



# Bakrecepten voor de feestdagen



NEDERLANDSE  
Coeliakie  
VERENIGING

## **Inhoudsopgave.**

- 1. Speculaas**
- 2. Kruidnoten**
- 3. Kerststol**
- 4. Kerstkransjes**
- 5. Appelbeignets**
- 6. Oliebollen**

# Speculaas

## Ingrediënten

- ★ 100 g boekweitmeel\*
- ★ 100 g rijstmeel\*\*
- ★ 100 g harde boter
- ★ 125 g lichtbruine basterdsuiker
- ★ 1 ei (50 g)
- ★ 1 theelepel glutenvrije bakpoeder
- ★ 1 eetlepel glutenvrije speculaaskruiden
- ★ zakje vanillesuiker

## Bereiding

Verwarm de oven voor op 175 graden. Meng alle droge ingrediënten. Snijd de boter in de kom in kleine stukjes. Voeg het ei toe en kneed met koele hand een goed samenhangende deegbal. Verpak de deegbal in folie en zet deze minstens één uur in de koelkast om op te laten stijven. Vet de bakplaat in of bekleed deze met bakpapier of bakfolie. Bestuif het werkblad met glutenvrij bloem en rol het deeg uit met de deegroller tussen twee lagen plastic folie tot een grote koek of vorm met de hand koekjes en leg deze op de bakplaat. Bak de speculaas(jes) in het midden van de voorverwarmde oven. Baktijd varieert van 15 tot 20 minuten afhankelijk van de dikte. De koekjes even op de bakplaat laten afkoelen. Als u een hele deegplak hebt gebakken, deze direct met een scherp mes in stukken snijden.

- \* Van nature glutenvrij, maar verhoogd risico op contaminatie. Kies bij voorkeur producten met een officieel GV logo.
- \*\* Van nature glutenvrij, maar risico op contaminatie. Niet altijd verkrijgbaar met een officieel GV logo.



NEDERLANDSE  
*Coeliakie*  
VERENIGING

## Kruidnoten

### Ingrediënten

- ★ 100 g boekweitmeel\*
- ★ 100 g rijstmeel\*\*
- ★ 100 g koude boter
- ★ 125 g lichtbruine basterdsuiker
- ★ 1 ei
- ★ 1 theelepel bakpoeder
- ★ 2 eetlepel speculaaskruiden (glutenvrij)
- ★ zakje vanillesuiker
- ★ mespuntje zout

