



*Ruud 's Kookboek*

*Halloweenrecepten / v2.2*

## **Inhoudsopgave.**

Afgehakte Frankenstein-vingers.....	3
Appelkevers.....	4
Bloederig broodje hotdog.....	5
Browniespookjes.....	6
Chocolade grafsteen muffins (airfryer).....	7
Griezelige chocolademousse.....	8
Groene 'Monster' pasta.....	9
Groenteskulls met een bloederig dipje.....	10
Halloweenlasagna.....	11
Halloweenmummies.....	12
Halloween pompoencake.....	13
Knakworstmummies (airfryer).....	14
Marsepeinen muisjes.....	15
Meringuespoken.....	16
Monstertjes van eierkoek.....	17
Muffin uitjes.....	18
Mummie pizza's (airfryer).....	19
Pita pizza mummies.....	20
Pompoencheesecake met speculaas.....	21
Pompoentjes van mandarijn.....	23
Stroopwafelspookjes (airfryer).....	24
Zandkoekjes met 'bloedspetters'.....	25
Gebruikte afkortingen.....	26

## Afgehakte Frankenstein-vingers.



**Menugang:** Nagerecht  
**Keuken:** -  
**Personen:** -  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Halloween

---

### Ingrediënten

100 g frambozencoulis  
500 g marsepein,  
groene  
1 voedingsstift, zwarte

---

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

---

### Bereiding.

Rol de marsepein uit in de vorm van vingers.  
Maak met de achterkant van een mesje rimpels op de vingers.  
Teken er met de stift de nagels en wat littekens op.  
Serveer de vingers op een plank.  
Leg er voor extra effect nog een hakmes naast.  
Druppel ter afwerking de coulis tussen het hakmes en de vingers.

## Appelkevers.



**Menugang:** Tussendoortje  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 12  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Koken naar hartenlust

### Ingrediënten

3 appels, met rode schil  
- citroensap  
12 dropveters  
24 rozijnen of krenten

### Bereiding.

Was de appels en snijd ze in vieren.  
Verwijder het klokhuis.  
Bedruppel de parten appel met citroensap tegen het verkleuren.  
Druk voor de ogen in elke appelpart 2 rozijnen of krenten.  
Knip elke dropveter in 4, 6 of 8 gelijke delen en steek deze als poten in een appelpart.

**Bereidingstijd:** 25 min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** 200  
**Energie kcal:** 50  
**Eiwit:** 1 g  
**Koolhydraten:** 11 g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** 0 g  
**w/v onverzadigd:** 0 g  
**w/v verzadigd:** 0 g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** -g  
**Zout:** - g

## Bloederig broodje hotdog.



**Menugang:** Lunch-  
gerecht  
**Keuken:** -  
**Personen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** KeukenLiefde.nl

### Ingrediënten

4 broodjes, punt-, witte,  
zachte  
- ketchup  
1 blk worsten, knak-

### Bereiding.

Snijd met een scherp mesje de nagel en rimpels uit de knakworstjes.  
Verwarm de knakworsten volgens de omschrijving op het blik.  
Snijd de puntbroodjes open.  
Beleg elk broodje met twee knakworsten en knijp er wat ketchup overheen.

**Bereidingstijd:** 10 min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

## Browniespookjes.



**Menugang:** Tussen-  
doortje  
**Keuken:** -  
**Personen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** dr.Oetker, Jumbo

---

### Ingrediënten

#### Voor de brownies:

50 g boter, room-  
360 g Dr. Oetker  
Brownies Choco  
100 ml water

#### Voor de spookjes- decoraties:

- Dr. Oetker Decoratie-  
stiften Choco & Karamel
  - 1 zk Dr. Oetker Glazuur  
Wit
  - 6-8 marshmallows,  
witte
  - bakpapier
  - cocktailprikkers
- 

### Bereiding.

Maak de Brownies Choco zoals aangegeven staat op de verpakking.

