

KOKEN OP HOUTVUUR TECHNIEKEN & RECEPTEN



Inhoudsopgave.

Bakken in bloempot

- 1. Brood**
- 2. Lasagne**
- 3. Omgekeerde appeltaart**

Blik

- 4. Blik-kip**

Dutch oven

- 5. Chili con/sin carne**
- 6. Stoofvlees**
- 7. Kaneelrolletjes**
- 8. Linzenvlaai**

Skillet

- 9. Risotto**

In schil

- 10. Cupcakes**

Zonder pot of pan

- 11. Pizza**

KOKEN OP HOUTVUUR TECHNIEKEN & RECEPTEN

techniek:

**BLIK;
blik-kip**



**DUTCH OVEN;
chili con carne
stoofvlees**



**IN SCHIL;
cupcake**



**HOUT OVEN;
pizza**



techniek:

**BLOEMPOT;
brood
lasagne
appeltaart**



**SKILLET;
risotto**



**ZONDER PAN/POT
vis
vlees
ei**



LEESVUUR



VOORAFJE

Koken op houtvuur = experimentern.
Dat is de insteek van waaruit dit boekje is samengesteld. Het biedt je basisinformatie om aan de slag te gaan om een techniek of recept te proberen. Nu is het aan jou om hier iets avontuurlijk heerlijk van te maken.
Kook-, baktijden en ingrediënten zijn allen naar eigen inzicht aan te passen. Dit is wat wij lekker vinden.

Veel plezier:)



TECHNIEK | BAKKEN in BLOEMPOT

Een bloempot kun je prima gebruiken om brood of gebak in te bakken aan een kampvuur. Maar ook lasagne of aardappel gratin kun je prima bereiden in de bloempot.



BROOD

INGREDIËNTEN:

- 1 pak broodmix
(of meng je eigen mix | meel + gist)
- water
- beslagkom

BEREIDINGSWIJZE:

Kneedt de broodmix volgens recept en laat dit voordat je het bakt even 'rusten' (minimaal een half uurtje).

Plaats het deeg in de bloempot + bakken maar.

TECHNIEK:

Gebruik een bloempot van aardewerk (=klei). Meestal is dit de goedkoopste die je kunt vinden.

Vóór je aan de slag gaat moet je de bloempot 'kruiden.' Dit werkt als volgt:

Vet de bloempot van binnen en buiten in met olie. Zet 'm kort in hete kolen en laat de olie intrekken. Haal de pot weer voorzichtig van het vuur. Laat 'm even afkoelen en herhaal dit twee of drie keer. Nu is de pot gereed voor gebruik. Voor je het deeg (of andere ingrediënten toevoegt bestuif je de binnenzijde van de pot met een beetje bloem.

RECEPT | BAKKEN in BLOEMPOT



LASAGNE

INGREDIËNTEN:

- lasagne-bladen
- 500gr tomaten
- ketchup of puree (of 'n pakje mix)
- bacon
- groente(champignon, paprika prei etc)
- kruiden
- kaas

BEREIDINGSWIJZE:

Bereidingswijze:

- Snij groenten in stukjes. Tomaten heel fijn.
Voeg dit bijeen met ketchup/puree en kruidt dit naar smaak.
- Begin met 'vloeistof/groente' en bouw de ingrediënten in laagjes op. Bovenop kaas.
Plaats dit in de gloeiende kolen.
Leg evt. ook wat kooltjes op de deksel.



OMGEKEERDE APPELTAART

INGREDIËNTEN:

- 3 zure appels
- 150 gram zelfrijzend bakmeel
- 150 gram boter
- 150 gram suiker
- 3 eieren
- kaneel
- 1 zakje vanillebakpoeder
- 1/2 zakje studentenhaver

BEREIDINGSWIJZE:

basis cake-beslag: mix boter en suiker in een kom. Kneed dit door elkaar. Voeg één voor één de eieren toe. Eindig met het bakmeel. Meng alles goed door elkaar.

