



HEERLIJKE GERECHTEN UIT EIGEN KEUKEN

EENVOUDIG TE BEREIDEN



Knorr
SINCE 1838

UNOX



DE
VEGETARISCHE
SLAGER™

Calvé

Dit is een smakelijk paascadeau
speciaal voor jou:
een exclusief kookboek met daarin
heerlijke en makkelijke paasrecepten.

Verwen je tafelgasten met lekkere
lunchrecepten, voor ieder wat wils.

**WAAR WACHT JE NOG OP?
EET SMAKELIJK!**

Maak er een feestelijk succes van!

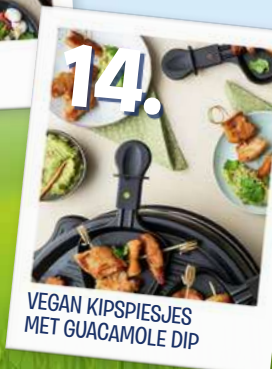


INHOUDSOPGAVE

Lunchrecepten



Gourmet recepten





WRAP MET EI EN KIPRAGOUT



BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 25 minuten

Ingrediënten:

- + 150 g bospenen (3-4 stuks)
- 4 eieren (M)
- 4 Knorr Veggie Wortel Wraps
- 1 blik Unox ragout Kip
- 75 g geraspte (mozzarella)kaas
- 50 g jonge bladsla
- 100 g kerstomaatjes, gehalveerd
- ¼ bakje tuinkers
- 4 el dressing met tuinkruiden

Extra nodig: ingevette ovenschaal

Bereidingswijze

1. Schil de bospenen met een dunschiller er snijd in dunne plakjes. Kook ze in water in 6-8 minuten beetgaar, giet ze af, laat ze schrikken onder koud stromend water en laat ze uitlekken.
2. Kook gelijktijdig de eieren in ruim water in 8 minuten hard. Giet ze af, laat ze schrikken onder koud stromend water en pel ze.
3. Verwarm de oven voor tot 200 °C. Pel de eieren, hak ze grof of snijd ze in plakjes. Verwarm de kipragout al roerende op laag vuur en roer de wortel erdoor.
4. Leg 1 wrap op een snijplank en verdeel er ¼ deel van de ragout en iets vanuit het midden 1 in plakjes gesneden ei en een eetlepel van de geraspte kaas over. Rol de wrap op en leg hem in de ovenschaal. Maak op dezelfde wijze nog 3 wraps. Strooi de kaas erover en laat de wraps in ± 15 minuten in de voorverwarmde oven door en door warm worden.
5. Schep intussen de sla en tomaatjes door elkaar. Verdeel de salade over 4 borden en lepel er de dressing over. Neem de wraps uit de oven, halveer ze en leg ze bij de salade op de borden. Garneer met de tuinkers.






VOORJAARSQUICHE MET DOPERWTJES EN BIESLOOK



BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 6 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 20 minuten

 Overtijd: ± 35 minuten

Ingrediënten:

- 1 rol quiche of hartig taartdeeg (koelvers)
- 3 eieren
- 100 ml halfvolle melk
- 1 blik Unox Ragout Kalf (400 g)
- 250 g diepvriesdoperwtjes, ontdooid
- 150 g geraspte belegen kaas
- 4 el fijngeknipte bieslook

Extra nodig: deegroller, lage taartvorm (Ø 30 cm), bakpapier



Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor tot 175 °C. Leg het deeg met het bakpapier in de vorm.
2. Klop de eieren met de melk los. Klop de ragout erdoor. Schep de doperwtjes, de geraspte kaas en de 3 eetlepels bieslook erdoor. Schenk het mengsel in de vorm.
3. Schuif de quiche in de oven en bak de quiche in ± 35 minuten lichtbruin en gaar. Neem de quiche uit de oven, laat hem 5 minuten rusten en garneer met de rest van de bieslook. Snijd de quiche met doperwtjes en bieslook in punten en serveer direct



CHAMPIGNONSOEP MET PERSILLADE



BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 20 minuten

Ingrediënten:

- 1 teentje knoflook
- 15 g platte peterselie
- 15 g rucola
- 1½ el olijfolie extra vierge
- 100 ml slagroom
- 1 zak Unox Romige Champignonsoep met ui en bieslook à 570 ml

Extra nodig: mixer met garde, staafmixer,
4 glazen (± 200 ml)

Bereidingswijze

1. Pel de knoflook. Pluk de blaadjes peterselie van de steeltjes. Houd een pluk rucola apart voor de garnering en hak de rest van de rucola met de knoflook en de peterselie fijn. Roer de olijfolie erdoor.
2. Klop de slagroom lobbige en zet tot gebruik in de koelkast.
3. Verwarm de champignonsoep volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verdeel een beetje van de persillade over de glazen. Schep voorzichtig een beetje van de soep erop. En herhaal deze laagjes nogmaals.
4. Lepel de lobbige slagroom erop. Garneer met de achtergehouden rucola.



< INHOUDSOPGAVE



TOMATEN-CRÈMESOEP MET PESTO-OLIE



BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 15 minuten

Ingrediënten:

- 1 klein (desem)stokbrood
à 200 g, in plakjes
- 4 el olijfolie
- 1 el groene pesto
- 1 zak Unox Romig Tomatensoep 570 ml
- 1 teentje knoflook
- 75 g beenham
- 1 el geroosterde pijnboompitten,
grof gehakt
- 4 blaadjes basilicum

Extra nodig: bakplaat

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor tot 220 °C. Leg voor de crostini de stokbroodplakjes op de bakplaat en bestrijk met 3 eetlepels van de olie. Bak de crostini in de voorverwarmde oven in ± 8 minuten lichtbruin en krokant. Roer 1 eetlepel olijfolie met de pesto door elkaar.
2. Verwarm de soep volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de knoflook middendoor. Neem de crostini uit de oven en wrijf ze in met het snijvlak van de knoflook. Verdeel de ham erover.
3. Schep de soep in kommen en verdeel de pesto-olie over de soep en de pijnboompitjes over de soep en de ham. Garneer met de basilicum.

Serveer direct.






BROCCOLIQUICHE MET RODE UI EN FETA

SINCE 1838
Knorr

HOOFDGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 25 minuten

 Oventijd: ± 45 minuten

Ingrediënten:

- 1 rol hartig taartdeeg
- 1 rode ui
- 1 stronk broccoli
- 1 takje tijm
- 4 eieren
- 1 flesje kookroom à 250 ml
- 1 blokje Knorr Groente bouillon
- 200 g feta

Extra nodig: springvorm ø 25 cm

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 160 °C (hete lucht) en 180 °C (conventioneel). Bekleed de springvorm het hartige taartdeeg (tot halverwege de bovenrand).
2. Pel en snijd de ui in halve ringen en verdeel de broccoli in kleine roosjes. Schil de broccolisteel en snijd de steel in dunne plakjes. Pluk de blaadjes van het takje tijm.
3. Kook de broccoli 3 minuten voor in ruim kokend water, giet af en spoel koud. Fruit intussen de ui 3 minuten in de hete olie. Voeg de tijmblaadjes toe en fruit kort mee. Klop de eieren met de kookroom en verkruimel het bouillonblokje erboven.
4. Verdeel de broccoli en de ui over de bodem van de springvorm en schenk het eimengsel er overheen.
5. Dek de quiche af met aluminiumfolie en bak de quiche in ± 45 minuten gaar. Verkruimel intussen de feta.
6. Neem de quiche na 30 minuten uit de oven. Verwijder de folie en bestrooi de quiche met de feta. Bak de quiche (zonder aluminiumfolie) nog ± 15 minuten totdat deze mooi lichtbruin gekleurd is.