Laat na het bakken de Brownie Choco goed afkoelen.

Snijd de brownies in vierkante blokjes (je kunt ongeveer 6-8 blokjes maken).

Steek een cocktailprikker onderin de marshmallow en steek deze in een brownies blokje.

De marshmallow moet op de brownie staan, niet erboven zweven (als het stokje te lang is, breek er een stukje af).

Verwarm het zakje Chocoglazuur Wit volgens de aanwijzingen op het pakje.

Laat het iets afkoelen zodat het wat dikker wordt (zo krijg je een mooi stroperig effect). Schenk de wat dikkere glazuur wit heel rustig vanaf de bovenkant van de marshmallow.

Nu druipt het heel langzaam langs je marshmallow naar beneden richting de brownie.

Zorg dat de gehele marshmallow bedekt is met witte glazuur.

Zet de brownies spookjes daarna even in de koelkast.

Haal de brownies uit de koelkast.

Houd een spookje een beetje schuin en gebruik de decoratiestift puur om een mondje en oogjes op iedere figuurtje te maken.

**Bereidingstijd:** 20 min.

**Grill-/oventijd:** - min.

**Wachttijd:** - min.

**Calcium:** - mg

**Energie kJ:** 1319

**Energie kcal:** 315

**Eiwit:** 2,37 g

**Koolhydraten:** 51,82 g

**w/v suikers:** - g

**Natrium:** - mg

**Vet:** 10,5 g

**w/v onverzadigd:** - g

**w/v verzadigd:** - g

**Vezels:** - g

**Groente:** -g

**Zout:** - g

## Chocolade grafsteen muffins (airfryer).



**Menugang:** Gebak,  
hapje, tussendoortje  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 8  
**Sterren:** \*\*\*\*  
**Bron:** Airfryerrecepten 3

### Ingrediënten

8 koekjes, ovale en/of  
vierkante  
- muffinbeslag,  
chocolade-  
8 st peterselie of mini  
viooltjes

- ovenvaste glazen  
schaaltjes (waxinelicht-  
glasjes)

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Maak het chocolade muffinbeslag volgens de gebruiksaanwijzing en spuit deze in de glazen bakjes (half vol).

Bak deze af in de Airfryer (12 min.-160°C).

Haal ze eruit en schraap er met een vork over tot het grof wordt en op zand lijkt.

Schraap met een scherp mesje een kruis in het koekje en steek deze in het beslag.

Steek/leg het bloempje erbij.



## Griezelige chocolademousse.



**Menugang:** Nagerecht  
**Keuken:** -  
**Personen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** FoodFrobelFun.nl

### Ingrediënten

2 pl bladerdeeg  
500 g chocolademousse  
1 snf kaneel  
- melk of ei  
4 Oreokoekjes  
2 tl suiker  
  
- decoratiestift  
chocolade

**Bereidingstijd:** 10 min.  
**Grill-/oventijd:** 15 min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.  
Snijd of steek uit de plakjes bladerdeeg 4 grafzerken.  
Prik ze in met een vork.  
Bestrijk de grafzerken met opgeklopt ei of wat melk.  
Bestrooi ze met wat suiker en kaneel.  
Leg de grafzerken op een met bakpapier beklede bakplaat.  
Bak ze 15 min. in de voorverwarmde oven.  
Haal ondertussen de Oreokoekjes uit elkaar.  
Het witte midden gebruik je niet: snoep het op of gooi het weg.  
Verkruimel de koekjes fijn.  
Verdeel de chocolademousse over vier glazen.  
Leg de koekkrumels er bovenop.  
Als de grafzerken uit de oven en afgekoeld zijn, schrijf je er met de decoratiestift RIP op.  
Steek de grafzerken in de glazen met chocolademousse en koekkrumels.



