooster de partjes ui in de grillpan in 3-5 min. bruin en gaar (keer regelmatig).
Snijd de ciabatta overlangs open en besprenkel de snijvlakken met olijfolie.
Leg de onderkant op een bord en verdeel de rucola erover.
Leg de gorgonzola op de rucola.
Scheep de rode ui om met de balsamicoazijn en zout en peper naar smaak.
Verdeel de partjes over de gorgonzola.
Leg de bovenkant van de ciabatta erop.

Tip:

Lekker met een tomatensalade.

11

Bereidingstijd: 10 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

Feta-honing rolletjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Midden-Oosterse
Stuks: 12
Sterren: ***
Bron: The answer is food

Ingrediënten

100 g feta
10 bld filodeeg
2 el honing
- olie, olijf-

Bereidingstijd: 15 min.
Grill-/oventijd: 10 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.

Laat het filodeeg ruim van tevoren ontdooien.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Verkruimel de feta in een schaal.
Voeg hier de honing aan toe en roer het goed door elkaar.
de filodeeg in 3 banen is opgevouwen.
Snijd, als de filodeeg in 3 banen is opgevouwen, dit langs de vouwlijnen.
Is het bij jou niet gevouwen snijd het deeg dan zo breed als je je rolletjes wilt hebben.
Snijd elke baan doormidden en leg de 2 plakken die je dan krijgt op elkaar.
Strijk de plak in met olijfolie.
Leg hier een beetje van het feta mengsel op.
Rol elk rolletje op, probeer hierbij de zijken naar binnen te vouwen.
Strijk het opgerolde rolletje ook weer in met olijfolie.
Bak de rolletjes in 10 min. goudbruin in de oven (blijf er wel bij; op een gegeven moment gaat de feta namelijk uit de rolletjes lopen, dan moet je de rolletjes uit de oven halen).

Firinda sebzeli mücver - Turkse groente- en fetaschotel uit de oven.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Turkse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Almost Turkish recipes, Caroline Brouwer, Yves van Gelre

Ingrediënten

2-3 aardappels, geraspt
2 tl bakpoeder
150 g bloem
1 courgette, grof geraspt
15 g dille, gehakt
3 eieren
150 g feta, verkruimeld
½ el harissa
15 g munt, gehakt
2-3 el olie, olijfolie, zwarte, zonder pit
1 paprika, groene of rode, in blokjes
15 g peterselie, platte, gehakt
- sesamzaad
3 uitjes, bos-, in ringetjes
1 el Worcestershire Sauce
2 wortels, geraspt

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.
Vet een ovenschaal in.
Meng de groentes, de kruiden, de bloem, de feta, de bakpoeder, de harissa, de Worcestershire Sauce en de eieren in een grote kom.
Doe alles in de ingevette ovenschaal.
Verdeel er wat sesamzaad over.
Decoreer de ovenschaal met wat zwarte olijven.
Bak de groenteschotel ca. 60 min. (tot de bovenkant bruin is, controleer met een mes of alles gaar is).

Tip:

Vervang de sesamzaadjes eens door wat tahinpasta.

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

Flammkuchen met brie en appel.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Duitse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: Hello Fresh

Ingrediënten

300 g aardappelen
1½ appel
2 el azijn, balsamico
200 g brie
4 flammkuchen
2 komkommers
2 el olie, olijf-
2 el olie, olijf-, extra vierge
- peper, versgemalen, naar smaak
100 g Radicchio en romaine
100 g room, zure
4 uien
- zout, naar smaak



Voorbereiding.

Verwarm de oven voor op 220°C.
Was of schil de aardappelen en snijd ze in blokjes van max. 1 cm.
Zet de aardappelblokjes net onder water in een pan met deksel en kook ze in 10-15 min. gaar.
Snijd de ui in dunne halve ringen.
Verwijder het klokhuis van de appels en snijd de appels in dunne plakjes.

Bakken van de appels en uien.

Verhit 2 el olijfolie in een koekenpan op een middelhoog vuur.
Bak de appels en de uien met een flinke snuf zout 10-12 min., of tot de appel bruin en zacht is.
Snijd ondertussen de brie in dunne plakken.

Flammkuchen beleggen.

