



*Dvjetige recepten*



**Oost-Europese  
keuken**  
*Johan Drenth*

A red rectangular block containing a cartoon chef character with a white hat and a red scarf, giving a thumbs up. To the left of the chef, the text "Dvjetige recepten" is written vertically. Below the chef, the text "Oost-Europese keuken" is written in a bold, black font, with "Johan Drenth" written below it in a smaller, italicized font.

## **Rusland**

---

### **Bietenbouillon**

Als rode bieten lang in soep worden gekookt, wordt de juweelrode kleur een beetje bruin en het purper een beetje roestig aan de randjes. Voor de smaak maakt dit niet veel uit, maar de glorie is vergaan. Om dit tegen te gaan, kunt u een simpele bietenbouillon maken, die vlak voor het opdienen aan de soep wordt toegevoegd.

1 grote rode biet  
3 eetlepels rode wijnazijn  
kokend water

Rasp de biet in de pan, zodat er niets van het sap verloren gaat.  
Voeg zoveel kokend water (of bouillon) toe dat de bieten net onder staan.  
Voeg de azijn toe.  
Breng dit langzaam aan de kook, haal het van het vuur af en laat het 20 minuten trekken.  
Zeef dit vlak voor het serveren in de soep.  
De soep moet zo heet mogelijk zijn, tegen het kookpunt aan, zodat ze niet meer opgewarmd hoeft te worden.  
Koken bederft de kleur.

---

### **Borsjtsj I**

De soep wordt gebonden met wat bloem en is daardoor steviger dan de lichte zomervariatie.  
Verse rundvleesbouillon draagt ook bij aan de stevigte. De hoeveelheden in het recept zijn niet wetmatig: gebruik van wat u heeft zoveel u heeft, net als voor een gewone soep.

375 gr runderschenkel in kleine stukjes  
bouquet garni  
500 gr rode bieten  
2 eetlepels rode wijnazijn  
3 eetlepels tomatenpuree of 2-3 verse kleingehakte tomaten  
2 eetlepels gesmolten boter  
250 gr wortelgroenten, waaronder een ui, een wortel en, indien voorradig, een wortelpeterselie  
500 gr fijngesneden kool  
3 grote eetlepels boter  
1 eetlepel bloem  
zout, peper, suiker  
1 laurierblad  
bietenbouillon  
zure room

Naar wens:  
dobbelseentjes aardappel, rauw of gekookt  
kleine gegrilde braadworstjes  
dobbelseentjes gekookte ham

Breng het rundvlees in een grote pan met 2 1/2-3 liter water en het bouquet garni aan de kook, schuim af en laat in een gesloten pan 1 1/2 uur sudderen.  
Was de bieten en rasp ze in luciferdikke stukjes in een pan. Schillen is alleen nodig als de schil erg stug is.  
Voeg de azijn en de tomatenpuree (als u verse tomaten gebruikt, komen die later), de gesmolten boter en 1/4 liter van de rundvleesbouillon toe en laat dit in een gesloten pan een uur sudderen.  
Maak de wortelgroenten schoon en snijd of rasp ze fijn.  
Bak ze in 2 eetlepels boter tot ze goudbruin zijn en voeg ze dan aan de bieten toe.  
Laat dit nog 15 minuten sudderen en breng het geheel op smaak met zout, peper en een eetlepel suiker.  
Zeef intussen de rundvleesbouillon, doe hem terug in de uitgewassen pan en breng hem aan de kook.  
Voeg de kool en eventueel de rauwe aardappel toe en roer er na 10 minuten het bieten-groentenmengsel door.  
Voeg het laurierblad, eventueel de verse tomaten en verdere kruiden toe.  
Kneed de bloem met de laatste eetlepel boter (= beurre manié) en bind de soep hiermee.  
Voeg tenslotte de optionele gekookte ingrediënten toe en de bietenbouillon om de kleur te verbeteren.  
Warm de soep op, maar laat hem niet aan de kook komen.  
Serveer de soep met zure room.

Variaties:

1. Gebruik rundvleesbouillon als u het vlees niet zelf wilt koken. Bouillonblokjes moeten meer worden verdund dan de gebruiksaanwijzing aangeeft, omdat anders de chemische toevoegingen (zoals MSG) de smaak vertroebelen.
2. Gebruik gekookte bieten als er geen verse zijn. Snijd ze zeer fijn en warm ze langzaam met wat van de rundvleesbouillon op. Wees voorzichtig met de azijn, omdat gekookte bieten vaak al met azijn op smaak zijn gebracht.
3. In plaats van te binden met beurre manié' kunt u de bloem over de fruitende groenten strooien en met wat bouillon aanroeren.
4. Vervang voor een luxueuze winterpartij het schenkelvlees door 1 kg of meer borstvlies en voeg een uur voor het eind van de kooktijd een driekwart gaar gebraden eend inclusief slachtafval toe.

Om snel borsjtsj te kunnen maken, kunt u de rundvleesbouillon en het bieten-groentenmengsel in de diepvriezer op voorraad houden.

---

## **Borsjtsj II**

4 gedroogde pruimen zonder pit  
300 gekookte rode bieten  
1 ui  
2 worteltjes  
1 kruidenbouillontablet  
1 theelepel maïzena  
1 dl zure room

Week de pruimen 6 uur in ruim water.

Rasp de bietjes, pel en snipper de ui en snijd de schoongemaakte worteltjes in plakjes.  
Breng deze groenten met het verkruimelde bouillontablet aan de kook met zoveel water, dat de groenten onder staan.  
Pureer de groenten in de blender of met de foodprocessor, doe de puree over in een pan

en breng op smaak met zout en peper.

Roer van de maïzena en enkele eetlepels water een glad papje en bind de soep hiermee.

Schakel de hittebron uit en roer de zure room door d soep.

Verdeel de bietensoep over de borden en garneer met een pruim.

---

### **Zomerborsjtsj III**

500 gr rauw rode bieten

1 flinke wortel

1 1/2 liter water

2 gepelde en gehakte tomaten

90 gr gehakte lente-uitjes

1 tak gehakte bleekselderij

4 grote geschrapte nieuwe aardappelen in dobbelsteentjes

150-175 gr courgette in dunne plakjes

bouquet garni

zout, peper

4 kruidnagelen

bietenbouillon

zure room

Snijd de stengels en de bladeren van de bieten.

Gooi verwelkte of bruine exemplaren weg en snijd de rest in stukjes.

Blancheer ze 2 minuten in kokend zout water, giet ze af en zet ze apart.

Was de biet en rasp hem in luciferdikke reepjes in een grote pan.

Rasp de wortel en voeg hem met het water aan de biet toe.

Sluit de pan af, breng de inhoud aan de kook en laat hem 10 minuten sudderen.

Voeg dan de kleingesneden stengels en bladeren, de andere groenten en de kruiden toe.

Sluit de pan weer en laat de inhoud sudderen tot de groenten gaar zijn.

Verbeter de kleur met wat bietenbouillon en haal de soep van het vuur voor ze weer kookt.

U kunt er een paar eetlepels zure room door roeren, of de zure room apart serveren.

Tip: vaak wordt dillegroen gebruikt om borsjtsj te kruiden.

---

### **Bortsch IV**

(6-8 personen)

750 gr mager rundvlees

2 liter water

3 takjes peterselie

2 preien

2 wortelen

1 laurierblad

1 teen knoflook

6 peperkorrels

500 gr geschilde en in blokjes gesneden gekookte rode biet

1/2 grofgehakte rodekool

2 aardappelen

2 uien

250 gr champignons  
1/4 liter zure room

Snijd het vlees in blokjes en doe ze in een pan met het water en zout naar smaak, laat het water langzaam aan de kook komen, als het kookt schep dan het schuim eraf, voeg de peterselie, grofgehakte prei, wortelen, laurierblad, knoflook en de peperkorrels toe. Laat alles afgedekt 1,5 uur zacht pruttelen.

Haal steeds het schuim eraf.

Haal daarna het vlees eruit, werk het door een zeef en vang het vocht op in de pan.

Voeg bij de bouillon in de pan de bieten, rodekool, aardappelen, uien en de champignons. Laat aan de kook komen en schuim weer af, laat de soep nog 1,5 uur zacht pruttelen, wrijf alles door een zeef en laat koud worden, roer er vlak voor het opdienen de zure room door.

---

### **Borsjtsj V**

(6 personen)

500 gr runderpoelet  
1 1/4 liter water  
10 gr boter  
1 fijngesneden ui  
1 winterwortel in repen  
400 gr fijngesneden witte kool  
400 gr gekookte bieten in repen  
zout, versgemalen zwarte peper  
1 eetlepel fijngehakte dille  
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Breng het water met het vlees aan de kook.

Zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de bouillon 1 1/2 uur zachtjes trekken.

Schep het schuim geregeld af.

Verhit de boter in een andere diepe pan en fruit daarin de ui tot hij begint te kleuren.

Voeg de wortel en de koel toe en bak ze al roerend even mee.

Giet er nu de bouillon met het vlees bij, breng het geheel aan de kook, zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de soep 10 minuten zachtjes koken.

Doe de bieten bij de soep en laat nog enkele minuten koken.

Breng de soep op smaak met zout en peper en roer er vlak voor het serveren de dille en de peterselie door.

Schep op elk van de borden eerst een flinke eetlepel zure room en doe er dan de soep bij.

Vervang voor koolsoep de bieten door een prei en 200 gr extra witte kool.

U kunt de soep ook zonder vlees maken. Vervang de runderbouillon dan door groentebouillon.

---

### **Borscht Vi**

500 gr rundvlees  
250 gr rode bieten  
400 gr witte kool  
400 gr aardappelen  
1 wortel  
1 peterseliewortel  
1 ui  
blikje tomatenpuree  
enkele verse tomaten  
20 gr gezouten spek  
1 eetlepel boter  
4 teentjes knoflook  
2 eetlepels 3% azijn of 1 eetlepel citroensap  
1 eetlepel bloem  
1 laurierblad  
allspice  
zout, peperkorrels  
2 dl dikke room  
fijngehakte peterselie  
fijngesneden venkel

Kook het vlees in 1 3/4 liter water met wat zout en laurier, maar laat het vlees niet te lang koken.

Neem het uit de pan en zeef de bouillon.

Laat de bieten 30 minuten stoven en voeg boter, tomatenpuree, azijn en wat bouillon toe.

Bak de wortel en de uien in boter, voeg bloem toe, voeg wat bouillon toe en breng aan de kook.

Voeg bij de rest van de bouillon de geschaafde kool en de aardappelen.

Breng aan de kook en voeg het bietenmengsel toe.

Kook nog 15 minuten en voeg dan de gebakken groenten en de kruiden toe.

Kook alles gaar.

Breng de soep terug aan de kook en zet de pan dan enige tijd op de aanrecht.

Leg onder in elk bord wat vlees; giet daar de soep op en vlij daarover een lepel room; bestrooi met peterselie en venkel.

---

## **Borsjtsj VII**

8 dl kippebouillon (van een tablet)  
250 gr geschilde aardappelen in dobbelsteentjes  
250 gr worteltjes in plakjes  
2 takjes tijm  
500 gr geschilde, gekookte bietjes in dobbelsteentjes  
1 eetlepel rode wijnazijn  
peper, zout  
1/8 liter zure room  
grofgehakte dille

Breng de bouillon aan de kook en voeg de aardappelen, de wortelplakjes en de tijm toe. Kook de soep 15 minuten en voeg dan de bietjes, de azijn en peper en zout naar smaak toe.

Laat alles nog 5 minuten zachtjes koken.

Serveer de soep met zure room en bestrooi de soep met de dille.



---

### **Borschtsj VIII**

500 gr runderpoelet  
1 1/2 liter water  
zout  
1 peterseliewortel  
1 laurierblad  
250 gr gesneden witte kool  
500 gr erwtensoepgroente  
1 rode biet  
3 aardappelen  
1 klein blikje tomatenpuree  
2 eetlepels citroensap  
peper  
lavas  
peterselie  
1 bekertje zure room

Leg het vlees in het kokende water met zout.  
Was de peterseliewortel en doe die met de laurier bij het vlees.  
Kook dit 1 uur op een middelhoog vuur.  
Schil de biet en de aardappelen en snijd ze in blokjes.  
Neem, als het vlees gaar is, ruim de helft van de bouillon uit de pan en kook daarin met het deksel op de pan alle groenten en de aardappelen zachtjes gaar.  
Roer de rest van de bouillon met het vlees en de tomatenpuree door het groente-aardappelmengsel.  
Voeg het citroensap, zout en peper toe.  
Was de lavas en peterselie, maak ze droog, hak ze fijn en strooi ze over de soep.  
Geef de zure room er apart bij.

---

### **Barsjt Ix**

(voor ± 2 liter)

10 rode bieten  
soepvlees  
soepgroente  
wat azijn

Schil 3 bieten en snijd ze in plakken van ± 1/2 cm dik.  
Leg ze in handwarm water en wel zo, dat ze net onder staan (u heeft maar een paar dl van dit vocht nodig).  
Laat ze 2-3 dagen op een warme plaats staan, voeg er eventueel een verkruimelde boterham aan toe, om het geheel beter te laten fermenteren.  
De soep moet wat zurig worden, daar heeft u deze 'bietenazijn', de feitelijke 'barsjt', voor nodig; maar u kunt ook gewone azijn nemen.  
Trek na een paar dagen een gewone bouillon, doe daar de soepgroente en een paar teentjes knoflook bij en laat alles flink trekken.  
Kook de overige bieten of bak ze in de oven, maar dan ongeschild.  
Laat ze een beetje afkoelen, schil ze en rasp ze dan.  
Kook de bieten even mee, laat de soep nog even goed doortrekken en giet het geheel dan door een zeef.

Maak de soep op smaak met de barsjt, eventueel nog wat azijn, wat suiker, peper (de soep mag best flink pittig zijn) en eventueel wat zout.

Gebruik het vlees om er 'oesjka' van te maken, 'oortjes'.

Dat zijn deegkussentjes, dus u kunt er een simpel pastadeeg voor gebruiken, dat u in vierkantjes van een paar cm snijdt.

Leg er dan een klein bergje vlees op, vouw ze schuin dubbel, druk de kanten op elkaar en vouw dan de scherpe hoeken over elkaar.

Het worden nu, met veel fantasie, een soort hondeoortjes.

Kook die op de normale manier beetgaar.

---

## **Borsjt X**

4 1/2 liter water

750-1000 gr runderschenkel + soepvlees

800 gr witte kool (u kunt ook spitskool nemen, maar dan iets meer)

300 gr aardappelen

1 middelgrote biet

1 grote winterwortel

een stukje knolselderij

1 rode paprika

1 groot en 1 klein blik tomatenpuree

1 blik hele gepelde Italiaanse tomaten

2 preien (of 2 uien)

2 laurierblaadjes

2 bekertjes zure room

zwarte peper, zout

1 bosje peterselie

1/2 pakje dille (diepvries)

Laat de schenkel met het soepvlees en de laurierblaadjes in het water

± 1 uur goed koken en laat het daarna nog ± 1 uur op een laag vuur trekken.

Breng de soep dan weer op hoog vuur aan de kook en voeg de fijngesneden biet, de fijngesneden knolselderij, de fijngesneden winterwortel en de fijngesneden prei (of ui), 2 afgestreken eetlepels zout en zwarte peper toe.

Laat alles ± een half uur doorkoken en voeg dan nog de fijngesneden rode paprika, de in blokjes gesneden aardappelen en de fijngesneden spitskool toe.

(Als u geen spitskool kunt krijgen, neem dan witte kool; die moet u .v.m. de langere kooktijd echter eerder toevoegen dan de aardappelen).

Fruit in een braadpan wat fijngesneden prei (of ui) in boter en voeg er wat later de tomatenpuree bij..

Voeg dit mengsel aan de soep toe.

Proef of de aardappelen en/of de kool gaar zijn en voeg dan de fijngeknipte peterselie, de gesneden dille en de gezeefde gepelde tomaten toe.

De borsjt is dan klaar.

U kunt bij de borsjt stokbrood serveren.

De zure room wordt op tafel gezet. De gebruiker kan de room dan zelf lepelgewijs aan de hete borsjt toevoegen.

---

## **Vegetarische Borsjtsj**

(wegetarianski borsjtsj)



25 gr paddestoelen  
2 liter water  
3 fijngehakte uien  
1 gekookt bietje  
1 kleine fijngesneden winterwortel  
100 gr gesnipperde witte kool  
olie  
3 eetlepels fijngehakte peterselie  
1 klein blikje tomatenpuree of 3 ontvelde tomaten  
2 eetlepels rode wijnazijn  
1 theelepel suiker  
zout, peper  
2 laurierbladeren  
10-12 gedroogde pruimen zonder pit  
2 eetlepels fijngesneden peterselie  
1 bekertje zure room

Voor de specifieke rode kleur:

1 gekookt bietje  
2 dl bouillon  
1 theelepel wijnazijn

Maak eerst een paddestoelenbouillon door de paddestoelen met 1 ui 1 uur in het water te laten koken.

Neem de paddestoelen er dan uit en snijd ze fijn.

Snijd een bietje fijn en smoor dit met de wortel, de uien en de kool ± 10 minuten in wat olie met de peterselie, de tomatenpuree of de tomaten, de wijnazijn en de suiker.

Voeg de bouillon, zout, peper en laurier toe, breng alles aan de kook en laat het geheel ± 30 minuten op zacht vuur koken tot de groenten zacht zijn.

Was de pruimen, kook ze 15-20 minuten in wat water, haal ze eruit en schenk het pruimenvocht bij de soep.

Om de soep de specifieke rode kleur te geven kunt u 1 bietje schillen en raspen en dit met 2 dl bouillon en 1 theelepel wijnazijn 10-15 minuten tegen de kook aan houden.

Zeef dit vocht en wrijf het bietje door een zeef.

Doe dit vocht op het laatste moment bij de soep.

Voeg vlak voor het opdienen de fijngesneden paddestoelen aan de soep toe en strooi er de bladselderij over.

Leg op elk bord wat pruimen en giet de soep daarover.

Geef de zure room er apart bij, zodat ieder daarvan zelf een eetlepel in de soep kan doen.

---

### **Moskouse Borsjtsj**

(moskowski borsjtsj)

Zie voor de bereiding bovenstaand recept, maar vervang de paddestoelenbouillon door vleesbouillon.

---

### **Moskowski borsjtsj**

(Moskouse borsjtsj)

2 liter groentebouillon  
2 fijngehakte uien  
100 gr fijngesneden witte kool  
1 kleine fijngesneden winterwortel  
1/2 kleine knolselderij in stukjes  
12 gekookte bietjes in stukjes  
olie  
1 blikje tomatenpuree of 3 ontvelde tomaten  
1 theelepel suiker  
1 1/2 theelepel rode wijnazijn  
2 geraspte aardappelen  
zout en peper naar smaak  
fijngesneden verse bieslook  
versgehakte peterselie  
1 bekertje zure room

Voor de specifieke rode kleur:

1 gekookt bietje  
2 dl groentebouillon  
1 theelepel wijnazijn

Fruit de uien, de witte kool, de wortel, de knolselderij en de bietjes ± 10 minuten in wat olie.

Doe de groenten den bij de bouillon en voeg de tomatenpuree, de suiker, de wijnazijn, de aardappelen, zout en peper toe en kook de soep ± op zacht vuur 30 minuten.

Om de soep de specifieke rode kleur te geven, kunt u een bietje schillen en raspen en het met 2 dl bouillon en 1 theelepel wijnazijn 10-15 minuten tegen de kook aanhouden. Zeef dit vocht en wrijf het bietje door een zeef.

Roer dit bietenvocht op het laatste moment door de soep.

Bestrooi de soep voor het serveren met de bieslook en de peterselie.

Geef er de zure room apart bij, zodat ieder daarvan zelf een eetlepel in de soep kan doen.

---

### **Koude komkommersoep**

1/2 komkommer  
1/4 liter magere yoghurt  
1/2 liter vleesbouillon (blokje)  
1 ei  
1/4 theelepel zwarte peper  
1/2 liter karnemelk  
1/2 theelepel paprikapoeder

Schil en rasp de komkommer.

Meng de geraspte komkommer door de yoghurt en laat deze afgedekt een nacht op een koele plaats (niet in de koelkast) staan.

Bereid de vleesbouillon volgens de aanwijzingen op het pakje, laat hem afkoelen en schep het vet eraf.

Leg het ei in kokend water en kook het in 10 minuten hard.

Strooi wat peper over de komkommer-yoghurt en roer deze door de karnemelk.

Roer de koude bouillon door de komkommersoep.

Verdeel de soep over kommen.

Laat het ei in koud water schrikken, pel en hak het.

Strooi in elke kom wat gehakt ei en paprikapoeder.

---

### **Russische paddestoelen**

500 gr paddestoelen (champignons of oesterzwammen)  
300 ml wijnazijn  
2 kruidnagels  
1 laurierblad  
1 theelepel dillezaadjes  
10 peperkorrels

Laat de azijn met de peperkorrels, het laurierblad, de kruidnagels en de dille 5 minuten koken en vervolgens afkoelen.

Borstel de paddestoelen voorzichtig schoon.

Snijd de grotere exemplaren in kleinere stukken.

Kook de paddestoelen 10 minuten in gezouten water.

Laat ze uitlekken.

Doe de uitgelekte paddestoelen in een goed schoon gewassen glazen pot.

Giet de azijn op de paddestoelen in de pot.

Giet een beetje olie op de azijn en sluit de pot goed af.

Laat de pot in ieder geval 2 weken op een koele plaats staan.

Pas dan mag de pot open en mogen de paddestoelen worden opgegeten.

---

### **Russische zalmpasteitjes**

4 pasteibakjes  
1 blikje rode zalm  
4-6 champignons  
1 1/2 dl bouillon  
1 flinke mespunt geraspte mierikswortel  
enkele theelepels citroensap  
25 gr boter  
20 gr bloem  
1/2 dl room

Laat de zalm uitlekken, verwijder zorgvuldig alle graatjes en vellen, verdeel de zalm in stukken.

Snijd de champignons in plakjes en laat er in de bouillon even de kook over komen.

Laat de mierikswortel enkele minuten weken in citroensap.

Smelt de boter, roer de bloem erdoor en giet er geleidelijk en al roerend de bouillon en de room bij tot het geheel tot een dikke saus bindt.

Roer de plakjes champignons, de mierikswortel met citroensap en de stukjes zalm erdoor.

Verdun eventueel de saus met nog wat bouillon en room als deze te dik is.

Verwarm de pasteitjes in de oven en vul ze met de warme saus.

Versier eventueel met een plakje hardgekookt ei en wat peterselie.

---

### **Russische taart met zalm en kaviaar**

Voor het deeg:  
6 eieren

zout  
275 gr bloem  
4 dl zure room  
1 theelepel boter om in te vetten

Voor de vulling:  
450 gr roomkaas  
450 gr gerookte zalm  
225 gr kaviaar  
250 gr sla  
4 gekookte eidooiers  
zout

Deeg:

Splits de eieren.

Vermeng de dooiers met wat zout, voeg geleidelijk (met 1 eetlepel tegelijk) de bloem en de zure room toe en klop tot een samenhangende massa is ontstaan.

Klop de eiwitten stijf en spatel ze door het beslag.

Breng het beslag over in een taartvorm en bak het deeg in een op 180 °C voorverwarmde oven gaar (test daarvoor met een breinaald).

Laat afkoelen en snijd het gebak in 3 plakken.

Meng voor de vulling de gekookte eidooiers grondig met de roomkaas en voeg wat zout toe.

Leg 2 plakken van het gebak op een werkvlak, beleg ze met dunne plakjes zalm en leg de plakken op elkaar.

Leg de derde plak erop en leg daarop een stuk karton of triplex met een niet te zwaar gewicht.

Zet de taart zo een paar uur op een koele plaats weg.

Vermeng intussen de kaviaar en de eierroomkaas in een foodprocessor tot het mengsel een roze kleur heeft gekregen.

Verwijder het gewicht van de taart en versier de taart in een soort ruitvorm met de kaviaar-roomkaascrème.

Zet in het open vierkant 'bloemen' van de resterende plakjes zalm.

Serveer de taart in stukjes als voorgerecht.

---

### **Russische vleespastei (Koulibiac)**

(4-6 personen)

voor de vulling:

3 dl vleesbouillon (tablet)

150 gr bulghur (natuurvoedingswinkel)

2 eetlepels olie

1 gesnipperde ui

1 teentje knoflook

100 gr champignons in plakjes

150 gr plakjes varkensfricandeau in stukjes

1 fijngehakt hardgekookt ei

2 eetlepels fijngehakte peterselie

zout, peper

1-2 theelepels gemberpoeder

1 theelepel kaneel

voor het deeg:

1 pak mix voor pizzabodem (450 gr)  
2 apart losgeklopte eieren  
snufje zout  
50 gr gesmolten boter  
2 theelepels kummel

Vulling:

Breng de bouillon aan de kook, voeg de bulghur toe en bereid die volgens de gebruiksaanwijzing.  
Bak in de olie de ui, de uitgeperste knoflook en de champignons ± 10 minuten.  
Meng er de rest van de ingrediënten voor de vulling en de gare bulghur door.

Deeg:

Verwarm de oven voor op 200 °C.  
Vet een bakplaat in.  
Kneed van de pizzamix, 1 losgeklopt ei, 1 1/2 dl water, zout en boter een soepel deeg.  
Rol het deeg uit tot een vierkante lap van ruim 1/2 cm dik (bewaars de restjes deeg).  
Schep de vulling in het midden op het deeg.  
Vouw het deeg zò over de vulling dat een ovale bol ontstaat; plak de randen met water op elkaar.  
Leg de bol met de naad naar onder op de bakplaat.  
Snijd uit de restjes deeg een mooie roos en plak die met water op de bol.  
Bestrijk de bol met 1 losgeklopt ei en bestrooi met kummelzaadjes.  
Bak de bol in het midden van de oven in ± 30 minuten gaar en goudbruin.  
Serveer hem warm.

---

## **Blini's I**

Blini's, kleine boekweit- of tarwemeelpannekoeken op gistbasis, zijn afkomstig uit de Russische keuken. Traditioneel zijn de blini's een vast onderdeel van de zogenaamde zakuski-tafel, een tafel met een uitgebreid assortiment voorgerechten. In Rusland worden blini's bestreken met zure room, besmeerd met gesmolten boter en met rode zalmkaviaar, zwarte beluga of gerookte zalm belegd. Haring en wodka mogen op de hapjes-tafel ook niet ontbreken.

Voor ± 24 stuks

15 gr gist  
2 1/2 dl lauwe melk  
150 gr boekweitmeel  
2 gesplitste eieren  
1 theelepel suiker  
zout  
60 gr boter  
50 gr bloem  
extra nodig: een blini-pannetje met een doorsnede van ± 10 cm, of een kleine koekepan

Het beslag:

Verkruimel de gist in een kommetje en roer er 1 1/2 dl melk door.  
Doe 100 gr boekweitmeel in een schaal en roer het gistmengsel erdoor.  
Laat het beslag afgedekt op een warme plaats 1-1 1/2 uur rijzen.  
Roer de eidooiers los met de suiker en zout.  
Laat 15 gr boter in 1 dl melk smelten en klop dit samen met het dooiermengsel door het

gerezen beslag.

Schep er de bloem en 50 gr boekweitmeel door en klop het beslag enkele minuten door.

Klop de eiwitten stijf en spatel ze door het beslag.

Laat het beslag afgedekt nog 20-30 minuten rijzen.

De blini's bakken:

Smelt in het koekepannetje een klontje boter, schenk zoveel beslag in de pan tot de bodem net is bedekt en bak de blini aan de onderkant bruin.

Keer hem en bak de andere kant.

Bak de overige blini's op dezelfde wijze.

Beleg de blini's met plakjes gerookte zalm en een schepje crème fraîche. Bestrooi ze met fijngehakte bieslook.

Of bak de blini's in de poffertjespan. Roer 1 1/4 dl crème fraîche los met zout, peper, 2 eetlepels fijngehakte peterselie en 1 eetlepel fijngehakte dille. Beleg de blini's met een lepeltje van deze kruidige crème fraîche, een takje dille en enkele zalm-eitjes.

---

## **Blini's II**

1/2 liter melk

250 gr witbroodmix

125 gr bloem

2 eieren

boter

voor de vulling:

200 gr kwark

1/2 bekertje zure room

dille (vers of diepvries)

100 gr zalmsnippers

zalmeitjes

Verwarm de melk tot lauwwarm.

Zeef het witbroodmix, vermeng dat met de helft van de melk en klop 10 minuten met een pollepel met een gat erin.

Dek het deeg af met folie en laat het op een warme plaats 2-3 uur rijzen.

Zeef de gewone bloem bij het deeg.

Splits de eieren, werk de dooiers met de rest van de melk door het gerezen deeg en besla het.

Klop de eiwitten stijf en spatel ze door het beslag.

Laat het beslag afgedekt nog een half uur rijzen en bak hiervan in een kleine koekepan of gourmetpannetje in boter dikke pannekoekjes aan beide kanten.

Klop voor de vulling de kwark glad met de zure room en meng er een flinke lepel dille, de kleiner gesneden zalmsnippers en een paar lepels zalmeitjes door.

Blini's zijn ook lekker met in room gemarineerde haring en bietensalade, of met in room gestoofde champignons met peterselie.

---

## **Blini's met visdip**

(± 16 stuks)



75 gr bloem  
75 gr boekweitmeel  
1 mespuntje zout  
1/3 zakje gedroogde gist á 7 gr  
1 dl lauwe melk  
3/4 dl bier  
± 40 gr boter  
1 witte, ontkorste boterham  
50 gr gebakken hom en kuit van kabeljauw  
Het sap van 1/2 citroen  
1 geraspt sjalotje  
± 1/2 dl olijfolie  
zout, versgemalen peper

Zeef de bloem, het meel en het zout en maak in het midden een kuiltje.  
Strooi de gist in het kuiltje en schenk er de helft van de melk in.  
Roer het geheel vanuit het midden glad.  
Voeg dan de rest van de melk en het bier toe en klop het tot een glad beslag.  
Laat het mengsel op een warme plaats ± 1 uur rijzen.  
Verhit een klontje boter in een koekenpan en schep er 3-5 bergjes beslag van ± 5 cm doorsnee in.  
Bak de blini's aan beide kanten in ± 6 minuten goudbruin.  
Doe dit vervolgens ook met de rest van het beslag.  
Week de boterham in water.  
Pureer de hom en de kuit.  
Knijp het brood uit en voeg het, samen met het citroensap en het sjalotje aan de puree toe.  
Meng er de olie in een dun straaltje door tot een smeug mengsel ontstaat.  
Breng het op smaak met zout en peper en serveer dit als dipsaus bij de blini's.

---

### **Russische salade**

200 gr gekookte worteltjes  
1 gekookte selderijknol  
4 gekookte aardappelen  
2 appelen  
2 zure augurken  
1 blikje doperwtjes  
zout, peper  
suiker  
azijn  
mayonaise  
2 eieren  
1 theelepel mosterd  
1 gekookt bietje  
peterselie

Maak een mengsel van de in gelijke dobbelsteentjes gesneden worteltjes, selderijknol, aardappelen, appel en augurk en roer er voorzichtig de doperwtjes door.  
Breng de salade op smaak met peper, zout, suiker en azijn en voeg wat mayonaise toe.  
Leg de salade op een platte schaal en versier met gehalveerde, hardgekookte eieren, waarvan het eigeel is vermengd met mayonaise en mosterd.  
Leg er plakjes gekookte biet omheen en strooi er gehakte peterselie over.  
Serveer met warm stokbrood.

---

## **Russische aardappelsalade**

100 gr witte bonen  
3/8 liter water  
1 1/2 groentebouillontablet  
1 laurierblaadje  
1 takje lavas  
400 gr aardappelen  
300 gr sperziebonen  
300 gr worteltjes  
3 eieren  
200 gr augurken  
1 appel  
2 uien  
20 gr kappertjes

voor de dressing:

1 1/2 dl hete bouillon  
1 theelepel mosterd  
het sap van 1 1/2 citroen  
2 eidooiers  
0.7 dl olie  
zout, peper

verder:

1 rode paprika  
bieslook  
dille  
tuinkers

Laat de witte bonen een avond van te voren in water weken en kook ze de volgende dag met het weekwater, het bouillonblokje, het laurierblaadje en de lavas gaar.

Schil de aardappelen en kook ze gaar.

Houd één aardappel apart voor de dressing.