Snij appel in stukjes en doe dit samen met studentenhaver en kaneel onder in de pot. Voeg hier het cakebeslag aan toe. Maak met wat alufoli een dekseltje + plaats de pot in de hete kolen. Blijf je taart goed in de gaten houden...!! De cake is gaar wanneer je met een vork in de cake prikt + deze schoon eruit komt.

TECHNIEK&RECEPT | BLIK KIP

De blik-kip is een gerecht dat zich niet bepaald kenmerkt door een poëtische bereidingswijze, maar wel een lekker resultaat geeft. Hierbij vul je de kip met een aan de bovenzijde open gesneden blikje incl. drank (bier of cola).

Doordat de kip van binnenuit wordt gestoofd door het bier, wordt hij extreem mals en zacht.



TECHNIEK:

Neem een blikje (bijv. cola, bier), open dit en drink er een paar slokken uit. Prik gaatjes in de bovenste helft van het blikje zodat de stoom er goed uit kan. Spoel de kippen even schoon en droog ze af met keukenrol. Plaats nu de kippen op de blikjes en zet ze op het rooster.

Maak aan 2 kanten een hoopje kolen zodat er indirecte warmte ontstaat; de kip staat niet direct boven het vuur, maar wordt wel gestoofd. De kip is klaar als er geen rose vlees meer aan te vinden is.

BLIK KIP

INGREDIËNTEN:

- hele kip
- blikje
(bijv. cola, bier of bitter lemon)
- kruiden/specerijen

Begin met het marineren:

Maak een smaakmaakmengsel en wrijf de kippen daarmee zowel aan de binnen- als de buitenkant in. Laat dit een tijdje intrekken.

SUGGESTIES:

- kruidenrub van olie, zeezout, de peper, paprikapoeder, knoflook(teen of poeder) en cayennepeper, balsamicoazijn.
- Maak kleine sneetjes in de kippen en duw teentjes knoflook of schijfjes citroen onder de huid.

TECHNIEK | DUTCH OVEN

De Dutch Oven is een geweldige gietijzeren pan om een maaltijd te maken boven hete kolen of op het kampvuur. Door de drie pootjes, zal het vuur niet verstikken en wordt de Dutch Oven lekker heet. De deksel heeft een opstaande rand waar je kooltjes op kunt leggen. Zo krijgt de pan het 'oveneffect.'



TECHNIEK:

Je plaatst de pan simpelweg bovenop de kolen of briketten en maakt er allerei soorten gerechten in klaar. soepen, stoofpot, brood of taart.

Heb je een groot vuur? Zorg dan voor een laagje kooltjes náást het vuur. Zet daar de pan op.

Voordat je kunt beginnen met koken moet je de dutch oven invetten. Dit kan heel makkelijk door de pan in te vetten (met olie) en deze daarna ca. 10 minuutjes in de hete kolen te plaatsen. De olie trekt in de pan. Herhaal dit vóór gebruik enkele keren.

DO & DON'T:

De Dutch Oven behoort tot de serie 'kookattributen met het eeuwige leven', mits je heb goed verzorgd. Je onderhoudt de pan het beste door hem een beetje vet te houden.

Gebruik NOOIT zeep of sop!!

Maak de pan schoon met heet water en een borstel.

NOOIT koud water in een hete pan gieten!!! Dan breekt het staal.

Daarna: invetten met een beetje olie, en opbergen met het deksel op een kiertje.

Zo kun je eindeloos plezier hebben van je dutch oven.

GESCHIEDENIS;

De Dutch Oven dankt zijn naam aan de Nederlandse techniek van ijzer gieten in een zandmal. Zo worden dutch ovens nog steeds gefabriceerd.

Waar de oude en tegenwoordige cowboys de dutch oven nog steeds gebruiken als ze het vee aan het drijven zijn is deze in Nederland een beetje in vergetelheid is geraakt. is geraakt.

