



# *Ruud 's Kookboek*

***Argentijnse recepten / v0.4***

## **Inhoudsopgave.**

<b>Amada – Argentijnse gehaktballen. ....</b>	<b>3</b>
<b>Argentijnse kaasbollen. ....</b>	<b>5</b>
<b>Batatas asadas - geroosterde zoete aardappels.....</b>	<b>6</b>
<b>Kerst alfajores. ....</b>	<b>7</b>
<b>Gebruikte afkortingen. ....</b>	<b>8</b>

## Amada – Argentijnse gehaktballen.



**Menugang:** Hoofdgerecht  
**Keuken:** Argentijnse  
**Personen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Snel / Slank**  
**Bron:** Carta-Anton

### Ingrediënten

#### Voor de gehaktballetjes:

1 kp bloem  
150 g boter  
2 kp broodkruim, in melk geweekt, uitgelekt  
3 eieren  
1 kg gehakt, runder-, mager  
- kaas, Parmezaanse  
2 el knoflook en peterselie, gehakte  
200 g olijven, gehakte  
- peper, zwarte, versgemalen  
1 kp rozijnen, geweekt  
1 ui, middelgrote, gesnipperde  
3 worstjes, varkens-, vel verwijderd  
- zout, naar smaak

### Bereiding.

Neem een grote kom en doe alle ingrediënten voor het gehakt (m.u.v. de bloem) er in. Breek de eieren er in en meng alles tot een vrij homogeen mengsel. Kneed het mengsel goed door elkaar en maak er balletjes van (hoe groter de balletjes; hoe langer de kooktijd). Rol de balletjes door de bloem. Verhit wat olie in een braadpan en bak de ballen aan alle kanten bruin. Neem ze uit de pan en leg ze apart. In dezelfde pan maken we de saus. Hak de ui, de paprika, de knoflook en de champignons en bak ze in 4 el olijfolie goudbruin. Voeg de tomaten, de tomatenpuree, de wijn, en de laurier toe. Voeg het bouillonblokje, het zout en de kruiden toe. Breng het aan de kook en kook het 4-5 min.. Zet dan het vuur laag. Doe de gehaktballetjes in de saus. Dek de pan af en laat het sudderen tot de gehaktballetjes geheel gaar zijn.

### Rijst:

Fruit de ui, de knoflook en de peterselie in 2-3 el olijfolie. Voeg, als de ui glazig is, de rijst toe en bak het geheel 2-3 min. Voeg de bouillon, de laurier, de saffraan en zout toe. Dek de pan af met een deksel en kook het op een laag vuur tot alle vocht is verdampt. Haal de rijst van het vuur en laat die 5 min. rusten. Serveer de gehaktballen met veel saus, daarbij de rijst en Parmezaanse kaas.

**Ingrediënten (vervolg):****Voor de saus:**

1 blkj bouillon, rund-  
vlees-  
1 el knoflook, gehakte  
2 laurierblaadjes  
1 tl oregano  
½ kg champignons,  
fijngesneden  
1 el paprikapoeder  
- peper, versgemalen,  
naar smaak  
- peper, Chili-, naar  
smaak  
1 peper, rode, zonder  
zaad, gehakte  
½ kg tomaten, gepeld  
en fijngehakt  
1 el tomatenpuree  
1 ui, grote, gesnipperd  
1 kp wijn, droge witte  
- zout

**Voor de rijst:**

1 tl knoflook, gehakte  
1 laurierblad  
1 tl peterselie, gehakte  
2 kp rijst  
1 tl saffraan  
1 ui, middelgrote,  
gesnipperde  
2 kp water  
- 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

## Argentijnse kaasbollen.



Menugang: Bij-, lunch-,  
ontbijtgerecht  
Keuken: Argentijnse  
Personen: 8  
Sterren: \*\*\*  
~~Snel~~ / ~~Slank~~  
Bron:  
Receptenbundel.nl

### Ingrediënten

1 ei  
350 g bloem  
3 el boter  
170 g kaas, belegen,  
geraspte  
180 ml melk

Bereidingstijd: 40 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 de oven voor op 175°C.

Meng het ei, de melk, de kaas en de boter in een grote kom.

Voeg de bloem toe en kneed het geheel tot een deeg gedurende 2 min. op een met bloem bestoven werkblad.

Rol het deeg tot balletjes van ca. 5 cm doorsnede en leg ze op een met bakpapier belegde bakplaat

Bak de kaasbollen in de voorverwarmde oven ongeveer 10-15 min. (tot ze goudbruin zijn).