## Groene 'Monster' pasta.



**Menugang: Hoofdgerecht**  
**Keuken: -**  
**Personen: 4**  
**Sterren: \*\*\***  
**Bron: Blue Band**

### Ingrediënten

**1 sch Blue Band Finesse voor Koken**  
**1 sch Blue Band Iedere Dag**  
**1 blk bouillon, groente-**  
**600 g broccoli**  
**1 citroen**  
**350 g doperwtjes**  
**50 g kaas, Parmezaanse**  
**90 g pesto, groene**  
**300 g spaghetti, volkoren-**  
**500 g tomaatjes, cherry-**

### Bereiding.

Kook de pasta samen met het bouillonblokje. Kook de doperwtjes & broccoliroosjes apart. Giet de doperwtjes en broccoli af. Houd de broccoliroosjes apart. Pureer de doperwtjes met een staafmixer, meng hier de pesto en half uitgeknepen citroen doorheen. Verwarm een grote pan op laag vuur met een scheut Blue Band Iedere Dag. Doe het doperwtjes-pesto mengsel hierin en voeg de cherrytomaatjes toe. Voeg een grote scheut Blue Band Finesse kookroom toe aan het doperwtjes-pesto mengsel. Verdeel de gekookte pasta over de borden en verdeel de saus. Maak enge gezichtjes van de pasta met de broccoli en cherrytomaatjes.

**Bereidingstijd: 20 min.**  
**Grill-/oventijd: - min.**  
**Wachttijd: - min.**  
**Calcium: - mg**  
**Energie kJ: -**  
**Energie kcal: -**  
**Eiwit: - g**  
**Koolhydraten: - g**  
**w/v suikers: - g**  
**Natrium: - mg**  
**Vet: - g**  
**w/v onverzadigd: - g**  
**w/v verzadigd: - g**  
**Vezels: - g**  
**Groente: - g**  
**Zout: - g**

## Groenteskulls met een bloederig dipje.



**Menugang:** Hapje  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 30  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** AllerHande

### Ingrediënten

125 g kaas, room-,  
verse  
½ komkommer  
1 paprika, oranje  
1 bs radijs  
3 el sap, bieten-  
- cocktailprikkers

**Bereidingstijd:** 30 min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** 15  
**Eiwit:** 1 g  
**Koolhydraten:** 1 g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** 25 mg  
**Vet:** 1 g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** 1 g  
**Vezels:** 0 g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Snijd de ongeschilde komkommer in plakjes van 1 cm dik.  
Halveer de paprika, verwijder de steelaanzet en de zaadlijsten en snijd de helften doormidden. Snijd de bolle kanten van de radijsjes, zodat er plakjes van 1 cm dik overblijven.  
Snijd alle groenten in de vorm van doodshoofdjes.  
Maak met een scherp mesje gaatjes als ogen, een driehoekje als neus en een rechthoekje als mond.  
Prik de doodshoofdjes op cocktailprikkers.  
Roer het bietensap door de roomkaas, zodat er een gemarmerd effect ontstaat.  
Serveer de doodshoofdjes met de dip.

### Tip:

Je kunt ook een spuitmondje (ca. Ø 4 mm) gebruiken om de oogjes mee uit te steken.

## Halloweenlasagna.



**Menugang: Hoofdgerecht**  
**Keuken: -**  
**Personen: 4**  
**Sterren: \*\*\***  
**Bron: Jumbo**

### Ingrediënten

- azijn, balsamico-  
500 g gehakt, runder-  
200 g lasagnavellen,  
verse  
- olie, olijf-, extra vierge  
- peperroomsaus  
1 kg pompoen, in  
partjes  
1 zk sla-melange  
400 g tomatenblokjes,  
uit blik  
2 uien, gesneden