Leg de flammkuchen op een bakplaat met bakpapier.
Verdeel de zure room over de flammkuchen.
Beleg vervolgens met de appel en de ui en leg de brie erop.
Breng het op smaak met versgemalen peper en zout en bak ze 8-10 min. in de oven.
Verhit dezelfde koekenpan zonder olie op een middelhoog vuur en bak de aardappelen 5-7 min.
Breng ze op smaak met versgemalen peper en zout.

Serveren.

Meng in een saladekom de extra vierge olijfolie met de witte balsamicoazijn.
Breng het op smaak met versgemalen peper en zout.
Snijd de komkommer in blokjes.
Voeg de komkommer en de sla toe aan de saladekom en meng het met de dressing.
Snijd de flammkuchen in stukken en serveer ze met de aardappelblokjes en de salade.

Tip:

Houd je van zoet? Besprenkel de flammkuchen dan met een beetje honing naar smaak.

**Bereidingstijd: 35-45
min.**
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: 2916
Energie kcal: 697
Eiwit: 20 g
Koolhydraten: 74 g
w/v suikers: 15,6 g
Natrium: - mg
Vet: 33 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 13,7 g
Vezels: 7 g
Groente: - g
Zout: 1,7 g

Fondue van langoustines met oude comté, mousseux van schaaldieren.



Menugang: Voorgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Kookclub, Online receptenboek maken

Ingrediënten

Voor de schaaldierfumet:

1 bouquet-garni
12 langoustines,
pantser en koppen van
1 sch olie, olijf-
- peper, versgemalen
250 g tomaten,
ongepelde
½ fl wijn, witte
- zout

Voor de fondue van langoustines:

200 g boter
4 dl fumet,
schaaldieren-
200 g kaas, comté-
12 langoustines, grote
- olie, olijf-
25 cl room
1 kg spinazie, blad-
250 g tomaten

Bereiding.

Schaaldierfumet:

Stoof de pantser en koppen aan in de olijfolie. Voeg de ongepelde tomaten toe, vermeng ze met de koppen en laat ze 5 min. stoven.

Blus het mengsel met de witte wijn, doe er het bouquet garni bij, kruid het met versgemalen peper en zout en laat het 60 min. trekken.

Giet de soep door een fijne zeef en laat ze gedurende een viertal uren inkoken.

Fondue:

Pel de langoustines en bereid de schaaldierenfumet zoals hierboven beschreven. Reinig, was en kook de spinazie.

Spel de gekookte spinazie onder koud water.

Laat de schaaldierenfumet sterk inkoken tot op een achtste en werk hem op met klontjes boter.

Klop de room half op en voeg hem bij de saus.

Kleur de langoustines in olijfolie op een hoog vuur tot ze half gaar zijn.

Presentatie:

Verdeel de goed uitgewrongen spinazie over 4 inox ringen, leg er de langoustines op en eindig met fijne schijfjes kaas.

Laat het geheel 1-2 min. langzaam garen onder de grill.

Mix het met de staafmixer door de saus en giet een paar lepels in 4 diepe borden.

Werk de borden af met de langoustinefondue.



Comté kaas

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

Griekse gebakken feta met olijven en pepers.



Menugang: Brunch-,
lunchgerecht
Keuken: Griekse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Samen aan tafel

Ingrediënten

1 citroen
1 pl kaas, feta-
2 tn knoflook
2 el olie, olijf-
100 g olijven, groene,
grote
2 tk oregano
1 tl peper, chili-
145 g pepers, groene
250 g tomaatjes,
cherry-
1 ui, rode

1 ovenschaal 20 x 15 cm

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snijd de ui in blokjes.
Snijd de citroen in halve partjes.
Hak de knoflook grof.
Ris de oregano van de takjes en hak die grof.
Knip de tomaat in kleinere takjes en leg ze in de schaal.
Bestrooi het geheel met chilipeper en schenk er de olie over.
Bak de feta 20 min. in de oven.

Tip:

Lekker met een salade of brood.