## Batatas asadas - geroosterde zoete aardappels.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Argentijnse  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Snel / Slank  
Bron: Receptengalerie

### Ingrediënten

600 g aardappelen,  
zoete  
3 el honing  
90 ml olie, olijf-  
- olie, olijf-  
3 tk tijm, verse  
- 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.

Verwarm de oven voor op 200°C.  
Schil de aardappelen en snijd ze in grove stukken.  
Neem een ovenschaal of braadslee en vet die licht in met wat olijfolie.  
Verdeel de stukken aardappel in 1 laag gelijkmatig over de bodem van de ovenschaal.  
Strooi royaal zout over de aardappelen.  
Meng de olijfolie (90 ml) en de honing.  
Sprenkel de helft van het olie-honingmengsel over de stukken aardappel.  
Leg de takjes tijm tussen de aardappelstukken.  
Rooster de aardappelen 45 min. in de voorverwarmde oven.  
Schep de stukken aardappel halverwege een keer om en sprenkel er de rest van het olie-honingmengsel over.

### Tip:

Bedek de schaal met aluminiumfolie als tegen het einde van de oventijd de aardappels dreigen te verbranden.



## Kerst alfajores.



Menugang: Gebak  
Keuken: Argentijnse  
Personen: 12  
Sterren: \*\*\*  
Snel / Slank  
Bron: AllerHande 2022-8

### Ingrediënten

1 tl bakpoeder  
1 tl baksoda  
130 g bloem, tarwe-  
140 g boter, room-,  
ongezouten  
1 citroen  
2 ei  
1 tl gold glitter dust  
160 g maïzena  
397 g melk,  
gecondenseerde (blik)  
100 g suiker, kristal-,  
fijne  
25 g suiker, poeder-  
2 tl vanille-extract  
1 tl zout

### Bereiding.

Zet het blik gecondenseerde melk ongeopend in een pan en voeg zoveel water toe dat het onderstaat. Breng het water aan de kook en laat 2 uur op leen aag vuur koken met de deksel op de pan, zodat de melk in het blik karamelliseert (kijk af en toe of er nog voldoende water in de pan zit, voeg anders wat extra warm water toe).

Neem het blik uit de pan en laat het in 30 min. afkoelen tot lauwwarm (dulce de leche).

Meng ondertussen in een kom de bloem, de baksoda, de maïzena, de bakpoeder en het zout.

Boen de citroen schoon.

Rasp de gele schil van de citroen.

Splits de eieren (het eiwit gebruik je niet).

Mix in een kom het citroenrasp, de boter, het vanille-extract en de suiker 3 min. met een handmixer.

Voeg het eigeel toe en mix het nog 3 min.

Doe het bloemmengsel bij het botermengsel en mix het met de handmixer tot het een geheel vormt.

Vorm met de hand een bal van het deeg.

Verpak de bal deeg in vershoudfolie en laat het 1 uur rusten in de koelkast.

Verwarm de oven voor op 175°C.

Rol het deeg op een met bloem bestoven werkblad met de deegroller uit tot een dikte van 3 mm. Steek er met een uitsteekvorm 24 koekjes (per 12 stuks) uit (je kunt deeg overhouden). Verdeel de koekjes over 2 met bakpapier beklede bakplaten en bak ze in ca. 8 min. gaar (ze blijven licht van kleur).

Laat ze in 30 min. helemaal afkoelen op de bakplaat. Schep op de onderkant van 12 koekjes (per 12 stuks)

1 tl dulce de leche.

Smeer dit voorzichtig uit.

Druk de andere koekjes er vervolgens met de onderkant voorzichtig op.

Meng de poedersuiker met de goudpoeder en bestuif er de koekjes mee.

### Tips:

- De koekjes kun je 1 dag van tevoren bakken. Bewaar ze in een koekblik. Besmeer ze voor serveren met de dulce de leche en leg ze op elkaar.
- Geen 2 bakplaten? Bak de koekjes dan na elkaar. Laat de bakplaat kort afkoelen voordat je de volgende lading erop legt.

Bereidingstijd: 45 min.

Grill-/oventijd: 8 min.

Wachttijd: 2 uur

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 340

Eiwit: 5 g

Koolhydraten: 48 g

w/v suikers: 29 g

Natrium: 120 mg

Vet: 14 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 9 g

Vezels: 1 g

Groente: - g

Zout: - g

## Gebruikte afkortingen.



v1.9

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
blđ	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brđ	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdł	Bundel
cglđ	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dł	Deciliter
dłn	Deel
dp	Dopje
drđ	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
flđ	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grł	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





v1.9

Afkorting	Betekenis
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
par	Partje
pk	Pak
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	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)

**Ik steun...**

<https://ruudskookboek.nl>

**Blind Elephant Experience** *U ook???*

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

Compressed by  PDF24