### Bereiding

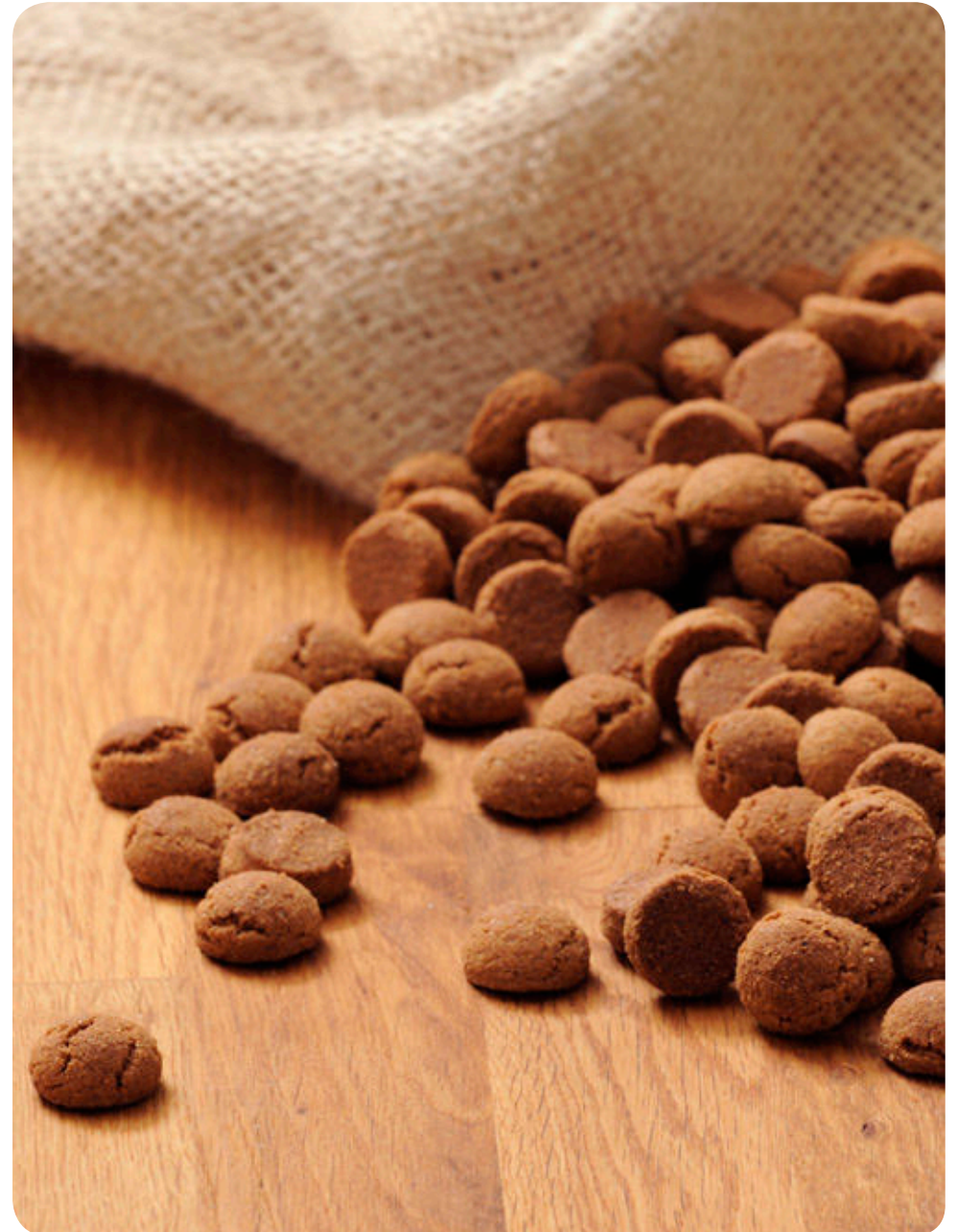
Verwarm de oven voor op 175 graden. Hete lucht: 155 graden. Meng meel, basterdsuiker, vanillesuiker, bakpoeder, speculaaskruiden en zout in een kom. Doe de boter in de kom en snijd deze in kleine stukjes. Doe er 1 ei bij. Kneed met een koele hand een goed samenhangende deegbal. Laat het deeg 1 uur in de koeling opstijven. Vet een bakplaat in en bestrooi hem met rijstmeel of gebruik bakpapier of bakvellen. Rol van het deeg dunne strengen en snijd hier kleine stukjes van af. Rol de stukjes met de handen tot bolletjes. Leg de kruidnoten op de bakplaat. Bak de kruidnoten in het midden van de oven en kijk na + 10 minuten of ze gaar zijn. Ze voelen dan nog wel zacht aan, maar moeten als je ze doorsnijdt van binnen luchtig zijn. Als het een dikke compacte massa is, moeten ze nog iets langer in de oven. Kijk dan na 5 minuten weer, net zo vaak totdat ze gaar zijn. Haal de kruidnoten meteen van de bakplaat anders worden ze te droog.

\* Van nature glutenvrij, maar verhoogd risico op contaminatie.

Kies bij voorkeur producten met een officieel GV logo.

\*\* Van nature glutenvrij, maar risico op contaminatie.

Niet altijd verkrijgbaar met een officieel GV logo.