17

Bereidingstijd: 40 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 405
Eiwit: 9 g
Koolhydraten: 9 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 38 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Kabeljauw-, schol- of tilapiafilet met camembert en tomaat.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Cook & Book

Ingrediënten

1½ bouillonblokje, vis-
½ camembert
2 el kruiden, verse,
fijngesneden (bv.
basilicum, peterselie,
rozemarijn, salie)
100 ml olie, olijf-
- peper, zwarte,
versgemalen
2 tomaten, sappige
300 g visfilet, verse (bv.
tilapia, schol of
kabeljauw)
- zeezout

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C
Giet de olijfolie in een grote, platte oven-
schaal.
Verkruimel de bouillonblokjes en roer ze door
de olie.
Bedek de vis aan beide zijden met de
fijngesneden kruiden en leg de filets in een
ovenschaal.
Snijd de camembert en de tomaten in plakken
en beleg de vis ermee (tomaten bovenop).
Strooi nog wat versgemalen peper en zeezout
over de vis en een dun straaltje olijfolie.
Bak de visfilets zo'n 20-25 min. in de
voorverwarmde oven.

Tips:

- Lekker met gekookte krieltjes!
- Pas op voor het gebruik van te veel salie en/of marjolein/oregano - deze kruiden kunnen snel gaan overheersen, dus gebruik ze met mate.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: 20-25 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

Kabeljauwpakketjes met groente en Parmezaanse kaas.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Erik van de Geest

Ingrediënten

75 g aubergine
100 g broccoli
1 citroen
- olie
1 tl oregano
- peper, versgemalen
20 g pesto, groene
50 g prei
20 g kaas, Parmezaanse
200 g kabeljauwfilet, in stukken
1 tn knoflook
75 g tomaatjes, cherry-
1 ui, rode
20 ml wijn, witte
- zout

- aluminiumfolie

Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.
Snijd de broccoli in roosjes.
Kook ze ca. 2 min..
Spoel ze koud af en laat ze uitlekken.
Was de prei en snijd die in ringen.
Snijd de ui in halve ringen.
Snijd de aubergine in blokjes,
Verhit een scheutje olie in een wok.
Bak de broccoli, de prei, de rode ui en de aubergine een paar min. op een middelhoog vuur.
Hak de knoflook fijn, voeg die toe en roer even door.
Breng het op smaak met versgemalen peper en evt. wat zout.
Blus het af met de witte wijn.
Snijd de cherrytomaatjes in 2-en.
Zet het vuur uit.
Voeg de tomaatjes toe aan de groenten.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 190
Eiwit: 3 g
Koolhydraten: 16 g
w/v suikers: 1 g
Natrium: - mg
Vet: 12 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 6 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: 0,3 g

Kraak en smaak.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: AllerHande, Cartalona

Ingrediënten

4 el kaas, belegen, gemalen
1 pk kaas, room-, verse
4 el maïskorrels, crispy
4 rijstwafels, cheese-

Bereidingstijd: 5-10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 195
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 10 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 14 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Meng de roomkaas met de gemalen belegen kaas.
Besmeer de rijstwafels met het kaasmengsel.
Bestrooi de rijstwafels met de maïskorrels.

Krokant beursje met St. Bernardus-kaas en gekarameliseerde peren.



Menugang: Nagerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
LekkerVanBijOns.be

Ingrediënten

75 g amandelschaafsel
40 g boter
4 pl deeg
200 g kaas, St.
Bernardus-
4 peren
2 dl port
4 el rozijntjes
4 el suiker



Bereiding.

Rooster de amandelschaafsel.
Snijd de kaas in blokjes.
Week de rozijntjes in wat Port.
Strijk het deeg in met wat gesmolten boter en leg er in het midden wat rozijnen, wat amandelschaafsel en blokjes kaas op.
Vouw de hoeken naar binnen en bind de beursjes vast met een stukje keukentouw.
Bak ze af in een oven van 220°C.
Schil de peren en snijd ze blokjes.
Smelt wat boter en suiker tot een blonde karamel, voeg er de peren aan toe en laat ze op een zacht vuur gaar worden.
Plaats de beursjes op 4 bordjes en garneer ze met de gekarameliseerde peerstukjes.

21

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

Loaded chips met mozzarella, tomaat en pesto (airfryer).