< INHOUDSOPGAVE

FLAMMKUCHEN MET SPEKJES EN GROENE ASPERGES (PEPER-ROOMSAUS)

LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN



 Bereidingstijd: ± 15 minuten

 Overtijd: ± 15 minuten

Ingrediënten:

- 1 zakje Knorr Peperroomsaus
- 1 rol flammkuchendeeg (260 g)
- 2 rode uien, in ragdunne boogjes
- 125 g magere spekreepjes of 1 bakje vegetarische speckjes (DVS)
- 150 g groene miniasperges, gehalveerd
- 1 handje waterkers of 1 bakje tuinkers

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor tot 220 °C.
2. Bereid de peperroomsaus volgens de aanwijzingen op de verpakking en laat hem afkoelen. Rol het deeg uit en leg het met het papier op een bakplaat.
3. Bestrijk het deeg met de saus. Verdeel de ui, de speckjes/speckjes en de asperges erover. Bestrooi met versgemalen peper naar smaak.
4. Bak de flammkuchen in ± 15 minuten in de voorverwarmde oven lichtbruin en knapperig.
5. Verdeel de waterkers erover. Snijd of knip hem in stukken en serveer de flammkuchen met speckjes en groene asperges direct.





NAAN MET GEROOSTERDE ASPERGES EN COBURGERHAM

LUNCH- VOOR 4 OF HOOFDGERECHT VOOR 2 PERSONEN

SINDS 1838
Knorr

 Bereidingstijd: ± 25 minuten

Ingrediënten:

- 5 sjalotten
- 500 g witte asperges
- 250 g bospeen
- 10 takjes platte peterselie
- 1 teentje knoflook, gepeld
- 2 el olijfolie
- 1 zakje aspergesaus
- 200 g gerookte coburgerham
- 4 naanbroden

Extra nodig: bakplaat bekleed met bakpapier of een bakmatje



Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor tot 250 °C. Schil intussen de asperges, snijd of breek het onderste stugge stukje eraf en snijd de asperges in schuine stukjes van ± 4 cm.
2. Schil de wortels met een dunschiller en snijd dikke wortels in de lengte in vieren en halveer dünnere wortels. Snijd ze in stukken van ± 5 cm. Pel de sjalotten en snijd ze in dikke boogjes.
3. Pluk de blaadjes peterselie van de steeltjes. Snijd de blaadjes grof en de steeltjes fijn. Pers de knoflook uit boven de olie en voeg versgemalen peper naar smaak toe. Roer alles door elkaar.
4. Verdeel de asperges, sjalotten en wortels over de bakplaat en bestrijk ze met de knoflookolie. Rooster ze 10 minuten in de voorverwarmde oven.
5. Bereid intussen de aspergesaus volgens de aanwijzingen op de verpakking. Roer de peterseliesteeltjes erdoor.
6. Verwarm de naanbroden volgens de aanwijzingen op de verpakking. Houd het brood warm in een gevouwen schone theedoek of keukenhanddoek.
7. Bestrijk de naanbroden met aspergesaus en verdeel er de asperges, sjalot, wortel, ham en peterselieblad over. Lepel er nog wat saus over en serveer de naanbroden direct of laat iedereen zijn eigen naanbrood beleggen. Lekker met een salade van tomaat en komkommer.



< INHOUDSOPGAVE



PINDAKAAS PANNENKOEKEN MET GEBAKKEN BANAAN



LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

Ingrediënten:

- 200 g zelfrijzend bakmeel
 - 1 ei
 - 250 ml melk
 - 3 el Calvé Pindakaas
 - 40 g boter
 - 2 bananen, in plakjes
 - 4 el ongezouten pinda's, grof gehakt
 - 6 el vloeibare honing
- Extra nodig: mixer met garde(s)

Bereidingswijze

1. Klop een egaal beslag zonder klontjes van het bakmeel, het ei, de melk, een snufje zout en de pindakaas. Laat het beslag even rusten. Het beslag moet dik vloeibaar zijn. Voeg als het beslag te dik is nog wat extra melk toe.
2. Verhit telkens een klontje boter in de koekenpan en schep met een juslepel 3 porties beslag in de pan. Keer de kleine pannenkoekjes als de onderkant mooi bruin en de bovenkant droog is.
3. Houd de pannenkoekjes warm tussen twee borden op een pan met een laagje water dat tegen de kook wordt aangehouden. Bak pannenkoekjes totdat het beslag is opgebruikt. Bak gelijktijdig in 15 g boter de plakjes banaan.
4. Verdeel ze met de banaan over 4 bordjes, bestrooi met de pinda's en druppel de honing erover. Serveer direct.