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 175°C.  
Verwijder de pompoenpitten.  
Schil de parten en snijd ze in de lengte in repen van 1 cm dik.  
Bestrijk de pompoenrepen met wat olijfolie en grill ze aan beide kanten in de grillpan gaar en goudbruin.  
Verwarm wat olijfolie in een pan en fruit de ui glazig.  
Voeg het gehakt toe en bak dit gaar.  
Schenk de tomatenblokjes met vocht bij het gehakt en voeg naar smaak zout en peper toe.  
Laat de saus ca. 10 min. zachtjes pruttelen.  
Leg in een ingevette ovenschaal laagjes van gehaktsaus, lasagnevellen en pompoen.  
Schep de peperroomsaus telkens tussen de pompoenplakken.  
Ga hiermee door tot alles op is.  
Zet de schaal in het midden van de voorverwarmde oven en bak de lasagne in 35-40 min. gaar.  
Serveer de lasagne met een eenvoudige groene salade met extra vierge olijfolie en balsamicoazijn.

**Bereidingstijd: 30-60 min.**  
**Grill-/oventijd: - min.**  
**Wachttijd: - min.**  
**Calcium: - mg**  
**Energie kJ: -**  
**Energie kcal: 775**  
**Eiwit: 36 g**  
**Koolhydraten: 4 g**  
**w/v suikers: - g**  
**Natrium: - mg**  
**Vet: 37 g**  
**w/v onverzadigd: - g**  
**w/v verzadigd: - g**  
**Vezels: - g**  
**Groente: - g**  
**Zout: - g**

## Halloweenmummies.



Menugang: Hapje  
Keuken: -  
Stuks: 12  
Sterren: \*\*\*  
Bron: AllerHande

### Ingrediënten

2 pl bladerdeeg (diep-  
vries)  
75 g kaas, belegen,  
geraspte  
100 g kaas, room-  
6 paprika's, snoep-  
24 pl olijf, zwarte

Bereidingstijd: 20 min.  
Grill-/oventijd: 20 min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: 85  
Eiwit: 3 g  
Koolhydraten: 4 g  
w/v suikers: 1 g  
Natrium: - mg  
Vet: 6 g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: 4 g  
Vezels: 1 g  
Groente: - g  
Zout: 0,4 g

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C.  
Laat het bladerdeeg 5 min. ontdooien.  
Snijd elke plak bladerdeeg met het papiertje er  
nog aan in 12 reepjes.  
Laat deze tot gebruik verder ontdooien in de  
koelkast, zodat ze niet te zacht worden.  
Snijd de paprika's overlangs doormidden en  
verwijder de steelaanzet en de zaadlijsten.  
Meng de roomkaas met de geraspte kaas en vul  
er met een theelepel de halve paprika's mee.  
Maak de randen van de paprika's schoon.  
Druk de olijven als oogjes op de kaas.  
Rol met je handen de reepjes bladerdeeg uit tot  
sliertjes van 1½ keer zo lang.  
Wikkel om elke halve paprika 2 sliertjes, laat ze  
elkaar steeds kruisen.  
Laat de oogjes vrij.  
Verdeel ze over een met bakpapier beklede  
bakplaat.  
Bak in het midden van de oven in 15-20 min.  
goudbruin.

## Halloween pompoencake.



Menugang: Gebak  
Keuken: -  
Personen: 10  
Sterren: \*\*\*\*  
Bron: AllerHande

### Ingrediënten

2 tl bakpoeder  
150 g bloem  
3 eieren, middelgrote  
2 el gember, bak-  
2 el kruiden, speculaas-  
100 g meel, amandel-  
170 ml olie, zonne-  
bloem-  
400 g pompoenstukjes,  
koelvers  
100 g rolfondant, witte  
150 g suiker, basterd-,  
donkere  
2 el suiker, poeder-  
75 g walnoten  
½ el water  
¼ tl zout

- bakpapier  
- bakkwastje  
- cakevorm (1½ l)  
1 pk decoratiestiften,  
choco & karamel (Dr.  
Oetker)  
- deegroller  
- satéprikker  
- staafmixer  
- zeef

### Bereiding.

Kook de pompoen in een klein laagje water op een laag vuur in 15 min. gaar.