Maak de sperziebonen en de worteltjes schoon en kook ze afzonderlijk gaar.

Kook de eieren hard.

Snijd de augurken, uien, sperziebonen, worteltjes en appel klein en voeg de kappertjes, de in plakjes gesneden aardappelen en de uitgelekte witte bonen toe.

Meng de ingrediënten voor de saus en bind de saus met de fijngeprakte aardappel.

Schep de saus door de salade en garneer met in partjes gesneden ei, paprikareepjes en de kruiden.

---

## **Russische zuurkoolschotel**

5 uien  
1 appel  
8 eetlepels ganzevet  
1 kg zuurkool  
1/2 laurierblad  
5 kruidnagels  
12 jeneverbessen  
2 kopjes water

250 gr mager rookspek  
1/2 gebraden kip  
250 gr pekelvlees  
4 saucijsjes  
200 gr gedroogde metworst  
1/2 theelepel suiker  
1 kopje witte wijn

Schil de uien en snijd ze in ringen.

Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd hem in kleine stukjes.

Smelt het ganzevet in een pan (liefst een vuurvaste sierlijke vorm of schaal waarin u de zuurkool kunt serveren).

Bak de uiringen en appel in het ganzevet onder voortdurend roeren tot de appel tot moes is geworden.

Voeg de zuurkool erbij en keer deze verschillende malen om, zodat het vet goed verdeeld wordt.

Voeg laurierblad, kruidnagels, jeneverbessen en water bij de zuurkool en laat alles 30 minuten stoven.

Verwarm de oven tot 180 graden Celcius.

Leg het spek, de halve kip, het pekelvlees en de saucijsjes bij de zuurkool.

Snijd de metworst in dikke plakken en leg ook deze in de pan.

Laat de gegarneerde zuurkool 1 uur in de oven stoven.

Los de suiker op in witte wijn en giet deze 5 minuten voor het einde van de kooktijd over de zuurkool.

---

### **Russische koolpakketjes**

100 gr rijst  
zout, peper  
1 spitskool of savooiekool  
500 gr half-om-half gehakt  
1 gesnipperde ui  
3 theelepels gedroogde marjolein  
1 theelepel karwijzaad  
1 losgeklopt ei  
(verse bieslook)  
1/2 liter vleesbouillon (tablet)  
800 gr stukjes gepelde tomaat (blik)  
2 1/2 dl losgeroerde zure room

Kook de rijst met zout gaar.

Laat de koolbladeren in ruim kokend water in ± 5 minuten zacht worden.

Verwijder de bladnerven.

Bak het gehakt rul in een droge pan.

Voeg de ui toe en bak die glazig.

Doe er van het vuur af de rijst, 2 theelepels marjolein, het karwijzaad de ei, zout en peper bij.

Verwarm de oven voor op 175 °C.

Verdeel de vulling over de bladeren en vouw ze tot pakketjes (bind ze eventueel dicht met bieslook).

Leg de pakketjes in een ingevette ovenschaal.

Verwarm de bouillon en giet die erover.

Stoof de pakketjes ± 30 minuten in de oven.

Verwarm de tomaat met zout, peper en 1 eetlepel marjolein.  
Serveer de tomatensaus en de zure room erbij.

---

### **Russische koolrolletjes**

1 grote groene savooiekool  
zout  
300 gr half-om-halfgehakt  
1 ei  
4 eetlepels paneermeel  
1 1/2 theelepel gemalen komijn (djintan)  
peper  
1 eetlepel olijfolie  
1 fijngesnipperde ui  
3 ontvelde tomaten in kleine stukjes  
1/2 dl rode wijn

Maak 12 grote bladeren van de kool los.

Breng in een pan ruim water met zout aan de kook, kook de koolbladeren ± minuten, spoel ze in een vergiet met koud water af en laat ze uitlekken.

Meng het gehakt, het ei, het paneermeel, de komijn, zout en peper in een kom door elkaar.

Verwarm de oven voor op 200°C.

Spreid de koolbladeren uit, verdeel er het gehaktmengsel over en rol de koolbladeren tot ronde pakketjes op.

Vet een ovenschotel dik in en leg er de rolletjes in.

Verhit de olie in een koekepan en bak de ui zachtjes ± 3 minuten.

Roer de tomaat en de wijn erdoor, breng op smaak met zout en peper en schenk de saus over de koolpakketjes.

Dek de schaal met aluminiumfolie af en stoof de pakketjes in het midden van de oven in ± 40 minuten gaar.

---

### **Russische gevulde kool**

1 groene kool  
500 gr half-om-halfgehakt  
1 ei  
zout, versgemalen zwarte peper  
4 eetlepels paneermeel  
1/2 theelepel nootmuskaat

Snijd de stronk kegelvormig uit de kool.

Maak de bladeren los, maar houd het hart van de kool heel.

Snijd het dikste deel van de hoofdnerf uit de bladeren.

Breng in een grote pan ruim water aan de kook en blancheer de koolbladeren daarin.

Schep de bladeren, die nu buigzaam zijn, uit het water en spoel ze direct onder koud water af.

Kook het koolhart 5 minuten in hetzelfde water.

Verwarm de oven voor op 175°C en vet een ronde ovenschaal met boter in.

Maak het gehakt met de rest van de ingrediënten aan.

Leg 2 vellen aluminiumfolie kruiselings op elkaar, leg daar in het midden 1 koolblad op en leg de helft van de koolbladeren er in een krans (doorsnede 30 cm) en elkaar

overlappend omheen.

Verdeel ruim de helft van het gehakt hierover, houd de randen 3 cm vrij.

Houd 2 koolbladeren apart en leg de rest van de koolbladeren op de hierboven beschreven wijze op het gehakt.

Bedek deze bladeren met de rest van het gehakt en zet het koolhart in het midden.

Vouw de koolbladeren omhoog, zodat de kool zijn oorspronkelijke vorm krijgt en dek de bovenkant met de 2 resterende koolbladeren af.

Vouw de uiteinden van het folie om de kool en zet het pakket in de ovenschaal.

Zet de schaal in de oven en laat het gerecht in ± 1 uur gaar worden.

Snijd de gevulde kool in vieren en serveer met aardappelpuree.

Variaties: Meng het gehakt met stukjes paprika, ui, of champignons, waaruit u eerst het vocht heeft gebakken.

---

### **Russische stoofpot**

4 lapjes varkenslende á 50 gr

2 lapjes kalfsvlees á 50 gr

2 lapjes rundvlees á 50 gr

4 eetlepels olijfolie

75 gr boter

peper, zout

2 1/2 dl bouillon

400 gr in smalle repen geschaafde (witte) kool

2 middelgrote gesnipperde uien

4 eetlepels droge witte wijn of geurige azijn

40 gr bloem

6 in plakjes gesneden ontpitte groene olijven

6 in plakjes gesneden zoetzure augurken

6 in plakjes gesneden champignons

Dep het vlees met keukenpapier goed droog.

Verwarm de olie in een braadpan bak daarin de lapjes aan weerszijden vlug mooi van kleur.

Voeg 30 gr boter toe en bestrooi het vlees met peper en zout.

Schenk 1 1/2 dl bouillon in de pan en doe er het deksel op.

Draai het vuur laag en laat het vlees stoven.

Overgiet de kool in een vergiet met kokend water en laat de groente uitlekken.

Verwarm 30 gr boter, fruit daarin de ui goudgeel, voeg dan de kool met wat peper en zout toe en laat de kool onder af en toe keren slinken.

Sprenkel er de wijn over en schenk er de rest van de bouillon bij.

Schep de groente om, strooi er, al roerend, de bloem door en schenk er het braadvet van het vlees bij.

Bestrijk een ovenschaal met de rest van de boter, schuif het rooster even onder het midden van de oven en verwarm de oven op 200 °C voor.

Proef de kool en voeg naar smaak peper en zout of soja toe.

Schep de helft van de kool in de ovenschaal, verdeel daar de helft van de plakjes olijf, augurk en champignons over en leg de lapjes vlees op de kool.

Schep de rest van de kool in de schaal en verdeel er de rest van de olijven, augurken en champignons over.

Zet de schaal in de oven tot het gerecht door en door warm is.

Serveer er gekookte peulvruchten, aardappelen of rijst bij.

---

## **boeuf Stroganoff I**

1 ui  
1/2 bakje champignons  
1/2 eetlepel citroensap  
3 takjes peterselie  
500 gr ossehaas  
50 gr boter  
zout, peper  
1/2 theelepel paprikapoeder  
1 teentje knoflook  
1 eetlepel bloem  
1 eetlepel tomatenpuree  
1/2 vleesbouillon  
4 eetlepels crème fraîche  
worcestershiresaus  
2 eetlepels wodka

Pel en snipper de ui.

Was de champignons, snijd ze in plakjes en besprenkel ze met citroensap.

Knip de peterselie fijn.

Snijd het vlees in reepjes en zet het tot het gebruik afgedekt in de koelkast.

Verwarm een schaal voor.

Verhit in een grote koekepan de boter.

Bak het vlees in 5 minuten rondom bruin, schep het met een schuimspaan uit de pan op een bord en bestrooi het met zout, peper en paprikapoeder.

Laat in dezelfde pan de ui en champignons 5 minuten zachtjes bakken.

Pel de knoflook en pers die erboven uit, strooi de bloem erover en voeg de tomatenpuree en het bouillontablet toe.

Roer alles door elkaar, voeg al roerend scheutje voor scheutje 1 1/2 dl water toe en blijf roeren tot een gebonden saus ontstaat.

Verwarm die nog 5 minuten zachtjes en roer er dan de crème fraîche en het vlees door.

Breng op smaak met zout, peper en worcestershiresaus.

Doe het gerecht over in de warme schaal.

Verwarm in een steelpan de wodka, steek die van het vuur af aan (afzuigkap uitzetten!) en schenk de wodka brandend over het vlees.

Strooi er de peterselie over.

---

## **Boeuf Stroganoff II**

400 gr biefstuk  
1 bakje champignons  
50 gr boter  
zout, peper  
1 ui  
1 teentje knoflook  
1 rode paprika  
1 theelepel mosterd  
1 theelepel citroensap  
1 bekertje zure room  
1 eetlepel fijngehakte peterselie  
1 1/2 eetlepel tomatenpuree



Snijd de biefstuk en champignons in smalle plakjes.  
Verhit de boter en bak de champignons en de biefstuk 5 minuten.  
Neem ze uit de pan en bestrooi met peper en zout.  
Bak de gesnipperde ui, knoflook en in reepjes gesneden paprika 5 minuten.  
Schep er de mosterd, het citroensap, de zure room, tomatenpuree, biefstuk en champignons bij en laat ze door en door warm worden.  
Strooi er tenslotte de fijngehakte peterselie over.

---

### **Boeuf Stroganoff III**

700 gr runderfilet in reepjes gesneden van 5 cm lang en 12 mm dik  
60 gr boter  
1 kleine ui, in papierdunne schijfjes  
1 eetlepel meel  
1 theelepel droge mosterd  
225 ml verrijkte runderbouillon  
4 eetlepels zure room  
zout, zwarte peper uit de molen  
peterselie

Laat 30 gr boter in een zware braadpan smelten en sauteer de uischijfjes tot ze zacht en licht gekleurd zijn.  
Voeg het vlees toe en bak het op een hoog vuur enkele minuten.  
Kruid met peper en zout.  
Haal van het vuur, maar houd het warm.  
Smelt de rest van de boter in een kleine sauspan.  
Meng het meel en de droge mosterd en klop dit in de boter.  
Kook 1 minuut en voeg dan geleidelijk de bouillon toe; blijf roeren tot er een tamelijk dikke saus is ontstaan.  
Meng al roerend de zure room erin.  
Giet de saus over het vlees en maak het geheel warm, maar breng het niet aan de kook.  
Stort het op een voorverwarmde dienschotel en garneer met peterselie.

N.b.:

U kunt champignons aan de bereiding toevoegen, maar dan wijkt u wel af van het originele recept.

---

### **Boeuf Stroganoff IV**

1 1/2 gesnipperde ui  
1 rode paprika in dunne reepjes  
1 klein teentje knoflook  
2 eetlepels boter  
200 gr champignons in plakjes  
1 eetlepel tomatenpuree  
1/2 eetlepel paprikapoeder  
zout, peper  
1 1/2 dl Griekse roomyoghurt  
400 gr biefstuk in reepjes  
1 borrelglasje wodka

Bak de ui, paprika en knoflook zachtjes ± 8 minuten in 1 eetlepel boter.  
Draai het vuur hoger en bak de champignons nog enkele minuten mee.  
Roer er de tomatenpuree door en laat ± 3 minuten zachtjes bakken.  
Roer er den de paprikapoeder, zout, peper en de yoghurt door.  
Bak in een andere pan in 1 eetlepel boter de reepjes biefstuk ± 3 minuten om en om.  
Schenk de wodka in de pan en laat de alcohol verdampen.  
Schep de reepjes vlees en de wodka door de saus.  
Geef er rijst en een groene salade bij.

---

### **Boeuf Stroganoff V**

150 gr bieflappen  
15 gr boter  
1 gesneden ui  
150 gr in plakken gesneden champignons  
1 in repen gesneden kleine paprika  
1 dl umer  
1 theelepel maïzena  
1/2 eetlepel tomatenpuree  
peterselie

Snijd het vlees in reepjes, bak het 5 minuten in de boter en neem het uit de pan.  
Bak de ui, champignons en paprika 5 minuten.  
Roer de umer los met de maïzena en de tomatenpuree.  
Roer het vlees en de umer goed door de groenten, warm het geheel door en strooi er  
fijngeknipte peterselie over.

---

### **Boeuf Stroganoff VI**

voor 6 personen)

1 kg ossehaas  
100 gr boter  
300 gr champignons  
3 grote uien  
2 teentjes knoflook  
1/2 liter zure room  
1 blik tomatenpuree

Bak het in lange dunne repen gesneden vlees vlug bruin en haal het uit het vet.  
Bak de in ringen gesneden uien goudbruin.  
Voeg de heel fijn gesneden of gehakte knoflook toe, met de doormidden gesneden  
champignons.  
Laat alles lichtbruin bakken.  
Doe het vlees en de tomatenpuree bij.  
Vermeng op het laatste moment, net voor het opdienen, een deel van de zure room met  
een beetje bloem.  
Roer dit mengsel door de saus en laat het iets binden.  
Neem de pan van het vuur en roer er de rest van de zure room door.  
Dien het vlees op met rijst.

---

## **Biefstuk op z'n Russisch**

500 gr gehakte rauwe biefstuk van de haas (ossehaas)  
boter  
zout, peper  
Soubry bloem  
geklopt ei

Vermeng het vlees met boter, zout en peper en vorm hier biefstukjes van.  
Wentel ze in de bloem en geklopt ei en bak ze aan beide kanten kort in de boter.

---

## **Königsberger Klopse**

4 sneden oudbakken witbrood  
water  
2 uien  
boter  
250 gr rundergehakt }  
250 gr kalfsgehakt } (of 500 gr gehakt half-om-half)  
peper, zout  
ei  
3/4 liter water  
mergpijpje  
3 pimento (jamaica peper) korrels  
1 laurierblad  
1 bouillontablet  
2 eetlepels boter  
2 eetlepels bloem  
1/8 liter zure room  
1 dl droge witte wijn  
4 eetlepels kappertjes  
suiker, citroensap  
2 eidooiers

Week het brood in water.

Maak de uien schoon.

Hak 1 ui fijn, en smoor hem in wat boter tot hij zacht en glazig is.

Rasp de andere ui.

Meng het gehakt met het uitgeknepen brood, peper, zout, het ei en de gesmoorde ui.

Vorm met koude natte handen 16 balletjes van het gehaktmengsel.

Breng de 750 ml water met het mergpijpje, de geraspte ui, de kruiden en het bouillontablet aan de kook en laat het 10 minuten zachtjes doorkoken.

Voeg de gehaktballetjes aan de kokende bouillon toe en laat ze 10 minuten trekken.

Schep ze uit de bouillon en houd ze warm.

Zeef de bouillon.

Maak een lichte roux van boter en bloem, verdun hem met de bouillon en maak hem op smaak met de zure room en de wijn.

Roer de kappertjes door de saus en voeg zoveel suiker en citroensap toe dat de saus zoetzuur van smaak is.

Schep de balletjes in de saus en laat de goed warm worden.

De saus mag nu niet meer koken!

Klop de eidooiers los met een scheutje room, melk of water en bind de saus er mee.

Heerlijk met gekookte aardappelen en bloemkool, met kaas, zonder saus gegratineerd.

---

### **Gehaktballetjes Romanoff**

500 gr rundergehakt  
1 ui  
1 eetlepel olie  
1 ei  
peper, zout  
1 eetlepel mierikswortelrelish  
4 eetlepels cornflakes  
15 gr boter  
2 eetlepels bloem  
1/2 blik gepelde tomaten  
5 eetlepels zure room

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Pel de ui en snijd hem in stukjes.

Verhit de olie in een koekepan en fruit de stukjes ui hierin glazig.

Laat ze op keukenpapier even uitlekken.

Verkruimel de cornflakes.

Vermeng in een kom het gehakt met de stukjes ui, het ei, de mierikswortelrelish, de cornflakes, peper en zout.

Meng alles goed door elkaar en vorm er kleine balletjes van.

Temper de oven tot 150 °C.

Leg de gehaktballetjes in een ingevette vuurvaste schaal en zet die 30 minuten in het midden van de oven.

Wrijf de gepelde tomaten door een zeef.

Verhit de boter in een pannetje, voeg de bloem toe en fruit die, al roerend een paar minuten.

Voeg de tomaten en de zure room toe en breng de saus op smaak met peper en zout.

Neem na 30 minuten de schaal uit de oven, giet de saus erover en zet de schaal nog 20 minuten in de oven.

Serveer er rijst of macaroni met doperwten bij.

---

### **El kefta (Siberische zomerschotel)**

(6 personen)

1 kg doorregen gemalen schapevlees  
1/2 eetlepel gehakte peterselie  
1/2 eetlepel fijngehakte kervel  
200 gr boter  
1 fijngehakte ui  
1/2 theelepel van elk: saffraanpoeder, peper, gemberpoeder, komijn  
1 theelepel cayennepeper  
1/4 theelepel zout  
2 dl water

Meng het vlees met de peterselie en 1/2 eetlepel kervel.

Maak balletjes van het vlees.

Doe de rest van de ingrediënten in een schotel en kook ze tot de boter is gesmolten.

Doe de balletjes in de schotel en zet die nog 15 minuten op een matig vuur tot de balletjes stevig zijn.  
serveer de balletjes met het kooknat in een diep bord.

---

## **Shashlik**

(6 personen)

2 kg lamsschouder, ontbeend, vet verwijderd en in blokjes van 5 cm gesneden  
4 kleine in achten gesneden uien  
450 gr kerstomaten  
2 gele of rode paprika's, zaadlijsten en zaad verwijderd en in vierkantjes van 2 1/2 cm gesneden  
enkele verse takjes rozemarijn om te garneren

Marinade:

1 1/2 dl olijfolie  
1 1/4 dl citroensap  
1 1/4 dl droge rode wijn of sherry  
2-3 eetlepels verse rozemarijn of 1 eetlepel gedroogde  
1/2 fijngesnipperd of geraspt uitje  
4-6 gepelde en fijngehakte teentjes knoflook  
1 theelepel zout  
versgemalen zwarte peper  
(1/2 theelepel gedroogde rode chilipeper)

Doe de ingrediënten voor de marinade in een grote, ondiepe glazen of aardewerk schaal en roer alles goed door elkaar.

Voeg de blokjes lamsvlees toe en roer tot ze goed met de marinade zijn overdekt.

Dek de schaal af en zet hem ± 6 uur in de koelkast; roer het geheel af en toe om.

Laat de barbecue heet worden en leg het barbecuerooster ruim 10 cm boven de gloeiende kolen.

Rijg de blokjes vlees met een kleine tussenruimte aan metalen pennen, zodat het vlees aan alle kanten gelijkmatig gaar kan worden.

Rijg de stukken ui, de kerstomaatjes en de paprikablokjes aan afzonderlijke pennen en bestrijk ze met wat van de marinade.

Leg de lamsvleespennen midden boven de houtskool en braad het vlees in 17-20 minuten gaar; keer de pennen regelmatig en bestrijk het vlees met de marinade.

Leg, als de braadtijd voor de helft is verstreken, de pennen met de groenten op de barbecue en grill ze 8-10 minuten; keer ook deze pennen regelmatig en bestrijk ze met de marinade.

Schik de pennen op een lange serveerschaal en leg er de takjes rozemarijn omheen.

Geef er rijst en een frisse salade bij.

---

## **Russische bietjes met noten**

500 gr gekookte rode bieten  
2 geperste teentjes knoflook  
zout en peper naar smaak  
1 bekertje zure room  
100 gr geroosterde en gehakte gemengde noten  
enkele fijngeknipte takjes peterselie

Rasp de bietjes en meng er de knoflook, de peper, het zout en de zure room door. Bestrooi het geheel voor het opdienen met de noten en de peterselie.

---

### **Aardbeien Romanoff**

500 gr verse kleine aardbeien  
2 eetlepels griessuiker  
3 cl wodka  
sap van 1/2 citroen  
4 bolletjes vanille-roomijs  
2 eiwitten  
100 gr bloedsuiker

Verwijder het kroontje van de aardbeien en was ze even in ijskoud water. Doe er de griessuiker en de wodka over en roer even met een lepel, zodat alle ingrediënten goed worden vermengd.

Voeg er het citroensap aan toe.

Verdeel de aardbeien over 4 mooie schaaltes en zet ze in de koelkast.

Klop net voor het opdienen de eiwitten tot een vaste massa met de mixer of keukenrobot.

Voeg tijdens het kloppen geleidelijk de bloedsuiker toe, zodat u een mooie meringue of eiwitschuim krijgt.

Vul hiermee een spuitzak met een getand spuitmondje.

Leg een bolletje roomijs tussen de aardbeien en spuit een mooi laagje eiwitschuim over het ijs.

Plaats dit enkele seconden onder de hete grill voor een mooi kleurtje.

Combineer dit decoratieve nagerechtje met een glaasje champagne of Sauterne.

Tip: u kunt dit gerecht ook serveren in een diep bord. Dan strijkt u het eiwitschuim met een palet op de aardbeien, waarna u het in de oven plaatst.

<BR

---

### **Gesztenyekrem**

3 dl met suiker stijfgeklopte slagroom  
85 gr kastanjepuree  
2 cl rum  
1 dl melk  
17 gr cacao  
20 gr suiker  
1/3 eierdooier  
35 gr pure chocolade

Vermeng de eierdooier met de suiker en de cacaopoeder, roer er geleidelijk de lauwe melk door, zet het mengsel op het vuur en roer tot een dikke crème is ontstaan.

Laat deze afkoelen.

Begiet de kastanjepuree met de rum en vermeng deze met de slagroom.



Smelt de chocolade met suiker en wat water tot een tamelijk dikke massa.  
Spuut aan de binnenkant van de glazen rondjes chocolade met een spuitzak.  
Vul de glazen met de kastanjecrème en laat alles goed afkoelen.  
Bedeck de crème met een restje van de gesmolten chocolade.  
Garneer met rozetjes slagroom en strooi er hagelslag over.

---

### **Sneeuwballen (Snezhka)**

(6 personen)

3 gesplitste eieren  
2 1/2 eetlepels poedersuiker  
1/4 theelepel vanillesuiker  
3 dl kokende melk  
1 eetlepel suiker  
1 eetlepel maïzena  
2 eetlepels koude melk

Klop de eiwitten stijf en voeg intussen geleidelijk de poedersuiker toe.  
Roer de vanillesuiker door de melk en breng de melk aan de kook.  
Schep grote lepels van het eiwit in de kokende melk, dek de pan af, neem hem van het vuur en laat hem 10 minuten staan.  
Haal de 'sneeuwballen' dan uit de pan en zet ze apart.  
Bewaar de melk.  
Vermeng de suiker, de maïzena en de koude melk, voeg dit bij de bewaarde melk en laat het al roerend wat inkoken.  
Roer wat van de hete vloeistof door de eierdooiers en giet dit in de saus.  
Laat de saus, al roerend, 1 minuut koken en voeg zo nodig nog wat vanillesuiker toe.  
Laat de saus afkoelen en geef haar bij de sneeuwballen.

---

### **Kastanje dessert (kashtani desert)**

450 gr kastanjes in de dop  
wat suiker  
1/4 liter stijfgeklopte slagroom  
1/4 theelepel vanillesuiker

Splijt de doppen van de kastanjes, pof ze 30 minuten in een op 180 °C voorverwarmde oven en laat ze afkoelen.  
Pel ze, hak ze fijn en draai ze door een zeef of maal ze in een groentemolen.  
Roer er wat suiker door en laat het mengsel verder afkoelen.  
Breng de room met suiker op smaak en voeg de vanillesuiker toe.  
Serveer de room bij de kastanjepuree.

---

### **Paskha I (paasdessert)**

(10-12 personen)

450 gr boter  
7 eierdooiers  
450 gr suiker  
900 gr cottage cheese  
3 dl stijfgeklopte slagroom  
1 theelepel vanillesuiker  
175 gr pitloze rozijnen  
de geraspte schil van 1 citroen

Klop de boter schuimig.

Sla de eierdooiers stijf, voeg geleidelijk de suiker toe en vermeng dit met de boter. Voeg het boter-eimengsel bij de cottage cheese en klop alles zorgvuldig door elkaar. klop er dan de stijfgeslagen slagroom, de vanillesuiker, de rozijnen en de citroenrasp door.

Doe het mengsel in een natte doek en druk het in een broodvorm.

Plaats er een gewicht op en zet de vorm zo 48 uur in de koelkast.

Neem het uit de vorm, verwijder de doek en serveer het in plakken gesneden.

---

## **Paskha II**

1 kg kwark  
3 eierdooiers  
suiker  
1/8 liter slagroom  
1 vanillestokje  
150 gr fruitmix (Klijn)  
2 eetlepels citroenrasp  
150 gr gehakte blanke amandelen  
175 gr boter

Was een iets uitlopende vaas of bloempot goed schoon.

Leg in een vergiet een uitgewrongen (kaas)doek, schep de kwark hierin en laat die minstens 4 uur uitlekken.

Klop de eierdooiers met 75 gr suiker lichtgeel en dik, klop er de slagroom bij en voeg het merg van het vanillestokje toe.

Verhit dit mengsel au bain marie tot  $\pm 95$  °C en houd het 10 minuten al roerend op deze temperatuur.

Schep er de fruitmix, citroenrasp en amandelen door en laat het mengsel al roerend afkoelen.

Klop in een kom de boter luchtig met 100 gr suiker, klop er de dikke kwark bij en spatel er de fruitvla door.

Spoel het stuk kaasdoek uit, bekleed de vaas of bloempot hiermee, schep het kwarkmengsel erin en vouw de doek over de puddingmassa dicht.

Zet de pudding minstens 24 uur op een koele plaats weg.

Vouw de doek open en stort de pudding op een schaal.

---

## **Paskha obiknovennaya (Russische paaskwark)**

(20 personen)

3 kg kwark  
1/8 liter zure room

200 gr ongezouten boter  
2 eetlepels zout  
± 125 gr suiker

Doe de kwark in een vergiet, leg er een stuk kaasdoek over en zet daar een gewicht op. Laat de kwark zo 24 uur op kamertemperatuur staan en druk de kwark dan door een zeef in een kom.

Voeg de zure room, de boter, het zout en de suiker toe en roer tot het mengsel helemaal glad is.

Voeg zo nodig nog wat suiker toe.

Doe dit mengsel over in een met fijn kaasdoek beklede vorm met een inhoud van 3 1/2 liter.

Zet er een gewicht op en laat de kom 24 uur in de koelkast staan.

Stort de paskha voorzichtig op een platte schaal.

---

### **Paskha (Russische kwarktaart)**

(15-20 personen)

Deze traditionele paskha wordt in Rusland bereid in een vierkante houten Turkse vorm die aan de smalle kant een opening heeft waar het vocht uit kan lopen. Dit nagerecht kan echter ook worden bereid in een grote aardewerk bloempot - ± 18 cm hoog en aan de bovenkant een doorsnee van 19 cm -, die met 2 of 3 lagen dunne kaasdoek wordt bekleed. Laat het kaasdoek overhangen, zodat u de bovenkant kunt dichtvouwen.

1 1/2 kg kwark of cottage cheese  
125 gr geblancheerde amandelen  
125 gr geconfijte kersen  
175 gr rozijnen  
250 gr zachtgeroerde ongezouten boter  
1 theelepel rozenwater of vanille-essence  
125 gr geconfijte schilletjes van gemengde citrusvruchten  
3 eieren  
200 gr basterdsuiker  
1 dl zure room of slagroom

Hang de kwark of cottage cheese, die voor het gebruik absoluut droog moet zijn, 12 uur op in een zak van kaasdoek of zet hem in een vergiet met een gewicht erop.

Wrijf de kwark door een fijne zeef in een bak.

Houd een paar amandelen en geconfijte kersen apart voor de garnering, hak de rest fijn en meng die door de kwark, evenals de rozijnen, de boter, het rozenwater of de vanille-essence en de gemengde schilletjes.

Klop de eieren met de suiker en voeg ook die aan het kwarkmengsel toe.

Klop het mengsel tot het glad is en roer er dan de room door.

Roer dit mengsel met een houten lepel tot het helemaal glad is en schenk het in een met fijn kaasdoek beklede vorm met een inhoud van 3 liter.

Vouw de doek over de kwark, leg hierop een schoteltje voor de gewichtsverdeling en daarop een gewicht.

Zet de vorm 12 uur op een diep bord in de koelkast. Als u de paskha er weer uithaalt, zal er heel wat vocht uit zijn gelopen.

Maak het kaasdoek los, leg een platte schaal op de vorm, keer beide om en haal de vorm er voorzichtig af.

Versier de paskha met de bewaarde amandelen en geconfijte kersen en geef er koulitch (een soort duivekater) bij.

---

## **Wodka's**

---

### **Anijs wodka**

Doe 2 theelepels hele anijs in 450 ml wodka en laat 24 uur op kamertemperatuur trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Abrikozenwodka**

Laat 12 abrikozenpitten 24 uur op kamertemperatuur in 450 ml wodka trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Kersenwodka**

Plet 26 kersepitten, leg ze in 4 1/2 dl wodka en laat 24 uur op kamertemperatuur trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Korianderwodka**

Laat 2 theelepels geplet korianderzaad 24 uur op kamertemperatuur in 4 1/2 dl wodka trekken.  
Zeef het en Bewaar het in de koelkast.

---

### **Knoflook en dillewodka**

Doe 1 geplet teentje knoflook, 1 takje verse dille en 3 witte peperkorrels in 4 1/2 dl wodka en laat 24 uur op kamertemperatuur trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Kruidenwodka**

Laat een takje dragon of basilicum 24 uur op kamertemperatuur in 4 1/2 dl wodka trekken.  
Zeef en bewaar het in de koelkast.

---

### **Citroen of sinaasappelwodka**

Haal de schil van 1/2 grote citroen of 1 sinaasappel.  
Verwijder het wit, leg de vrucht in 4 1/2 dl wodka en laat 24 uur op kamertemperatuur trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Peperwodka**

Laat 30 witte en 30 zwarte peperkorrels, 24 uur op kamertemperatuur in 4 1/2 dl wodka trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Saffraanwodka**

Laat 1/4 theelepel saffraandraadjes 24 uur op kamertemperatuur in 4 1/2 dl wodka trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Wodka met thee-aroma**

Doe 4 theelepels zwarte thee (met fruitaroma) in 4 1/2 eetlepel wodka en laat 24 uur op kamertemperatuur trekken.  
Zeef het en bewaar het in de koelkast.

---

### **Armenië**

---

#### **Armeense yoghurt-gerstesoepp**

100 gr gerst of parelgort  
1/2 liter boerenlandyoghurt  
4 eieren  
2 eetlepels bloem  
1 sjalotje  
2 eetlepels olijfolie  
peper, zout  
mint  
peterselie  
verse koriander

Was de gerst of parelgort in een zeef schoon, breng het in een ruime pan met 1 liter water aan de kook, laat het een half uur zachtjes koken en zeef het.  
Roer de yoghurt in een ruime kom met 1 liter water om.  
Klop een glad deegje van 1 ei en de bloem en klop er dan 3 eieren bij.  
Klop de dunne yoghurt erbij en doe de massa over in een grote roestvrijstalen of geëmailleerde pan.  
Breng de soep al roerend tegen de kook aan (niet laten koken) en laat een paar minuten

zacht trekken, zodat de soep bindt.