RECEPT | DUTCH OVEN



CHILI CON|SIN CARNE

INGREDIËNTEN:

- 1kg gehakt (half om half)
- 3 uien + 1/2 bol knoflook
- 1 winter penen
- 3 prei
- 2 paprika's
- 500 gr champignons
- 2 blikken bruine bonen
- 4 blikjes tomatenpuree
- 500gr. tomaten
- kruidenmix voor chili con carne

BEREIDINGSWIJZE:

Schil en snijd alle ingredienten. Fruit de uitjes even aan in de pan en voeg gehakt toe. Voeg hier het nodige peper, zout, chilipoeder aan toe. Dan volgen knoflook, champignons overige ingrediënten toe. Meng alles door elkaar en voeg tomaten-puree/ketchup en kruidenmix toe. Voeg eventueel wat water toe + laat staan tot alles gaar is.



STOOFVLEES

INGREDIËNTEN:

- 1 kg. rundvlees of varkensvlees
- 2 uien + 1/2 bol knoflook
- 2 winter penen
- 3 prei
- 500 gr champignons
- smaakmaker (bouillon en bier of wijn)
- 2 l. water
- ca. 100 gr. bloem

BEREIDINGSWIJZE:

Schil en snijd alle ingredienten. Fruit de uitjes even aan in de pan. Haal de blokjes vlees door het bloem en voeg dit toe. Bak dit kort aan. Bak het vlees glazig en voeg nu de rest van de ingredienten toe. PAS OP - voeg ineens koude vloeistof toe aan hete dutch oven!!

Meng alles goed door en voeg een deel van de vloeistof toe. Laat dit ca. 1,5 uur stoven en voeg de wortel toe. Voeg eventueel wat water toe + laat staan tot alles gaar is.

TECHNIEK & RECEPT | SKILLET RISOTTO

Een Skillet is een gietijzeren koekenpan voor op open vuur. De pannen zijn mooi op de barbeque of 'lets vuur' te gebruiken. Je plaatst de pan simpelweg bovenop de kolen, briketten of op een lets vuur en maakt de heerlijkste gerechten.



TECHNIEK;

Voordat je kunt beginnen met koken/bakken moet je de skillet invetten. Dit kan heel eenvoudig door de pan in te vetten (met olie) en deze daarna ca. 10 minuutjes in de hete kolen te plaatsen. De olie trekt in de pan. Herhaal dit vóór gebruik enkele keren.

BEREIDINGSWIJZE:

De skillet behoort tot de serie 'kook-attributen met het eeuwige leven', mits je heb goed verzorgd. Je onderhoudt de pan het beste door hem een beetje vet te houden.

GEBRUIK NOOIT ZEEP OF SOP!!!

Maak de pan schoon met heet water en een borstel. NOOIT koud water in een hete pan gieten!!! Dan breekt het staal. Laat het staal goed drogen. Daarna: invetten met een beetje olie, en opbergen met het deksel op een kiertje. Zo kun je eindeloos plezier hebben van je dutch oven.

RISOTTO

INGREDIËNTEN:

- pot kant en klare bouillon
- 1 ui + 1/4 bol knoflook
- 2 bakjes champignons/paddenstoelen
- 300 gr. risotorijst
- 150 ml. witte wijn
- kruiden

BEREIDINGSWIJZE:

Verhit de de skillet en fruit de ui. Snij champignons/paddenstoelen klein. Schep de risotto door de uitjes en bak 2-3 min., tot de korrels glanzen. Voeg beetje bij beetje vocht toe (wijn en bouillon) Laat de rijst het vocht steeds opnemen voordat je nieuw vocht toevoegt. Blijf roeren.

Wanneer het vocht opgenomen is meng je de paddenstoelen erdoor. Neem de pan van het vuur, voeg tijm toe en breng op smaak met peper en zout. Laat de risotto met de deksel op de pan nog 5 min. staan.

TECHNIEK & RECEPT | IN SCHIL CUPCAKES

De schil van een sinaasappel of citroen kun je prima gebruiken om cupcakes in te bakken in de hete kolen of op een rooster.

De schil beschermt de cake in principe van aanbakken.



TECHNIEK;

Neem een sinaasappel of citroen en snij hier een hoedje van af. Hol de vrucht uit (het vruchtvlees kun je opeten of gebruiken als smaakmaker)..