BANANEN-PINDAKAASBROOD



LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

Ingrediënten:

- 100 g rozijnen
- 250 g zelfrijzend bakmeel
- 2 tl bakpoeder
- 1 tl baksoda
- 1 tl kaneelpoeder
- 150 g lichte basterdsuiker
- 100 g zachte boter
- 2 grote eieren
- 100 g Calvé Pindakaas
- 450 g rijpe bananen
- 1 kleine banaan
- 75 g pompoenpitten
- 75 g ongezouten pinda's

Extra nodig: handmixer, 1 broodvorm (12 x 23 cm) bekleed met bakpapier of cakevorm



Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 175 °C. Wel de rozijnen ± 15 minuten in 50 ml warm water. Laat ze uitlekken.
2. Roer het bakmeel met de baksoda, het bakpoeder, de kaneelpoeder, de suiker en een snufje zout door elkaar. Mix met de handmixer de boter er doorheen tot een kruimelig mengsel.
3. Klop de eieren met de pindakaas los. Pel de 450 g bananen en prak ze heel fijn. Schep ze door het ei en voeg het mengsel met de rozijnen, 50 g pompoenpitten en 50 g pinda's aan het bakmeelmengsel toe. Spatel het goed door elkaar en doe het over in de vorm.
4. Pel de kleine banaan en snijd hem overlangs middendoor. Leg de helften met de snijkanten naar boven op het beslag en druk iets aan. Strooi de rest van de pinda's en de pompoenpitten over het beslag in de vorm en druk met vlakke hand iets aan.
5. Bak het bananenbrood, in de voorverwarmde oven in ± 60 minuten bruin en gaar. Controleer 10 minuten voor het einde van de bereidingstijd of het brood niet te donker wordt. Verlaag de temperatuur zo nodig naar 160 °C.
6. Neem het bananen-pindakaasbrood uit de oven en laat hem 10 minuten op een rooster in de vorm afkoelen. Verwijder de vorm en laat het bananenbrood verder op het rooster afkoelen.
7. Bewaar het bananenbrood in aluminiumfolie of een passende goed afsluitbare trommel. Lekker met maple syrup.



BIETENWRAP MET LITTLE WILLIES



DE
VEGETARISCHE
SLAGER™

SINDS 1838
Knorr

BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 25 minuten

Ingrediënten:

- 1 doosje De Vegetarische Slager
Little Willies à 160 g,
in schuine plakjes gesneden
- 2 tomaten, zonder zaadjes
en in stukjes
- 2.5 el amandelschaafsel, geroosterd
- 2 Knorr bietenwraps,
in 6 punten
- ï 1 handje rucola
- ï 75 ml vegan kokos yoghurt

Bereidingswijze

1. Doe de Little Willies, tomaat, de wrappuntjes, amandelen, de rucola en de yoghurt elk in kleine schaaltes. Schenk de olie in een klein kannetje. Zet alle ingrediënten op tafel.
2. Verhit een beetje olie in een gourmetpannetje en bak de little Williestukjes al omscheppend bruin. Voeg tomaat naar smaak toe en bak kort mee. Breng op smaak met een snufje peper en zout.
3. Leg een puntje wrap op je bord en verdeel er een beetje rucola en de inhoud van het pannetje over. Lepel er een beetje van de kokosyoghurt op en bestrooi met amandelschaafsel.