NEDERLANDSE  
*Coeliakie*  
VERENIGING

# Kerststol

## Ingrediënten

- ★ 250 gram (witte en/of bruine) glutenvrije broodmix
- ★ 10 gram fiberhusk
- ★ 1 theeplepel Jozo zout (Let op! Sommige broodmixen bevatten al zout)
- ★ 1/2 zakje vanillesuiker
- ★ 7 gram droge gist
- ★ 210 gram lauw water uit de kraan
- ★ 30 gram vloeibare boter/margarine
- ★ ca. 150 gram gemengd gedroogd fruit in kleine stukjes
- ★ (ca. 3 eetlepels amandelschaafsel of gehakte hazelnoten)

Zet de oven op 45 graden met een (ovenvast) schaalje heet water onder in. Laat rozijnen een paar uur weken in heet water, dep ze daarna heel goed droog. Roer alle droge ingrediënten (broodmix t/m gist) goed door elkaar. Voeg het water bij het meel. Voeg ook de boter/margarine toe. Mix met kneedhaken ca. 5 minuten tot alles goed gemengd is. Mix fruit (en noten) goed door het deeg. Schep het deeg op een stuk plastic huishoudfolie en duw het uit tot een mooi lang, beetje eivormig brood. Leg de stol op een met bakfolie/papier beklede bakplaat. Schuif het bakblik iets onder het midden in de oven. Laat de stol ca. 45-60 minuten rijzen tot het deeg zichtbaar gerezen is. Oven op 190 graden zetten, stol er in laten staan. Laat de stol ca. 60 minuten bakken tot deze mooi bruin en gaar is, evt. na 45 minuten afdekken met aluminiumfolie als het te donker wordt. Bestrooi na afkoelen eventueel met poedersuiker.

## Variatie met amandelspijs vulling

- ★ 100 gram glutenvrij amandelspijs
- ★ ca. 1 eetlepel losgeklopt ei

Prak het ei, in een schaalje, door de amandelspijs tot het goed gemengd is. Het moet lekker smeugig zijn maar je moet het nog wel tot een rolletje kunnen vormen. Vorm een rond plat brood van ca. 1,5 cm dikte tussen 2 lagen plastic folie. Leg de rol amandelspijs iets naast het midden op het deeg en vouw het deeg, met behulp van het plasticfolie, dubbel en druk de randen goed aan. Behandel verder zoals boven.



NEDERLANDSE  
**Coeliakie**  
VERENIGING



# Kerstkransjes

## Ingrediënten

- ★ 200 gram glutenvrije bakmix
- ★ 150 g boter of margarine
- ★ 100 g kristalsuiker
- ★ 1 zakje vanillesuiker
- ★ 1 ei (losgeklopt)
- ★ zout naar smaak
- ★ amandelschaafsel of greinsuiker om te garneren
- ★ boter of margarine om de bakplaat in te vetten
- ★ speciale benodigdheden uitsteekvormpjes appelboor

## Bereiding

Vermeng de bloem, de boter of margarine, de suiker en een snufje zout in een kom. Snijd de boter of margarine in kleine stukjes. Kneed hiervan een samenhangend deeg dat van de kom loslaat. Laat het deeg in de koelkast ongeveer 30 minuten opstijven. Verwarm de oven op 150 graden en vet de bakplaat in met boter of margarine. Bestuif het werkblad met glutenvrij meel. Rol het deeg uit tot een lap van ongeveer een halve cm dik. Gebruik een uitsteekvormpje voor de buitenkant van de kerstkransjes. Voor het gat aan de binnenkant kunt u de appelboor gebruiken. Kneed het overgebleven deeg weer tot een bal, rol het uit en steek opnieuw koekjes uit. Leg de kransjes op de bakplaat. Bestrijk ze met het losgeklopte ei en garneer ze vervolgens met geschaafde amandelen of greinsuiker. Bak de koekjes in het midden van de oven in 25-30 minuten gaar.