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: AllerHande

Ingrediënten

5 g basilicum, verse
85 g Croky Pop'd
potatoes paprika
100 g mozzarella,
geraspte
80 g pestospread
75 g tomaten, zon-
gedroogde

- airfryer pizzapan

Bereidingstijd: 10 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 5 min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 195
Eiwit: 7 g
Koolhydraten: 12 g
w/v suikers: 2 g
Natrium: 400 mg
Vet: 13 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 4 g
Vezels: 1 g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Verwarm de airfryer voor op 160°C.
Snijd de zongedroogde tomaatjes grof.
Verdeel de helft van de chips over de bodem van de pizzapan van de airfryer.
Verdeel hierover de kaas, 1/3 van de pesto en alle tomaatjes.
Verdeel de rest van de chips, 1/3 van de pesto en de rest van de kaas erover.
Bak de loaded chips in ca. 5 min. in de airfryer.
Snijd ondertussen de basilicumblaadjes in reepjes.
Verdeel de rest van de pesto erover, bestrooi met het basilicum en serveer.

Omelet met bleekselderij en hüttenkäse.



Menugang: Ontbijt-
gerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Judith Rolf

Ingrediënten

1 klnt boter, room-
1 stgl bleekselderij
4 eieren
1 kbk Hüttenkäse
- peper, versgemalen
- 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.

Breek de eieren in een kom en kluts ze met een vork door elkaar.

Voeg versgemalen peper en zout naar smaak toe.

Snijd de bleekselderij zo fijn mogelijk (een klein stukje van het begin van de stengels en de onderkant van de bleekselderij zijn wat bitter van smaak, deze mogen in de groenbak; de blaadjes aan de bleekselderij kan je gebruiken voor de garnering).

Meng de eieren en de bleekselderij.

Laat de roomboter smelten in een koekenpan.

Voeg het ei- en bleekselderij-mengsel toe

wanneer de roomboter goed gesmolten is.

Verdeel de Hüttenkäse over de bleekselderij-omelet en doe een deksel op de koekenpan.

Na ca. 4 min. is het geheel goed gaar.

Garneer de omelet met fijngesneden bleekselderijblaadjes.

Oude kaas omeletjes met tuinkers.



**Menugang: Ontbijt-
gerecht**

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: Jumbo

Ingrediënten

4 broodjes, kaiser-
2 el crème fraîche
3 eieren
75 g kaas, oude, 48+
(Wapenaar Goudse)
4 el olie, olijf-
- peper, versgemalen
2 el tuinkers

Bereidingstijd: 20 min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 394

Eiwit: 15 g

Koolhydraten: 29 g

w/v suikers: 1 g

Natrium: - mg

Vet: 24 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 9 g

Vezels: 2 g

Groente: 5 g

Zout: 1 g

Bereiding.

Klop de eieren los.

Rasp de kaas en meng die met de eieren.

Klop er de crème fraîche door.

Breng het op smaak met versgemalen peper.

Verhit de olie in een grote koekenpan.

Bak van het eimengsel 4 kleine omeletjes.

Snijd de broodjes doormidden.

Leg de omeletjes op de broodjes en bestrooi ze met de tuinkers.

Ovenaardappeltjes met kaas en tartaar .



Menugang: Hoofdgerecht

Keuken: -

Personen: 4

Sterren: ***

Bron: C1000

Ingrediënten

1½ kg aardappelen
250 g champignons
50 g kaas, belegen
2½ el olie, olijf-
- peper, versgemalen
4 tartaartjes
2 tl tijmblaadjes, verse
- zout

Bereidingstijd: 20 min.

Oventijd: 30 min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: 2270

Energie kcal: 540

Eiwit: 32 g

Koolhydraten: 72 g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: 14 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Bereiding.

Boen de aardappelen schoon en snij ze in partjes.

Rasp de belegen kaas.

Snij de champignons in plakjes.

Kook de aardappelpartjes 10 minuten in water met zout.

Giet de aardappelen af.

Schep voorzichtig 2 el olie door de aardappelen.

Verdeel de aardappelpartjes over een met een bakmatje bekleed bakblik.

Bestrooi de partjes met peper naar smaak.

Bak de aardappelpartjes in een voorverwarmde oven in ca.30 minuten bruin en gaar.

Schep de aardappelpartjes tussentijds 2x om.