< INHOUDSOPGAVE



VEGAN KIPSPIESJES MET GUACAMOLE DIP



DE
VEGETARISCHE
SLAGER™

BRUNCH-/LUNCHGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Bereidingstijd: ± 15 minuten

Ingrediënten:

- 1 bakje De Vegetarische Slager Kipstuckjes à 180 g
- 1 avocado
- 1 el limoensap
- 1 sjalotje, gesnipperd
- 1 tomataslice, zonder zaadjes, in stukjes
- 2 el fijngesneden koriander of peterselie
- 2 el olijfolie

Extra nodig: kleine prikkers, hoge beker, staafmixer

Bereidingswijze

1. Leg de prikkers 15 minuten in een bakje met koud water. Prik de kipstuckjes op de geweekte prikkers.
2. Halveer de avocado, wip de pit eruit en schep het vruchtvlees uit de schilhelften. Snijd de avocado in kleine blokjes, doe ze in de hoge beker en druppel er limoensap over. Voeg de sjalot, tomaat, 2/3 van de koriander en peper naar smaak toe en meng met de staafmixer tot een dip.
3. Doe de guacamole over in een schaaltje en bestrooi met de rest van de koriander. Doe de olie in een kannetje.
4. Verhit een scheutje olie in een gourmetpannetje en bak de vegan spiesjes rondom bruin. Leg de vegan spiesjes op de borden en schep er naar smaak guacamole op. Garneer met een klein beetje koriander of peterselie.



MINIBURGER MET CHEDDAR EN HAMBURGERSAUS

GOURMETGERECHT VOOR 4 PERSONEN

 Voorbereidingstijd: ± 10 minuten

 Bereidingstijd: ± 15 minuten

Ingrediënten:

- 4 mini hamburgers
(uit een gourmetpakket)
- olijfolie
- 4 mini hamburgerbroodjes,
opengesneden
- 1 kleine rode ui, in dunne ringen
- 4 plakjes baby leave sla
- 4 kleine plakjes cheddarkaas
- 2 el Calvé hamburgersaus

Bereidingswijze

1. Leg de hamburgers, hamburgerbroodjes en kaas op kleine schaaltes. Doe de ui, de sla en de saus in kleine kommetjes. Schenk olie in een klein kannetje.
2. Verhit een scheutje olie in de gourmetpannetjes en bak de burgertjes met wat uienringen bruin. Rooster de opengesneden broodjes op de grillplaat.
3. Verdeel wat sla over de broodjes en leg de hamburger met de uiringen en de kaas erop. Schuif het burgertje eventueel nog even onder de grill om de kaas te laten smelten. Lepel er hamburgersaus naar smaak op.





GEBAKKEN ZALM MET PITTIGE ZOETZURE KOMKOMMER EN SAMBASAUS

GOURMETGERECHT VOOR 4 PERSONEN

🕒 Voorbereidingstijd: ± 10 minuten

🍳 Bereidingstijd: ± 10 minuten

Ingrediënten:

- 200 g zalmfilet,
in 8 vierkante stukjes
- ¼ komkommer, zonder zaadjes
en in reepjes
- 75 g atjar tjampoer
- ½ el geraspte gember
- ¼ rode peper, zonder zaadjes
en gesnipperd
- olie
- 4 el Calvé sambasaus flesje à 320 ml

Bereidingswijze

1. Leg de vis op een klein schaalpje. Meng de komkommer met de atjar, gember en de rode peper en doe de salade in een schaalpje. Laat de komkommer in ± 15 minuten op smaak komen. Schenk olie in een kannetje.
2. Verhit een drupje olie op de grillplaat of in het gourmetpannetje. Bak de zalm aan beide kanten bruin en net gaar. Serveer met zoetzure komkommer en sambasaus naar smaak.

TIP

Kinderen aan tafel laat de rode peper dan achterwege!



We kunnen ons voorstellen dat de paasbrunch ontzettend gezellig wordt, dus vergeet ons niet een mooie foto van jouw feestje te delen met de hashtag #lekkerthuis.

Vinden we leuk!

**WAAR WACHT JE NOG OP?
EET SMAKELIJK!**





<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...

 **Blind** **E**lephant
Stg. **xperience**

U ook???

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

Compressed by