Pureer de pompoen met de staafmixer glad, doe het in een kom en laat het afkoelen tot kamertemperatuur.

Verhit ondertussen een koekenpan zonder olie of boter en rooster de walnoten 5 min. op een middelhoog vuur (schip regelmatig om).

Laat de walnoten iets afkoelen en hak ze grof. Verwarm de oven voor op 170 C.

Vet de cakevorm in met wat olie, bekleed hem met bakpapier en bestrijk hem opnieuw met olie.

Voeg de basterdsuiker, de olie en de eieren toe aan de pompoenpuree en pureer het met de staafmixer glad.

Zeef het amandelmeel, de bloem, de bakpoeder, de speculaaskruiden en het zout erboven.

Voeg de walnoten en de bakgember toe en spatel alles zo luchtig mogelijk door elkaar.

Schep het beslag in de cakevorm en bak de cake in het midden van de oven in ca. 1 uur gaar.

Controleer met de satéprikker of de cake gaar is: steek de prikker in het midden van de cake, als hij er schoon en droog uit komt is de cake gaar.

Laat de cake 2 uur afkoelen op een rooster. Bestuif het werkblad met de helft van de poedersuiker.

Rol het fondant met de deegroller uit tot een plak van ca. 2 mm dik en snijd er 5 spookjes uit.

Teken hier met de choco-decoratiestift oogjes en mondjes op.

Meng de rest van de poedersuiker met een 1/2 el heet water tot glazuur.

Bestrijk de achterkant van de spookjes met de bakkwast licht met het glazuur en plak de spookjes op de afgekoelde cake.

Bereidingstijd: 25 min.  
Grill-/oventijd: 60 min.  
Wachttijd: 120 min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: 450  
Eiwit: 8 g

Koolhydraten: 40 g  
w/v suikers: 28 g  
Natrium: - mg  
Vet: 28 g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: 4 g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: 0,4 g

## Knakworstmummies (airfryer).



**Menugang: Tussen-  
doortje**  
**Keuken: -**  
**Personen: 8**  
**Sterren: \*\*\***  
**Bron: Airfryerrecepten 3**

### Ingrediënten

**1 pl bladerdeeg**  
**- mosterd**  
**8 worsten, knak-**

**Bereidingstijd: - min.**  
**Grill-/oventijd: - min.**  
**Wachttijd: - min.**  
**Calcium: - mg**  
**Energie kJ: -**  
**Energie kcal: -**  
**Eiwit: - g**  
**Koolhydraten: - g**  
**w/v suikers: - g**  
**Natrium: - mg**  
**Vet: - g**  
**w/v onverzadigd: - g**  
**w/v verzadigd: - g**  
**Vezels: - g**  
**Groente: - g**  
**Zout: - g**

### Bereiding.

**Snijd de bladerdeeg in dunne reepjes.**  
**Wikkel deze om de knakworsten in de vorm van mummies.**  
**Bak deze af in de Airfryer (160°C-13 min.).**  
**Spuit 2 dotjes mosterd op de knakworstjes om oogjes te vormen.**

## Marsepeinen muisjes.



Menugang: -  
Keuken: -  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Landleven

### Ingrediënten

250 g amandelpoeder/-  
meel  
- cacao poeder  
1 eiwit  
250 g suiker, poeder-

Bereidingstijd: - min.  
Oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

*Marsepein is heel makkelijk om te maken met een verrassend lekker effect. Zelfgemaakte marsepein is ook nog veel lekkerder dan die uit de winkel.*

Meng het amandelpoeder met de poedersuiker in een kom.

Voeg geleidelijk het losgeklopte eiwit toe tot je een stevige massa krijgt (misschien heb je iets meer of minder nodig).

Verpak de marsepein in huishoudfolie en bewaar hem in de koelkast.