Strooi 5 minuten voor het einde de kaas erover.

Laat de kaas smelten.

Bestrijk intussen de tartaartjes dun met olie.

Bestrooi de tartaartjes met peper en zout naar smaak.

Bak de tartaartjes in een hete koekenpan bruin en rosé.

Bak de champignons gelijktijdig mee.

Schep de tijm en peper en zout erdoor.

Verdeel de champignons over de tartaartjes.

Serveer de tartaartjes met de aardappelpartjes.

Tip:

Lekker met gemengde salade.

Wijntip:

Douglas Green, Cinsaut Pinotage, rood, Zuid-Afrika, krachtig.

Oven:

Elektrisch – 220°C

Hete lucht – 200°C

Gas – stand 5-6

Pannenkoekenwraps met boerenkool en komijnkaas.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

300 g boerenkool
75 g boter
2 eieren
200 g kaas, komijn-
800 ml melk, halfvolle
80 g mosterd
400 g pannenkoeken-
mix, naturel
20 g tuinkers
2 uien

1 ovenschaal (18x28
cm)

Bereiding.

Verwarm de oven voor tot 180°C.
Snipper de ui.
Smelt 25 g boter in een braadpan.
Fruit hierin de ui 5 min.
Voeg de boerenkool toe met 2-3 el water.
Voeg versgemalen peper naar smaak toe en leg de deksel op de pan.
Stoof de boerenkool in 15 min. gaar.
Klop intussen de pannenkoekenmix met de eieren en de melk met een garde tot een glad beslag. Bak met de resterende boter en het beslag in totaal 8 pannenkoeken.
Vet de ovenschaal in.
Snijd de kaasplakken in drieën.
Smeer alle pannenkoeken in met mosterd.
Leg 1/3 kaasplak op de pannenkoek.
Leg 1/8 vulling van de boerenkool op de kaas en rol de pannenkoeken op.
Leg deze in een ingevette ovenschaal.
Bedeck de pannenkoeken met de resterende kaas.
Schuif de pannenkoeken in de oven en laat de kaas in 10 min. smelten.
Garneer ze met tuinkers.

Bereidingstijd: 45 min.
Grill-/oventijd: 10 min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 710
Eiwit: 35 g
Koolhydraten: 43 g
w/v suikers: 16 g
Natrium: - mg
Vet: 42 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 23 g
Vezels: 7 g
Groente: 130 g
Zout: 2,8 g

Roomkaas-truffelspread.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Bonapetit.nu

Ingrediënten

200 g MonChou® Zacht & Luchtig
2 el tapenade, truffel-

Bereidingstijd: 5 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.

Meng de roomkaas met de truffeltapenade en klaar is kees!

Rundercarpaccio met parmezaan en rucola.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: Vleeschwaar.nl

Ingrediënten

(- balsamicocrème)
(- basilicumblaadjes, verse)
200 g carpaccio, runder-
1 el citroensap
30 g kaas, Parmezaanse, geschaafd
1 el kappertjes
1 tl mosterd, Dijon-
4 el olie, olijf-, extra vierge
- peper, zwarte, vers-gemalen
2 el pijnboompitten, geroosterde
50 g rucola
- zout

Bereiding.

Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan op een middelhoog vuur tot ze goudbruin zijn en laat ze afkoelen. Meng in een kleine kom de olijfolie, het citroensap, de Dijonmosterd, zout en peper naar smaak tot een gladde dressing. Leg de plakjes carpaccio op een groot bord of op individuele borden (zorg ervoor dat de plakjes licht overlappen om een mooi effect te creëren). Verdeel de rucola gelijkmatig over de carpaccio. Strooi de geroosterde pijnboompitten en kappertjes over de rucola. Schaaf met een dunschiller of kaasschaaf dunne plakjes Parmezaanse kaas en verdeel deze over de carpaccio. Sprenkel de dressing gelijkmatig over de carpaccio. Garneer evt. met een paar druppels balsamico-crème voor een zoete toets. Voeg een paar verse basilicumblaadjes toe voor extra smaak en kleur. Serveer de carpaccio direct.

Info:

Rundercarpaccio is dingesneden rauwe runderlende.