Snipper het sjalotje en bak het in de olijfolie zachtjes goudbruin.

Voeg de gerst toe, bak die kort mee en roer dit mengsel door de yoghurtsoep.

Breng op smaak met zout en peper en roer er gehakte mint en peterselie bij.

Lekker met Turks brood, bestreken met een beetje olijfolie en belegd met plakjes chorizo, vleestomaat en blaadjes basilicum, dat vervolgens 10 minuten in een hete oven is gelegd.

Variatie:

Vervang de gort door 50 gr tarwekorrels en 25 gr roggegrutten en laat die 1 nacht weken. Verder als boven.

Schenk de soep in kommen en strooi er geknipte verse koriander over.

---

### **Armeense forel op de houtskoolgrill**

4 x 250 gr forel (verwijder de ingewanden via de kieuwen)

zout

cayennepeper of Hongaarse paprikapoeder

60 gr gesmolten boter

2 citroenen in schijfjes

8 takjes dragon

Maak in de zijanten van de vissen met een scherp mes enkele schuine, ondiepe inkepingen (hijerdoor zullen de vissen bij het bakken niet krom trekken).

Bestrooi de vissen vanbinnen en vanbuiten met wat zout en cayennepeper of paprikapoeder.

Wentel ze door de gesmolten boter en leg ze 10-12 minuten op gloeiende houtskool of onder een hete grill.

Draai de vis af en toe om en smeer hem dan met boter in.

Dien de forel op met schijfjes citroen en een takje dragon als garnering.

---

### **Georgië**

---

#### **Katsjapoeri**

Katsjapoeri of kachapuri is een origineel en verrukkelijk brood, afkomstig uit Georgië. Het kroonvormige brood is met kaas gevuld. Volgens traditioneel gebruik wordt Katsjapoeri warm gegeten. U kunt het brood twee dagen bewaren.

Voor 1 rond brood van 20 cm doorsnede

15 gr verse of 3/4 zakje gedroogde gist

2 theelepels suiker

250 gr meel van harde tarwe (Italiaanse specialiteitenwinkel)

1 theelepel zout

50 gr zachte boter



voor de vulling:

450 gr belegen Goudse kaas, geraspt

25 gr zachte boter

1 losgeklopt ei

2 eetlepels fijngesneden koriander

extra nodig: lage metalen pievorm, ingevet en bestoven

Los de gist en de suiker op in 1 1/2 dl handwarm water en zet het ± 10 minuten op een warme plek weg.

Zeef het meel en het zout boven een kom en maak een kuiltje in het midden.

Schenk het gistmengsel erin en voeg de boter toe.

Meng tot een samenhangende deegbal ontstaat en kneed met de handen nog 10 minuten door tot een elastisch deeg.

Leg de deegbal in een met olie ingevette kom en bevochtig hem met druppels water.

Dek de kom af met plasticfolie en laat het deeg ± 1 uur op een warme plek rijzen.

Meng intussen de ingrediënten voor de vulling.

Kneed het deeg even door en rol het uit tot een deeglap van ± 50 cm doorsnede.

Leg de deeglap over de pievorm.

Leg de vulling in het midden op het deeg.

Trek de zijkanten van het deeg met een flinke draai naar het midden toe, zodat er schuine plooiën boven in het deeg komen.

Laat in het midden een klein gaatje open en vouw het deeg als bladeren terug.

Laat het afgedekt nogmaals ± 20 minuten rijzen.

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Bak het brood in het midden van de oven ± 20 minuten, schakel de oven terug naar 175 °C en bak het brood nog ± 40 minuten.

Idee: of maak van deze hoeveelheid 24 kleine broodjes.

---

## **Polen**

De Poolse keuken, die een zeer bewogen geschiedenis heeft doorgemaakt, is ontstaan uit de vroegslavische keuken en heeft zich in drie culinaire vormen ontwikkeld: de boerenkeuken, de burgerkeuken en de adellijke keuken. Factoren als klimaat, politieke gebeurtenissen, maatschappelijke veranderingen, het temperament en de gastvrijheid van de Polen, alsook hun hang naar en het eerbiedigen van tradities, zijn voor de ontwikkeling van de Poolse keuken niet zonder betekenis geweest.

Het is bekend dat in een Pools huishouden de komst van een gast - genood, aangekondigd of onverwacht - altijd als een vreugdevol feit werd en wordt beschouwd. Vroeger bezocht men elkaar vaak, de ontvangsten waren groots en de bezoeken duurden vaak enkele dagen. De Poolse adel en de rijke burgerij waren in heel Europa bekend om hun gastvrijheid, die omgeven was met pracht en praal. De luxe en overdaad raakten zo ingeburgerd dat, zelfs al raakte men aan lager wal of was men eens krap bij kas, alles op alles werd gezet om de rijke ontvangsten waaraan men gewoon was, voort te kunnen zetten. Men schrok er zelfs niet voor terug, daarvoor bezittingen te belenen.

Toch ontbrak het die adellijke gastvrijheid vaak aan een gemeente, warme hartelijkheid. De eenvoudige, belangeloze gastvrijheid van het gewone volk daarentegen stelde op een oudslavische gewoonte, volgens welke een gast, genood of ongenood (een gestrande reiziger bijvoorbeeld), zich niet alleen verzekerd wist van een maal en onderdak, maar ook van allerlei extra verzorging door de gastheer. Een aardig en ontroerend gebruik was de begroeting van een gast met brood en zout, die aangeboden werden op een speciaal schaalpje met het opschrift: 'Gast in huis - God in huis'. Voor een gast echter die op enigerlei wijze van de gastvrijheid misbruik maakte, had men een ander gezegde voorradig: 'Een ongelegen gast is erger dan een Tartaar (oftewel een vijand)'.

Gastvrijheid is ongetwijfeld een kostbare goed, maar men moet het niet overdrijven. Daarom zijn in de loop der eeuwen talrijke oude gewoontes verdwenen en heeft de

gastvrijheid in Polen een ander, matig karakter gekregen. Een Westerse gast zal echter nog altijd verbaasd zijn over de hartelijkheid en de overvloedige spijzen die hem bij een Poolse gastheer, ongeacht diens maatschappelijke status, ten deel vallen.

In de Poolse keuken wordt van het principe uitgegaan dat elk bestanddeel van een gerecht zijn eigen smaak en geur moet behouden. Kruiden dienen er alleen maar voor om smaak, geur en zelfs kleur te benadrukken. Algemeen gebruikte kruiden zijn: peper, komijn, piment, jeneverbes, majoraan, kruidnagelen, kaneel, nootmuskaat, rozemarijn, laurier, vanille, saffraan, dille, mierikswortel, knoflook en gedroogde paddestoelen. De gedroogde paddestoelen lopen als een rode draad door de Poolse gerechten, ze zijn vaak een onmisbaar ingrediënt voor soepen, sauzen en gebraden vlees.

Polen zijn fijnproevers wat wild betreft, maar omdat wild niet altijd beschikbaar of verkrijgbaar is, heeft men - en dat al heel lang geleden - een manier gevonden om 'tam' vlees een dusdanige karakteristieke smaak en aroma te geven dat het verdacht veel aan de smaak van wild doet denken. Hieronder vindt u onder meer de recepten voor rundvlees en varkensvlees 'als wild bereid'.

De meeste recepten, die hier worden gegeven, hebben zich ondanks hun zeer oude oorsprong, in hun originele vorm weten te handhaven. U kunt deze gerechten van alle dag ook nu nog op de Poolse tafel aantreffen.

---

### **Poolse bietensoep**

1 1/2 liter water  
400 gr bieten  
500 gr vlees met been  
200 gr soepgroente  
5 gr gedroogde paddestoelen  
50 gr uien  
1/4-1/2 liter zuur bietenaftreksel  
1 laurierblaadje  
witte peper, zout  
suiker  
1 teentje knoflook

Was de geweekte paddestoelen en de beentjes met het vlees, giet er het water op, voeg zout toe en laat het vlees zachtjes koken.

Kook of bak de bieten in de schil, goed afgeborsteld en gewassen, afzonderlijk gaar; laat ze, als ze gaar zijn, uitlekken, pel ze en rasp ze grof.

Breng de soep met fijngewreven knoflook met zout, suiker en het zure bietenaftreksel op smaak.

Dien de soep op met witte of bruine bonen, boekweitgrutten en/of hard gekookte eieren. De door een fijne zeef gezifte en ontvette heldere bietensoep kan worden opgediend met pasteitjes, met ravioli of met brosse biscuitjes.

het overgebleven afgetrokken vlees kan als vulsel voor de pasteitjes en de ravioli worden gebruikt.

Bietensoep wordt ook wel toebereid met bouillon en ham, of met spek en worst.

---

### **Poolse knolselderijsoep**

15 gr gedroogd eekhoortjesbrood  
1/4 liter zeer heet water  
100 gr schoongemaakte en fijngehakte knolselderij  
100 gr fijngehakte ui  
60 gr boter  
1 1/2 dl zure room  
1 1/2 dl verse room  
1 eetlepel bloem  
dillegroen of peterselie  
zout, peper

Giet het zeer hete water over het eekhoortjesbrood en laat het 20-30 minuten weken. Zweet intussen in een gesloten pan de knolselderij en de ui in de boter uit tot de groenten zacht worden.

Voeg het eekhoortjesbrood en het weekvocht toe en laat het in de gesloten pan sudderen tot de groenten gaar zijn.

Pureer de groenten in een foodprocessor of draai ze door een moulin-légume en doe de puree terug in de pan.

Meng de zure room en de verse room met de bloem tot een glad papje en roer dit door de soep, terwijl ze warm wordt.

Laat de soep 5 minuten pruttelen, tot de bloemsmak verdwijnt.

Als de soep naar uw smaak te dik is (wat kan gebeuren als de groenten in een foodprocessor worden gepureerd), verdun haar dan met wat water.

Breng de soep op smaak met fijngehakt dillegroen of peterselie, zout en peper.

Geef croûtons bij.

---

### **Gebraden rundvlees als wild bereid**

Met een geraffineerd gecomponeerde marinade, waarbij gedroogde jeneverbessen de hoofdrol spelen, kan worden bereikt dat gewoon rundvlees de karakteristieke smaak en het aroma van wild aanneemt.

1 1/2 kg rundvlees zonder been  
zout, paprikapoeder, suiker en citroensap  
100 gr ontbijtspek aan een stukje  
60 gr boter  
1/8 liter crème fraîche

Voor de marinade:

1 wortel  
1/2 bosje peterselie  
1/2 bosje selderij  
1 ui  
10 pimentkorrels  
10 zwarte peperkorrels  
1 laurierblad  
20 jeneverbessen  
2 citroenen  
1 glas droge rode wijn  
wat verse tijm

Marinade:

Snijd de schoongemaakte wortel, peterselie, selderij en ui fijn en doe ze in een pan.

Voeg er de korrels piment en zwarte peper, het laurierblad, de (licht gekneusde) tijm, de jeneverbessen, het sap van de citroenen, de wijn en bovendien 1/8 liter water aan toe. Roer alle ingrediënten door elkaar, breng het mengsel aan de kook en laat het 1 minuut doorkoken.

Giet de kokende marinade vervolgens over het vlees dat in een kom is gelegd (geen aluminium!) en zet de kom, afgedekt met een theedoek, 2 dagen op een koele plaats. Draai het vlees eenmaal per dag om.

Haal het vlees na 2 dagen uit de marinade, wrijf het in met zout en paprikapoeder en lardeer het vlees met spek (maak met een puntig mes gaatjes in het vlees en stop hier stukjes spek in).

Smelt de boter in een koekenpan en bak het vlees hierin rondom snel bruin.

Leg het vlees vervolgens in een braadslede, giet er het braadvet over, voeg er de uit de marinade gezeefde

groenten en kruiden aan toe en zet de braadslede afgedekt in een oven met de vlam op waterdruppel grootte.

Bedruip het vlees afwisselend met de eigen saus en een lepel water.

Neem het vlees, als het zacht en gaar is uit de braadslede en zeef het braadvocht.

Voeg aan dit gezeefde braadvocht de crème fraîche toe voor het sausje en breng het op smaak met wat citroensap, een snufje suiker en wat zout.

Snijd het vlees in niet te dunne plakken, schik deze op een schaal en giet er de saus over.

---

### **Gewone Poolse runderlappen**

750 gr runderlappen

1 eetlepel bloem

75 gr boter

2 grote gesnipperde uien

2 fijngehakte teentjes knoflook

1 theelepel tomatenpuree

1 bekertje bulgaarse yoghurt of zure room

zout

Maak het vlees met keukenpapier zo droog mogelijk en bestrooi het met bloem.

Bak het vlees in de hete boter om en om bruin en neem het daarna uit de pan.

Fruit de uien en de knoflook licht aan en schep er het paprikapoeder door.

Leg het vlees weer in de pan en strooi er zout over.

Giet er zoveel water bij dat het vlees net niet onder staat en laat het 1 1/2-2 uur zachtjes sudderen.

Roer de tomatenpuree met de yoghurt glad.

Leg het vlees op een schaal, roer het yoghurtmengsel door het stoofvocht, warm nog even door en schenk de saus daarna over het vlees.

---

### **Varkensvlees als wild gebraden**

Als dit gerecht goed en zorgvuldig wordt bereid, is het qua smaak nauwelijks van gebraden everzwijn te onderscheiden; het is wel malser en sappiger.

1 1/2 kg varkensvlees

2 uien

zout  
60 gr boter  
1 eetlepel bloem  
1/4 liter bouillon  
1 eetlepel marmelade (rozebottel of kers)

Voor de marinade:

1 glas witte wijn  
1 citroen  
20 jeneverbessen  
10 zwarte peperkorrels  
10 pimentkorrels  
2 kruidnagelen  
1 laurierblad

Roer voor de marinade de wijn, het citroensap en de kruiden door elkaar en breng dit mengsel aan de kook.

Leg het vlees in een glazen schaal, schenk de marinade erover en zet de schaal 2-3 dagen in de koelkast.

Keer het vlees dagelijks even om.

Haal het vlees na een dag of twee, drie uit de marinade, wrijf het in met zout en laat het zo een uurtje staan.

Smelt vervolgens de boter in een koekenpan, bak het vlees hierin aan alle kanten even aan, doe het vlees over in een braadpan, voeg er het bakvet aan toe en laat het in een voorverwarmde oven bij een temperatuur van 190°C, onder af en toe bedruipen met het braadvet, ruim 1 1/2 uur braden.

Voeg er na een half uur een gepelde en in ringen gesneden ui aan toe.

Roer, als het vlees gaar is, de bloem door het braadvet, giet er de gezeefde marinade en de bouillon bij en voeg de marmelade toe.

Laat het geheel nog 10 minuten zachtjes stoven.

Haal het vlees dan uit de pan, snijd het in plakjes, leg deze op een schaal en schenk er de saus over uit.

Serveer dit vlees met aardappelen en bietjes met mierikswortel.

---

### **Een Poolse kerstmaaltijd**

De kerstdagen, die in Polen een heel feestelijke karakter dragen en in de familiekring worden gevierd, beginnen met het avondmaal op Wigilia (Kerstavond 24 December). Het is de enige feestelijke avond in Polen waar nog duidelijk oude gebruiken in ere worden gehouden, zoals onder andere het uitnodigen van eenzame mensen en het dekken van een extra couvert voor de toevallige gast, die op deze speciale avond altijd welkom is. Het is ook de enige avond waar alle Polen, ongeacht of ze gelovig zijn of niet, gaan feest vieren, ook al zijn ze ver van eigen huis of vaderland, kortom het is de avond waar miljoenen Polen in dezelfde tijd door deze traditie zijn gebonden.

Het avondmaal (zonder vlees!, wel met vis) op Kerstavond is het culinaire hoogtepunt van de feestdagen en wordt voorafgegaan door het delen van de hostie, waarbij men elkaar al het goede wenst en er allerlei wederzijdse schuld en narigheid worden vergeven. Vervolgens neemt men plaats aan de feestelijk gedekte tafel, waarop achtereenvolgens verschijnen:

als voorgerecht:

- vis in gelei
- witte wijn

als warme gerechten:

- rode barszez met oortjes
- karper of snoekbaars in grijze saus
- zuurkool met paddestoelen
- witte wijn

als dessert:

- compote van gemengde gedroogde vruchten
- maanzaadtaart
- koffie of thee

---

### **Vis in gelei**

± 1 kg vis (karper, zeelt, brasem of snoek)  
250 gr soepgroenten  
1/4 liter droge witte wijn  
3 rauwe eiwitten  
30 gr gelatine  
zout  
6 zwarte peperkorrels  
2 eetlepels azijn  
4 pimentkorrels  
schijfjes wortel, ei en augurk  
1 laurierblad  
citroen, doperwtjes e.d. voor de garnering

Was de vis, schrap de schubben eraf en snijd hem in moten van ± 4 cm dik.

Trek een bouillon van de vissekoppen, de soepgroenten, de wijn, de kruiden en 1 liter water.

Voeg er tegen het eind een snufje zout aan toe.

Zeef het kooknat en leg de stukken vis in het nog warme kooknat.

Breng het geheel langzaam aan de kook en laat de vis op laag vuur 20 minuten zachtjes doorkoken.

Neem de vis dan voorzichtig uit de bouillon en verwijder de graten zoveel mogelijk.

De bereiding van de gelei:

Zeef de bouillon nogmaals, neem er 1/8 deel af, breng dit aan de kook en laat de rest afkoelen.

Week de gelatine in koud water en los hem vervolgens in de hete bouillon op.

Voeg de rauwe eiwitten, de azijn en de gelatineoplossing aan de afgekoelde bouillon toe en breng het geheel vervolgens al kloppend met een garde aan de kook.

Schep het schuim dat zich tijdens het kloppen heeft gevormd eraf en zeef de gelei door een doek (een zeef is te grof). De gelei dient in twee keer te worden overgegoten.

Voeg er tenslotte naar smaak nog wat peper en zout aan toe.

Beleg de bodem van een slakom ter garnering enkele schijfjes wortel, ei, augurk, citroen, wat doperwten e.d. en giet hier voorzichtig zoveel warme gelei over dat alles net wordt bedekt.

Leg na het stollen van deze laag, de stukjes vis erop en schenk er de rest van de gelei er over uit.

Zet de kom op een koele plaats (koelkast) en laat de gelei stollen.

Voordat de vis in de gelei op een platte schaal wordt gestort, dient de slakom een halve minuut met een in heet water gedrenkte doek te worden omwikkeld.

Snijd de randen van de gelei geheel los, leg vervolgens de schaal waarop de gelei

uiteindelijk moet komen als een deksel op de kom en draai het geheel om (soms wil wat schudden bij het los komen helpen).  
Geef er azijn of citroensap bij om daarmee de portie gelei op het bord te besprenkelen.

---

### **Karper of sSnoek in grijze saus**

1 kg karper of snoek  
zout  
1 citroen  
200 gr knolselderij  
100 gr ui  
1 glas rode wijn  
6 zwarte peperkorrels  
10 gr verse gember  
1/4 liter donker bier  
2 klontjes suiker  
1 eetlepel pruimenmarmelade  
50 gr rozijnen  
30 gr boter  
50 gr kruidkoek  
30 gr gehakte amandelen

Maak de karper schoon, snijd hem in moten, bestrooi die met zout, besprenkel ze met het sap van 1/2 citroen en laat ze 20 minuten staan.

Trek een bouillon van 1/2 liter water met de schoongemaakte, in stukjes gesneden selderijknol en ui, het glas wijn, een stukje citroenschil, de peperkorrels, het stukje gember en het sap van 1/2 citroen.

Leg vervolgens de moten vis in de bouillon en kook ze in ± 40 minuten zachtjes gaar.

Haal de gare moten vis uit de bouillon, leg ze op een schaal, dek deze af en zet hem op een warme plaats weg.

Zeef de bouillon, zet het gezeefde kooknat op het vuur, voeg er het donker bier, de suikerklontjes, de marmelade, de rozijnen, de boter, de verkruimelde kruidkoek en de gehakte amandelen aan toe en laat de saus 15 minuten zachtjes koken.

U kunt er kan eventueel nog een snufje zout aan toevoegen.

Schenk de hete saus over de warmgehouden vis.

---

### **Bietensoep**

Er bestaan 2 soorten rode barszez, de ene is helder, de andere gebonden.

Beide varianten worden bereid met natuurlijk bietenzuur. Bietenzuur is eenvoudig zelf te bereiden.

De bereiding van bietenzuur:

1 kg ongekookte rode bieten  
2 liter gekookt warm water  
50 gr volkorenbrood

Was de bieten, schil ze dun en snijd ze in plakjes.

Doe de plakjes vervolgens in een aardewerken pot of inmaakglas, giet er het gekookte warme water op en voeg daaraan het in stukjes gesneden brood toe.

Dek de pot of het glas met een doekje of geperforeerd papier, op zijn plaats gehouden

door een elastiekje af en zet de pot op een warme ( $\pm 20^{\circ}\text{C}$ ) plaats weg.  
Scheep er 5 dagen later voorzichtig het schuim dat zich heeft gevormd af en giet het bietenzuur, zonder de pulp, over in schone flessen.  
Sluit de flessen af met een kurk en bewaar ze in de koelkast ( $\pm 4$  maanden houdbaar).

#### Heldere bietensoep

350 gr soepgroenten (wortel, prei, selderij, peterselie, ui)  
100 gr gerookt spek  
500 gr soepkip  
250 gr ongekookte rode bieten  
peper  
1 laurierblad  
10 gr gedroogde paddestoelen  
1/2 liter bietenzuur  
1 teen knoflook  
zout  
1/2 theelepel suiker  
citroensap

Breng de schoongemaakte en kleingesneden soepgroenten samen met het spek en de kip in  $\pm 2$  liter water aan de kook.

Voeg er vervolgens de in plakjes gesneden bieten, de peper en het laurierblad aan toe en trek hiervan in  $\pm 1/2$  uur een bouillon.

Kook de gedroogde paddestoelen in een apart pannetje in  $\pm 1/4$  liter water in  $\pm 15$  minuten gaar.

Giet zowel de bouillon van de groenten en vlees als het kooknat van de paddestoelen door een zeef en roer beide afkooksels door elkaar.

Voeg aan dit mengsel het bietenzuur toe.

Verwarm de soep tot bijna aan de kook, maar laat niet koken, want dan verliest de soep kleur!.

Voeg er tenslotte naar smaak wat zout, suiker, een uitgeperst teentje knoflook en citroensap aan toe.

Deze bieten soep wordt traditioneel opgediend met uszka (oortjes), gevuld en in vorm gevouwen deeg, maar u kunt er ook gevulde pasteitjes van bladerdeeg of soepstengels bij serveren.

---

#### **Uszka**

De 'oortjes' worden als volgt gemaakt:

Kneed 150 gr bloem met een heel ei,  $\pm 1/2$  glas water en een snufje zout tot een soepel deeg.

Rol het deeg dun uit en snijd het in kleine vierkantjes van 4 x 4 cm.

Leg op elk vierkant wat vulling, vouw ze diagonaal samen, plak de randjes precies op elkaar en druk ze goed aan.

Buig de twee puntjes van het zo ontstane driehoekje naar elkaar toe en druk ze stevig tegen elkaar.

Verzamel de zo ontstane oortjes in een grote ondiepe pan met ruim kokend, gezouten water en kook ze in 2-3 minuten gaar.

Haal de oortjes met een schuimspaan uit het water en verdeel ze over de borden.

Giet er vervolgens de barszez op.

Vulling voor de oortjes:



Hak de gekookte paddestoelen, waarvan het kooknat voor de bietensoep werd gebruikt, in zeer kleine stukjes en fruit ze samen met een fijngehakt uitje in wat boter tot de ui begint te kleuren.

Meng er vervolgens 1 eetlepel paneermeel en een rauw ei door.

Roer het geheel goed en voeg naar smaak wat peper en zout toe.

---

## **Maanzaadtaart**

20 gr boter  
80 gr paneermeel  
250 gr maanzaad  
8 eieren  
150 gr poedersuiker  
1 vanillestokje  
1 eetlepel honing  
5 fijngemalen amandelen  
1 citroenschil  
bruine of witte rum  
20 gr paneermeel voor de bakvorm

Voor de koffievulling:

3 eieren  
200 gr suiker  
250 gr boter  
1 vanillestokje  
8 eetlepel gemalen koffie  
1 borrelglas wodka

Beboter de taartvorm en bestrooi hem met paneermeel.

Broei het maanzaad door er kokend water op te gieten en draai het vervolgens tweemaal door een vleesmolen.

Splits de eieren.

Klop de eierdooiers met de poedersuiker tot een luchtige massa.

Voeg hier nu laag na laag het fijngestamppte vanillestokje, de honing, de amandelen, het maanzaad, het paneermeel, het tot schuim geslagen eiwit en de geraspte citroenschil aan toe.

Roer al deze ingrediënten voorzichtig door elkaar en vul de taartvorm met deze massa.

Schuif de taartvorm in een goed voorverwarmde oven en bak de taart bij een temperatuur van 250°C in 40-50 minuten gaar.

Snijd de taart, als hij is afgekoeld, in 2 schijven en besprenkel deze met wat rum.

Bestrijk de onderste schijf met de koffievulling, leg de bovenste schijf erop en bestrijk zowel de bovenkant als de zijkanten met chocoladeglazuur.

De koffievulling:

Splits de eieren.

Klop de dooiers met de suiker tot een luchtige massa en voeg hier vervolgens al roerend de opgeklopte boter, het fijngestamppte vanillestokje, de koffie en de wodka aan toe.

---

## **Gevulde kalkoen**

Gevulde kalkoen was al in de 15de eeuw een bekend gerecht in de Poolse keuken. Het behoort tot de meest exquise gerechten en wordt voornamelijk rond of op de kerstdagen geserveerd. De bereiding kost nogal wat werk en tijd, maar het resultaat mag er zijn.

1 kalkoen  
1 citroen  
100 gr boter  
zout

Voor de vulling:  
4 sneetjes witbrood  
1/8 liter melk  
het levertje van de kalkoen  
40 gr boter  
3 eieren  
60 gr rozijnen  
60 gr amandelen  
40 gr paneermeel  
zout, peper  
10 gr poedersuiker  
1 mespuntje nootmuskaat  
2 kruidnagelen

Wrijf de kalkoen 2 uur voor het braden in met zout en citroensap.

Bereid intussen de vulling:

Week het brood in de melk, druk het uit en draai het samen met het levertje door de vleesmolen.

Vermeng de boter met 3 losgeklopte eidooiers en mix dit mengsel goed door de gemalen lever-broodmassa.

Roer er vervolgens de gewassen rozijnen, de fijngehakte amandelen, het paneermeel en de tot schuim geslagen eiwitten door en kruid de vulling naar smaak met zout, peper, poedersuiker, nootmuskaat en de fijngeplette kruidnagelen.

Vul de buikholte van de kalkoen met het grootste deel van deze massa en naai de opening dicht.

Stop de rest van de vulling in de keelholte en naai ook hiervan de opening dicht.

Smelt de boter in een braadpan, leg de kalkoen er op zijn rug in, bedruip hem met de gesmolten boter en zet de pan afgedekt in een voorverwarmde oven.

Braad de kalkoen bij een begintemperatuur van 250°C in 2-3 uur gaar (de tijd is afhankelijk van de grootte).

Bedruip hem tijdens het braden veelvuldig met het braadvet en besprenkel hem af en toe met water.

Neem tegen het einde van de braadtijd het deksel van de pan om de kalkoen te laten kleuren.

Verdeel de kalkoen, als hij klaar is, in stukken en leg deze op een schaal.

Snijd de vulling in plakken en leg die ernaast.

Besprenkel het vlees vlak voor het opdienen met wat braadsaus en geef de rest van de saus er in een apart kommetje bij.

Serveer de kalkoen met aardappelen, gebakken bosbessen en een rauwkostsalade van groenten of vruchten.

---

**Kip op z'n Pools**

Voor de vulling:

4 sneetjes witbrood

1/8 liter melk

1 kippenlevertje

50 gr boter

1 ei

1 eetlepel fijngehakte peterselie

zout, peper

Wrijf de kuikens ± 1 uur voor het braden in met zout.

Bereid de vulling als volgt:

Week het brood in de melk en druk het uit.

Hak het kippenlevertje zo fijn mogelijk en vermeng dit met de boter, de losgeklopte eidooier en het brood.

Roer hier vervolgens ook de peterselie, het stijfgeslagen eiwit, wat zout en wat peper door.

Voeg er, als dit mengsel te dun is, 1 of 2 lepels paneermeel aan toe.

Vul de kuikens met deze massa en naai ze dicht.

Smelt de boter in een braadpan, leg de kip erin, bedruip het vlees met de gesmolten boter en zet de pan vervolgens zonder deksel in een voorverwarmde oven.

Braad de kuikens bij een temperatuur van 190°C in ± 1 uur gaar.

Bedruip ze tijdens het braden regelmatig met braadvet en besprenkel het vlees af en toe met water.

Draai de kip, als de bovenkant goudgeel is gekleurd, om en temper tegen het einde van de braadtijd de oventemperatuur.

Serveer de kip met aardappelen en komkommer.

---

## **Kipfricassée**

een op onderstaande wijze klaargemaakte kip is zeer fijn van smaak en aan te bevelen bij een zwakke maag of maagklachten.

1 kip

250 gr soepgroenten

Voor de saus:

30 gr boter

30 gr bloem

1 eidooier

zout

2 eetlepels citroensap

1 eetlepel crème fraîche

1 eetlepel fijngehakte peterselie

Leg de kip in een pan met kokend water, doe een deksel op de pan en kook de kip gaar.

Voeg halverwege de kooktijd de gewassen en fijngesneden soepgroenten toe.

Neem de kip, als het vlees gaar is, uit de pan, laat hem wat afkoelen en haal vervolgens het vlees van de botten.

Zeef de bouillon en laat hem afkoelen.

Bereiding van de saus:

Smelt de boter in een steelpannetje, roer de bloem erdoor en verdun dit mengsel geleidelijk met 1/2 liter kippenbouillon.

Breng de saus aan de kook, roer er vervolgens de in 1/8 liter bouillon losgeklopte

eidooier door en voeg wat peper en zout toe.  
Vermeng het geheel tenslotte met de crème fraîche en de peterselie.  
Doe het kippenvlees in een kom en giet de saus erop.  
Serveer de kipfricassée met rijst en sla.

---

### **Eend met appels**

Dit ogenschijnlijk simpele gerecht is, als het zorgvuldig wordt bereid, verrukkelijk.  
De appels geven de eend een speciale smaak en ze voorkomen tevens dat het vlees tijdens het braden te veel uitdroogt.

1 eend  
zout  
majoraan, rozemarijn  
500 gr appels  
50 gr boter

Wrijf de eend 1 uur voor het braden in met zout, majoraan en rozemarijn.  
Schil de appels, verwijder de klokhuizen en snijd ze in stukjes.  
Vul de buikholte van de eend met de stukjes appel en naai de opening dicht.  
Smelt de boter in een braadpan, leg de eend erin, bedruip hem met de gesmolten boter en besprenkel het vlees met wat water.  
Zet de braadpan in een voorverwarmde oven en braad de eend bij een begintemperatuur van 250°C, vanaf halverwege 100°C, in 1 1/2-2 uur gaar.  
Bedruip het vlees tijdens het braden regelmatig met de braadsaus en besprenkel het af en toe met water.  
Deel de gebraden eend in stukken, leg deze op een schaal en strooi er de meegebakken appel over.  
Serveer de eend met frites en sla van rode kool.

---

### **Zuurkool op z'n Pools**

500 gr varkensvlees  
1 ui  
1 teentje knoflook  
50 gr boter  
1 eetlepel paprikapoeder  
3 dl bouillonpoeder  
1 bouillontablet  
500 gr zuurkool  
150 gr salami of chorizo  
1 laurierblaadje  
1 theelepel karwijzaad  
10 geplette Jeneverbessen  
peper, zout  
1 bekertje zure room

Snijd het vlees in reepjes en fruit die met de gesneden ui en de uitgeperste knoflook in de boter.  
Roer er dan het paprikapoeder door en laat dat even mee fruiten.  
Blus af met de bouillon.

Maak de zuurkool met een vork los en voeg deze met de in blokjes gesneden worst, het laurierblaadje, het gekneusde karwijzaad, de jeneverbessen, peper en zout aan het vlees-uienmengsel toe.