Laat hem min. 2 dagen liggen om op smaak te komen.

Marsepein kun je prima een kleurtje geven met enkele druppels voedselkleurstof.

Om bruine marsepein te maken voeg je wat cacao poeder toe.

Als je bruine én witte marsepein hebt, kun je er bijvoorbeeld worstjes van rollen of marsepeinmuisjes maken.

### Tip:

Amandelpoeder (ook bekend als amandelmeel) koop je bij natuurvoedingswinkels. Het is in feite niets meer dan gemalen amandelen. Thuis lukt het bijna niet om zelf amandelen fijn genoeg te malen, probeer daarom amandelpoeder te vinden.



## Meringuespoken.



Menugang: Gebak  
Keuken: -  
Stuks: 10  
Sterren: \*\*\*  
Bron: AllerHande

### Ingrediënten

4 eieren, middelgrote  
1 citroen  
225 g suiker, basterd,  
witte  
2 tl maïzena  
1 snf zout

- bakpapier  
- decoratiestiften  
- spuitzak (gladde  
spuitmond)  
- vershoudfolie

Bereidingstijd: 30 min.  
Grill-/oventijd: 120 min.  
Wachttijd: 60 min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: 95  
Eiwit: 1 g  
Koolhydraten: 23 g  
w/v suikers: 22 g  
Natrium: - mg  
Vet: 0 g  
w/v onverzadigd: 0 g  
w/v verzadigd: 0 g  
Vezels: 0 g  
Groente: - g  
Zout: 0,1 g

### Bereiding.

*Halloween wordt pas écht griezelig lekker met deze spooky meringuespoken.*

Verwarm de oven voor op 100°C.

Splits de eieren, de eidooiers gebruik je niet. Boen de citroen schoon en rasp de gele schil. Gebruik een halve citroen om een kom en de garden van een handmixer te ontvetten.

Klop het eiwit met de handmixer in een kom met een snufje zout stijf.

Voeg beetje bij beetje de basterdsuiker toe en blijf kloppen tot je glanzende, witte pieken hebt.

Voeg de maïzena toe.

Meng het citroenrasp erdoor.

Vul de spuitzak met het eiwit.

Hou de spuitzak loodrecht boven een met bakpapier beklede bakplaat en spuit 10 hoopjes van het eiwit.

Trek de spuitzak snel weg, zodat de meringues een mooi puntje krijgen (ze moeten ca. 6 cm hoog zijn en 5 cm in doorsnede).

Bak de meringues ca. 2 uur in het midden van de oven droog en gaar.

Zet de oven uit, maar laat de meringues er nog 1 uur in staan met de deur op een kiertje.

### Tips:

Gebruik decoratiestiften om oogjes en een mond te maken op de meringuespoken.

Heb je geen spuitzak? Gebruik dan een hersluitbare plastic zak. Vul die met het eiwit en knip een klein gaatje in de punt. Druk het eiwit voorzichtig uit de zak om de meringuespoken te maken.

De overgebleven eidooiers kun je gebruiken voor bijv. lemoncurd.

De meringues kun je 1 dag van tevoren maken. Bewaar ze in vershoudfolie op een droge, koele plek.



## Monstertjes van eierkoek.



**Menugang:** -  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 16  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Blue Band

### Ingrediënten

8 aardbeien  
16 druiven, groene,  
pitloze  
8 eierkoeken  
60 g hazelnootpasta

### Bereiding.

Snij de eierkoeken in vieren.  
Bestrijk de helft met hazelnootpasta.  
Was de druiven en aardbeien.  
Snij de aardbeien in dunne plakjes en halveer de druiven.  
Leg een plakje aardbei op een met hazelnootpasta bestreken stukje eierkoek, laat deze een beetje uitsteken (dit is de tong).  
Leg er vervolgens een niet bestreken stukje eierkoek bovenop.  
Leg als laatste 2 gehalveerde druiven op de eierkoeken, dit zijn de oogjes.  
Maak de pupillen van een beetje hazelnootpasta en klaar zijn de monstertjes van eierkoek.