SINAASAPPEL CUPCAKES

INGREDIËNTEN:

- 150 gram zelfrijzend bakmeel
- 150 gram boter
- 150 gram suiker
- 3 eieren
- sinaasappels of citroen
- 1 zakje vanillebakpoeder

BEREIDINGSWIJZE:

basis cake-beslag:

mix boter en suiker in een kom. Kneed dit door elkaar. Voeg één voor één de eieren toe. Eindig met het bakmeel.

Meng alles goed door elkaar.

Vul dan de schil tot ca. $\frac{3}{4}$ de met cakebeslag.

Plaats de gevulde schillen in de hete kolen.

De cake is gaar wanneer je met een vork in de cake prikt + deze schoon eruit komt.

TECHNIEK | ZONDER POT OF PAN

Welke materialen kun je gebruiken?

- bladeren; vis/vlees in blad.
- twijgen; racket waar je vlees/ of vis bakt boven vuur/kolen.
- stenen; gebruik hete stenen als grillplaat.
- papieren zakjes; ei bakken in papieren zakje.
- blok gekloofd hout; blok hout waar je vis of vlees op verwarmt.



TECHNIEK & RECEPT | BAKKEN IN HOUTOVEN PIZZA

Een houtvuur oven kun je op allerlei manieren zelf maken. De essentie van de oven is; je creëert een ruimte waarin de warmte opbouwt. Dit kan een stalen vat zijn, een pan, een blikje of zelf gebouwd van stenen.

Er zijn 2 verschillende types houtvuurovens:

1. Stoken in zelfde ruimte als je bakt.

voordeel: Je gerechten gaan ook naar houtvuur ruiken|smaken - hmmm:)

nadeel: Moeilijker te maken + op temp. te houden.

2. Je stookt onder de ruimte waar je bakt.

Voordeel: Eenvoudig te maken + temperatuur kan continu bijgesteld worden. nadeel: je krijgt geen (minder) houtvuur aroma's.

voorbeelden type 1:



voorbeelden type 2:



PIZZA

INGREDIËNTEN:

- 1 pak broodbakmix (of bloem + gist).
- kruiden
- 4 eetlepels olie.
- 6dl lauwarm water.
- pizza beleg: kaas, groenten (champignons, tomaat etc).

BEREIDINGSWIJZE:

Bereid broodbakmix volgens instructie verpakking. Blijf kneden tot je een mooi glad en elastisch deeg hebt dat niet meer aan je handen blijft kleven. Laat het deeg ongeveer een uurtje in rijzen.

Snij de ingredienten klein.

Beleg de pizza met ingredienten, begin met tomatensaus, dan vast beleg + bovenop komt de kaas. Kruiden naar wens. Plaats de pizza in de oven. Als deze op hitte is, is de pizza in een paar minuten gaar.

TECHNIEK | LETS VUUR

Een eenvoudige manier om een kook-vuur te maken met slechts stam hout. Het lets vuur.

- Je splijt een stam in 3 of 4 gelijke stukken.
- De kern van de stam snij of hak je weg.
- aan de onderzijde maak je een kleine opening.
- dan bind je de stukken bij elkaar met staaldraad.

zie afbeelding hiernaast>

Je Lets vuur is gereed voor gebruik.

TECHNIEK;

Nadat je een klein vuurtje hebt gemaakt onder in de stam, begint deze vanuit het binneste te branden. De tunnel werkt als een schoorsteen. Doordat verwarmde lucht omstijgt ontstaat er een luchtstroom. Nieuwe zuurstof wordt aangezogen via de opening onderin. Deze voedt het vuur.

Wanneer het Lets vuur goed werkt trekken de vlammen uit de schoorsteen en kan deze gebruikt worden om op te koken.

Voordelen van het Letse vuur:

- Het vuur is zelf voorzienend. Bij het branden hoef je geen hout toe te voegen,
 - Het vuur is in de stam. Je verliest geen warmte.
 - Als het vuur te hoog is, kunt je dit dimmen door wat mos in de opening onderin te stoppen.
 - Je kunt het Lets vuur eenvoudig doven u door de opening onderin te vullen met mos.
- Je kunt 'm dan volgend keer weer gebruiken.