Houd het geheel op zacht vuur minstens 1 uur tegen de kook aan.

Roer er pas vlak voor het opdienen de zure room door.

Serveer met gekookte aardappelen.

---

### **Zuurkool met paddestoelen**

1 kg zuurkool

80 gr gedroogde paddestoelen

50 gr ui

30 gr boter

30 gr bloem

zout, peper

Doe de zuurkool in een pan en giet er ± 1/2 liter water op.

Zet de kool, als die erg zuur is, eerst even in een vergiet onder stromend water.

Kook de zuurkool gaar.

Kook intussen ook de paddestoelen in een klein beetje water in ± 15 minuten gaar.

Schep de paddestoelen vervolgens met een schuimspaan uit het water en snijd ze in kleine stukjes.

Laat het kooknat afkoelen.

Giet, als de kool gaar is, de restjes kookvocht af en voeg vervolgens de kleingesneden paddestoelen toe.

Maak nu als volgt een roux:

Snijd de ui in kleine stukjes en fruit deze in de boter goudgeel.

Voeg de in een droge koekenpan bruin gekleurde bloem hieraan toe, leng het mengsel aan met wat koud paddestoelenkooknat en breng het geheel even aan de kook.

Roer de roux door de kool, laat deze nog even goed heet worden en breng de groente op smaak met zout en peper.

---

### **Poolse zuurkool (Bigosch)**

(6 personen)

De poolse keuken is een mengelmoes van diverse culturen. Door de eeuwen heen was het nu eens Pools en dan weer Duits. Dit vinden we ook terug in het nationale gerecht, de bigosch.

600 gr aardappelen

zout

2 uien

2 tomaten

250 gr magere varkenslappen

250 gr lamslappen

50 gr vetspek in dobbelsteentjes

100 gr magere spekreepjes

Peper

600 gr zuurkool

1 theelepel peperkorrels

1 theelepel paprikapoeder  
1/2 dl wodka of jenever

Schil de aardappelen, snijd ze in plakjes en kook de aardappelplakjes 5 minuten in water met zout.

Pel en snipper de uien.

Ontvel de tomaten, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in stukjes.

Snijd het varkens- en het lamsvlees in dobbelsteentjes.

Bak de helft van het vetspek in een droge pan uit.

Voeg het varkensvlees, het lamsvlees en de magere spekreepjes toe en bak alles al omscheppend in het spekvet bruin.

Voeg de ui toe en fruit die al omscheppend mee.

Breng op smaak met peper en zout.

Bak de rest van het vetspek in een andere pan uit en bak de zuurkool in het spekvet.

Voeg de tomaat, de peperkorrels en het paprikapoeder toe en warm op laag vuur goed door.

Verdeel de aardappelschijfjes, het zuurkoolmengsel en het vlees in laagjes over een hoge ingevette ovenschaal, dek de schaal af met aluminiumfolie en laat het gerecht in ± 25 minuten gaar stoven.

Besprenkel het gerecht vlak voor het serveren met de wodka.

Variatietip: Vervang de zuurkool door 500 gr in plakken gesneden aubergine en 1 blikje maïskorrels.

---

## **Bigosch**

75 gr doorregen spek in kleine blokjes

200 gr mager varkenspoellet

150 gr mager runderpoellet

2 gepelde, fijngehakte uien

200 gr gesneden witte kool

boter

100 gr champignons

200 gr zuurkool

2 eetlepels tomatenpuree

1 laurierblad

1/2 theelepel kummel

1/2 theelepel marjolein

1 teentje knoflook

3 a/2 dl droge witte wijn

zout, witte peper

1 klontje suiker

Maak de boter in een grote pan heet en bak het spek hierin glazig.

Doe het vlees en de uien erbij en braad dit al roerend op hoog vuur aan.

Laat de gewassen champignons uitlekken en doe ze met de witte kool, de zuurkool, de tomatenpuree, de kruiden, het zout en de suiker bij het vlees.

Pers de knoflook erboven uit.

Roer alles goed door, giet de wijn erbij en zoveel water, dat alles goed onder staat.

Kook het gerecht in ± 70 minuten zachtjes gaar.

Maak het op smaak af met zout, peper en suiker.

## **Poolse bloemkool**

(6 personen)

1 bloemkool  
3 eieren  
1 bosje gehakte peterselie  
boter  
peper, zout en nootmuskaat

Snijd de bloemkool in roosjes en kook deze al dente (= beetbaar) in kokend gezouten water.

Kook de eieren 10 minuten hard, pel ze en plet ze met een vork.

Smelt enkele klontjes boter en warm de roosjes erin op.

Voeg de geplette eieren toe en kruid met peper, zout en nootmuskaat.

Meng er voor het opdienen de peterselie door.

---

## **Asperges op z'n Pools**

1 1/2 kg asperges  
3 eieren  
1 bosje peterselie  
125 gr boter  
30 gr paneermeel

Schil de asperges en kook ze ± 20 minuten in gezouten water.

Kook de eieren hard, pel ze, maak ze met een vork fijn en vermeng ze met de gehakte peterselie.

Smelt de boter en laat het paneermeel erin kleuren.

Laat de asperges uitlekken en bedek de punten met het ei-peterseliemengsel.

Overgieten ze met de botersaus en dien ze heet op.

---

## **Gebakken roodbaars met mierikswortel**

750 gr schoongemaakte roodbaars  
zout  
1 theelepel azijn  
30 gr gesmolten boter

Voor de saus:

100 gr geraspte mierikswortel  
1 middelgrote geschilde en geraspte appel  
1 1/2-2 dl zure room  
zout  
suiker

Doe wat zout en azijn op de vis, leg hem in een beboterde ovenschotel en giet er wat gesmolten boter op.

Bak de vis 10 minuten in een op 200°C voorverwarmde oven.

Meng intussen de mierikswortel met de appel.

Roer de zure room erdoor en maak de saus met zout en wat suiker op smaak af.

Giet de saus over de vis, bak die nog eens 15 minuten en dien hem met gekookte aardappelen op.

---

## **Tsjechië en Slowakije**

---

### **Cromesqui van zwezerik**

(4-8 personen)

1 kalfszwezerik van 250-300 gr  
1 kleine grofgesneden ui  
1 gesnipperde wortel  
enkele takjes selderij of peterselie  
een mespunt gedroogd tijmblad  
1/2 klein laurierblad  
enkele gekneusde peperkorrels  
100 gr boter  
100 gr boter  
1 kleine zeer fijngesnipperde ui  
100 gr zeer fijngesnipperde champignons  
75 gr dun uitgesneden gerookte ossetong of blaasham  
60 gr bloem  
1 eetlepel maïzena  
3 eetlepels witte port of sherry  
1/2 liter kruiden- of vleesbouillon  
3 eieren  
1/4 liter kookroom  
worcestershiresaus  
peper  
2 eetlepels zeer fijngehakte peterselie  
eventueel 300 gr varkensnet of zeer dun gebakken flensjes  
gezeefd paneermeel

Zet de zwezerik tot gebruik in veel water en ververs dat af en toe.

Doe de zwezerik in een pan met veel koud water, laat het water koken en giet het weg; spoel de zwezerik onder de koude kraan af.

Schenk 1 liter koud water in de pan, doe daar 1 1/2 eetlepel zout in met de ui, de wortel en de selderij.

Voeg de tijm, het laurierblad en de peperkorrels toe en doe de zwezerik in de pan.

Laat het water koken, leg het deksel op de pan en laat de zwezerik op een lage vlam of plaat in 20 minuten gaar worden.

Verwarm intussen 20 gr boter in een steelpan, fruit daarin de snippers ui glazig en bak daarna de stukjes champignons en de ossetong 1 minuut mee.

Schep het mengsel met zo weinig mogelijk boter en vocht uit de pan in een kom en zet dit even apart.

Controleer of de zwezerik gaar is, giet de vloeistof weg en overspoel de zwezerik met veel koud water.

Verwijder voorzichtig het vel van de zwezerik, snijd die in dunne plakken en verwijder ongerechtigheden.

Snijd de plakjes zwezerik daarna in zeer kleine stukjes.

Doe die bij het ui-champignon mengsel.

Doe de rest van de boter bij de boter in de steelpan, roer daar de bloem door en laat de



bloem enigszins gaar worden.

Maak een papje van de maïzena, de port en 1 eetlepel bouillon.

Roer dat door de bloem met boter en neem de steelpan even van het fornuis.

Klop 2 eieren los met de room.

Zet de steelpan op een niet te hooggedraaide vlam of plaat, roer goed en schenk de rest van de bouillon en de helft van de eieren met room in de pan.

Laat deze saus, steeds roerend, binden en gaar worden, maar nog juist niet koken.

Neem de pan van het fornuis en roer het zwezerikmengsel door de saus.

Voeg aan deze ragoût naar smaak worcestershiresaus, peper of zout toe en roer er de peterselie door.

Spoel een platte schotel met water om, schud het water van de schotel en schep er de ragoût op.

Strijk die met een telkens in water gedompelde lepel glad en zet de schotel afgedekt in de koelkast tot de ragoût goed koud geworden is.

Spreid het varkensnet zo vlak mogelijk op het aanrecht uit, maar voorkom dat het net scheurt; vervang het varkensnet desgewenst door enkele aan 1 zijde zeer dun en niet bruin gebakken flensjes.

Laat het frituurvet warm worden, er mag nog juist een witachtige damp te zien zijn.

Verdeel de ragoût in porties van gelijke grootte; leg deze porties van 3-4 eetlepels ragoût op vrij ruime afstand van elkaar op het varkensnet of de flensjes.

Snijd het net of de flensjes in stukken, die groot genoeg zijn om er de ragoût in te wikkelen.

Vorm met telkens onder de kraan natgemaakte handen, eivormige balletjes van de ingepakte ragoût.

Klop het laatste ei door de apart gezette room met ei.

Haal de balletjes door deze room met ei, wentel de balletjes daarna door de paneermeel en schud het overtollige paneermeel eraf.

Laat de cromesqui in het frituurvet door en door warm en mooi van kleur worden; leg de cromesqui op vet absorberend papier in het vergiet en serveer het gerecht zo warm mogelijk.

n.b.

Deze croquetten uit de Frans-Poolse keuken, bereid van een fijne ragoût van vlees, vis, schelpdieren, eieren, lever, enz, worden in Frankrijk als warm voorgerecht of klein tussengerecht opgediend.

In Polen of Rusland geeft men ze als tussengerecht of als eerste gang.

---

### **Varkensvlees met orgaanvlees**

600 gr varkensvlees

1 varkenstong

nier, milt, hart (van elk een stukje)

varkenshersens

1,5 eetlepel reuzel

2 middelgrote uien

paprikapoeder, kummel, zout, peper

2 teentjes knoflook

1 eetlepel bloem

Snijd het goed schoongemaakte en gewassen vlees in kleine stukjes.

Bak de fijngehakte ui in de reuzel glazig, strooi er paprikapoeder over en leg hier de stukjes vlees op.

Roer net zolang tot het vocht is verdampt.

Voeg dan zout, peper en kummel toe, giet er bouillon of heet water bij en laat het in een

afgesloten pan bijna gaar stoven.

Bestuif het vlees nu met bloem (schep het vocht er vooraf uit, er moet alleen vet overblijven), bak het aan, voeg de hersens toe, stoof het weer, blijf goed roeren.

Giet er wat vocht bij en stoof het geheel gaar.

Pers tot slot de knoflook uit.

Serveer met ingemaakte groenten en bruin brood.

---

### **Boheemse lever- of miltballetjes**

100 gr lever of milt

1 groot ei

1 theelepel reuzel

3 eetlepels runderbouillon of melk

zout, peper

marjolein

een stukje ui of 1/2 teentje knoflook

paneermeel

1 liter goede runderbouillon

Maal de lever.

Maak ± 3 eetlepels paneermeel met de bouillon of de melk vochtig.

Roer de reuzel, het ei en wat paneermeel door elkaar, voeg de kruiden, het zout, de gesnipperde ui of geplette knoflook, de gemalen lever en het bevochtigde paneermeel toe en verwerk dit alles tot een glad geheel.

Laat dit op een koele plaats rusten tot het wat stevig wordt.

Draai er dan balletjes van te grootte van een stuiter en laat die in 8-10 minuten in de bouillon gaar worden.

---

### **Boheemse Jachtschotel**

In Bohemen (Zuid-West Tsjechië) wordt voortreffelijk bier gebrouwen. Ons pilsje heet tenslotte naar de Boheemse stad Pilsen. En op de groene hellingen van het Bohemer Woud bloeien in de lente de pruimenbomen. Begrijpelijk dus, dat men in de Boheemse keukens dankbaar gebruik maakt van zowel het schuimende bier als van de heerlijk zoete gedroogde pruimen voor kostelijke winterschotels.

500 gr runderlappen, liefst met een randje vet

200 gr gedroogde pruimen

1 fles pilsner bier (300 ml)

1 eetlepel blokjes mager rookspek

50 gr boter

1 ui

1 eetlepel bloem

1 theelepel paprikapoeder

tijm, laurier

peper, (zout)

aardappelpuree

Zet de avond van tevoren de pruimen in de week in water, of nog liever in koude thee.

Neem ze uit het weekvocht en verwijder de pitten.

Snijd het vlees in dobbelstenen en snipper de ui.

Strooi peper en eventueel zout over het vlees en haal de stukken door de bloem.

Smelt de boter en fruit daarin de spekblokjes met de gesnipperde ui en het paprikapoeder.

Leg het vlees erbij als de ui mooi goudgeel is en laat het aan alle kanten zachtjes bakken.

Voeg een kopje lauw water toe, roer alles even goed om, giet er dan het bier bij, laat dit even goed pruttelen en voeg vervolgens tijm en laurier toe.

Laat dit in een gesloten pan zachtjes een uur sudderen.

Voeg er dan de pruimen bij, en laat alles met elkaar gaar sudderen.

De zoete smaak van de pruimen harmonieert heel goed met de kruidige biersmaak.

Schep alles in een vuurvaste schotel, strijk er aardappelpuree over uit en laat er in de oven een korstje op komen.

Variatie:

Gebruik in plaats van bier eens rode wijn.

Probeer eens gedroogde appeltjes in plaats van pruimen.

---

## **Langosh**

Langosh worden in Tsjechië als snack op straat verkocht. Van oorsprong is het een Hongaars recept.

2 1/2 kopje bloem

1 gekookte geraspte aardappel

1 kopje lauwe melk

1 eetlepel gist

1/2 theelepel zout

boter om te braden

Vermeng de gist met de melk en een eetlepel bloem.

Roer de aardappel en de rest van de bloem door elkaar.

Voeg het gistmengsel hieraan toe.

Kneed het deeg en laat het ± 1 uur rijzen.

Maak met de hand van redelijk grote stukjes deeg een rondje, dat aan de rand dikker is dan in het midden.

Laat deze rondjes nog een tijdje rijzen en bak ze dan in het vet aan beide kanten.

U kunt de langosh beleggen met:

- geperste knoflook met zout
- geperste knoflook met zout, gemengd met dikke room
- hete ketchup en geraspte kaas
- geraspte kaas, overgoten met een beetje dikke room

Langosh worden ook wel in de frituur gemaakt; zij blazen zich dan tijdens het frituren op.

---

## **Forellen op z'n Boheems**

(10 personen)

10 forellen van 150 gr  
2 dl olie  
100 gr boter  
10 eieren  
150 gr zeer fijngehakte ui  
500 gr gekookte aardappelen  
100 gr bloem  
3 citroenen  
peterselie

Zout de forellen, haal ze door de bloem en bak ze aan beide kanten goudbruin aan in de hete olie.

Laat ze gaar worden in de oven (10 minuten), breng ze over op een schaal en houd ze warm.

Giet de olie uit de pan en leg er de boter voor in de plaats.

Fruit daar de uitjes in, voeg er de in blokjes gesneden aardappelen bij en bak ook deze bruin.

Klop de eieren los en giet ze over de ui-aardappelcombinatie in de pan.

Laat ze stollen, maar niet droog worden.

Bedek de forellen met de ui-aardappelcombinatie en garneer de schotel met schijven citroen en toefjes peterselie.

---

### **Gevulde forellen**

(5 personen)

1 kg forellen  
100 gr in blokjes gesneden spek  
100 gr uien  
100 gr paprika  
1 dl olie  
zout

Maak de forellen schoon en was ze voorzichtig en zorgvuldig.

Zout ze een klein beetje.

Snijd de uien en de schoongemaakte paprika's in kleine schijfjes en vermeng deze met het spek.

Vul er de forellen mee en sluit de opening met houten prikkers.

Laat ze gaar worden in de hete olie.

Serveer er apart knapperig brood bij.

---

### **Bramborak**

(10 personen)

1 kg aardappelen  
30 gr knoflook  
200 gr bloem  
1 dl. melk  
3 eieren  
3 dl olie

zout, peper  
marjolein

Rasp de geschilde en gewassen aardappelen in een schaal koud water en giet het water daarna weg.

Voeg de geklopte eieren, de bloem en de melk toe en kneed een soepel deeg.

Kruid met zout, peper, marjolein en de heel fijngesnipperde knoflook.

Vorm van het deeg ronde koekjes met een middellijn van 5-10 cm en bak die in de hete olie aan beide kanten knapperig en goudbruin.

serveer ze direct, anders verliezen ze kleur en smaak.

Desgewenst kunt u ze vullen met groenten naar keuze.

---

## **Voormalig Joegoslavië**

---

### **Servische bonensoep I**

2 paprika's  
2 uien  
100 gr mager rookspek in blokjes  
1 eetlepel boter  
1 teentje knoflook  
tijm  
2 grote potten witte bonen  
1 liter bouillon van tabletten  
peterselie  
4 tomaten  
peper, zout  
1 bekertje zure room of Bulgaarse yoghurt

Snijd de schoongemaakte paprika's en uien klein.

Bak het spek uit in de boter en fruit in het vet de uien en knoflook licht aan.

Bak de paprika even mee.

Voeg de witte bonen met het vocht, de tijm en de bouillon erbij en breng het geheel aan de kook.

Kook de soep 5 minuten door.

Roer de kleingesneden peterselie en de ontvelde en in stukken gesneden tomaten door de soep en maak hem op smaak af met peper en zout.

Laat de soep nog  $\pm$  10 minuten doorkoken.

Roer dan zure room of yoghurt door de soep.

---

### **Servische bonensoep II**

350 gr witte bonen  
2 liter water  
200 gr mager rookspek  
soepgroenten  
250 gr uien

250 gr aardappelen  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 blikje tomatenpuree  
peper, zout  
100 gr salami, cervelaatworst of boerenmetworst  
1/8 liter zure room

Laat de bonen een nacht in ruim water weken.

Snijd het spek in reepjes en bak die licht uit.

Maak de soepgroenten, uien en aardappelen schoon, snijd ze klein was ze, en laat ze uitlekken.

Voeg ze aan het spek toe en laat ze 10 minuten zachtjes smoren.

Zet de pan met bonen en het weekwater op het vuur, voeg het spek, de groenten, de tomatenpuree, het paprikapoeder, peper en zout toe en laat de soep 1 1/2 uur sudderen.

Snijd de worst in reepjes en laat die de laatste 15 minuten meetrekken.

Voeg vlak voor het serveren de zure room toe.

---

### **Servische bonensoep III**

1 schoongemaakte en in parten gesneden ui  
2 uitgeperste teentjes knoflook  
1 liter water  
3 eetlepels olijfolie  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
4 in plakjes gesneden wortels  
2 geschilde en in blokjes gesneden aardappelen  
2 eetlepels fijngehakte peterselie  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 liter bouillon  
250 gr witte bonen  
500 gr zuurkoolspek  
250 gr in plakjes gesneden knoflookworst  
zout, peper

Week de witte bonen een nachtje in koud water, kook ze met het weekwater, de parten ui en de uitgeperste knoflook in ± 1 uur gaar en laat ze uitlekken.

Kook het zuurkoolspek in een pan met het water in ± 45 minuten gaar.

Haal het uit de pan, snijd het in blokjes en houd het kookvocht apart.

Verhit de olie in een grote pan en fruit hierin de kleingesneden ui, de plakjes wortel, de blokjes aardappel en de fijngehakte peterselie onder regelmatig omscheppen ± 4 minuten.

Roer het paprikapoeder door het groentemengsel.

Voeg het kookvocht van het spek toe en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat het groentemengsel ± 20 minuten zachtjes koken tot alles gaar is.

Voeg de bouillon, de uitgelekte witte bonen en de blokjes spek toe en laat de soep door en door warm worden.

Maak de soep op smaak met wat zout en peper.

Roer de plakjes knoflookworst vlak voor het serveren door de soep.

Deze stevige soep wordt als volledige hoofdmaaltijd geserveerd.

### **Servische kaassoufflés**

100 gr zachte boter  
7 fijngehakte ansjovisfilets  
50 gr geraspte Parmezaanse kaas  
5 eieren  
paneermeel

Roer de boter in een kom lichtgeel en romig.  
Voeg de fijngehakte ansjovisfilets en de geraspte Parmezaanse kaas toe en roer alles goed dooreen.  
Splits de eieren en roer de eierdooiers door het boter-kaasmengsel.  
Sla de eiwitten stijf en schep ze voorzichtig door het mengsel.  
Verdeel het soufflémengsel over schelpen of over kleine soufflépotjes en bestrooi het geheel met wat paneermeel.  
Bak de soufflés ± 15 minuten in een op 225 °C voorverwarmde oven tot ze een mooi bruin korstje hebben.

---

### **Bosnische pasteitjes**

500 gr bloem  
100 gr zachte boter  
3 eieren  
2 dl melk  
zout  
40 gr gesmolten boter  
olie voor het frituren  
250 gr in reepjes gesneden jonge kaas

Zeef de bloem in een kom, voeg de zachte boter, de eieren, de melk en wat zout toe en kneed van het geheel een soepel deeg.  
Verdeel het deeg in balletjes ter grootte van een walnoot en laat de deegballetjes ± 30 minuten op een koele plaats rusten.  
Rol ieder deegballetje op een met bloem bestoven werkblad zo dun mogelijk uit.  
Bestrijk alle deeglapjes met de gesmolten boter.  
Leg de deeglapjes op elkaar en rol het geheel uit tot een deeglap met een dikte van ± 3 mm.  
Snijd de deeglap in stukjes van ± 5 x 5 cm.  
Verhit de olie voor het frituren tot 190 °C en bak hierin de deeglapjes beetje bij beetje mooi bruin en gaar.  
Leg de gebakken pasteitjes op een schaal en houd ze warm.

Serveer de pasteitjes warm en geef er de reepjes jonge kaas bij.

---

### **Vleespastei**

50 gr boter  
3 schoongemaakte en kleingesneden uien  
750 gr varkensgehakt  
2 eieren  
zout, peper  
250 gr diepvries bladerdeeg

Verhit de boter in een pan en fruit hierin de kleingesneden uien ± 3 minuten.  
Voeg het gehakt toe en bak dit onder voortdurend omscheppen lichtbruin, rul en droog.  
Laat het gehaktmengsel afkoelen, vermeng het met de eieren en maak het geheel op smaak met wat zout en peper.  
Rol het bladerdeeg op een met bloem bestoven werkblad uit tot 3 ronde lappen met een diameter van ± 25 cm.  
Beboter een springvorm met een diameter van ± 25 cm en leg hier een van de bladerdeeglappen in.  
Doe de helft van het gehaktmengsel in de vorm en dek deze af met een tweede bladerdeeglap.  
Doe de rest van het gehaktmengsel in de vorm en dek alles af met de overgebleven bladerdeeglap.  
Bestrijk de pastei met wat gesmolten boter of met wat losgeklopt ei.  
Bak de vleespastei ± 45 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven tot hij mooi bruin is.  
Snijd de vleespastei in punten en serveer deze warm.

---

### **Leverpâté**

750 gr varkenslever  
250 gr speklapjes  
4 sneetjes oud brood zonder korst  
3 eetlepels melk  
1 schoongemaakte en geraspte ui  
75 gr zachte boter  
1 eetlepel cognac  
1 verkruimeld laurierblad  
zout, peper  
paneermeel

Draai de varkenslever en de speklapjes door een gehaktmolen of laat dit door de slager doen.

Week de sneetjes oud brood in de melk.

Vermeng het gemalen vlees met de geweekte sneetjes brood, de geraspte ui, de zachte boter, de cognac en het verkruimelde laurierblad en roer alles goed dooreen tot een vrij smeuijge massa.

Maak het pâtémengsel op smaak met wat zout en peper.

Beboter een pâté- of cakevorm en bestrooi hem met wat paneermeel.

Doe het pâtémengsel in de vorm en dek de vorm af met het deksel of met aluminiumfolie.

Kook de pâté ± 1 uur au bain marie (in een warm waterbad) tot hij gaar is.

Laat de pâté in de vorm afkoelen.

Serveer de leverpâté in plakken gesneden en geef er vers stokbrood bij.

---

### **Vissalade**

350 gr kabeljauwfilet  
zout  
1 schoongemaakte in stukjes gesneden groene paprika  
2 ontvelde en in plakjes gesneden tomaten  
1/2 in reepjes gesneden krop sla



100 gr gare doperwtjes (eventueel uit blik)  
10 grof geraspte radijsjes  
2 eetlepels olijf- of zonnebloemolie  
6 eetlepels citroensap  
1 eetlepel mosterd  
peper  
3 in stukjes gesneden lente-uitjes  
2 eetlepels fijngehakte peterselie

Kook de kabeljauwfilet in een pan met wat kokend water en zout, laat de vis goed uitlekken en afkoelen en snijd de afgekoelde kabeljauw in kleine blokjes. Vermeng de blokjes kabeljauw in een kom met de stukjes paprika, de plakjes tomaat, de reepjes sla, de doperwtjes en de geraspte radijsjes en schep alles voorzichtig dooreen. Verdeel de salade over vier bordjes. Roer van de olie met het citroensap, de mosterd en wat zout en peper in een kommetje een sausje, schenk dit over de salade en bestrooi het geheel met de stukjes lente-ui en de fijngehakte peterselie.

---

### **Tomatensalade**

500 gr ontvelde en in plakken gesneden tomaten  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
3 eetlepels olijfolie  
2 eetlepels azijn  
zout, peper

Doe de plakken tomaat, de stukjes paprika, de ringen ui en de fijngehakte peterselie in een slabak en schep alles voorzichtig dooreen. Maak de salade op smaak met wat zout en veel peper. Schenk de olie over de salade en serveer de salade daarna onmiddellijk.

---

### **Tomaten-paprikasalade**

500 gr ontvelde en in plakken gesneden tomaten  
2 schoongemaakte en in stukjes gesneden rode paprika's  
1 schoongemaakte en in ringen gesneden ui  
2 eetlepels fijngehakte peterselie  
zout, peper  
1 dl olijfolie

Doe de plakken tomaat, de stukjes paprika, de ringen ui en de fijngehakte peterselie in een slabak en schep alles voorzichtig dooreen. Maak de salade op smaak met wat zout en veel peper. Schenk de olie over de salade en serveer de salade daarna onmiddellijk.

---

### **Paprika-uiensalade**

1 schoongemaakte en in reepjes gesneden rode paprika  
1 schoongemaakte en in reepjes gesneden groene paprika

1 schoongemaakte en in ringen gesneden ui  
3 eetlepels olijfolie  
2 eetlepels citroensap  
1 uitgeperst teentje knoflook  
zout, peper

Doe de reepjes rode en groene paprika en de ringen ui in een slabak.  
Roer van de olie met het citroensap, de uitgeperste knoflook en wat zout en peper in een kommetje tot een sausje, schenk dit over de salade en schep alles goed dooreen.  
Laat de salade ± 30 minuten op een koele plaats staan voor hij wordt geserveerd.

---

### **Bonte Kroatische salade**

1 in kleine blokjes gesneden aubergine  
1 schoongemaakte en in kleine stukjes gesneden rode paprika  
1 schoongemaakte en in kleine stukjes gesneden groene paprika  
2 schoongemaakte en in kleine stukjes gesneden stengels bleekselderij  
2 ontvelde en in kleine stukjes gesneden tomaten  
3 eetlepels olijfolie  
2 eetlepels azijn  
zout, peper

Kook de blokjes aubergine ± 2 minuten in een pan kokend water en laat ze goed uitlekken.  
Doe de uitgelekte blokjes aubergine met de stukjes rode en groene paprika, de stukjes bleekselderij en de stukjes tomaat in een slabak.  
Roer van de olijfolie met de azijn en wat zout en peper in een kommetje een sausje, schenk dit over de salade en schep alles goed dooreen.  
Laat de salade ± 30 minuten op een koele plaats staan voor hij wordt geserveerd.

---

### **Servische Ajvar**

2 grote aubergines  
250 gr rode paprika's  
4 uitgeperste teentjes knoflook  
1 eetlepel azijn  
zout, peper  
olijfolie  
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Bak de aubergines en de paprika's in een op 250 °C voorverwarmde oven tot de schillen blaren gaan vertonen.  
Haal ze dan uit de oven en trek de schillen van de nog warme groenten af.  
Verwijder de zaadlijsten van de paprika's.  
Pureer de aubergines en paprika's in een mixer-blender of door een roerzeef.  
Roer de uitgeperste knoflook en de azijn door de puree en maak alles op smaak met wat zout en peper.  
Voeg onder voortdurend roeren zoveel olie in een dun straaltje toe tot de puree ermee verzadigd is.  
Doe de salade in een schaal en bestrooi hem met de fijngehakte peterselie.

---

## **Gemengde Servische salade**

250 gr schoongemaakte en in ringen gesneden groene paprika's  
125 gr in plakjes gesneden groene tomaten  
250 gr ontvelde en in plakjes gesneden tomaten  
1 in plakjes gesneden kleine komkommer  
2 schoongemaakte en in ringen gesneden uien  
250 gr in smalle reepjes gesneden savooiekool  
7 1/2 dl water  
2 eetlepels azijn  
2 theelepels suiker  
10 zwarte peperkorrels  
1 laurierblad  
2 eetlepels fijngehakte dille  
1 eetlepel fijngehakte dragon  
zout, peper  
olijfolie

Doe de ringen paprika, de plakjes groene en rode tomaat, de plakjes komkommer, de ringen ui en de reepjes kool in een grote aardewerken schaal en schep de groenten goed dooreen.

Breng het water met de azijn, de suiker, de peperkorrels, het laurierblad, de fijngehakte dille en dragon en wat zout en peper in een pan aan de kook en laat het mengsel ± 5 minuten flink doorkoken.

Schenk het kokende mengsel over de groenten in de schaal en dek de schaal onmiddellijk af met aluminiumfolie.

Laat de salade tenminste 3 dagen op een koele plaats staan, zodat alle smaken zich goed kunnen vermengen.

Schenk wat olijfolie over de salade, nadat hij over bordjes is verdeeld.

---

## **Tarator**

(komkommersalade)

2 in dunne plakjes gesneden komkommers  
zout, peper  
2 1/2 dl yoghurt  
3 uitgeperste teentjes knoflook  
paprikapoeder

Doe de plakjes komkommer in een vergiet, bestrooi ze met wat zout en laat ze ± 15 minuten staan.

Druk zoveel mogelijk vocht uit de plakjes komkommer, doe ze in een schaal en vermeng ze met ruim peper.

Roer de yoghurt in een kom dooreen met de uitgeperste knoflook en wat zout en peper.

Schenk de yoghurtsaus over de komkommersalade en bestrooi het geheel met wat paprikapoeder.

Serveer de salade onmiddellijk en schep hem aan tafel dooreen.

---

## **Witte bonensalade**

350 gr witte bonen  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
3 eetlepels olijfolie  
2 eetlepels azijn  
zout, peper

Week de witte bonen een nachtje in ruim koud water, kook ze in het weekwater in ± 1 uur gaar en laat ze goed uitlekken.

Doe de witte bonen met de kleingesneden ui in een slabak of in een schaal.

Roer van de olijfolie met de azijn en wat zout en peper in een kommetje een sausje.

Schenk de saus over de salade en schep alles voorzichtig dooreen.

Laat de salade voor het serveren ± 30 minuten op een koele plaats staan.

---

### **Kroatische appelsoep**

6 geschilde en in stukjes gesneden zachtzure appels  
4 in kleine blokjes gesneden sneetjes oud brood zonder korst  
5 dl water  
5 dl droge witte wijn  
2 eetlepels citroensap  
1 eetlepel bloem  
50 gr boter  
mespuntje zout  
mespuntje kaneel

Doe de stukjes appel met het water, het citroensap, het zout en de kaneel in een pan en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de stukjes appel ± 10 minuten zachtjes koken tot ze zacht zijn.