Bereidingstijd: 20 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

Salami-roomkaashoortjes.



Menugang: Hapje
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Spar.be

Ingrediënten

1 el basilicum, fijn-
gehakte
2 el bieslook, fijn-
gehakte
200 g kaas, room-
2 kaascrackers,
verkruid
2 el kappertjes
- peper, versgemalen
8 pl salami
2 el walnoten, fijn-
gehakte
- zout

Bereidingstijd: 10-15
min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: 60 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.

Roer de roomkaas los en meng er de kappertjes, de bieslook, de basilicum en de walnoten door.

Kruid het mengsel met wat versgemalen peper en wat zout.

Schep het mengsel in een spuitzak en leg de zak tot gebruik (maar min. 60 min.) koel weg. Rol elk plakje salami op tot een hoorntje.

Vul ze met de roomkaas en werk ze af met de verkruidde kaascracker.

Stimpstamp met blauwe kaas.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Landleven

Ingrediënten

1,2 kg aardappelen, kruimige
400 g andijvie, gesneden
150 g kaas, blauwe
1 dl melk
1 tl nootmuskaat, versgemalen
- peper, versgemalen
- zout

Bereidingstijd: 35 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.

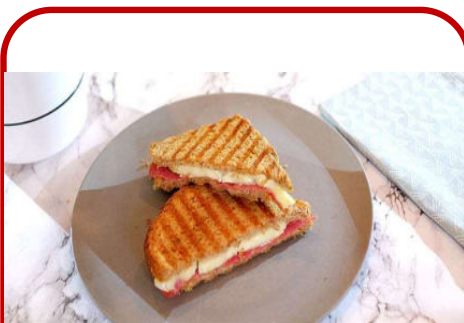
Schil en was de aardappelen, snijd ze in stukken en leg ze in een ruime pan met een laag water.

Kook de aardappelen in ca. 20 min. gaar, giet ze af en stamp er samen met de melk een dikke puree van.

Roer er beetje bij beetje de schoongemaakte en in reepjes gesneden andijvie door, terwijl je de pan op een heel laag vuurtje laat staan.

Verkruimel de blauwe kaas en roer deze als laatste door de stampot, samen met wat versgeraspte nootmuskaat en zout en peper naar smaak.

Tosti met salami en brie.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: ***
Bron: Kookidee.nl

Ingrediënten

- boter, room-
- brie
2 sn brood
2-3 pl salami

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.

Verwarm je contactgrill vast voor als je deze tosti met de contactgrill wil maken. Beleg een boterham met een paar plakken salami en leg hier een paar dikke plakken brie op. Leg de tweede boterham er bovenop en smeer de bovenkant in met wat roomboter. Leg de tosti met de beboterde kant naar onder op de contactgrill en smeer ook de andere kant in met roomboter. Klap de grill dicht en bak de tosti een paar minuten tot deze goudbruin is en de brie is gesmolten.

Maak je de tosti in de pan?
Leg hem dan met de beboterde kant onderop in de koekenpan en zet dan pas het gas aan. Smeer de bovenkant van de tosti nu ook in met wat roomboter. Bak de tosti goudbruin aan de onderzijde en schuif regelmatig over de bodem. Op het moment dat je de tosti 'hoort schuiven' draai je hem om en bak je de andere kant nog een paar minuten.

Tosti's met chutney van rode ui en cheddar.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 2
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

4 sn brood, wit
- boter, ongezouten,
zachte
150 g cheddar, rijpe,
geraspte

Voor de chutney:

2 el azijn, balsamico-
2 el azijn, wijn-
2 el olie, plantaardige
1 el suiker, basterd-,
lichtbruine
2 uien, rode, in dunne
plakjes
1 snf zout

Bereiding.

Doe de uien en de olie in een kleine koekenpan met antiaanbaklaag.

Zet deze op een matig-hoog vuur en laat de ui onder af en toe roeren bakken totdat deze gekarameliseerd is.

Voeg de overige ingrediënten toe, zet het vuur laag en laat het sudderen totdat het mengsel kleverig is geworden maar toch nog enigszins vloeibaar.

Proef de chutney en breng het op smaak door meer suiker toe te voegen voor het zoete accent of meer azijn voor het zure accent, al naar gelang nodig is voor de balans.

