



Ruud 's Kookboek

Aardpeerrecepten
(Tuin van de Smaak)

TIJN VAN DE SMAAK

aardpeerrecepten

Aardperenpuree (4 personen)

1/2 kg aardperen, kruidenzout, peper, scheutje (soja)room.

Was en boen de aardperen schoon in ruim water. Kook ze in de schil gaar in 5-10 minuten in water met een beetje kruidenzout. Pel de aardperen en snijdd ze in stukken en pureer ze, voeg een scheut room toe en breng ze op smaak met wat peper.

Aardpeersalade met cashewsaus (4 personen)

150 g jonge aardpeer, 100 g veldsla, 2 eetl. pompoenpitten. Voor de saus: 2 eetl. cashewnotenpasta, 3 eetl. zonnebloemolie, 2 tl. sojasaus, 1 teentje knoflook, beetje citroensap, 1 eetl. gehakte peterselie.

Maak een sausje van de cashewpasta, olie, sojasaus, geperste knoflook, peterselie en enkele druppels citroensap. Rooster de pompoenpitten in een droge pan op een matig vuur. Was de veldsla en schik hem op een bord. Schrob de aardperen schoon en rasp ze. Schep de aardperen op het sla-bedje, schenk er wat saus over en bestrooi ze met pompoenpitten.

Aardpeer met prei en notenbotersaus (4 personen)

300 g aardpeer, 2 dunne preien, 50 g boter, 50 g hazelnoten, kruidenzout.

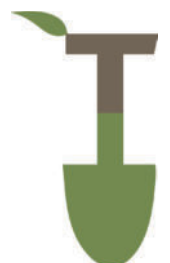
Schrob de aardperen schoon en snijdd ze in plakjes. Was de prei en snijdd ze in ringen. Stoom beide groenten gaar; leg de prei onderin het stoommandje en de aardpeer er bovenop. Maak in-tussen de saus. Hak de noten grof. Verwarm de boter op een zacht vuur en voeg de gehakte noten toe. Bak de noten enkele minuten en breng de saus op smaak met kruidenzout.

Haal de groenten uit het stoommandje en schenk de saus erover. Lekker met quinoa, gebakken pompoen en een witlofsalade.

Aardpeer met gestoofde zuurkool (4-6 personen)

200 g aardpeer, 1 ui, 400 g zuurkool, 2 eetl. zonnebloemolie, zout, peper.

Pel en snipper de ui. Snijdd de aardperen in 3 mm dikke plakken. Verwarm de olie en smoor de ui even. Smoor ook de aardperen enkele minuten mee, maar laat ze niet verkleuren. Blus de groenten met 2 dl. water, doe het deksel op de pan en zet het vuur laag als het deksel heet wordt. Stooft de aardperen 10 minuten. Roer de zuurkool erdoor en stooft nog eens 10 minuten. Roer alle groenten goed door elkaar en breng op smaak met zout en peper. Lekker met gekookte granen.



TIJN VAN DE SMAAK

aardpeerrecepten

Aardpeerkoeken (8 stuks)

600 g aardperen, 2 eieren, 2 tl. tijm, 2 eetl. bieslook, 1 tl. zout, ½ -1 eetl. gebuild meel, zonnebloemolie.

Kluts de eieren en vermeng deze met de kruiden en zout. Rasp de aardperen op een grove rasp en druk er zoveel mogelijk vocht uit. Vermeng de aardappelen met het eimengsel en bak een proefkoekje. Voeg een beetje meel toe als het koekje tijdens het bakken uit elkaar valt. Verdeel het aardpeer-eimengsel in 8 porties. Verhit wat olie in een koekepan en bak op een hoog vuur platte koeken ter grootte van een handpalm. Temper het vuur als de koeken beginnen te stollen. Ze moeten van binnen een beetje zacht blijven. Direct serveren, bij warm houden verliezen ze hun knapperigheid. Lekker met appelmoes en andijviesalade.

Rösti met kaas op de bakplaat

Dit gerecht is gebaseerd op 4 personen en een bakplaat van ongeveer 30x40 cm.

Dit gerecht is razendsnel te maken en bijzonder voedzaam. Deze rösti hoeft niet omgeschept te worden en toch wordt ze knapperig. Op de bakplaat gebakken rösti is veel minder vet dan in de pan gebakken.

Nodig:

1/2 kg aardperen, 1/2 kg aardappelen

125 g Emmentaler of Gruyère

2-3 theelepels zout (afhankelijk van het zoutgehalte van de kaas)

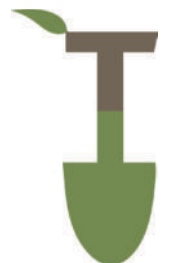
geraspte nootmuskaat

peper

Rasp en droog de aardperen en aardappelen. Het drogen kan gewoon in een theedoek. Rasp de kaas op dezelfde grove rasp. Meng aardappelen en aardperen, kaas en zout in een kom, met de handen, goed door elkaar.

Vervarm de oven voor en laat de bakplaat een beetje warm worden. De warm geworden bakplaat royaal insmeren met een stuk harde boter. Verdeel het aardappel kaasmengsel over de bakplaat, tot aan de opstaande rand. Maak de laag overal even dik. Strooi het zout erover.

Bak het geheel ongeveer een half uur bij 210 graden op de onderste richel.





<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..



..U ook???

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

Compressed by