Pureer het appelmengsel in een mixer-blender of door een roerzeef.

Smelt 25 gr van de boter in een pan en roer er de bloem door.

Voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de witte wijn toe tot een licht gebonden geheel is ontstaan.

Voeg de gepureerde appels toe en roer alles dooreen en laat de appelsoep door en door warm worden.

Verhit de rest van de boter in een koekepan en bak hierin de blokjes brood rondom mooi bruin en knapperig.

Serveer de appelsoep, bestrooid met de blokjes gebakken brood.

---

### **Vissoep uit Dubrovnik**

1 1/2 kg schoongemaakte en in stukken gesneden zeevis (gebruik zo mogelijk verschillende soorten)  
2 1/2 liter water  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
2 uitgeperste teentjes knoflook  
6 geplette witte peperkorrels  
2 eetlepels fijngehakte peterselie  
1 laurierblad  
1 dl olijfolie  
2 1/2 dl droge witte wijn  
100 gr rijst

250 gr in partjes gesneden tomaten  
zout

Doe de stukken vis met het water en wat zout in een pan en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag en kook de stukken vis ± 5 minuten.

Voeg de partjes tomaat, de kleingesneden ui, de uitgeperste knoflook, de geplette peperkorrels, de fijngehakte peterselie, het laurierblad, de olijfolie en de witte wijn toe. Breng de soep aan de kook.

Draai de hittebron laag en laat alles ± 15 minuten zachtjes koken.

Haal de stukken vis met een schuimspaan uit de soep.

Verwijder koppen, staarten en graten van de stukken vis en houd het visvlees apart.

Zeef de soep en doe hem terug in de pan.

Voeg de rijst aan de gezeefde soep toe en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de rijst ± 20 minuten in de soep koken tot hij gaar is.

Doe het achtergehouden visvlees in de soep en laat dit even meeverwarmen.

Serveer de vissoep zo warm mogelijk en geef er vers stokbrood bij.

---

### **Bouillonsoep met vlees**

750 gr runderschenkel

2 liter water

1 schoongemaakte en kleingesneden ui

2 geschilde en in blokjes gesneden aardappelen

2 schoongemaakte en in ringen gesneden preien

2 schoongemaakte en in plakjes gesneden worteltjes

4 takjes peterselie

2 takjes selderij

5 geplette witte peperkorrels

zout

Doe de schenkel met het water in een pan en breng het geheel aan de kook.

Voeg de kleingesneden ui, de blokjes aardappel, de ringen prei, de plakjes wortel, de takjes peterselie en selderij en de geplette peperkorrels toe.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de bouillon ± 2 1/2 uur zachtjes trekken.

Haal de schenkel uit de bouillon en snijd het vlees in kleine blokjes.

Zeef de bouillon en doe hem terug in de pan.

Breng de bouillon aan de kook en laat hem bij vrij veel hitte inkoken tot nog ± 1 1/2 liter bouillon is overgebleven.

Voeg de stukjes vlees toe en maak de bouillonsoep op smaak met wat zout en peper.

---

### **Champignon-aardappelsoep**

3 eetlepels olijfolie

1 schoongemaakte en kleingesneden ui

500 gr in plakjes gesneden champignons

250 gr geschilde en in blokjes gesneden aardappelen

3 ontvelde en in stukjes gesneden tomaten

2 eetlepels fijngehakte peterselie

1 1/2 liter bouillon

1 eetlepel maïzena  
zout, peper  
1 dl zure room

Verhit de olijfolie in een grote pan en fruit hierin de kleingesneden ui ± 3 minuten.

Voeg de plakjes champignons toe en fruit deze ± 3 minuten mee.

Voeg de blokjes aardappel toe en fruit het geheel onder regelmatig omscheppen nog ± 5 minuten.

Voeg de stukjes tomaat, de fijngehakte peterselie en de bouillon toe en breng de soep aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.

Maak de maïzena aan met wat water en bind hiermee de soep.

Maak het geheel op smaak met wat zout en peper.

Roer de zure room vlak voor het serveren door de champignon-aardappelsoep.

---

### **Tomatensoep uit Dalmatië**

2 eetlepels olijf- of zonnebloemolie  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
1 uitgeperst teentje knoflook  
500 gr ontvelde en in stukjes gesneden tomaten  
1 laurierblad  
5 dl melk  
25 gr rijst  
100 gr gare doperwtjes (eventueel uit blik)  
50 gr boter  
zout, peper  
paprikapoeder

Verhit de olie in een flinke pan en fruit hierin de kleingesneden ui en de uitgeperste knoflook ± 3 minuten, zonder ze bruin te laten worden.

Voeg de stukjes tomaat en het laurierblad toe en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en smoor het mengsel onder af en toe doorroeren ± 15 minuten.

Verwijder het laurierblad en pureer het tomatenmengsel in een mixer-blender of door een roerzeef.

Doe de puree terug in de pan en voeg de melk en de rijst toe.

Roer alles goed dooreen en breng de soep aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 20 minuten zachtjes koken.

Voeg de doperwtjes en de boter toe en laat de soep nog ± 5 minuten zachtjes koken.

Maak de soep op smaak met wat zout, peper en paprikapoeder.

Serveer de soep zo warm mogelijk.

---

### **Dillesoep**

75 gr boter  
1 eetlepel bloem  
5 eetlepels fijngehakte dille  
7 1/2 dl bouillon  
zout, peper

2 eierdooiers  
2 dl zure room  
3 in kleine blokjes gesneden oud brood zonder korst

Smelt 50 gr van de boter in een pan en roer er de bloem door.  
Voeg de fijngehakte dille toe en laat alles onder voortdurend roeren ± 3 minuten zachtjes fruiten.

Draai de hittebron hoog en voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de bouillon toe tot een licht gebonden soep is ontstaan.

Draai de hittebron laag en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.

Maak de soep op smaak met wat zout en peper.

Vermeng de eierdooiers in een kommetje met de zure room en roer het mengsel goed dooreen.

Roer het dooier-room-mengsel door de soep.

Houd de soep warm, maar laat hem niet meer koken.

Verhit de rest van de boter in een koekepan en bak hierin de blokjes brood rondom mooi bruin en knapperig.

Serveer de soep, bestrooid met de blokjes gebakken brood.

---

### **Ei-crèmesoep uit Zagreb**

4 eierdooiers  
1 liter bouillon  
35 gr gesmolten boter  
1 eetlepel bloem  
2 dl zure room

Klop de eierdooiers in een kom los met 1/2 dl van de bouillon.

Roer de gesmolten boter door het dooiermengsel.

Maak de bloem aan met de zure room en roer het mengsel door het dooiermengsel.

Roer het dooier-roommengsel in een pan door de rest van de koude bouillon.

Verwarm de soep bij matige hitte en onder voortdurend roeren tot hij gebonden en door en door warm is.

Laat de soep vooral niet koken, daar hij anders zou kunnen schiften.

---

### **Dalmatische rijstsoep**

3 eetlepels olijfolie  
50 gr rijst  
1 liter bouillon  
zout, peper  
paprikapoeder  
2 eierdooiers  
2 dl zure room

Verhit de olijfolie in een flinke pan en bak hierin de rijst onder voortdurend omscheppen goudgeel.

Voeg 2 dl van de bouillon toe en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de rijst ± 20 minuten koken tot hij gaar is.

Voeg de rest van de bouillon en wat zout, peper en de paprikapoeder toe en breng de

soep aan de kook.

Roer de eierdooiers los in een soepterrine en voeg onder voortdurend roeren de hete soep toe.

Voeg de zure room toe en roer de soep even door.

Serveer de rijstsoep onmiddellijk.

---

### **Zure soep uit Zagreb**

3 in stukjes gehakte varkenspoten  
1 schoongemaakte en grof gesneden ui  
1 in blokjes gesneden winterwortel  
1/4 geschilde en in blokjes gesneden selderijknol  
2 eetlepels fijngehakte peterselie  
2 1/2 liter water  
500 gr geschilde en in plakken gesneden aardappelen  
25 gr boter  
2 eetlepels bloem  
2 uitgeperste teentjes knoflook  
zout, peper  
1/2 dl citroensap

Doe de in stukjes gehakte varkenspoten, de grof gesneden ui, de blokjes winterwortel, de blokjes knolselderij, de fijngehakte peterselie en het water in een pan en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat alles ± 1 uur zachtjes koken.

Voeg de plakken aardappel toe en laat de soep no ± 20 minuten zachtjes koken.

Smelt de boter in een pan en roer er de bloem en de uitgeperste knoflook door.

Voeg het bloemmengsel onder voortdurend roeren aan de soep toe tot een gebonden geheel is ontstaan.

Maak de soep op smaak met wat zout en peper.

Roer het citroensap vlak voor het serveren door de soep.

Serveer de soep met vers brood als volledige maaltijd.

---

### **Kool-rijstsoep**

3 eetlepels olijf- of zonnebloemolie  
1 schoongemaakte en kleingesneden ui  
2 uitgeperste teentjes knoflook  
2 eetlepels tomatenpuree  
2 eetlepels fijngehakte peterselie  
350 gr schoongemaakte en in smalle reepjes gesneden savooiekool  
1 1/2 liter bouillon  
100 gr rijst  
zout, peper

Verhit de olie in een grote pan en fruit hierin de kleingesneden ui en de uitgeperste knoflook ± 3 minuten.

Voeg de reepjes kool toe en fruit deze even mee.

Voeg de bouillon en de tomatenpuree toe en breng het geheel aan de kook.

Draai de hittebron laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.



Roer de rijst door de soep en laat alles nog  $\pm$  20 minuten zachtjes doorkoken tot de rijst gaar is.

Roer de fijngehakte peterselie door de soep en maak het geheel op smaak met wat zout en peper.

---

### **Dalmatische oestersoep**

18 oesters  
2 dl water  
1 eetlepel citroensap  
25 gr boter  
1 eetlepel bloem  
5 dl visbouillon  
1 1/2 dl droge witte wijn  
4 sneetjes geroosterd brood  
zout

Haal de oesters uit de schelpen.

Breng het water met het citroensap in een pannetje aan de kook en voeg de oesters toe. Draai de hittebron laag en laat de oesters 5 minuten zacht koken.

Haal ze uit het kookvocht en snijd ze in kleine stukjes.

Houd de stukjes oester en het kookvocht apart.

Smelt de boter in een pan en roer er de bloem door.

Voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de visbouillon, het kookvocht van de oesters en witte wijn toe tot een gebonden soep is ontstaan.

Laat de soep  $\pm$  3 minuten zachtjes doorkoken en maak hem op smaak met wat zout.

Verdeel de stukjes oester over 4 soepborden, leg in ieder bord een sneetje geroosterd brood en verdeel de soep over de borden.

Serveer de soep onmiddellijk.

---

### **Servisch rijstvlees**

200-250 gr varkensfilet  
1/8 liter room  
2 kleine paprika's  
1/2 ui  
zout  
boter  
paprikapoeder

Snijd het vlees in dunne plakjes, bestrooi die met zout en paprikapoeder en laat ze 10 minuten staan.

Fruit de ui glazig en voeg dan het vlees toe.

Bak het, schep de room erdoor en laat die een beetje inkoken.

Kruid met zout en paprikapoeder en houd het warm.

Snijd de paprika's in dunne reepjes, smoor die in een afgedekte pan 5 minuten in de boter en schep ze over het vlees.

Serveer met droge rijst.

---

### **Schaschlik I**

75 gr schape- of rundvlees  
75 gr kalfslever  
75 gr kalfsfilet  
75 gr varkensfilet  
50 gr spek  
1 grote ui  
2 eetlepels olie  
1 paprika  
zout, peper  
tijm  
ketchup  
knoflook

Snijd de verschillende stukken vlees in stukken.

Kruid het schapevlees met knoflook en tijm.

Snijd de paprika, ui en het spek in stukken.

Rijg afwisselend vlees, spek, paprika en ui aan pennen, bestrijk die goed met olie, leg ze op de grill en grilleer ze aan alle kanten 4-5 minuten.

Kruid ze met een mengsel van zout, peper en tijm en overgiet ze met ketchup.

Serveer de pennen heet.

---

## **Schaschlik II**

Voor de pennen:

600 gr lams- of varkensvlees  
2 vleestomaten  
1 groene paprika  
100 gr gerookte spek  
1 ui  
olie

Voor de marinade:

3 eetlepels olie  
peper, zout  
rozemarijn  
2 eetlepels geraspte ui

Vermeng voor de marinade de olie, peper, zout, rozemarijn en ui.

Snijd het vlees in dobbelstenen van 4 cm, schep ze door de marinade en laat ze ± 8 uur afgedekt in de koelkast staan.

Verhit de grill of steek de barbecue aan.

Was de tomaten en de paprika.

Snijd te tomaten in 8 parten, snijd de paprika doormidden, verwijder de pitten en zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Snijd het spek in blokjes van 2 cm.

Pel de ui en snijd er 8 partjes van.

Neem het vlees uit de marinade en steek het op de pennen, afgewisseld door blokjes spek, paprika en tomaat.

Steek op elke pen ook 2 stukken ui.

Bestrijk de pennen met olie.

Bestrijk het rooster van de grill of barbecue met olie en rooster het vlees op de pennen in 15-20 minuten bruin en gaar.

Keer ze regelmatig om.

---

### **Joegoslavische vlees- met rijstschotel**

200 gr rijst  
2 uien  
3 rode paprika's  
500 gr varkensvlees  
50 gr boter (of reuzel)  
1 teentje knoflook  
1 afgestreken eetlepel paprikapoeder  
1 afgestreken theelepel zout  
1 kopje rode wijn  
4 eetlepels olie  
1/2 liter kokendheet water  
6 middelgrote tomaten

Was de rijst tot het water helder blijft en laat hem uitlekken.

Schil en hak de uien.

Snijd de paprika's doormidden, verwijder het zaad en de zaadlijsten, was ze en snijd ze in kleine reepjes.

Snijd het varkensvlees in blokjes.

Verwarm de boter in een pan, voeg de blokjes vlees erbij en braad ze aan alle kanten goed aan.

Pers de knoflookteen en roer deze met de paprikapoeder en 1/2 theelepel zout door het vlees.

Giet de rode wijn erover en laat alles met het deksel op de pan op een zacht vuur gaar stoven.

Giet er eventueel tijdens het stoven nog wat rode wijn of wat heet water bij.

Verwarm de olie in een andere, ruime pan, fruit de ui en paprika daarin, doe de rijst erbij en laat dit onder voortdurend roeren een paar minuten bakken.

Giet het hete water erbij, strooi de rest van het zout erover en laat de rijst in 20 minuten gaar worden.

Snijd de tomaten kruiselings in, leg ze even in kokend water, pel ze en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes.

Laat deze de laatste 10 minuten samen met de rijst gaar worden.

Meng de blokjes vlees door de gekookte rijst en breng de schotel heet op tafel.

---

### **Joegoslavische vleesballetjes**

250 gr rundergehakt  
250 gr lamsgehakt  
1 teentje knoflook  
1/2 theelepel zout  
1 mespunt peper  
1 eetlepel olie  
3 eieren  
1 kop yoghurt  
1 mespunt zout  
1 eetlepel paprikapoeder

Meng de 2 soorten gehakt met de uitgeperste knoflook, zout en peper goed door elkaar.

Vorm er balletjes van ter grootte van een ei en braad die in de (olijf)olie lichtbruin.

Splits de eieren.

Klop de yoghurt los, voeg de eidooiers toe en meng dit krachtig door elkaar en voeg zout en paprikapoeder toe.

Klop de eiwitten apart stijf en meng ze erdoor.

Schep de gehaktballen met het braadvocht in een vuurvaste schaal en giet er het yoghurtmengsel over.

Zet de schaal ± 20 minuten in een op 200°C voorverwarmde oven.

---

### **Joegoslavische vis-groentenschotel**

Voor de bereiding van dit gerecht kunt u snoek, baars, forel, kabeljauw, schelvis of andere zeevis gebruiken.

600-800 gr vis in moten

1 1/2 eetlepel paprikapoeder

peper, zout

50 gr boter of 4 eetlepels maïsolie

300 gr in smalle repen gesneden uien

300 gr panklare worteltjes

4 kleine paprika's (2 rode en 2 groene)

1-2 teentjes knoflook uit de knijper

4 eetlepels citroensap

4 eetlepels fijngehakte peterselie

sojasaus of aroma

Was de vis en dep die met keukenpapier droog.

Roer 1/2 eetlepel paprikapoeder met wat peper door 1/2 eetlepel zout en bestrooi de vis aan weerszijden met dit mengsel.

Verhit de boter of de olie en fruit de ui daarin glazig.

Snijd of schaaf intussen de worteltjes in dunne plakjes en smoor die met de ui in een gesloten pan op laaggedraaid vuur mee.

Verwijder de zaadlijsten uit de paprika's en snijd ze in smalle repen; snijd die 1 of 2 maal door en doe ze bij de ui en wortel in de pan.

Leg na 2-3 minuten ook de vis in de pan.

Roer de knoflook door het citroensap en sprenkel dat over de vis.

Doe het deksel op de pan en laat de vis langzaam gaar worden.

Strooi dan de rest van het paprikapoeder met de peterselie erover.

Schep de inhoud van de pan voorzichtig om, maar beschadig de vis niet.

Proef het gerecht en voeg naar smaak paprikapoeder, peper of soja en citroensap toe.

Geef er drooggekookte rijst of pilaf bij.

---

### **Satarache I**

750 gr mager varkenspoellet

6 tomaten

2 uien

2 teentjes knoflook

1 groene en 1 rode paprika

2 preien

4 aardappelen

5 eetlepels olie

1 eetlepel paprikapoeder

1/2 theelepel tijm

zout, zwarte peper  
1/4 liter vleesbouillon  
3 eetlepels tomatenpuree

Giet kokend water over de tomaten, pel ze en snijd ze door.  
Schil de uien en de knoflook en hak ze grof.  
Was de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd ze in stukken.  
Maak de prei schoon en snijd ze in ringen.  
Schil de aardappelen en snijd ze in grove stukjes.

Maak in een pan de olie heet en braad het vlees 15 minuten aan.  
Doe alles erbij, roer er het paprikapoeder, de tijm, zout en peper door en giet er de bouillon op.  
Laat alles afgedekt ± 1 uur zachtjes koken.  
Toer er voor het serveren de tomatenpuree en eventueel enkele eetlepels zure room door.

---

## **Sataras II**

250 gr rundvlees  
250 gr varkensvlees  
250 gr Schapenvlees  
5 eetlepels olie  
3 uien  
2 teentjes knoflook  
1 rode, 1 groene en 1 gele paprika  
1 eetlepels milde paprikapoeder  
1 theelepel scherpe paprikapoeder  
zout, peper  
1/4 liter water  
250 gr tomaten  
1/8 liter zure room

Snijd het vlees in dobbelsteentjes en braad het in porties op hoog vuur in de olie aan.  
Neem het vlees uit de pan en fruit in het achtergebleven vet de fijngehakte uien, de fijngehakte knoflook en de in reepjes gesneden paprika's licht aan.  
Doe het vlees terug in de pan, strooi er de kruiden over, schenk het water erbij en laat het ± 40 minuten sudderen.  
Ontvel de tomaten, snijd ze in vieren en verwijder de pitjes.  
Voeg ze bij het vlees en laat nog 15 minuten garen.  
Laat het vocht tegen het einde van de kooktijd in de open pan inkoken.  
Breng het gerecht op smaak met zout en peper en roer er de zure room door.  
Serveer met rijst en rode wijn.

---

## **Djuwetsch**

200 gr mager varkenspoelet  
200 gr lamspoelet  
200 gr runderpoelet  
2 uien  
1 rode en 1 groene paprika  
200 gr sperziebonen

1 kleine aubergine  
400 gr tomaten  
3 eetlepels olie  
zout, zwarte peper, paprikapoeder  
2 dl vleesbouillon  
3 kopjes gekookte rijst  
peterselie

Pel de uien en snijd ze in schijven.  
Maak de groenten schoon en was ze.  
Snijd de paprika's en de sperziebonen klein, de aubergines in blokjes en de even in heet water gelegde en dan gepelde tomaten in achten.  
Verwarm de oven voor op 200 °C.  
Verhit in een grote pan de olie en braad het vlees rondom bruin.  
Doe de uien erbij en bak ze al roerend 3 minuten mee.  
Leg het vlees in lagen, afgewisseld met de groenten in een vuurvaste schaal en strooi op elke laag zout, peper en paprikapoeder.  
Giet de bouillon erop en laat het gerecht 40 minuten met deksel en dan 20 minuten zonder deksel gaar worden.  
Roer er kort voor het einde de rijst door en warm die mee.  
Hak de peterselie fijn en strooi die voor het serveren over de djuwetsch.

---

### **Bosanska cufte**

500 gr rundergehakt  
1 ui  
2 sneden oud wit brood  
4 losgeroerde eieren  
2 eetlepels tarwebloem  
50 gr boter  
1 eetlepel olie  
3 1/2 dl yoghurt  
1 theelepel gemalen komijn (djintan)

Pel de ui en snipper hem heel fijn.  
Verwijder de korst van het brood en verkruimel het brood.  
Doe het gehakt, de ui, 1/4 deel van de losgeroerde eieren, het broodkruim, zout en peper in een kom.  
Kneed het goed door elkaar, voeg eventueel nog wat paneermeel toe en draai gehaktballen (3 per persoon).  
Doe het tarwebloem in een diep bord en wentel de gehaktballen hierdoor.  
Verhit de olie en de boter in een grote koekepan en braad hierin de gehaktballen snel rondom bruin.  
Breng de gehaktballen en het bakvet over in een ovenschaal.  
Verwarm de oven voorop 175 °C.  
Zet de ovenschaal in het midden en bak de gehaktballen ± 20 minuten.  
Vermeng intussen in een kom de rest van de losgeroerde eieren met de yoghurt, komijn, zout en peper.  
Giet het braadvocht van de gehaktballen af, schenk het ei-yoghurt-mengsel over de gehaktballen en zet de schaal nog ± 15 minuten in de oven.

---

### **Joegoslavische gestoofde vis**

800 gr gemengde visfilets  
2 eetlepels citroensap  
2 middelgrote komkommers  
1 groene paprika  
4 tomaten  
2 uien  
3 eetlepels olie  
1/4 liter hete vleesbouillon  
2 eetlepels wijnazijn  
1 theelepel milde paprikapoeder  
1/2 theelepel suiker  
zout, peper  
peterselie

Snijd de vis in nette stukjes en besprenkel die met citroensap.  
Schil de komkommers en snijd ze in blokjes.  
Maak de paprika schoon en snijd hem in reepjes.  
Pel de tomaten en snijd ze in achten.  
Pel de uien en hak ze grof.  
Maak in een grote diepe pan de olie heet en bak de visblokjes, voorzichtig roerend, zodat ze niet uit elkaar vallen, aan.  
Doe er de groenten bij en bak die 5 minuten zachtjes mee.  
Giet de bouillon en de azijn erbij, voeg het paprikapoeder, de suiker, zout en peper toe en laat alles 15 minuten sudderen.  
Bestrooi het gerecht daarna met de fijngehakte peterselie.

---

## **Njoki**

(Aardappelknoeddele)

2 kg aardappelen  
zout  
2 eidooiers  
1 eiwit  
100 gr boter  
bloem

Was de aardappelen goed en kook ze in de schil in een bodem water met zout gaar.  
Giet ze af, spoel ze onder koudwater af en pel ze.  
Pureer de aardappelen in een draaizeef of met een fijne stamper.  
Vermeng de puree met de eidooiers, het eiwit en de boter en kneed er zoveel bloem door dat het een stevige massa wordt.  
Rol dit aardappeldeeg tot een  $\pm$  1 cm dikke lap uit en steek hier vierkantjes van  $\pm$  3 cm yut.  
Breng in een pan ruim water met wat zout aan de kook, doe de njoki erin en laat ze koken tot ze boven komen drijven.  
Verwarm de oven voor op 150 °C en vet een ovenschaal dun met boter in.  
Schep de njoki, als ze gaar zijn, met een schuimspaan uit het water en spoel ze met koud water af.  
Leg ze in de ovenschaal en laat ze in de oven weer goed warm worden.  
Serveer ze met geraspte kaas bij een vleesgerecht.

---

## **Sloveense eierpannekoeken**

225 gr gezeefde bloem  
1/2 theelepel zout  
1 eetlepel suiker  
3 stijfgeklopte eieren  
9 dl melk  
1/2-1 theelepel bakpoeder

Vermeng de droge ingrediënten en zeef ze.

Roer de eieren met de melk los.

Voeg het bloemmengsel toe en klop het geheel tot een smeug beslag.

Bak in een ingevette hete koekepan vlug één grote pannenkoek, of meer tegelijk op een speciale bakplaat met verscheidene kleine cakevormpjes (of pofferkuiltjes).

Bestrijk de pannenkoek(en) met jam of stroop.

---

## **Joegoslavische bloemkool**

1 bloemkool  
2 dl zonnebloemolie  
2 eieren  
een bordje bloem  
peper, zout

Maak de bloemkool schoon en verdeel hem in roosjes.

Breng ze met wat water aan de kook en laat ze ± 10 minuten zachtjes koken.

Laat ze even afkoelen en uitlekken.

Klop de eieren in een diep bord los en breng op smaak met peper en zout.

Wentel de roosjes door het ei en daarna in het bordje bloem; ze moeten goed met bloem zijn bedekt.

Schud overtollig bloem eraf.

Verhit de olie in een hapjespan en bak de bloemkool daarin rondom zachtjes goudbruin.

Lekker met gevulde kip en aardappelpuree.

---

## **Hongarije**

---

### **Zuurkoolsoep met casselerrib**

(2 personen)

2 eetlepels boter  
75 gr gesnipperde (rode) uien  
1 uitgeperst teentje knoflook  
300 gr zuurkool  
1 theelepel komijn  
1/2 theelepel suiker  
1/2 eetlepel paprikapoeder (mild)  
2 dl runderfond (pot á 4 dl)  
50 gr gerookte spekreepjes



1 1/4 dl Room Culinair  
200 gr casselerrib in blokjes(vleeswaar)  
zout, peper  
1 rode paprika in blokjes

Verhit de boter en bak de ui en de knoflook hierin ± 2 minuten.  
Voeg de zuurkool, de komijn, de suiker en het paprikapoeder toe en bak die 1 minuut mee.  
Schenk er de fond en 1 1/2-2 dl water bij, voeg het spek toe en laat de soep ± 15 minuten koken.  
Voeg de room en de casselerrib toe en warm die ± 5 minuten mee.  
Breng de soep op smaak met zout en peper en bestrooi haar met de paprikablokjes.

---

### **Hongaarse aardappelsoep**

1 kg aardappelen  
zout water  
150 half-om-half gr gehakt  
1 eidooier  
zout, peper  
1/2 theelepel paprikapoeder  
3 eetlepels boter  
1 liter bouillon  
2 paprika's  
4 harde paprikaworstjes  
cayennepeper  
1 bosje peterselie

Kook de aardappelen in gezouten water gaar.  
Meng het gehakt met de eidooier, zout, peper en paprikapoeder, vorm er balletjes van en schroei die in de boter rondom dicht.  
Pureer de aardappelen, roer de hete bouillon door de puree en breng de soep aan de kook.  
Snijd de paprika in stukjes en de worst in plakjes.  
Voeg de paprika, worst en gehaktballetjes aan de soep toe en laat de soep nog 5 minuten doorkoken.  
Breng de soep op smaak met cayennepeper en bestrooi haar met gehakte peterselie.

---

### **Goulashsoep**

50 gr boter  
50 gr ontbijtspek in blokjes  
2 teentjes knoflook  
500 gr runderpoelet  
2 uien  
1 rode en 1 groene paprika  
1 prei  
1 grote aardappel  
2 tomaten  
peper  
1 volle eetlepel paprikapoeder  
1 blok goulashkruiden

1 1/2 liter water  
2 bouillontabletten  
lavas, kummel  
1 eetlepel maïzena  
cayennepeper of chilipoeder

Snijd de knoflook fijn, de uien grof, de paprika's en de aardappel in kleine blokjes en de prei in ringen.

Ontvel de tomaten en snijd ze klein.

Smelt de boter in een grote, diepe pan, doe de spekblokjes erbij en bak die licht uit.

Voeg de knoflook toe en fruit die even mee.

Draai het vuur lager en voeg achtereenvolgens, onder voortdurend omscheppen, het vlees, de uien, de paprika's de prei en de aardappel toe.

Zet nu de volle hitte weer onder de pan en schep de inhoud nogmaals goed door elkaar.

Strooi er de versgemalen peper en paprikapoeder over.

Draai, als de ingrediënten beginnen te kleuren en geuren, het vuur weer lager en voeg het water, het goulashkruidenblok, de bouillontabletten, de tomaten, kummel en lavas toe.

Sluit de pan en laat de soep op héél laag vuur 3 uur of langer trekken.

Vermeng de maïzena met wat water en giet dit mengsel 10 minuten voor het serveren en terwijl de soep goed aan de kook is, al roerend in de pan, zodat de soep gaat binden.

Voeg voor een extra pikante smaak nog wat cayennepeper of chilipoeder toe.

Geef er stokbrood en een glas bier bij.

Variaties:

- Fruit met het spek en de knoflook 1-2 theelepels kerrie mee.
- Doe door de soep balletjes van gekruide tartaar of gekruid gehakt.

---

### **Goulashsoep met rode bonen**

500 gr varkenspoellet  
2 uien  
1 teentje knoflook  
600 gr aardappelen  
2 eetlepels olie  
1 eetlepel tomatenpuree  
2 blikjes kidneybeans  
500 gr tomatenmoes  
1/2 theelepel chilipoeder  
1 bouillontablet  
peper, zout  
1 rode Spaanse peper  
1 pakje diepvriesprinsesseboontjes

Snijd het vlees in kleine blokjes.

Pel de uien en de knoflook en hak ze fijn.

Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in blokjes.

Bak het vlees in de hete olie aan alle kanten mooi bruin.

Voeg de ui, knoflook en aardappelen toe en laat ze even meestoven.

Voeg de tomatenpuree, de uitgelekte bonen, de tomatenmoes, het chilipoeder en de bouillon toe, kruid met peper en zout en giet er 1/2 liter water bij.

Snijd de Spaanse peper in de lengte doormidden, verwijder de zadjes en snijd het vruchtvlees in stukjes.

Voeg ze bij de soep en laat deze ± 45 minuten zachtjes pruttelen.

Voeg 15 minuten voor het einde van de gaartijd de boontjes toe.  
Lekker met stokbrood.

### Vegetarische goulashsoep

2 paprika's  
1 in ringen gesneden ui  
3 gesnipperde uien  
70 gr tomatenpuree  
750 gr aardappelen in blokjes  
2-3 groentebouillonblokjes  
1/2 eetlepel paprikapoeder  
1 theelepel cayennepeper  
1/2 eetlepel zout  
1 gesnipperde teen knoflook of 2 theelepels knoflookpoeder  
1 theelepel karwijzaad  
50 gr boter  
1 1/2 liter water

Breng het water met de bouillonblokjes aan de kook.  
Doe er, zodra het kookt, de stukjes aardappel in en laat die 10 minuten koken (giet ze niet af).  
Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprikahelften in dunne reepjes.  
Fruit de paprika en de in ringen gesneden ui 10 minuten in 25 gr boter.  
Voeg de tomatenpuree en wat bouillon toe en laat dit mengsel nog 5-10 minuten sudderen.  
Bewaar dit mengsel, dat de Hongaren 'Lescò' noemen, voor later.  
Fruit de gesnipperde uien 5 minuten in 25 gr boter en voeg het paprikapoeder, de cayennepeper, het zout, de knoflook en het karwijzaad toe.  
Giet er zoveel bouillon bij dat alles ruim onder staat.  
Laat de massa op een zacht vuur ± 10 minuten zachtjes stoven onder af en toe roeren, om aanbranden te voorkomen.  
Giet er eventueel nog wat bouillon bij, als er teveel van is verdampt.  
Doe alles bij elkaar in de bouillon en voeg eventueel water toe tot de groenten ruim onder staan.  
Laat de soep, onder af en toe roeren, nog ± 10 minuten doorkoken.