Besmeer elk van de sneden brood aan één kant met boter en zet ze apart.

Leg zonder het vuur aan te doen 2 sn brood in een grote grillpan, met de beboterde kant onder (als je pan niet groot genoeg is voor twee sneden, bak je één tosti per keer.

Smeer royaal een laagje chutney over de sneden en strooi de helft van de geraspte kaas erover.

Leg op elke snee een andere snee brood, met de beboterde kant boven en druk ze licht aan.

Zet het vuur matig-hoog en laat de eerste kant van de tosti's gedurende 3-4 min. bakken totdat deze goudbruin zijn geworden, waarbij je met een spatel lichte druk uitoefent.

Keer de tosti's voorzichtig met de spatel om en laat de andere kant gedurende 2-3 min. bakken of totdat de tosti's goudbruin zijn.

Voor het aardige ruitpatroon keer je de tosti's nog een keer om, waarbij je ze 90° naar links of rechts draait.

Laat ze zo nog 2-3 min. bakken.

Haal de tosti's uit de pan, leg ze op een bord en snijd ze diagonaal in tweeën.

Laat ze een paar minuten afkoelen voordat je ze serveert met extra chutney.

Tip:

Overgebleven chutney kun je in een luchtdicht afsluitbaar, plastic bakje in de koelkast bewaren.

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

Uiensoep met cognac en komijnekaas.



Menugang: Voorgerecht
Keuken: Nederlandse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Ruud 's Kookboek

Ingrediënten

40 g boter
9 dl bouillon
1 dl cognac (of vieux)
200 g kaas, komijne-
- peper
2 el peterselie
3 uien
- 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.

Pel de uien.
Snipper de uien grof.
Smelt de boter.
Fruit hierin op een matige warmtebron de uienknippers goudgeel.
Voeg peper en zout naar smaak toe.
Giet er de bouillon bij.
Giet er de cognac bij.
Kook zachtjes 8-10 minuten.
Rasp de kaas grof.
Meng de kaas vlak voor het serveren door de soep.
Bestrooi het gerecht met versgehakte peterselie.

Verse kaas en zalm amuse.



Menugang: Amuse
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Kookse.TV

Ingrediënten

3 stl bieslook
- crème fraîche
1 tk dragon
350 g kaas, verse
2 bs kervel
- peper, versgemalen
2 tk peterselie, platte
20 cl room, kok-
400 g zalm, gerookte
- 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.

Doe alle kruiden bij elkaar en hak ze fijn.
Doe de verse kaas in een kom en meng de kruiden erdoor alsmede wat versgemalen peper en zout.

Klop de vloeibare room en voeg die toe aan het kaasmengsel.

Snijd de zalm in reepjes en meng er wat crème fraîche door.

Verdeel het kaasmengsel over zes glaasjes en schep daarop de zalm.

Laat de glaasjes tenminste 15 min. in de koelkast koud worden voor je ze opdiend.

Zwitserse snack.



Menugang: Snack
Keuken: Zwitserse
Porties: 1
Sterren: ***
Bron: dr. Atkins

Ingrediënten

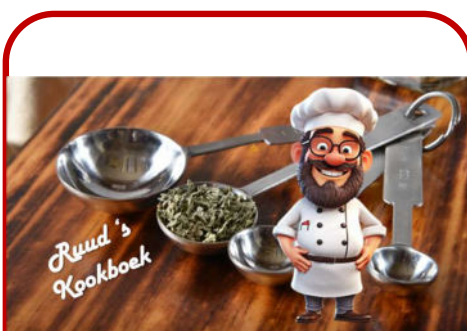
4 pl bacon
100 g kaas, Zwitserse,
in 8 dobbelsteentjes
- olie, zonnebloem- of
frituurvet

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: 4 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Wikkel ieder dobbelsteentje kaas in een ½ plak bacon.
Laat de olie of het frituurvet zeer heet worden.
Bak hierin de kaaspakketjes gedurende een ½ min.

Gebruikte afkortingen.



v2.3

Afkorting	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



v2.3

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
kpr	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
plj	Plukje
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	Thee­lepel
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..  *..U ook???*

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

Compressed by  PDF24