NEDERLANDSE  
*Coeliakie*  
VERENIGING

# Appelbeignets

## Ingrediënten

- ★ 8 grote zure appels (goudreinetten)
- ★ 250 gram glutenvrij wit meel
- ★ 8 gram glutenvrije bakpoeder
- ★ mespunt zout (als het niet in het meel zit, kijk op de verpakking!)
- ★ 2 eieren
- ★ ongeveer 2 dl melk
- ★ zonnebloemolie
- ★ poedersuiker
- ★ kristalsuiker
- ★ kaneel

## Bereiding

Boor de appels, schil ze en snij ze in dikke plakken van circa 1 cm dikte. Meng op een plat bord kristalsuiker met kaneel. Verhit de olie tot 180 graden, gaat goed in een frituurpan zonder deksel en mandje. (Let op: gebruik een aparte en schone frituurpan alleen voor glutenvrije producten.) Zeef bloem, bakpoeder en zout in een kom. Maak een kuiltje in het meel en doe eieren en de helft van de melk erin. Mix vanuit het midden tot een klontvrij beslag ontstaat. Klop de rest van de melk erdoor. (Het moet een iets te dik 'pannenkoekenbeslag' zijn.) Doop de appelplakken in het mengsel van suiker en kaneel, 1 voor 1 anders worden de plakken nat en blijft het beslag er niet goed aan kleven. Wentel een appelplak (met je hand werkt het makkelijkst) door het beslag tot die aan alle kanten bedekt is met deeg. Laat de plak - voorzichtig! - in de olie glijden. Bak er 2 of 3 tegelijk gedurende circa 4 minuten tot ze goudbruin zijn, keer ze halverwege een keer om met een vork. Laat ze op keukenpapier uitlekken.



NEDERLANDSE  
*Coeliakie*  
VERENIGING

# Oliebollen

## Ingrediënten

- ★ 500 gram glutenvrije witte broodmix
- ★ 80 gram krenten
- ★ 150 gram rozijnen
- ★ 400 ml lauwe melk
- ★ 1 ei
- ★ 3 eetlepels crème fraîche
- ★ 1 goudrenet geraspt
- ★ 21 gram droge gist
- ★ 1 theelepel zout
- ★ geraspte schil van 1 citroen en een eetlepel sap

En ook nog:

- ★ frituurpan zonder zichtbaar verwarmingselement (Let op: gebruik een aparte en schone friteuse alleen voor glutenvrije producten)
- ★ mixer met kneedhaken
- ★ 2 à 3 liter zonnebloemolie (ligt aan de grootte van de pan)

## Bereiding

Was de krenten en rozijnen en dep ze goed droog. Doe ze in een zeef en schud er een eetlepel meel door. Meng het meel, zout en gist goed door elkaar. Melk er door mixen, daarna ei en crème fraîche. Mix circa 5 minuten tot je een mooi egaal en soepel deeg hebt. De krenten, rozijnen, appel en citroen erdoor mixen. Dek de kom af met ingevet plastic huishoudfolie. Laat het deeg circa 1 uur rijzen in een oven van 40 graden (of op een warme plaats). Verwarm de zonnebloemolie in een schone frituurpan tot 175 graden. Met 2 eetlepels bolletjes pakken en in de hete zonnebloemolie circa 8 minuten bakken tot ze mooi goudbruin zijn. Als ze niet uit zichzelf omdraaien dan na circa 4 minuten de bollen keren met een vork.

Schep de oliebolletjes uit de olie en laat ze uit lekken op keukenpapier.

De volgende dag(en) zijn ze weer erg lekker als je ze 5 minuten verwarmt in een oven van 175 graden.



NEDERLANDSE  
*Coeliakie*  
VERENIGING





<https://ruudskookboek.nl>

*Ik steun...*



*U ook???*

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

Compressed by