---

### **Hongaarse salade**

2 blikken witte bonen  
1 rode en 1 groene paprika  
1 grote ui  
3 eetlepels olie  
4 vleestomaten  
150 gr salami  
6 eetlepels magere yoghurt  
1 eetlepel mosterd  
1 geperst teentje knoflook  
peper, zout  
bieslook

Laat de bonen uitlekken.  
Maak de paprika's schoon, verwijder de zaadlijsten en snijd ze in reepjes.

Snipper de ui.

Bak de ui en de paprika ± 10 minuten in de hete olie.

Snijd intussen de tomaten en de salami in stukjes.

Roer een sausje van de yoghurt, de mosterd, knoflook, peper, zout en de fijngehakte bieslook.

Schep de afgekoelde paprika, de tomaten en de salami door de bonen.

Maak de salade aan met het sausje.

Geef er een spies geroosterd vlees bij.

---

### **Hongaarse bonensalade**

1 grote pot of 1 groot blik bruine bonen

2 grote preien

1 groene paprika

2 grote tomaten

250 gr salami

1 bekertje zure room

1 eetlepel mayonaise

2 eetlepels kruidenazijn

peper, zout, paprikapoeder

peterselie

Laat de bonen uitlekken.

Maak de preien schoon en snipper ze zeer fijn.

Maak de paprika en de tomaten schoon.

Snijd de paprika in blokjes en de tomaten in plakken.

Snijd de worst in heel dunne plakjes.

Schep de prei, paprika, tomaat en worst door de bonen.

Roer een sausje van de room, mayonaise en azijn.

Breng dit op smaak met peper, zout, paprikapoeder en peterselie.

Maak de salade met dit sausje aan.

Serveer er sesamstokbrood of boerenbrood bij.

---

### **Zigeunerschotel kalfsvlees**

500 gr kalfsvlees aan stukjes

1/2 groene en 1/2 rode paprika

1 ui en een stukje prei

100 gr ontbijtspek

zout, peper

paprikapoeder

1 teentje knoflook

25 gr boter

Was de groenten, laat ze uitlekken en snijd ze fijn.

Snipper het ontbijtspek en doe dit samen met de boter in de pan.

Strooi er meteen peper, zout en paprikapoeder over.

Zet het vuur laag en bak het spek een beetje uit.

Voeg nu het vlees toe en laat het op een matig vuurtje met de deksel schuin op de pan in 30 minuten gaar worden.

Draai het vuur nu hoog en voeg de groenten en de knoflook toe.

Laat alles nu nog even lekker doorbakken.

---

### **Kaschkaval**

2 stukken kaas van ieder 100 gr  
40 gr boter  
6 gr paprikapoeder  
1 Spaans pepertje  
2 licht gebakken aardappeltjes  
stukjes komkommer  
vetvrij papier

Bestrijk 2 velletjes vetvrij papier met wat boter.  
Leg de kaas er in het midden op en strooi er paprikapoeder over.  
Leg op en rond de kaas een 1/2 in stukjes gesneden Spaans pepertje.  
Vouw het papier rond de kaas.  
Maak het oppervlak nat met wat water en schuif het in een hete oven.

Serveer in de verpakking met een licht gebakken aardappeltje en wat komkommerschijfjes.

---

### **Sze'kler Gulasch**

400 gr uien  
100 gr vet (reuzel, margarine)  
1 kg varkensvlees (rib, schouder)  
10 gr karwijzaad  
1 geplette teen knoflook  
wat fijngehakte dille  
1 kg zuurkool  
± 30 gr zoete paprika  
zout  
2 dl zure room

De uien fijnhakken en in het vet zachtjes aanfruiten.  
Het vlees in niet te kleine stukken snijden en aan de uien toevoegen.  
De kruiden erdoor doen en met wat water of bouillon afgedekt zachtjes stoven tot het vlees half gaar is (± 30 minuten).  
De zuurkool toevoegen.  
Kruiden met paprika en zout en nog zo lang stoven tot de zuurkool gaar is (± 45 minuten).  
Tenslotte de zure room toevoegen en nog even aan de kook laten komen.

---

### **Bogrèsgulyès I**

(= ketelgulyès)

De naam 'Ketelgulash' is afkomstig van de oorspronkelijke bereidingswijze van de gulash. Op de poesta maakten de herders hun gulyès in een grote ketel die boven het houtvuur hing.

1 kg rundvlees  
80 gr vet (oorspronkelijk varkensvet)  
300 gr uien  
20 gr paprikapoeder (bij voorkeur rozenpaprika)  
1 kg vastkokende aardappelen  
140 gr paprika's (liefst de gele puntige bij de Turkse winkel; die lijken het meest op de paprika's uit Hongarije)  
60 gr tomaten  
zout  
kummel  
knoflook

Snijd het vlees in stukken van 1 1/2-2 cm.

Bak de uien in het vet goudgeel.

Roer dan bij matig vuur snel het paprikapoeder door het niet meer zo hete vet, schep er de stukken vlees door, strooi er wat zout bij en laat het vlees goed dichtschroeien.

Voeg knoflook en kummel toe, schenk er water bij tot het vlees net onder staat en smoor het met het deksel op de pan op zeer matig vuur onder af en toe roeren gaar (het vlees mag niet koken).

Schil intussen de aardappelen en snijd ze in stukken.

Snijd de paprika's en de tomaten in stukken.

Laat, als het vlees helemaal gaar is, het vocht inkoken tot alleen het 'vleesvet' overblijft.

Doe de aardappelstukjes erbij en bak die met het vlees mee tot ze glazig zien.

Voeg dan de paprika's en tomaten toe en laat de aardappelen gaar worden.

---

## **Bogrècsgulyès II**

2 middelgrote uien

4 eetlepels reuzel

ruim 1 kg rundvlees in blokjes van 2 x 2 cm

225 gr runderhart in blokjes van 2 x 2 cm (desgewenst mag u dit vervangen door extra vlees)

2 fijngehakte knoflooktenen

zoveel kummelzaad als u met één hand met al uw vingertoppen kunt pakken

4 eetlepels scherpe paprikapoeder

1 grote vleestomaat in kleine stukjes

2 schoongemaakte groene paprika's in stukjes van 2 x 2 cm

450 gr gekookte aardappelen in blokjes van 3 cm

Snijd de uien in groffe stukjes.

Smelt de reuzel in een ovenvaste pan en fruit de ui op een niet al te hoog vuur.

Voeg het vlees toe, zet het vuur wat hoger en roerbraad het vlees met de ui ± 10 minuten; het moet net niet te droog worden.

Haal de pan van het vuur, voeg de knoflook, het paprikapoeder en de kummel toe en roer het snel en flink door elkaar.

Zet, als het paprikapoeder goed is opgenomen, de pan weer op het vuur en voeg direct 2 liter kokend water toe.

Zet de met het deksel gesloten pan 2 1/2 uur in een op 100°C voorverwarmde oven.

Voeg na die tijd de tomaten en de paprika's toe.

Voeg zo nodig nog wat extra kokend water toe en zet het gerecht nog ± 30 minuten in de oven terug.

Voeg naar smaak zout en peper toe.

Voeg de gekookte aardappelstukjes pas toe als de soep klaar is.

Serveer de gulyßs heet in grote diepe mokken. Het vlees moet zacht zijn, maar beslist niet zo los als bij suddervlees.

---

### **Hongaarse goulash I**

600 gr rundvlees  
60 gr boter of reuzel  
4 uien  
1 groene en 1 rode paprika  
1 liter bouillon  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 eetlepel bloem  
peper, zout  
een snufje tijm  
2 teentjes knoflook  
1 blikje tomatenpuree  
3/4 kg aardappelen  
een paar druppels worcestershiresaus

Snijd het rundvlees in dobbelsteentjes en bak het in de boter of reuzel bruin. Doe het vlees daarna over in een grote braadpan en bak in de achtergebleven boter even de in ringen gesneden uien en paprika's. Voeg dan de ui en paprika aan het vlees toe en zet de braadpan op een laag pitje. Roer de paprikapoeder, bloem, peper en zout, tijm en uitgeperste knoflook goed door het vlees. Doe daarna geleidelijk de koude bouillon en de tomatenpuree erbij. Roer de goulash regelmatig en laat de pan tenminste twee uur pruttelen op een laag vuurtje. Voeg dan de geschildte en in vieren gedeelde aardappelen erbij. Laat deze ook gaar worden en breng dan de goulash op smaak met een paar druppels worcestershiresaus.

Goulash is de Hongaarse nationale schotel en is in feite een soep. Wat wij in Nederland en België goulash (vleesstoofpot) noemen, is in Hongarije pörkölt. Er zijn verschillende varianten van goulash, bijv. met rundvlees, maar ook met schape- of varkensvlees en zelfs met vis. Deze laatste is een zeer pikante variant. Goulash wordt normaal bereid in een grote ketel die men boven een houtvuur hangt. De bereiding duurt een aantal uren, waarbij men voortdurend in de soep roert en kokende vleesbouillon of water toevoegt.

---

### **Hongaarse goulash II**

600 gr runderstoofvlees  
4 eetlepels olijfolie  
3 uien  
1 teen knoflook  
1/2 literblik tomaten  
2 rode paprika's  
zout, peper  
300 gr aardappelen\*1  
2 eetlepels paprikapoeder

3 augurkjes  
200 gr diepvries-doperwten  
1/2 dl crème fraîche  
1 theelepel kummelzaad

Snijd het vlees in flinke blokken en bak die in de olie bruin.  
Snijd de uien in smalle parten, haal ze los en bak ze kort mee.  
Knijp de knoflook erboven uit, voeg de tomaten toe en breng het geheel aan de kook.  
Snijd de paprika's in smalle repen, de aardappelen in blokjes, de augurken in plakjes, voeg dit alles met wat zout en peper, het paprikapoeder, het kummelzaad en 1/2 liter water aan het vlees toe en stoof het vlees in 3 uur gaar.  
Laat de goulash dan in de open pan met de doperwten nog 1/4 uur pruttelen en roer er tot slot de crème fraîche door.

Italiaans:

Vervang 1 rode paprika door 1 groene, met 1 aubergine in blokjes (15 minuten weggelegd onder zout en drooggedept), 1 courgette in plakjes, 1 theelepel tijm en rozemarijn, 1 dl rode wijn, tot slot 1/2 literblik artisjokbodems in blokjes.  
Serveer met geraspte Parmezaanse kaas.

Mexicaans:

Roer er extra 1 groene paprika, 2 gedroogde rode pepertjes, 1 eetlepel taco-kruiden, 1/2 literblik rode nierbonen in pikante saus en 1/2 literblik maïskorrels of minimaïs door.  
Serveer de goulash met zeer fijngehakte rode ui.

---

### **Hongaarse goulash III**

800 gr in grote stukken gesneden lamslappen  
4 eetlepels olie  
4 eetlepels bloem  
4 grote gesnipperde uien  
600 gr 10 minuten voorgekookte aardappelen  
5 grote ontvelde vleestomaten in stukjes  
4 teentjes knoflook uit de knijper  
1 theelepel kummelzaadjes  
1/2 eetlepel milde paprikapoeder  
1/2 eetlepel pikante paprikapoeder  
5 dl bouillon (van bouillonblokjes)  
200 gr gewassen en in plakjes gesneden champignons

Bak het vlees in de olie mooi bruin en fruit de uien mee tot ze net beginnen te bruinen.  
Voeg een scheutje water toe en laat het vlees op laag vuur 30 minuten doorsudderen.  
Voeg dan de bloem toe en laat deze onder goed roeren lichtbruin worden.  
Doe de aardappelen erbij en bak deze onder roeren enkele minuten mee.  
Voeg dan de tomaten, knoflook, het kummelzaad en wat zout toe.  
Roer het paprikapoeder met een deel van de bouillon tot een glad papje en giet dit met de rest van de bouillon in de pan.  
Breng alles aan de kook, temper het vuur en laat de goulash met het deksel op de pan 30 minuten doorsudderen. Controleer dan of het vlees gaar is, proef de goulash en voeg naar smaak worcestershiresaus, peper en zout toe.

---

### **Hongaarse goulash IV**



1 kg mager rundvlees zonder zenen  
1 afgestreken theelepel zout  
1/2 theelepel zwarte peper  
500 gr uien  
100 gr boter of olie  
2 afgestreken eetlepels paprikapoeder  
1 afgestreken eetlepel bloem  
1 kopje kokend water  
1/2 kopje witte wijn  
1 1/2 kopje zure room

Snijd het vlees in blokjes en strooi er zout en peper over.

Schil en hak de uien.

Verwarm de boter of olie, leg het vlees erin en bak het aan alle kanten bruin.

Voeg de ui bij het vlees, strooi het paprikapoeder erover en bak dit eveneens goed aan.

Strooi vervolgens de bloem erover en laat het onder voortdurend roeren nog ± 1 minuut bakken.

Giet het hete water en de wijn erbij en laat de goulash in de gesloten pan 1-1 1/2 uur op een zacht vuur stoven, tot het vlees zacht is.

Roer tijdens het stoven zo nu en dan om.

Giet er, als het vocht te snel inkookt, telkens een beetje heet water bij.

Roer de zure room door de goulash.

Verwarm alles goed, maar laat niet meer koken.

---

### **Hongaarse Goulash V**

500 gr magere runderlappen  
1 flinke ui  
4 sjalotjes  
50 gr boter  
1 klein blikje tomatenpuree  
1 dikke teen knoflook  
2 rode paprika's  
1 eetlepel paprikapoeder  
zout, peper  
1 theelepel tijm  
1 theelepel majoraan  
1 laurierblaadje  
1/2 literblik tomaatstukjes  
3 augurkjes op zoetzuur  
450 gr kleine aardappeltjes (koelvitrine)  
(rode wijn)  
2 eetlepels sauspoeder voor rode variatiesaus

Snijd het rundvlees in blokken, snipper de ui, halveer de sjalotjes, snijd ze in smalle partjes en fruit ze in de hete boter.

Roer de tomatenpuree erbij en pers de knoflook erboven uit.

Snipper de paprika's, voeg ze met het paprikapoeder, zout en peper naar smaak en de kruiden toe en bak het geheel 10 minuten.

Voeg dan de tomaatstukjes met het vocht, de kleiner gesneden augurkjes en 2 eetlepel augurkjesvocht, de aardappeltjes en eventueel 1 eetlepel rode wijn toe, sluit de pan en laat het gerecht onder af en toe roeren minstens 3 uur stoven.

Roer het sauspoeder met wat vocht glad, roer dit bij de goulash en laat het vocht binden.

---

## **Hongaarse goulash VI**

500 gr uien  
4 eetlepels olie  
750 gr sukadelappen  
2 eetlepels paprikapoeder  
1 teentje knoflook  
zout, versgemalen peper  
2 groene paprika's  
250 gr vleestomaten

Pel de uien en snijd ze grof.

Verhit de olie in een braadpan en fruit hierin de uien langzaam goudgeel; roer regelmatig.

Snijd het vlees in grote dobbelstenen en roer deze samen met het paprikapoeder en de knoflook goed door de uien.

Bestrooi het geheel met zout naar smaak en (voor de liefhebbers) met een mespunt scherpe paprikapoeder of peper.

Giet er een scheutje water bij, sluit de pan en laat het geheel 1 uur voorzichtig op een klein vuur stoven.

Voeg zonodig extra vocht bij.

Was de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd ze in niet te kleine stukken.

Dompel de tomaten enkele tellen in kokend water, ontvel ze en snijd ook deze in grove stukken.

Meng de paprika's en tomaten door het ui-gerecht, breng het opnieuw aan de kook en stoof het geheel nog eens 1/2 uur.

Proef en voeg zonodig nog wat zout toe.

Geef hier stokbrood, macaroni of gekookte aardappelen bij.

---

## **Hongaarse goulash VII**

600 gr rundvlees  
60 gr boter of reuzel  
4 uien  
1 groene en 1 rode paprika  
1/2 liter bouillon  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 eetlepel bloem  
(cayenne)peper, zout  
een paar karwijzaadjes  
een snufje tijm  
2 teentjes knoflook  
1 blikje tomatenpuree  
3/4 kg aardappelen  
een paar druppels worcestershiresaus

Snijd het vlees in dobbelsteentjes en bak het in de boter of reuzel bruin.

Doe het vlees daarna over in een grote braadpan en bak in de achtergebleven boter even de in ringen gesneden uien en paprika's.

Voeg dan de ui en paprika aan het vlees toe en zet de braadpan op een laag pitje.

Roer de paprikapoeder, bloem, peper en zout, karwijzaadjes, tijm en uitgeperste knoflook goed door het vlees.

Doe er daarna geleidelijk de koude bouillon en de tomatenpuree bij.  
Roer de goulash regelmatig en laat de pan tenminste 2 uur op een laag vuurtje pruttelen.  
Voeg er dan de geschilde en in vieren gedeelde aardappelen bij.  
Laat deze ook gaar worden en breng dan de goulash op smaak met een paar druppels worcestershiresaus.

---

### **Gulyès**

500 gr runderlende in dobbelsteentjes gesneden  
2-3 middelgrote gesnipperde uien  
2 gesnipperde teentjes knoflook  
4-5 aardappelen  
2-3 eetlepels paprikapoeder  
2 in blokjes gesneden gepelde tomaten  
2 witte paprika's (anders rode)  
1 1/2 liter bouillon  
2 Spaanse pepers  
zout  
1 theelepel karwijzaad  
reuzel of boter

Fruit de uien samen met de gesnipperde paprika's, de knoflook en het vlees in de reuzel of boter en voeg er het zout, de paprikapoeder en de pepers aan toe.  
Laat het geheel indampen tot bijna al het vocht is verdwenen.  
Voeg er de bouillon aan toe en als het geheel kookt, het karwijzaad.  
Laat alles een paar uur op een laag vuurtje lichtjes koken.  
Kook de aardappelen in de schil tot ze bijna gaar zijn, pel ze en snijd ze in blokjes.  
Voeg vlak voor het opdienen de aardappelen en de tomaten toe.  
Zorg ervoor dat de bouillon niet gaat binden.

---

### **Szekely gulyès**

1 kg zuurkool  
500 gr varkenspoet  
100 gr boter of vet  
1 ui  
2 dl room  
2 eetlepels rode paprikapoeder  
zout  
wijn

Laat de gesneden ui in de boter goudgeel aanfruiten.  
Roer er het paprikapoeder door, doe het gewassen vlees erbij en laat het gaar stoven (± 1 uur).  
Stoof de gespoelde en uitgeknepen zuurkool zacht in wat water en vermeng het met het vlees.  
Besmeer een vuurvaste schotel met wat boter en doe het geheel erin.  
Giet de room erover en laat het een half uur in de oven doorbakken.

---

### **Segediener goulash**

125 gr doorregen spekblokjes  
250 gr varkenspoet  
250 gr zacht runderpoet  
2 teentjes knoflook  
250 gr uien  
500 gr tomaten  
250 gr zuurkool  
20 gr (kruiden)boter  
peper, zout  
1 flinke eetlepel paprikapoeder  
1 theelepel tijm  
1 kop rode wijn  
1/8 liter zure room

Schil de uien en de knoflook en hak ze fijn.  
Pel de tomaten en snijd ze klein.  
Smelt in een braadpan de boter en bak al roerend het spek, samen met de uien en de knoflook.  
Doe het vlees erbij, bestrooi het met peper en zout en bak het bruin.  
Strooi de paprikapoeder erover en blus af met de wijn.  
Roer de tomaten en de tijm erdoor.  
Smoor alles zachtjes ± 1 uur met het deksel op de pan.  
Spoel de zuurkool af en maak die goed los.  
Doe de kool in de pan en kook hem 15 minuten mee.  
Roer tenslotte de zure room door de goulash.

---

## **Pusztagulasch**

(6-8 personen)

1600 gr rundvlees  
400 gr uien  
2 kg aardappelen  
100 gr wortelen  
100 gr wortelpeterselie  
3 groene paprika's  
3 tomaten  
2 teentjes knoflook  
paprikapoeder  
1-1 1/2 liter vleesbouillon (afhankelijk van de grootte van de ketel of kookpan)  
1-2 Hongaarse kerspepers (pikant)  
250 gr reuzel of boter  
zout  
komijnpoeder  
peterselie

Hak de uien fijn en snijd het vlees in dobbelsteentjes.  
Bak de uien in de vetstof glazig, voeg de uitgeperste knoflook, komijnpoeder, paprikapoeder en een weinig vleesbouillon toe en laat op laag vuur opkoken tot de vloeistof is verdampt.  
Voeg de vleesblokjes toe, zout die en roer regelmatig om tot alle vocht opnieuw is verdampt.  
Voeg nog een weinig vleesbouillon toe, dek de pan af en laat verder smoren.  
Voeg, als het vlees bijna gaar is, de in schijven gesneden wortelen, paprika's, tomaten

en aardappelen, de kerspeper en de in kleine blokjes gesneden wortelpeterselie toe. Laat alles ± 20 minuten smoren en voeg dan de rest van de vleesbouillon toe. Dek de pan weer af en kook het vlees gaar. De goulash moet tamelijk pikant zijn.

---

### **Cikos tokany**

2 varkenslapjes  
spek  
500 gr champignons  
1 bosje selderij  
tomaten  
3 zure augurken  
1 teentje knoflook  
2 Spaanse pepers zonder zaad  
bouillon  
witte wijn  
koffiemelk

Laat de olie in een braadpan heet worden en laat het in blokjes gesneden vlees daarin gaar worden.

Voeg de kleingesneden augurken en champignons toe met een flinke scheut wijn.

Voeg dan de knoflook en de pepers toe en laat 5 minuten sudderen.

Bak intussen het spek (bijv. een paar plakken bacon of gewoon spek) in dobbelstenen uit.

Bak 1 of 2 grote tomaten 5 minuten mee.

Doe er 1/4 liter bouillon, peper, zout en een kruidenbultje bij en laat het geheel ± 40 minuten pruttelen.

Doe dan de saus bij de vleespot.

Bind met de aangemaakte maïzena tot het een wat gebonden geheel wordt.

Doe er wat koffiemelk bij, strooi er selderij op en dien op met Duits zuur brood.

---

### **Hongaarse varkenslappen**

200 gr speklapjes  
250 gr hamlappen  
peper, zout  
50 gr boter  
2 grote uien  
2 teentjes knoflook  
1 groene paprika  
1 blikje tomatenpuree  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 dl water of bouillon  
1 theelepel gedroogde tijm  
1 bekertje zure room  
1 eetlepel bloem

Snijd het vlees in blokjes en bestrooi ze met peper en zout.

Smelt de boter in een pan en bak de spekblokjes langzaam uit.

Zet het vuur dan wat hoger en bak de rest van het vlees rondom bruin.

Snipper intussen de uien.

Maak de paprika schoon en snijd hem fijn.  
Neem het vlees uit de pan en bak dan de ui, knoflook en paprika.  
Voeg de tomatenpuree en het paprikapoeder samen met het water of de bouillon toe,  
doe vlees terug in de pan en voeg de tijm toe.  
Sluit de pan en stooft het vlees in ± 1 uur gaar.  
Voeg halverwege nog 1 dl water toe.  
Roer de bloem door de zure room, schenk er wat van de saus bij, giet het geheel al  
roerend terug in de pan en laat de saus licht binden.

---

### **Schisch-Strandja**

Per persoon:

180 gr varkensvlees van de haas  
20 gr olie  
40 gr sjalot  
120 gr tomaten  
60 gr paprika half rood, half groen  
marjolein  
fijngehakte peterselie  
2/10 dl witte wijn

Voor het garnituur:

20 gr gehakte uien  
10 gr boter  
50 gr gekookte aardappelen  
30 gr paprika's  
1 middelgrote gepelde tomaat  
1/2 dl witte wijn  
1/2 dl runderbouillon  
bonekruid

Snijd het vlees in blokken, zout het en schroei het dicht in  
gloeïende olie.

Voeg er, zodra het vlees bruin is, de uitjes, de in vierkanten gesneden paprika en de  
tomaten aan toe en laat die half  
rauw blijven.

Breng op smaak met de marjolein, blus met witte wijn en laat 2 minuten stoven.

Neem van het vuur en rijg aan het spit: vlees, tomaat, vlees, paprika, vlees, ui, enz.

Laat het vlees gaar worden onder de grill en schik het op het volgende garnituur:

Laat de uien in de boter goudbruin fruiten, voeg er de in schijfjes gesneden aardappelen,  
de blokjes paprika en de stukken tomaat bij en blus met wat bouillon.

Kruid met het bonekruid, giet de witte wijn erbij en laat 2-3 minuten sudderen.

Leg dit mengsel als een berg op de dienschaal en leg het spit  
erop.

---

### **Lescò I (Hongaars paprikagerecht)**

750 paprika's (groen, rood, geel)  
100 gr doorregen spekblokjes  
2 grote uien  
1 teentje knoflook  
500 gr tomaten

1 eetlepel varkensreuzel  
1 eetlepel milde paprikapoeder  
400 gr gegrilde worst  
zout, zwarte peper

Snijd de paprika's in brede reepjes.  
Pel de uien en de knoflook en hak ze fijn.  
Pel de tomaten en snijd ze in vieren.  
Maak de reuzel in een grote pan heet en bak al roerend het spek, de uien en de knoflook 5 minuten.  
Strooi er het paprikapoeder over.  
Doe de paprika's in de pan en stoof ze op laag vuur 10 minuten mee.  
Doe de tomaten erbij en kook alles in 10 minuten zacht.  
Snijd de worst in schijfjes en roer die erdoor.  
Kook nog 5 minuten door en voeg naar smaak zout en peper toe.

---

### **Lescò II**

1250 gr langwerpige gelige paprika's (Turkse groentewinkel)  
600 gr tomaten  
150 gr uien  
80 gr vet  
50 gr gerookt spek  
5 gr scherpe paprikapoeder  
(zout)

Verwijder de zaadlijsten uit de paprika's en snijd ze in smalle repen.  
Ontvel de tomaten en snijd ze in vieren of, als ze groter zijn, in achten).  
Snijd de uien in ringen.  
Neem een grote pan, doe het vet erin en bak daarin het spek.  
Bak de uien met het spek mee.  
Roer er snel het paprikapoeder door en voeg de paprika en de tomaten toe.  
Voeg eventueel wat zout toe en laat dan zonder deksel op hoog vuur het vocht wat inkoken.  
Matig daarna het vuur en laat het geheel tot een dikke massa inkoken.

---

### **Dobosh torta (Hongaarse taart)**

25 gr zeer zachte boter  
3 eetlepels gezeefde poedersuiker  
4 eieren  
260 gr kristalsuiker  
mespunt zout  
140 gr bloem  
20 gr maïzena of custardpoeder  
150 gr boter  
120 gr poedersuiker  
1 dl melk  
1 eetlepel custardpoeder  
4 eetlepels cacao-poeder of 1 reep (30 gr) bittere chocolade  
3 eetlepels citroensap

Belangrijkste keukengerei:

boterkwast, 2 ronde vormen of springvormen met een middellijn van 24 cm, mixer, bloemzeefje, eierklopper, oven (170 °C).

Bestrijk de bodem en slechts 2 cm van het onderste deel van de wand van de vormen met boter.

Strooi de poedersuiker in de vormen en strooi het teveel aan poedersuiker er weer uit.

Zet de vormen even weg.

Splits de eieren zeer zorgvuldig.

Roer de eierdooiers met 160 gr kristalsuiker, de vanillesuiker, wat zout en 1 1/2 eetlepel goed warm water tot een luchtige lichtgekleurde massa.

Schuif het rooster in het midden van de oven, maar verwarm deze nog niet voor.

Klop het eiwit zo stijf, dat het met een mes in plakken te snijden is.

Verwarm de oven voor.

Zeef de bloem met de maïzena op het eiwit, giet daarop de schuimig geklopte eierdooiers en spatel (roer vooral niet) alles met het pannenkoekmes of een grote metalen lepel vlug en luchtig door elkaar.

Schep, zodra er geen losse bloem meer te zien is, het deeg in even grote porties in de beide vormen.

Zet die zo op het rooster in de oven, dat de vormen elkaar net niet raken.

Roer de boter tot die zeer zacht en lichter van kleur geworden is.

Zeef 100 gr poedersuiker op de boter en roer beide door elkaar.

maak een glad papje van 2 eetlepels melk, de resterende poedersuiker en het custardpoeder.

laat in een kleine steelpan de rest van de melk warm worden, voeg het papje toe en laat, onder goed roeren, de melk even koken.

Neem het pannetje van het fornuis en roer de cacao of de van tevoren in kleine stukjes gebroken chocolade door de custardvla.

Roer tot een gladgebonden vla is ontstaan en schep die over in een met koud water omgespoeld kommetje.

Laat de chocoladevla bekoelen, maar zet het kommetje niet in de koelkast.

Controleer of het deeg gaar is: druk hiervoor met de vinger even in het deeg; een vingerafdruk mag slechts enkele ogenblikken zichtbaar blijven en het gare deeg moet enigszins van de wand van de vorm loslaten.

Neem het gare deeg uit de vormen en laat het gebak op taartroosters koud worden.

Schep de dikke, lauwwarme chocoladevla lepelgewijs onder goed roeren met een houten lepel of de eierklopper door de boter met de suiker.

Proef deze chocolade crème-au-beurre, die minder vet is en beter vorm houdt dan crème-au-beurre die alleen van boter en suiker wordt gemaakt en voeg naar smaak nog wat poedersuiker of cacao-poeder toe.

Snijd beide taarten met een dikke draad garen of een mes overdwers door. Bestrijk de gebakken zijde van 3 lagen taart met de crème en laat deze stevig worden.

Leg een plak gebak op de taartschotel.

Veeg een niet te grote koekepan goed schoon met een stukje keukenpapier.

Doe de resterende kristalsuiker in de koekepan en laat de suiker, onder af en toe omschudden, smelten en karamelkleurig worden.

Neem de pan van het fornuis en leg een deksel schuin op de pan, zodat aan de achterzijde van het deksel een opening blijft (het deksel dient om tijdens het toevoegen van water de hand tegen stoom te beschermen). Giet 2 dl warm water over het deksel in de pan.

Zet de pan op de niet te hoog gedraaide vlam of plaat en laat de karamel even koken.

Schenk het citroensap in de pan en neem die van het fornuis als de caramel dik vloeibaar is geworden.

Schep 2 eetlepels karamel over de chocoladecrème op de taartlaag op de schotel.

Leg de volgende taartlaag op de eerste en schep daar weer wat karamel op.

Leg de derde taartlaag op de tweede en schep daar weer 2 eetlepels karamel op en leg er de laatste taartlaag op, met de gebakken zijde naar boven.



Schenk de rest van de karamel op de taart en zet die afgedekt met een kom op een koele plaats, maar niet in de koelkast.  
Snijdt de taart met een telkens in kokend water gedompeld mes in 6 of 8 punten, als de caramel nog niet hard geworden is.

---

### **Palacsinta**

Palacsinta is een typisch Hongaarse lekkernij en de variaties zijn oneindig. hier een simpel voorbeeld:

1 ei  
150 gr bloem  
3-4 dl melk  
1 mespunt zout

Roer voor het beslag het ei glad, voeg er wat water aan toe en strooi er al roerend de bloem in.

Giet er langzaam de melk bij en roer na elke scheut melk het beslag weer glad (het moet ongeveer zo dik zijn als room).

Mocht de melk niet voldoende zijn, verdun het beslag dan verder met water.

Bak van dit beslag pannenkoeken en besmeer ze in het midden over de lengte met jam of met suiker en citroensap.

Rol de pannenkoeken dan op en serveer ze koud of warm.

---

### **Palacinky**

(1 persoon)

1 ei  
2 eierdooiers  
2 eiwitten  
1 theelepel bloem  
10 gr suiker  
zout  
2 eetlepels banketbakkersroom  
1 eetlepel bosbessenpuree  
1 eetlepel slagroom  
1 eetlepel melk

Meng het hele ei, de eierdooier, de bloem en de melk goed door elkaar en meng er het luchtig en stijfgeslagen eiwit, de suiker en iets zout door.

Verhit wat boter in een pan, giet de samenstelling hierin en bak het aan beide kanten.

Vul de pannenkoek, voor u hem uit de pan neemt, met de banketbakkersroom, de bosbessenpuree en de slagroom.

Vouw dubbel, bestrooi met suiker en karameliseer in een hete oven.

---

### **Palacinka**

(10 personen)

10 flensjes

Voor de vulling:

250 gr kwark

1/4 liter slagroom

1 zakje vanillesuiker

het sap van 1/4 citroen

2 eiwitten

120 gr suiker

poedersuiker

Klop alles, behalve de eiwitten, door elkaar.

Klop de eiwitten apart stijf, schep ze door de slagroommassa en klop het geheel nog even op.