SINAASAPPEL CUPCAKES

LET OPI!

- Wanneer je een pan direct op de stam zet, zal het vuur doven doordat de luchtstroom wordt onderbroken. Zorg ervoor dat je bijvoorbeeld 2 haringen op de stam legt die dit voorkomen.
- Het Letse vuur zal volledig doorbranden Blijf bij het vuur!!!
- Zorg voor een stevige en niet brandbare ondergrond.

RECEPT | DUTCH OVEN KANEELROLLETJES

BEREIDINGSWIJZE;

Doe de gist bij een beetje opgewarmde melk en roer een paar keer om zodat er klonters ontstaan. Smelt de boter en mix deze samen met de suiker, zout, vanillesuiker en het ei tot een romige massa. Schenk de melk met gist er bij en mix kort. Voeg de bloem er bij en kneed met je handen tot een soepel deeg. Zet het deeg in een kom op een warm plek te rijzen (ca. 45 min).

Bestuif een werkblad met bloem en rol de deeg bal uit (rechthoek van 20 x 30 cm). Bestrijk de bovenzijde met zachte boter. Meng rozijnen, basterdsuiker, kaneel en pecannoten door elkaar en verdeel over de laag boter. Rol het deeg vanuit de lange kant op en druk de naden zachtjes tegen elkaar. Snijd dan de deegrol in 9 (of meer) stukken.

Leg ze op de ronde zijde in een ingevette dutch oven of skillet. Begin in het midden en leg de andere deeggrondjes er om heen (met een beetje afstand van elkaar). Bedek met een vochtige theedoek en laat nog 30 minuten op



SINAASAPPEL CUPCAKES

INGREDIËNTEN:

VOOR 9 STUKS

- 1 ei
 - 320 gr bloem + om te bestuiven
 - 125 ml melk, warm (niet te heet)
 - 30 gr suiker
 - 1 zakje vanille suiker
 - 1 zakje a 7 gram gedroogde gist
 - Snufje zout
 - 40 gr boter
- (of vervang bloem en gist door zelfrijzend bakmeel)

VULLING;

- 4 eetl rozijnen
- 100 gr basterdsuiker donkerbruin
- 2 theel kaneelpoeder
- 50 gr pecannoten, grof gehakt
- 40 gr zachte boter (invetten/bestrijken)

RECEPT | DUTCH OVEN LINZENVLAAI

Linzenvlaai - een aanm die niets te maken heeft met 'linzen' (peulvruchten). Linzen verwijst naar het soort koekdeeg die gebruikt wordt. De naam is waarschijnlijk afgeleid van de 'linzer-torte' (een oostenrijks klassiek gebak).



BEREIDINGSWIJZE:

Roer de suiker, vanillesuiker, bloem en snuf zout door elkaar. Klop de 2 eieren los en voeg $\frac{3}{4}$ de samen met de boter bij de meelmengsel. Roer en kneed dit bij elkaar tot er een deegbal ontstaat.

Leg dit ca. 2 uur koel weg (in huishoudfolie).

Smeer de dutchoven in met wat boter en bestuif met wat bloem.

Kneed de deegbal even door en rol $\frac{3}{4}$ de van het deeg uit. Bedek hiermee de bodem van de pan.

Klop de jam even door en verdeel deze over de deegbodem. Rol de rest van het deeg uit en snijd er brede strepen van. Leg deze kruislings over de vlaai. Bestrijk de bovenzijde met het overgebleven ei en bestrooi royaal met grove suiker.

Bak de vlaai in va $\frac{1}{2}$ uur gaar.

LINZENVLAAI

INGREDIËNTEN:

vlaai ca 28cm doorsnede;

- 170gr boter
- 360gr zelfrijzend bakmeel
- 2 eieren
- snufje zout
- 4el melk
- 1 zakje vanillesuiker
- ca. 500gr jam (abricoos of anders)
- grove suiker (bovenop)

<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...

Blind **E**lephant
Stg. **x**perience

U ook???

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