Zet het geheel desgewenst even in de koelkast.

Vul er de warme flensjes mee en bestrooi met poedersuiker.

---

### **Palacsinta**

(20 pannenkoekjes van ± 15 cm)

1 1/4 kop bloem

2 eieren

1 eierdooier

3/4 kop melk

1/2 kop water

1 eetlepel suiker

een snufje zout

2 eetlepels gesmolten boter

Doe de bloem met de eieren, de eidooier, de melk, het water, de suiker, het zout en 1 eetlepel boter in een mengbeker en mix op een hoge stand tot een glad beslag ontstaat. Haal de bloem, als die blijft plakken, van de kanten af en mix nogmaals.

Verwarm een flensjespan van 15 cm doorsnede of een andere kleine koekenpan, doe de rest van de boter erin en verhit tot de boter niet meer schuimt.

Giet de boter eruit en doe er 1 lepel beslag in.

Draai de pan rond, zodat de hele bodem gelijkmatig wordt bedekt.

Giet het teveel aan beslag eruit en bak een paar seconden op hoog vuur tot het flensje goudbruin is.

Draai het om en bak nog een paar seconden aan de andere kant.

Gooi het eerste baksel weg, omdat dat te vet zal zijn.

Bak op deze manier alle flensjes tot het beslag is opgebruikt.

Bestrijk ieder flensje met jam of honing en rozijnen en rol het op.

Serveer direct.

---

### **Hongaarse rozensorbet**

6 eetlepels rozenwater

100 gr suiker

sap van 1 citroen

1/2 flesje champagne of mousserende witte wijn

enkele kleine roosjes

Los de suiker roerend op in het rozenwater, roer het citroensap erdoor en laat dit helemaal afkoelen.  
Schenk de wijn erbij en laat het geheel in een ijslaatje of in de ijsmachine bevriezen.  
Scheep het ijs in hoge glazen, schenk er wat mousserende wijn over en versier het gerecht met roosjes (liefst uit eigen tuin).

Lekker als tussengerecht bij een feestelijk diner.

---

## **Bulgarije**

---

### **Bulgaarse kloostersoep**

300 gr witte bonen  
1 grote wortel  
1 schijf knolselderij  
2 grote uien  
4 tomaten  
4 eetlepels zonnebloemolie  
2 scherpe Spaanse pepers  
zout, versgemalen zwarte peper  
1 theelepel gedroogde munt of 1 takje verse munt  
peterselie

Dit is de streng vegetarische soep, die in de orthodoxe kloosters in Bulgarije tijdens de grote vasten wordt gegeten.

Laat de witte bonen een nacht weken en kook ze met het weekwater, samen met de zonnebloemolie gaar.  
Voeg tegen het einde van de kooktijd de in reepjes gesneden selderij, de in reepjes gesneden wortel, de in ringen gesneden uien en de hele pepertjes toe en laat de soep nog ± 30 minuten koken.  
Breng de soep op smaak met zout en peper en strooi er de flingeknipte munt en peterselie over (gedroogde munt moet een tijdje meekoken).

De baardige Bulgaarse monniken eten de scherpe pepertjes erbij op. Het verhemelte van een West-Europeaan is hiervoor echter meestal niet vuurvast genoeg.

---

### **Groentesoep**

2-3 aardappelen  
1-2 wortelen  
1/2 selderijknol  
1-2 kleine hete paprika's  
1/4 van een middelgrote witte kool  
1 ui  
2-3 tomaten  
1 biet  
1 eetlepel bloem  
1 theelepel paprikapoeder

1 dl Bulgaarse yoghurt  
1 ei  
100 gr kashkaval (Bulgaarse gele kaas)  
zonnebloemolie  
zout  
peterselie

Doe de in blokjes gesneden selderijknol en wortelen, samen met de fijngesneden kool en paprika's in kokend water met zout.

Voeg, als deze groenten zacht zijn, de in blokjes gesneden aardappelen toe.

Kook de in blokjes gesneden biet.

Fruit de fijngehakte ui tot hij zacht is en voeg dan de bloem, het paprikapoeder en de gepureerde tomaten toe.

Voeg dit mengsel bij de kokende groenten en laat alles nog ± een half uur koken.

voeg op het laatst de biet toe.

Klop het ei los met de yoghurt en bind de soep hiermee.

Serveer de soep met fijngehakte peterselie en de geraspte kashkaval.

---

### **Spinaziesoep**

500 gr spinazie  
60 gr boter  
2 eetlepels bloem  
1/2 liter melk  
peper, zout

Kook de fijngehakte spinazie in water met wat zout, laat uitlekken (vang het vocht op) en hak de spinazie fijn.

Laat de boter met de bloem bruin worden en voeg de spinazie toe.

Verdun de soep met de melk en de helft van het spinaziekookvocht, kook nog 5-10 minuten en breng de soep op smaak met peper.

Serveer de soep met in boter gebakken blokjes brood.

In plaats van met spinazie kunt u de soep ook met brandnetels bereiden.

---

### **Groentesoep met witte kaas**

250 gr flageolets  
1 ui  
1/2 middelgrote witte kool  
1 kleine bloemkool  
150 gr gepekeld witte kaas  
peterselie  
zonnebloemolie  
zout

Kook de bonen in water met wat zout gaar, laat ze uitlekken en pureer ze.

Smoor de fijngesneden ui, kool en bloemkool in olie en wat water en giet er heet water en het warme kookvocht van de bonen bij.

Laat dit even koken en voeg er dan de bonenpuree en de verkruimelde witte kaas bij.

Laat de soep nog 10 minuten koken en serveer haar, bestrooid met fijngehakte peterselie.

---

### **Tarator (koude yoghurtsoep)**

2-3 komkommers  
1/2 liter Bulgaarse yoghurt  
60 gr walnoten  
3-4 teentjes knoflook  
dille  
zonnebloemolie  
zout

Klop de yoghurt los.

Voeg de fijngehakte teentjes knoflook, de fijngemalen walnoten, de in dunne plakjes gesneden komkommers, olie en zout toe en roer alles krachtig door elkaar.

Breng dit mengsel met koud water op soepdikte en bestrooi de soep met fijngehakte dille.

---

### **Melksoep**

3 dl melk  
60 gr boter  
2 eieren  
100 gr gepekeld witte kaas (of kashkaval)  
100 gr rijst  
aroma of peper  
zout

Kook de melk en verdun die met 3/4 liter warm water.

Voeg de rijst en wat zout toe en kook de rijst gaar.

Neem de pan van het vuur, kruid naar smaak, klop de boter erdoor en bind de soep met de losgeklopte eieren.

Serveer met de verkruimelde gepekeld witte kaas of de geraspte kashkaval.

---

### **Kalfssoep**

700 gr kalfsschenkel of -borst  
2 wortelen  
1 ui  
1/2 selderijknol  
2 aardappelen  
2 tomaten  
50 gr boter  
peterseliewortel  
peper  
mierikswortel  
azijn  
zout

Snijd het vlees in stukken, leg ze in een pan koud water en breng het aan de kook.

Voeg wat zout toe en laat het vlees, samen met de kleingesneden wortelen, ui,

selderijknol en peterseliewortel trekken.

Voeg, als het vlees gaar is, de aardappelen toe en na 20 minuten ook de in dunne plakjes gesneden tomaten.

Voeg, als de soep bijna klaar is, de boter toe.

Leg bij het serveren eerst wat van het vlees op de borden en schenk daar bouillon over.

Bestrooi de soep met fijngehakte peterselie en peper.

Maak de geraspte mierikswortel aan met azijn en zout en geef dit er apart bij, zodat een ieder het naar smaak bij de soep kan voegen.

---

### **Lamssoep**

400 gr lamsvlees

2 wortelen

1/2 selderijknol

2-3 aardappelen

2 tomaten

1 ui

3-4 teentjes knoflook

1 eetlepel bloem

1 theelepel tomatenpuree

50 gr boter

komijn

peterselie

peper, zout

Snijd het vlees in stukjes en kook ze, samen met de fijngesneden wortelen en selderijknol in water met wat zout.

Smoor de fijngehakte ui met de bloem en de tomatenpuree in de boter en wat water.

Voeg het vlees toe en na ± 10 minuten ook de in blokjes gesneden tomaten.

Laat het geheel weer aan de kook komen, voeg de fijngehakte knoflook toe en laat nog 10-15 minuten.

Serveer de soep, bestrooid met fijngehakte peterselie, peper en komijn.

---

### **Kippensoep met groenten**

1 soepkip

3-4 wortelen

1 selderijknol

1 ui

1 eetlepel bloem

1/4 liter melk

40 gr boter

1 ei

peperkorrels

peterselie

zout

(vermicelli)

Kook de hele kip met de peperkorrels in zout water gaar en haal het vlees van de botten. Smoor de fijngehakte wortelen, selderijknol en ui in de boter met wat water tot ze zacht zijn.

Roer de bloem erdoor schep er na ± 5 minuten het kippenvlees door en laat nog 10

minuten koken.

Klop het ei met de melk los en bind de soep onder voortdurend roeren met dit mengsel.  
Bestrooi de soep voor het serveren met fijngehakte peterselie.

---

### **Shopska salade**

3-4 tomaten  
1 komkommer  
4-5 paprika's  
1 ui  
150 gr gepekelde schapenkaas  
peterselie  
azijn  
zonnebloemolie  
zout

Verwarm de oven voor op 220°C.

Leg de paprika's ± 30 minuten op een rooster in de oven tot het vel zwart wordt en laat ze in een plastic zak uitdampen.

Ontvel de paprika's, halveer ze en verwijder het zaad en de zaadlijsten.

Snijd ze in smalle reepjes en voeg de in blokjes gesneden tomaten, de in stukjes gesneden komkommer en de gesnipperde ui toe.

Voeg zout, olie en azijn toe en meng alles goed door elkaar.

Serveer de salade in de vorm van een piramide, bestrooid met fijngeknipte peterselie en de geraspte kaas.

---

### **Gevulde tomaten**

1 kg tomaten  
1 middelgrote selderijknol  
250 gr gepekelde schapenkaas  
peterselie  
paprikapoeder  
azijn  
zonnebloemolie  
zout  
(1 komkommer)

Schil de selderijknol en snijd hem in blokjes.

Kook de selderijblokjes in water met wat zout, laat ze uitlekken en vermeng ze met de geraspte kaas, olie en fijngehakte peterselie.

Snijd de kapjes van de tomaten, hol ze uit en vul ze met het mengsel.

(Om de tomaten er aantrekkelijker te laten uitzien, kunt u ze op schijfjes komkommer zetten).

Garneer met kleine stukjes tomaat en peterselie.

---

### **Gemengde salade**

1-2 aubergines  
7-8 grote of 15 kleine paprika's  
3-4 tomaten  
1 komkommer  
40 gr walnoten  
2-3 teentjes knoflook  
azijn  
zonnebloemolie  
zout

Rooster de aubergines en de paprika's in de oven of op een grillplaat, pel ze en snijd ze in kleine stukjes.

Voeg de in blokjes gesneden komkommer, de gehakte walnoten, de geplette teentjes knoflook, azijn, olie en zout toe, meng alles goed door elkaar en schik de salade op een schaal.

Leg er plakjes tomaat op, strooi er fijngeknipte peterselie over en sprenkel er nog wat olie over.

---

### **Witte salade**

2-3 komkommers  
250 gr cottage cheese  
1/4 liter room  
60 gr walnoten  
2-3 teentjes knoflook  
dille  
zonnebloemolie  
zout  
3 eieren

Schil de komkommers en snijd ze in blokjes.

Voeg de cottage cheese, de room, de gehakte walnoten, de geplette teentjes knoflook, olie, fijngehakte dille en zout toe.

Klop het mengsel goed door elkaar, doe het over in een schaal en garneer met de gehalveerde, hardgekookte eieren.

---

### **Auberginepuree (Kyopolu)**

2-3 aubergines  
4-5 paprika's  
2-3 tomaten  
3-4 teentjes knoflook  
peterselie  
azijn  
zonnebloemolie  
zout

Rooster de aubergines en de paprika's in de oven of op een grillplaat, pel ze en maak er een puree van.

Voeg de in kleine blokjes gesneden of gepureerde tomaten toe en pers er de knoflook boven uit.

Meng alles met een houten lepel door elkaar, voeg naar smaak olie, azijn en zout en



meng opnieuw.

Doe het mengsel in een schaal en bestrooi met fijngehakte peterselie.

---

### **Gebakken eieren met lente-uitjes in een potje**

5 eieren  
300 gr gepekelde schapenkaas  
3 bosjes lente-uitjes  
50 gr boter  
1 bosje peterselie  
zout

Vermeng de fijngehakte uitjes, de fijngehakte peterselie en de verkruimelde kaas en verdeel dit over 5 (aardewerk) potjes.  
Voeg aan elk potje gelijke delen boter, zout en 1 eetlepel water toe en bak het mengsel aan.

Breek, als het bijna gaar is, boven elk potje 1 ei en voeg zo nodig wat water toe.  
Dek de potjes met de dekseltjes af en 'stoof' de eieren tot ze zijn gestold.

---

### **Paprika's gevuld met ei en kaas**

1 kg rode paprika's  
6 eieren  
250 gr gepekelde schapenkaas  
broodkruim  
peterselie  
zonnebloemolie  
zout

Rooster de paprika's, haal het vel eraf en verwijder de zaadjes en de zaadlijsten.  
Vermeng de verkruimelde kaas met 4 losgeklopte eieren en vul de paprika's hiermee.  
Wentel ze door het broodkruim en door de overige 2 losgeklopte eieren en frituur ze in de hete olie.  
Serveer de paprika's, bestrooid met fijngehakte peterselie.

---

### **Eierstoofpot uit Banskó**

500 gr gepekelde schapenkaas  
2-3 tomaten  
2-3 paprika's  
5 eieren  
100 gr boter  
1/2 theelepel paprikapoeder

Doe de verkruimelde kaas in een licht beboterde braadpan.  
Leg er de fijngesneden paprika's, de in plakjes gesneden tomaten en klontjes boter op, sluit de pan met een deksel en laat het geheel ± 15 minuten stoven.  
Klop de eieren met ± 1/4 liter water los, schenk dit over het groentemengsel, sluit de pan weer af en laat het geheel smoren tot er een geel korstje op is gekomen.

---

### **Stoofpot uit het klooster**

3-4 aardappelen  
2-3 tomaten  
1-2 wortelen  
1-2 uien  
1/2 selderijknol  
200 gr zilveruitjes  
100 gr olijven  
250 gr verse paddestoelen  
100 gr rijst  
1/8 liter witte wijn  
1 scherp pepertje  
1 dl zonnebloemolie  
zout  
peterselie

Smoor de fijngehakte uien, wortelen en selderijknol in de olie en wat water.  
Voeg de zilveruitjes, de olijven, de paddestoelen en het pepertje toe.  
Schenk er de wijn en 1/4 liter water bij, voeg naar smaak zout toe en laat sudderen tot de groenten zacht zijn.  
Voeg de in blokjes gesneden aardappelen en de rijst toe en na 15 minuten ook de in stukjes gesneden tomaten.  
Doe de inhoud van de pan over in een ovenvaste schaal of aardewerk pot, strooi er peterselie en laat het gerecht in de oven door en door warm worden.

---

### **Ratatouille**

3-4 uien  
4-5 tomaten  
5-6 paprika's  
1-2 aubergines  
4-5 aardappelen  
100 gr okra  
100 gr haricots verts  
1 theelepel paprikapoeder  
peterselie  
2 dl zonnebloemolie  
zout

Bak de gehakte uien in de olie en wat water bruin en doe ze in een ovenschaal.  
Voeg de kleingesneden paprika's, tomaten, haricots verts en aubergines, het paprikapoeder, zout en wat water toe, laat sudderen en voeg, als de groenten zacht zijn, de in schijfjes gesneden aardappelen en nog wat warm water toe.  
Bak het gerecht in een matigwarme oven gaar en bestrooi het voor het serveren met fijngehakte peterselie.

---

### **Gevulde aubergines (Imam Bayaldy)**

4-5 aubergines van gelijke grootte  
5-6 tomaten  
5 uien  
2 wortelen  
1 selderijknol  
4-5 teentjes knoflook  
1/2 citroen  
1 laurierblad  
3 eetlepels broodkruim  
peterselie  
peper  
1 dl zonnebloemolie  
zout

Haal de steeltjes van de aubergines en hol ze voorzichtig uit.  
Smoor ze in de olie en wat water gaar en vul ze met een mengsel dat als volgt is bereid.  
Bak de fijngehakte uien in wat olie bruin.  
Voeg de geraspte wortelen en selderijknol toe en, als die zacht zijn, ook de kleingesneden tomaten, de fijngehakte knoflook en peterselie, het laurierblad, peper en zout.  
Vul de aubergines met dit mengsel, dek ze af met een plakje tomaat, strooi er het broodkruim over en bak ze in een matigwarme oven gaar.  
Serveer ze koud, gegarneerd met schijfjes citroen.

---

### **Met kaas gevulde courgettes**

5-6 courgettes  
150 gr gepekeld schapenkaas  
3 eieren  
1 ui  
2 eetlepels bloem  
1/8 liter melk  
60 gr boter  
zout

Schil de courgettes, halveer ze in de lengte, hol ze uit en bestrooi de helften met zout.  
Bak de fijngehakte uien met de bloem in de helft van de boter met wat water bruin.  
Voeg de helft van de melk, de geraspte kaas en 1 ei toe en vul de courgettes met dit mengsel.  
Schik ze in een ovenschaal, schenk er de overige 2 met de rest van de melk losgeklopte eieren over en bak ze in een matigwarme oven gaar.  
Voeg enkel minuten voor het gerecht klaar is de rest van de boter toe.

---

### **Spinazie met gepekeld kaas**

500 gr spinazie  
4-5 eetlepels bloem  
100 gr boter  
200 gr gepekeld schapenkaas  
2 eieren  
zout  
2 uien

Was de spinazie, snijd de groente in smalle reepjes, kook die ± 10 minuten in water met wat zout en laat uitlekken.

Fruit de fijngehakte uien met de bloem in de boter en wat water aan.

Voeg de spinazie toe en roer alles goed door elkaar.

Voeg tenslotte de losgeklopte eieren en de verkruimelde kaas toe en laat nog 5 minuten sudderen.

In plaats van met spinazie kunt u dit recept ook met brandnetels bereiden.

---

### **Koftsjeta (Bulgaarse gehaktballetjes)**

250 gr lamsgehakt

250 gr rundergehakt

3 teentjes knoflook

3 lente-uitjes

1 eetlepel gehakte peterselie

1 eetlepel gehakte munt

1 theelepel tijmblaadjes

de geraspte schil van 1 citroen

1 ei

1 eetlepel paneermeel

zout, peper

Kneed alle ingrediënten door elkaar en vorm er platte balletjes van.

Rooster ze op de barbecue of bak ze in hete olie.

Lekker met gekruide yoghurt.

---

### **Syrmi (gevulde wijn- of koolbladeren)**

500 gr kalfsgehakt

300 gr varkensgehakt

1 bosje lente-uitjes

100 gr rijst

1/4 liter Bulgaarse yoghurt

peterselie

mint

paprikapoeder

peper

30-40 wijn- of koolbladeren

100 gr boter of 1/8 liter zonnebloemolie

zout

Fruit de fijngehakte lente-uitjes in wat van de olie en wat water, roer er wat paprikapoeder door en zet het vuur laag.

Voeg de 2 soorten gehakt, de rijst, peper, mint en fijngehakte peterselie toe, schenk er warm water met wat zout over en laat sudderen tot het water door de rijst is opgenomen.

Week de wijn- of koolbladeren in gezouten heet water en leg dan 1 eetlepel van het rijst-gehaktmengsel op elk blad.

Rol de bladeren op en schik ze in een braadpan.

Schenk er 3/4 liter warm water en 1 theelepel gesmolten boter over, sluit de pan met een deksel af en laat de bladeren op laag vuur sudderen.

Schenk er, zodra alles gaar is, de losgeklopte yoghurt en de rest van de gesmolten boter en paprikapoeder over.

Serveer met één of meer verse groenten.

Tip: U kunt dit recept ook gebruiken voor gevulde paprika's, aubergines en courgettes.

---

### **Kebapcheta (langwerpige rissoles)**

1 kg gehakt (60% varkens en 40% kalfs)

2 uien

1/2 theelepel komijn

peper, zout

Zout het vlees en zet het 1-2 uur koel weg.

Meng er dan de komijn, peper, de fijngehakte uien en eventueel wat water door en zet het weer 2 uur weg.

Vorm er langwerpige rissoles van en grill die.

Serveer met verse groenten en ... VEEL bier!

---

### **Lamsbout Drob Syrma**

1 kg lamsbout plus hart, longen en lever

2 eieren

100 gr rijst

2 bosjes lente-uitjes

1/4 liter Bulgaarse yoghurt

mint

peper

100 gr boter

zout

Kook de organen in zout water en snijd ze in stukjes.

Smoor de fijngehakte uitjes in de boter en wat water.

Voeg de rijst, de organen, peper, mint en 1/2 liter van de orgaanbouillon toe en laat het geheel ± 20 minuten koken.

Leg de lamsbout ± 30 minuten in koud water, snijd hem in stukken en doe die bij het bouillon-orgaanvleesmengsel.

Doe alles over in een ovenvaste schaal en stoof het gerecht in een matigwarme oven.

Giet er, als het bijna klaar is, de met de yoghurt losgeklopte eieren over en stoof nog eens 10-15 minuten.

---

### **Gestoofde schapenpoot**

± 2 kg schapenpoot

100 gr bacon

3 wortelen

3 tomaten

3-4 paprika's

1/2 selderijknol

7-8 aardappelen  
1 theelepel tomatenpuree  
6-8 teentjes knoflook  
piment  
1 laurierblad  
paprikapoeder  
peper  
1/4 liter witte wijn  
1 citroen  
1 theelepel bloem  
peterselie  
1/8 liter zonnebloemolie  
zout

Lardeer het vlees met de bacon en wrijf het in met paprikapoeder, knoflook en peper. Strooi er desgewenst nog wat zout over en braad het samen met de in grove stukken gesneden groenten in de olie.

Leng de bloem aan met de tomatenpuree en wat koud water en voeg dit erbij.

Schenk er de wijn en wat heet water over, voeg de kruiden en de geschilde en in plakjes gesneden citroen toe en laat het op laag vuur sudderen.

Neem het vlees, als het gaar is, uit de pan en snijd het in plakken.

Zeef de saus en geef haar bij het vlees.

Serveer het vlees bestrooid met fijngehakte peterselie.

---

### **Wijnkebab**

1 kg kalfsvlees zonder been  
4-5 uien  
1 wortel  
1/2 selderijknol  
1 eetlepel tomatenpuree  
1 eetlepel bloem  
1 theelepel paprikapoeder  
1/4 liter witte wijn  
1 laurierblad  
peper  
peterselie  
1/8 liter zonnebloemolie  
zout

Snijd het vlees in kleine stukjes en braad die in de olie en wat water samen met de fijngehakte uien, selderijknol en wortelen.

Voeg, als alles zacht is, de met wat water aangelengde tomatenpuree, de bloem en het paprikapoeder toe.

Schenk er de wijn en wat water bij, voeg het laurierblad en peper toe en laat het geheel op laag vuur sudderen.

Bestrooi het gerecht voor het serveren met fijngehakte peterselie.

---

### **Srednogorie hutspot**

1 kg kalfsvlees in grote dobbelstenen  
2 bakjes champignons

100 gr okra  
2-3 uien  
2-3 tomaten  
3-4 paprika's in reepjes  
100 gr rijst  
1-2 aardappelen  
1/8 liter witte wijn  
1 theelepel paprikapoeder  
peper  
peterselie  
1 3/4 dl zonnebloemolie  
zout

Braad het vlees in wat olie en wat water rondom bruin en neem het uit de pan.  
Fruit de fijngehakte uien, tomaten en paprika's in de achtergebleven olie lichtbruin.  
Doe het vlees er weer bij, voeg de wijn en wat heet water toe, breng het aan de kook en strooi er wat zout bij.  
Voeg de paddestoelen en na ± 10 minuten de paprikareepjes en de okra toe.  
Voeg, als alles gaar is, de rest van de olie toe en roerbak nog even.  
Bestrooi get gerecht voor het serveren met fijngehakte peterselie en peper.

---

### **Boeren kippenstoofpot**

1 ontbeende kip  
3-4 uien  
1-2 paprika's  
3-4 tomaten  
3 eetlepels bloem  
1 eetlepel paprikapoeder  
1 dl zonnebloemolie  
peterselie  
zout

Snijd het vlees in blokjes en smoor die in de olie en wat water samen met de in ringen gesneden uien.  
Voeg de bloem, het paprikapoeder en wat water toe.  
Breng het aan de kook, voeg de in grove stukken gesneden paprika's en tomaten en naar smaak zout toe en laat het gerecht op laag vuur gaar sudderen.  
Bestrooi het met fijngehakte peterselie.

---

### **Kavarma van de molenaarsvrouw**

800 gr varkensvlees  
500 gr kalfslever  
5 paprika's in reepjes  
4-5 gesnipperde uien  
1-2 tomaten in partjes  
1 bakje champignons in plakjes  
1 dl witte wijn  
aromat  
paprikapoeder  
peper

peterselie  
± 100 gr reuzel of 1/8 liter zonnebloemolie  
zout

Snijd het vlees in kleine stukjes en braad die in de reuzel (of olie) en wat water.  
Voeg de uien toe en, als die zacht zijn, de gekookte en in blokjes gesneden lever, de  
paddenstoelen, de paprika's, de tomaten, peper, aromaat, de wijn, zout en wat warm  
water.

Roer alles goed door, doe het mengsel over in een (aardewerken) schaal en bak het in  
een hete oven gaar.

Serveer met fijngehakte peterselie.

---

### **Gevulde varkensfiletrollertjes**

1 kg varkensfilet  
200 gr kaas  
2 bakjes champignons  
enkele teentjes knoflook (naar smaak)  
het sap van 1 citroen  
tomatenpuree  
peterselie  
250 gr boter  
zout

Verdeel het vlees in dunne lapjes, bestrooi ze met zout en wrijf ze in met tomatenpuree,  
citroensap en peper.

Fruit de paddenstoelen, de in blokjes gesneden kaas, fijngehakte peterselie  
en de knoflook in de boter en wat water.

Leg op ieder filetlapje wat van deze vulling, rol ze op, bind er een touwtje om of steek ze  
vast met een cocktailprikker en grill ze.

Serveer de rollertjes met Franse frietjes en sla.

---

### **Bulgaarse saté**

1 kg varkensvlees  
1 ui  
1 tomaat  
1 paprika  
zout

Snijd het vlees in stukjes, zout het, meng het met wat grofgehakte ui en paprika en zet  
het 2 uur koel weg.

Rijg de stukjes vlees dan aan satépennen met daartussen stukjes ui, stukjes paprika en  
plakjes tomaat en grill ze.

Serveer ze warm met één of meer groenten naar keuze.

Besprenkel het vlees desgewenst met citroensap.

---

### **In folie gebakken kaasplakken**



400 gr gepekeld schapenkaas  
60 gr boter  
1 eetlepel paprikapoeder

Snijd de kaas in plakken van gemiddelde dikte en leg die op met boter ingevette stukken aluminiumfolie.

Leg op elke plak kaas een klontje boter, strooi er paprikapoeder over en vouw het folie dicht.

Leg de pakketjes op een bakplaat en bak ze in een matigwarme oven.

Serveer de kaas in het folie.

---

### **Kaas uit Shoppe**

500 gr gepekeld schapenkaas  
40 gr boter  
1-2 tomaten in plakjes  
1-2 paprika's in ringen  
zwarte peper  
paprikapoeder  
5 eieren

Snijd de kaas in 5 plakken van 100 gr en leg die in 5 met boter ingevette (aardewerken) schaaltes.

Verdeel er de plakjes tomaat, de paprikaringen en enkele klontjes boter over en bak de kaas 5-6 minuten in een hete oven.

Breek boven elk schaalte een ei, verdeel er de rest van de boter over en bestrooi met peper en paprikapoeder.

Bak de kaas verder tot zich een bruin korstje heeft gevormd.

Serveer de schaaltes warm, gegarneerd met plakjes tomaat, peterselie en desgewenst met een chilipeperkje.

---

### **Bulgaarse wentelteefjes**

hard brood in dunne plakjes  
3 eieren  
1/4 liter melk  
1/8 liter zonnebloemolie

Doop de plakjes brood eerst in de melk en dan in de losgeklopte eieren en frituur ze in de hete olie.

Serveer ze warm, bestrooid met suiker of besmeerd met honing, jam, kaas of ander beleg naar keuze.

---

### **Mekitsas**

1 kg bloem  
3 eieren  
1/2 liter Bulgaarse yoghurt  
10 gr gist of 1 theelepel bakpoeder

1/4 liter water  
1/2 theelepel zout  
1/4 liter zonnebloemolie

Klop de eieren en de yoghurt los samen met het water en de in wat koud water opgeloste gist of bakpoeder.

Kneed het tot een soepel deeg en laat dat 1 uur rusten.

Rol het dan uit tot een dunne lap en steek daar met een kopje cirkels uit.

Frituur ze in veel olie tot ze een rossige kleur hebben gekregen en serveer ze met poedersuiker, jam of kaas.

---

### **Ronde kaasbroodjes**

1 kg bloem  
500 gr gepekeld kaas  
3 1/2 dl Bulgaarse yoghurt  
3 eieren  
1 theelepel bakpoeder  
100 gr boter

Vermeng de bloem, yoghurt, bakpoeder, eieren en de verkruimelde kaas.

Kneed het tot een deeg en verdeel dat in 15 stukken.

Vorm elk stuk tot een rond broodje, maak een gat in het midden en stop daar een klontje boter in.

Leg de broodjes in een ingevette ovenschaal en bak ze in een matigwarme oven.

---

### **Oren**

500 gr bloem  
1 theelepel gist  
150 gr witte schapenkaas  
120 gr boter  
2 theelepels zout

Maak een kuiltje in de bloem en doe daar 1/2 theelepel zout, de in wat water opgeloste gist en 1 dl water in.

Kneed dit tot een soepel deeg (voeg zo nodig nog wat meer water toe) en laat het ± 1 uur rusten.

Rol het uit tot vierkante lapjes van 2-4 mm dik en verdeel er de verkruimelde kaas over.

Vouw de lapjes dubbel en plak de randen met wat water op elkaar.

Leg ze in kokend zout water en kook ze ± 5 minuten.

Schik de 'oren' op een schaal en schenk er wat gesmolten boter over.

Serveer ze warm.

---

### **Banitsa met spinazie**

1 kg bloem  
1 kg spinazie  
300 gr witte gepekeld kaas

3/4 liter Bulgaarse yoghurt  
200 gr boter  
1 eetlepel zonnebloemolie  
1 eetlepel azijn  
zout

Smoor de gewassen en fijngesneden spinazie in wat van de boter.  
Laat de groente afkoelen en roer er de verkruimelde kaas en de yoghurt door.  
Knead een stevig deeg van de bloem, de olie, de azijn, zout en water en rol het tot 5  
ronde lappen uit.  
Vet een ovenschaal in met boter, leg 1 deeglap op de bodem en schep daar wat van de  
spinazievulling op.  
Leg daarop de tweede deeglap, spinazievulling en ga zo door tot alles is gebruikt.  
Bak de taart in een matigwarme oven.

U kunt dit recept ook gebruiken voor banitsa met prei.

---

### **Banitsa (kaasrolletjes)**

1 kg bloem  
400 gr witte gepekeldde kaas  
4 eieren  
1/2 liter Bulgaarse yoghurt  
1/2 theelepel bakpoeder  
100 gr boter  
zout

Knead van de bloem, zout en 3 dl water een stevig deeg en verdeel dat in ballen ter  
grootte van een vuist.  
Laat ze ± 1/2 uur rusten en rol ze dan uit tot 1 mm dikke lappen.  
Besmeer ze met gesmolten boter en verdeel er een mengsel over van de geklopte eieren,  
het bakpoeder, de yoghurt en de verkruimelde kaas.  
Rol de lapjes op en leg ze, hetzij in de lengte, hetzij in cirkels in een ingevette schaal.  
Bak ze in een matigwarme oven.  
Sprenkel er, als ze klaar zijn, wat water over en dek ze af met een doek om ze soepel te  
houden.

---

### **Gebakken appels met vanillesiroop**

8-10 appels van gelijke grootte  
75 gr gepelde walnoten  
300 gr suiker  
vanille-extract  
kaneel naar smaak  
50 gr boter

Schil de appels en boor er voorzichtig de klokhuizen uit.  
Maak een vulling van de losgeklopte boter, 125 gr suiker, de grofgehakte walnoten en  
kaneel.  
Vul de appels hiermee en zet ze in een ingevette schaal.  
Schenk er 1-2 eetlepels water over en bak ze in een matigwarme oven.

Serveer de appels koud, gezoet met een siroop, bereid van de rest van de suiker, 1/4 liter water en vanille-extract.

U kunt dit recept ook gebruiken voor kweeperen en peren.

---

### **Banitsa Saralia**

1 kg bloem  
100 gr gepelde walnoten  
800 gr suiker  
1 liter water  
vanille-extract  
150 gr boter

Maak een soepel deeg van de bloem, wat zout en koud water en rol het uit in dunne lappen.

Bestrijk elke lap met wat boter en strooi er de grofgehakte walnoten over.

Rol de lapjes op en schik ze, hetzij in de lengte, hetzij in een cirkel in een met boter ingevette schaal.

Bak ze in een matigwarme oven.

Schenk er, als ze zijn afgekoeld, een warme siroop over, bereid van de suiker, water en vanille-extract.

---

### **Zoete kaasballetjes met siroop**

150 gr cottage cheese  
3 eieren  
250 gr bloem  
300 gr suiker  
vanille-extract  
1 theelepel bakpoeder  
3/4 liter water  
1/4 liter zonnebloemolie

Vermeng de cottage cheese goed met de eieren en voeg dan geleidelijk de bloem en het bakpoeder toe.

Vorm er met een lepel balletjes van en frituur die in de hete olie.

Schenk er, als ze zijn afgekoeld, een siroop over, bereid van het water, de suiker en vanille-extract.

---

### **Melk banitsa**

400 gr bloem  
9 eieren  
3 1/2 dl melk  
300 gr suiker  
100 gr griesmeel  
1 eetlepel zonnebloemolie  
1 eetlepel azijn

1/4 liter water  
180 gr boter

Maak een soepel deeg van de bloem, 1 ei, de olie, de azijn en het water en rol het uit tot dunne lappen.

Bestrijk elke deeglap met gesmolten boter en leg ze op een bakplaat.

Breng de melk aan de kook, voeg onder voortdurend roeren de suiker, de rest van de boter, het griesmeel en de losgeklopte eieren toe, meng alles goed, laat het afkoelen en schenk het mengsel over de deeglapjes.

Bak ze in een matigwarme oven.

Serveer ze in stukjes gesneden en bestrooi met poedersuiker.

---

## **Roemenië**

---

### **Roemeense moussaka**

300 gr half om half gehakt

750 gr aardappelen

1 ui

50 gr olie

10 gr boter

100 gr tomaten

2 eieren

zout, peper

paprikapoeder

Kruid het vlees met zout, peper en paprika-poeder.

Snijd de ui in stukjes en fruit die samen met het gehakt in de helft van de olie.

Schil de aardappelen, snijd ze in plakjes en bak die in de resterende olie gaar, maar laat ze niet bruin worden.

Vet een vuurvaste schaal met boter in en leg er afwisselend aardappelen en vlees in, begin en eindig met een laagje aardappelen.

Giet de losgeklopte eieren hierover en garneer met plakjes tomaat.

Laat de schotel ± 20 minuten in een middelmatig hete oven gratineren.

Serveer met stokbrood en tomatensaus.

---

## **Albanië**

---

### **Lamssoep met peterselie**

Snijd 500 gr lamsvlees in kleine stukjes van gelijke grootte, was ze, leg ze in koud water en breng het aan de kook.

Voeg er, zodra het water kookt, zout bij.

Fruit, als het vlees halfgaar is, enkele in dunne ringen gesneden jonge uien en 1 eetlepel bloem even in 2-3 eetlepels boter aan en fruit dan 2-3 bosjes heel fijn gesneden peterselie mee.

Doe dit mengsel bij de soep en laat de soep verder koken tot het vlees gaar is.  
Serveer de soep met 1-2 in plakjes gesneden gekookte eieren en 3-4 eetlepels yoghurt.

---

### **Kalfssoep**

Leg 500 gr mager kalfsvlees in koud water en breng het aan de kook.  
Voeg er, zodra het kookt, zout, 2-3 wortelen, enkele middelgrote takjes selderij, 1 peterseliewortel en 2 in vieren gesneden uien bij en laat het ± 1 uur koken.  
Voeg dan 5-6 geschilde aardappelen toe.  
Neem, als de aardappelen en het vlees gaar zijn, de groenten uit de pan, snijd ze in plakjes of stukjes en snijd het vlees in kleine stukjes.  
Doe alles terug in de pan en serveer de soep, bestrooid met fijngesneden peterselie.

---

### **Tarator met yoghurt**

Pers enkele teentjes knoflook uit, klop dit voorzichtig door wat olie, voeg met een mixer of vork losgeklopte yoghurt toe en doe er dan water tot het mengsel de gewenste dikte heeft.  
Voeg naar smaak zout toe.  
Schil een komkommer, snijd hem in kleine stukjes en voeg die bij de tarator.

Serveer de soep met fijngesneden venkel en peterselie of zwarte peper.  
Desgewenst kunt u er ook nog 1-2 eetlepels azijn en/of 75-100 gr gehakte of gemalen walnoten aan toevoegen.

---

### **Gemengde salade**

Was 5-6 paprika's, verwijder de zaadjes, en snijd het vruchtvlees in dunne ringen.  
Was 3-4 tomaten en snijd ze in plakjes.  
Maak 1 kg komkommers schoon en snijd ze in plakjes.  
Meng alles door elkaar en voeg naar smaak zout toe.  
Meng er voorzichtig 2-3 eetlepels olie door.  
Snijd 2 kleine uien fijn en leg ze als een net over de salade.  
Bestrooi met fijngesneden peterselie.

---

### **Salade van gevulde paprika's**

Rooster lange, rechte paprika's, pel ze, leg ze neer en verwijder de zaadjes.  
Rooster enkele aubergines, voeg er knoflook, zout en olie bij en vul de paprika's met dit mengsel.  
Zet de paprika's op een (sla)schaal en doe er een beetje olie en fijngesneden peterselie

over.

Versier de schaal met in dunne plakjes gesneden tomaten.

---

### **Zomerse komkommer**

Dit gerecht wordt koud geserveerd met wit of bruin brood en boter.

1 ui  
2 wortelen  
peterselie  
2 eetlepels olie  
1/2 liter droge witte wijn  
1 theelepel tijm  
1 theelepel zwarte peperkorrels  
1 theelepel koriander  
sap van 1/2 citroen  
2 komkommers  
zout

Schil de ui en hak hem grof.

Schrap de wortelen, was ze en snijd ze in kleine blokjes.

Maak de olie in een pan heet en bak de ui en de wortelen daarin tot de ui glazig is.

Giet de wijn erbij en doe er de peterselie, de kruiden en het citroensap bij.

Kook alles 10 minuten op middelhoog vuur in een gesloten pan.

Schil de komkommers, snijd ze in de lengte door en de helften in ± 3 cm grote blokjes.

Leg ze in de pan en kook ze in 20 minuten op een laag vuur zacht.

Laat de komkommers in de marinade afkoelen.

Voeg voor het serveren naar smaak zout toe.

---

### **Musaka met aardappelen**

Smoor 2 in dunne ringen gesneden uien op zacht vuur in 4-5 eetlepels gesmolten boter en 1 klein kopje water.

Roer er 750 gr rundergehakt, zout, zwarte en rode peper, peterselie en salie door en bak alles op laag vuur zachtjes gaar.

Maak aardappelpuree van 1 kg aardappelen.

Leg de helft van de aardappelpuree in een met gesmolten boter ingevette ovenschaal, verdeel er het gehaktmengsel over en leg daarop de andere helft van de aardappelpuree.

Giet er 2-3 eetlepels gesmolten boter en 1 klein kopje water over.

Zet de musaka in een hete oven en bak het gerecht tot de bovenkant goudbruin is.

Overgiet de musaka met een mengsel van 3 1/2 dl yoghurt, 2-3 losgeklopte eieren, 1 eetlepel bloem en wat zout en zet de musaka terug in de hete oven tot het gerecht helemaal gaar is.

---

### **Lamskebab**

Snijd lamsdij in kleine stukjes, strooi er zout en zwarte peper over en laat het ± 2 uur staan.

Steek de stukjes vlees dan aan spiesjes en rooster ze op een houtskoolvuurtje.

Strooi in dunne ringetjes gesneden bosuitjes en peterselie over het vlees en serveer direct.

---

### **Gebraden kip met rijst**

Kook 1 jonge kip in zijn geheel gaar.

Spoel 300 gr rijst af, kook hem kort in 12 dl van de kippenbouillon en doe de rijst over in een ovenschaal.

Braad de kip rondom bruin en leg hem midden op de rijst in de schaal.

Verdeel kleine klontjes boter over de rijst en zet de schaal ± 15 minuten in een hete oven.

Serveer de kip met een salade van ingelegde groenten.

---

### **Gesmoorde wilde eend**

Maak de eend goed schoon en leg hem 1 nacht in azijn.

Smoor de eend de volgende dag in zijn eigen vet met 4-5 eetlepels boter en kleingesneden groenten gaar.

Voeg van tijd tot tijd wat water toe.

Neem de eend, als hij gaar is uit de pan en fruit in het achtergebleven vet 1 eetlepel bloem.

Roer er 1 fijngeknipt takje majoraan en 1/4 liter witte wijn bij en breng de wijn aan de kook.

Voeg er dan 3 1/2 dl heet water bij, kook het vocht in tot er nog maar een klein beetje over is en zeef dit.

Klop 2-3 eetlepels yoghurt los, doe het kookvocht erbij en laat dit een poosje afkoelen.

Verdeel de eend in stukken, leg die op een schaal en schenk de saus erover.

Serveer de eend met rijst en een salade.

---

### **Gekookte forel**

500 gr schoongemaakte forel

1/4 liter azijn

zout

1/2 bosje peterselie

2 eetlepels boter

Leg de vis ± 15 minuten in de azijn, neem ze er dan uit en kook ze in een pan met 1/2 liter water, zout en 1 eetlepel azijn gaar.

Leg ze op een schaal, sprenkel er gesmolten boter en citroensap over en bestrooi met fijngesneden peterselie.

<BR

---

### **Byrek**



Bereid een gemiddeld stevig deeg van bloem, 3 1/2 dl koud water, 1 eetlepel olie, 1 eetlepel azijn en 1/2 theelepel zout.  
Kneed het deeg goed door en verdeel het in 2 gelijke stukken.  
Verdeel elk stuk deeg in 10-12 ballen en druk die uit tot mooie platte cirkels ter grootte van een bord.  
Leg de deegcirkels op elkaar, zodat u 2 grote pasteibakken krijgt.  
Bestrijk de 'bakken' met gesmolten boter en laat 30-60 minuten rusten.  
Was intussen 500 gr spinazie, zuring of jonge brandnetels, hak de groente fijn, strooi er zout over en laat het 15-20 minuten staan.  
Knijp de groente dan goed uit en vermeng hem met 1/8 liter yoghurt en 2-3 eieren.  
(Desgewenst kunt u de yoghurt door verkruimelde feta vervangen).  
Bestrijk een ronde bakvorm met gesmolten boter.  
Bekleed de vorm met één van de deegbakken en trek de randen voorzichtig wat op.  
Sprenkel er nog wat gesmolten boter over en verdeel er gelijkmatig het groentemengsel over.  
Leg de tweede deegbak op de spinazie.  
Snijd de byrek in vierkante stukken, giet er gesmolten boter over en bak het gerecht in een hete oven gaar.  
Serveer de byrek warm met yoghurt.

---

### **Gekookte bonen**

Spoel 500 gr bonen af en laat ze 1 nacht in koud water weken.  
Spoel ze de volgende dag opnieuw af, doe ze in een pan, zet ze goed onder koud water en zet ze op het vuur.  
Voeg na een half uur 2 in dunne ringen gesneden uien, 1 in boogjes gesneden stengel bleekselderij, 1 in plakjes gesneden wortel en 1 laurierblad toe en laat dit samen verder koken.  
Fruit, als de bonen gaar zijn, 1 eetlepel bloem in 1 dl olie.  
Voeg 5-6 zeer fijn gehakte teentjes knoflook toe en fruit die even mee.  
Voeg 1 eetlepel rode peper toe, meng alles goed door elkaar en voeg dit mengsel dan bij de bonen.  
Voeg naar smaak zout en munt toe.  
Schenk er heet water bij tot de saus de gewenste dikte heeft en laat nog 5-10 minuten koken.  
Neem de pan van het vuur en voeg direct wat fijngehakte peterselie of zwarte peper toe.

---

### **Baklava**

500 gr kant-en-klaar fyllodeeg  
200 gr fijngehakte walnoten  
600 gr suiker  
1/2 liter water  
1 theelepel kaneel

Spreid een lap fyllodeeg uit, verdeel er de met de kaneel vermengde walnoten over en dek af met een tweede lap fyllodeeg.  
Snijd de baklava in vierkantjes of ruiten van gelijke grootte, overgiet ze met gesmolten boter, bak ze in een hete oven en laat ze afkoelen.  
Bereid een siroop van het water en de suiker en laat hem 5 minuten koken.  
Schenk er, voor u de pan van het vuur neemt, het sap van 1/2 citroen bij en laat de

siroop ± 5 minuten afkoelen.  
Schenk de siroop dan over de baklava.

---

### **Krakelingen met sesam**

250 gr reuzel of boter  
250 gr fijne kristalsuiker  
4 eieren  
1 theelepel bakpoeder  
het sap van 1/2 citroen  
2 zakjes vanillesuiker  
150 gr sesam

Smelt de boter of reuzel, roer de suiker erdoor en voeg de losgeklopte eieren, het bakpoeder en het citroensap toe.  
Meng alles goed en kneed er dan bloem door tot u een gemiddeld stevig deeg heeft gekregen.  
Rol het deeg tot een lap van 1 cm dik.  
Steek er met een kopje cirkelvormige stukjes uit en maak er krakelingen van.  
Doop de krakelingen in melk en strooi er sesam over  
Leg ze op een bakplaat en bak ze in een hete oven gaar.

Deze krakelingen blijven lang vers.

---

### **Kadaif**

Verdeel 500 gr kadaif (fijne noedels, te koop in Turkse winkels) over een met gesmolten boter ingevette bakvorm.  
Verspreid over het midden van de vorm ± 150 gr gehakte walnoten en wat kaneel.  
Verdeel er 250 gr gesmolten boter over of leg klontjes boter op de kadaif en bak de kadaif in een hete oven goudbruin.  
Schenk er de siroop pas over als de kadaif geheel is afgekoeld.

Laat voor de siroop 1 kg suiker 20 minuten koken in 1 liter water.

---

### **Kurabie**

1/4 liter yoghurt  
3 eieren  
225 gr suiker  
120 gr gesmolten boter (of boter in klontjes)  
1 theelepel bakpoeder  
2 zakjes vanillesuiker of de schil van z/2 citroen  
± 1 kg bloem

Klop het bakpoeder door de yoghurt, voeg er één voor één de bovengenoemde ingrediënten bij en kneed het geheel tot een deeg.  
Vet uw handen in met gesmolten boter, pak stukjes van het deeg en vorm die tot ovaaltjes ter grootte van een walnoot.

Leg ze met tussenruimten op een met boter ingevette bakplaat, bestrijk ze met losgeklopt ei, strooi er suiker over en bak ze in een matigwarme oven gaar.

---

## **Diverse**

---

### **Chorba met gevulde courgettes**

(6 personen)

3 eetlepels citroensap  
1 1/2 liter runderbouillon  
1 wortel  
1 meiknol  
1 ui  
180 gr erwten  
1 mergpijp  
1 eierdooier  
120 ml zure room  
1 eetlepel gehakte verse dille  
1 eetlepel gehakte verse peterselie, lavas of koriander  
1/2 eetlepel gehakt bieslook  
1 theelepel zout

Voor de gevulde courgettes:

6 kleine courgettes  
250 gr mager rundergehakt  
1 snee brood  
1 kleine ui  
1 ei  
125 gr rijst  
1/2 theelepel zout  
1/4 theelepel hete paprika  
1/2 eetlepel gehakte verse dille

Snijd de soepgroenten in kleine stukjes.

Breng de bouillon aan de kook en sudder de soepgroenten en de mergpijp met een deksel op de pan, terwijl u de courgettes bereidt.

Was de courgettes en hol ze uit.

Maak de vulling:

Laat het brood (zonder korst) enige minuten in water weken en knijp het uit.

Maal het vlees in een keukenmachine zeer fijn.

Hak de ui fijn en laat hem in de olie glazig worden.

Voeg het courgettevlees en de rijst toe en roerbak 3 minuten op een laag vuur.

Voeg 90 ml water toe en laat de rijst het water absorberen.

Vermeng dan het vlees, de inhoud van de braadpan, het geweekte brood, het ei, zout, paprika en de gehakte dille.

Vul de courgettes met dit mengsel.

Leg ze voorzichtig in de soep en voeg het citroensap toe.

Voeg de erwten toe en laat 30 minuten sudderen.

Meng intussen de eierdooier en zure room in een soepterrine.

Voeg de fijngehakte kruiden en bieslook toe.

Giet de soep, als die klaar is, al roerend zeer langzaam via een zeef in de terrine.  
Doe er de courgettes weer bij en gooi de andere ingrediënten weg.

Dien dit gerecht warm op.

---

### **Gevulde courgettes uit de Balkan**

(6 personen)

6 courgettes (samen 750 gr)  
180 gr kwark  
1 eetlepel bloem  
2 eieren  
60 gr boter  
30 gr gesmolten boter  
1 eetlepel gehakte verse dille  
2 eetlepels zure room  
1/2 theelepel zout

Verwarm de oven voor op 190 °C.

Maak de courgettes schoon en snijd ze in de lengte in tweeën.

Haal het vruchtvlees er met een theelepel uit en gebruik het ergens anders voor of gooi het weg.

Blancheer de courgettes 4 minuten in kokend water.

Giet ze af en plaats ze in een vergiet om ze te laten uitlekken.

Droog ze daarna af met keukenpapier.

Vermeng de kwark met de eieren en de boter, voeg de dille en het zout toe en vul de courgettes met dit mengsel.

Beboter een ovenschotel, leg de courgettes erin en giet er de gesmolten boter over.

Plaats de schaal in het midden van de oven en bak, zonder deksel, 30-40 minuten, tot de bovenkant bruin is.

Zonodig kunt u wat water toevoegen.

Giet de zure room rond de courgettes en besprenkel ze met gehakte dille. Dien onmiddellijk op.

---

### **Courgettes 'Celje'**

(6 personen)

1 kg courgettes  
90 ml olie  
250 gr tomaten  
60 gr bloem  
120 ml zure room  
3 dl kippe- of kalfsbouillon  
1 theelepel zout  
2 eetlepels azijn

Schil de courgettes en haal het zaad eruit.

Rasp ze met een grove rasp, voeg zout toe en meng er de azijn door.

Laat dit 3-4 uur trekken.

Plaats het courgettemengsel in een vergiet en knijp het uit.  
Verhit de olie op een hoog vuur, voeg de bloem toe om een roux te maken en voeg de geraspte courgettes toe.  
Roer zachtjes en giet de bouillon erover.  
Snijd de tomaten in schijfjes en voeg ze toe.  
Zet het vuur zeer laag en laat 15-20 minuten zonder deksel en zonder te roeren sudderen.  
Schud af en toe de pan zachtjes.  
Haal de pan van het vuur, roer de zure room erdoor en dien op.

Lekker met geroosterde vis.

---

### **Courgettes gevuld met rundvlees**

(6 personen)

6 middelgrote courgettes  
360 gr mager rundergehakt  
1 snee brood zonder korst  
1 kleine ui  
1 ei  
125 gr rijst  
1/2 theelepel zout  
1/4 theelepel hete paprika  
1/2 eetlepel gehakte dille  
2 eetlepels tomatenpuree of 4 rijpe tomaten  
60 gr boter

Voor de saus:

1 kleine ui  
1 theelepel komijnzaad  
150 ml zure room  
1/2 eetlepel vers gehakte dille

Verhit de oven tot 190 °C.

Was de courgettes, snijd ze in de lengte door en hol ze met een theelepeltje voor 3/4 uit.

Week het brood een paar minuten in water en pers het uit.

Maal het vlees fijn in een keukenmachine.

Hak de ui fijn en laat hem in boter glazig worden.

Voeg het uitgelepelde courgettevlees en de rijst erbij.

Roerbak 3 minuten op een laag vuur.

Voeg 90 ml water toe en laat de rijst dit water absorberen.

Meng het vlees, de inhoud van de braadpan, het brood, het ei, zout, paprika en dille door elkaar en vul de courgettehelften met dit mengsel.

Plaats de helften op elkaar, zodat weer hele courgettes worden gevormd.

Plaats ze naast elkaar in een pan.

Maak de saus door de tomaten in een keukenmachine te doen of door de tomatenpasta met 120 ml water te mengen.

Voeg het komijnzaad, de gehakte tweede ui en wat zout toe.

Giet de saus over de courgettes en zet ze 45 minuten tot 1 uur in de voorverwarmde oven.

Besprenkel ze met gehakte dille.

Meng de zure room door de tomatensaus.

Dien de courgettes warm op met een salade.

---

## **Vleesschotel uit de Balkan**

Het makkelijke van deze stoofpot is, dat u hem klaar kunt maken op het moment dat u dat uitkomt. Hij wordt alleen maar lekkerder als hij de volgende dag wordt opgewarmd.

600 gr grof runderpoelet  
50 gr katenspek  
1 groene paprika  
1 rode paprika  
1 flinke ui  
50 gr champignons  
1 teentje knoflook  
1 eetlepel bloem  
bouillon of water  
peper, zout, nootmuskaat, kummel  
1 theelepel paprikapoeder  
100 gr (bak)boter  
peterselie

### Fase 1:

Neem een diepe braadpan en laat de boter daarin bruin worden.

Schroei het vlees op hoog vuur al omscheppend dicht en strooi er intussen wat peper en zout over.

Zet, als het vlees begint te kleuren, het vuur laag en strooi dan het paprikapoeder over het vlees.

Doe zoveel bouillon of water in de pan dat het vlees nèt onder staat.

Sluit de pan en laat het vlees 2 1/2 uur zachtjes stoven.

### Fase 2:

Maak de groenten schoon en haal de zaadlijsten en alle zaadjes uit de paprika's.

Snijd alles klein.

Pel het teentje knoflook en hak het fijn, liever dan het in een knoflookpers uit te knijpen.

Snipper het katenspek en doe het met een klein klontje boter in een diepe pan.

Voeg, als het spek een beetje begint te kleuren, alle groenten toe en schep ze op hoog vuur even om.

Strooi de eetlepel bloem erover en giet het stoofvocht van het vlees over de groenten.

Breng de saus al roerend aan de kook en breng haar met de genoemde kruiden en specerijen op smaak.

Schep op het laatste moment het vlees door de groenten.

Breng de massa over in een mooie dekschaal en garneer met gesnipperde peterselie.

U kunt voor deze schotel ook varkenspoelet gebruiken. Gebruik in dat geval bouillon (eventueel van een tablet of poeder) en gebruik geen bloem om te binden, maar in wat koud water opgelost aardappelmeel of maïzena.

Ook lamspoelet is voor deze stoofpot heel geschikt.

### Oosterse variant:

Laat de paprika's en het paprikapoeder weg en gebruik een teentje knoflook

extra, 1 eetlepel kerriepoeder en 2 in stukjes gesneden schijven ananas. Een fijngehakt bolletje gember smaakt er ook goed bij. Serveer met witte rijst of zilvervliesrijst.

---

## **Balkanparelhoen met rijst**

1 parelhoen  
150 gr doorregen spek  
100 gr uien  
1/2 theelepel paprikapoeder  
peper, zout  
500 gr groene paprika  
300 gr rijpe tomaten  
300 gr langkorrelrijst  
4 eetlepels olijfolie  
een bosje peterselie

Maak de parelhoen schoon en snijd hem net als een kip in acht stukken. Begin met de bouten en de vleugeltjes. Verdeel daarna het karkas in tweeën, bij voorkeur met een groot chefmes of met een speciale gevogelteschaar. Snijd beide helften dan nog eens middendoor.

Snijd het spek in dobbelsteentjes en bak die in een braadpan uit.

Schep ze dan uit de pan en bewaar het braadvet.

Hak intussen de uien grof en fruit ze in het spekvat.

Roer het paprikapoeder erdoor en leng eventueel aan met een beetje water.

Leg de stukken parelhoen met de lever erop, kruid met peper en zout en doe het deksel op de pan.

Laat 30 minuten onder af en toe keren zachtjes stoven.

Maak intussen de paprika's schoon, verwijder de zaadjes en de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in reepjes.

Was de tomaten en snijd ze in stukjes.

Was de rijst verschillende keren tot het water min of meer helder wordt en laat hem uitlekken in een vergiet.

Verhit de olijfolie in een andere pan en bak de rijst even.

Voeg de rijst bij het vlees, voeg de paprika's en de tomaten toe en giet er 6 dl water bij.

Breng aan de kook, leg het deksel op de pan en laat 20-25 minuten zachtjes sudderen.

Verdeel de rijst met de groenten en de stukken parelhoen over de borden en bestrooi met gehakte peterselie.

---

### **Gemarineerde forel**

4 forellen van 250 gr  
90 gr wortelen  
1 ui  
90 ml olie  
90 ml droge witte wijn  
90 gr meel  
2 eetlepels tomatenpuree  
2 laurierbladen  
10 peperkorrels  
1 theelepel zout  
1 1/2 eetlepel witte wijnazijn  
1/2 theelepel hete paprika  
1 takje tijm of 1/2 theelepel gedroogde tijm  
60 gr zeer kleine champignons

Verwarm de oven voor tot 190 °C.

Snijd de wortelen en de ui in dunne schijfjes.

Maak de forellen schoon en wrijf ze in met wat zout.

Verhit de olie en sauteer de forellen 3-4 minuten aan elke kant, haal ze

uit de olie en leg ze in een ovenschotel die groot genoeg is om de vis er in één laag in te leggen.

Bak de uien en de wortelen 5 minuten in dezelfde olie, op een middelhoog vuur/

Voeg het meel toe, roer goed door elkaar en laat nog 5 minuten bakken.

Vermeng de tomatenpuree met wat water en voeg dit aan het groentenmengsel toe.

Voeg de paprika, het zout, de laurierbladen, peperkorrels, azijn, wijn en tijm toe.

Zet het vuur laag, doe een deksel op de pan en laat 1/2 uur sudderen. Doe er de champignons de laatste 5 minuten bij.

Giet het mengsel over de forel.

Breng het terug aan de kook, plaats de schaal 10-15 minuten bovenin de oven, tot de forel bruin en gaar is.

Serveer warm of koud.

---

### **Forel in zure room**

4 forellen van 250 gr

3 dl zure room

1 eetlepel gehakte dille

1 eetlepel gehakte peterselie

2 theelepels zout

120 ml olie

2 eetlepels broodkruim

60 gr pijnboompitten

Maak de forellen schoon en verwijder de kop als u dat verkiest.

Wrijf de vissen in met zout en vul ze met de gehakte kruiden.

Rol ze door het broodkruim en bak ze in de olie 5 minuten aan elke kant. Haal ze met een schuimspaan uit de pan, zet het vuur hoog en sauteer de pijnboompitten 3 minuten.

Leg de vissen in een pan die groot genoeg is om ze er in één laag in te leggen, giet er de zure room over uit, voeg de pijnboompitten toe en laat 5-6 minuten op een laag vuur sudderen, met het deksel op de pan.

Serveer met gekookte aardappelen en een salade.

Opmerking:

Zure room is een gefermenteerd zuivelproduct, zoals yoghurt of karnemelk. Aan de room van melk wordt ofwel een bacteriecultuur, ofwel azijn toegevoegd. Na een nachtje rusten, gaat de room stremmen en ontstaat vanzelf zure room.

---

### **Bagels**

Bagels zijn joodse broodjes van Oosteuropese origine. De typische vorm heeft een praktische reden: de bagels werden geregen aan een bezemsteel op straat gevent. Oosteuropese Joden die naar Amerika emigreerden maakten ze daar tot een nationale lekkernij. Ze zijn meer en meer in Nederland te koop.

Voor 8 bagels



1 1/4 dl melk  
25 gr boter  
15 gr suiker  
10 gr verse gist of 5 gr gedroogde gist  
zout  
200 gr meel van harde tarwe (Italiaanse specialiteitenwinkel)  
maanzaad, sesamzaad of grof zeezout

Breng de melk aan de kook, los de boter en de suiker erin op en laat tot handwarm afkoelen.

Los de gist erin op en zet het 10 minuten op een warme plek weg.

Zeef boven een kom het meel en 1 theelepel zout, maak een kuiltje in het midden en schenk het gistmengsel erin.

Meng tot een samenhangende deegbal en kneed met de handen tot het deeg elastisch is. Leg het deeg in een met olie ingevette kom en dek het af met plasticfolie.

Laat het deeg ± 1 uur op een warme plek rijzen tot het volume is verdubbeld.

Kneed nogmaals, verdeel het in 8 stukken en rol er bolletjes van.

Duw met de duim in het midden een gaatje en maak het gat wat groter door het broodje om de duim rond te draaien.

Leg de bagels op een met bloem bestoven bakplaat, dek ze met een theedoek af en laat ze 10 minuten staan.

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Kook in een grote pan 5 liter water en temper het vuur tot het water zachtjes kookt.

Laat de bagels één voor één in het water glijden en schep ze, als ze na ± 15 seconden beginnen op te zetten, met een schuimspaan uit het water.

Leg ze op de ingevette bakplaat en bestrooi ze met maanzaad, sesamzaad of grof zeezout.

Bak ze in het midden van de oven in ± 20 minuten gaar en laat ze op het rooster afkoelen.

---

## **Galle**

(2 stuks)

De Jodengal wordt op Sabbat volgens de Joodse ritus gebroken, in zout gedoopt en gegeten tijdens de gebeden voor de maaltijd.

500 gr bloem  
25 gr gist (of 12 gr gedroogde gist)  
2 theelepels suiker  
3 dl warm water  
25 gr zachte plantenmargarine  
3 theelepels zout  
losgeklopt ei  
maanzaad

Doe de bloem in een kom, maak er een kuil in en brokkel daarin de gist.

Strooi over de gist de suiker en giet er een scheutje water op.

Klop met een vork eerst tot een glad gistpajje, voeg de rest van het water toe en klop er 1/3 van de bloem door.

Besla het mengsel 1 minuut en dek het beslag af met wat overige bloem.

Zet de kom 20 minuten op een warme plaats.

Voeg de margarine en zout toe.

Kneed, rek, vouw en sla het deeg 8-10 minuten (machine: 4-5 minuten) tot er grote

blazen ontstaan en het deeg vanzelf loslaat van de hand.

Vet een bakplaat in.

Neem van het deeg eerst een stukje af van ongeveer 50 gram.

Bestuif een werkvlak met bloem, vorm van de rest van het deeg een rol en verdeel deze in 6 stukken.

Maak van de stukjes deeg bolletjes en laat deze op een warme plaats, afgedekt door plastic, 10 minuten rijzen.

Sla de bolletjes op het met bloem bestoven werkvlak plat en vorm er rollen van, met duidelijk uitlopende punten, die 20-25 cm lang zijn.

Vlecht met 3 strengen puntige broodjes en plak de bevochtigde uiteinden op elkaar.

Breng de 2 aldus gevormde broodjes over op de bakplaat.

Vorm van de achtergehouden stukjes deeg 2 zeer dunne rolletjes.

Leg deze midden over de lengte van de broodjes en plak de rolletjes onder de punten met vocht vast.

Leg er een stuk plastic over en laat het deeg 20-30 minuten op een warme plaats rijzen, bijv. geplaatst op een bak met heet water, tot het volume zich heeft verdubbeld.

Verwarm de oven 10-15 minuten voor op 200 °C of gasovenstand 4.

Bestrijk het deeg zorgvuldig met losgeklopt ei en strooi er rijkelijk maanzaad over.

Bak de Jodenbroodjes 1 richel onder de middelste van de oven in 20-25 minuten goudbruin en gaar.

Schuif ze uit de oven op een rooster om af te koelen.