### Tip:

Ook geschikt als traktatie.

17

**Bereidingstijd:** 5-10 min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** -g  
**Zout:** - g

## Muffin uitjes.



Menugang: Gebak  
Keuken: -  
Stuks: 12  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Blue Band,  
EliensCuisine.be

### Ingrediënten

150 g boter, room-,  
zachte  
25 g cacaopoeder  
100 g chocolade, pure  
2 eieren  
150 g meel, bak-,  
zelfrijzend  
100 ml melk  
24 oreo koekjes  
125 ml room, slag-  
36 smarties of M&M's  
(24 bruine en 12 oranje  
of gele)  
125 g suiker

### Bereiding.

Verwarm de oven voor tot 200°C  
(heteluchtoven 180°C).  
Haal de Oreo koekjes uit elkaar.  
Leg de koekjes met de witte crème opzij.  
Hak 12 van de koekjes zonder de witte crème  
grof.  
Mix met een handmixer 125 g boter met de  
suiker romig.  
Voeg dan de eieren één voor één toe.  
Spatel het zelfrijzend bakmeel en de  
cacaopoeder door het margarinemengsel.  
Voeg de melk toe en meng dit goed door.  
Spatel als laatste de gehakte Oreo koekjes door  
het beslag.  
Zet de cakevormpjes in de muffinvorm en  
bekleed de holletjes in het blik met stukjes  
bakpapier.  
Vul de holletjes voor 2/3 met het beslag.  
Bak de muffins vervolgens ca. 20 min. in de  
voorverwarmde oven.  
Laat de muffins daarna afkoelen.  
Smelt ondertussen 25 g boter samen met de  
chocolade in een pan en laat het vervolgens  
afkoelen.  
Klop intussen de slagroom en meng dit met het  
afgekoelde chocolademengsel tot een  
chocoladecrème.  
Bestrijk de muffins met de chocoladecrème en  
leg 2 Oreo koekjes (met witte crème) als  
"ogen" op de muffins.  
Leg de bruine Smarties of M&M's op de ogen als  
pupillen en leg de oranje/gele onder de ogen  
als snaveltje.

### Tip:

Deze uilen muffins smaken ook heel lekker als  
je de pure chocolade door melkchocolade  
vervangt.

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

## Mummie pizza's (airfryer).



Menugang: Tussendoortje, -gerecht  
Keuken: -  
Stuks: 8  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Airfryerrecepten 3

### Ingrediënten

1 pl kaas  
1 pt olijven, groene, met piment  
8 pitabroodjes (of poffertjes)  
- saus, tomaten-

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Koop pitabroodjes als je grote mummies wil maken of gebruik poffertjes als je kleine wil maken.

Besmeer deze met wat tomatensaus.

Leg daar kruislings dunne reepjes kaas op.

Snijd de olijven in dunne ringen.

Leg deze op het broodje als ogen.

Bak ze af in de Airfryer (200°C-5 min.).

## Pita pizza mummies.



**Menugang:** Bijgerecht  
**Keuken:** Italiaanse  
**Stuks:** 10  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Betina Oostveen

### Ingrediënten

10 broodjes, pita-, grote  
100 g kaas, jonge, in  
(grote) plakken  
10 olijven, groene, met  
piment  
1 blk saus, tomaten-,  
voor op de pizza  
1 tl tijm, gedroogde

**Bereidingstijd:** 15 min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 200°C (hete lucht 180°C).

Bekleed je roosters en/of bakplaten met bakpapier.

Snijd de pitabroodjes overlans helemaal door en leg ze, met de snijkant naar boven, op het bakpapier.

Lepel hier de tomatensaus overheen en smeer goed uit, met de bolle kant van je lepel (ook goed de randen bedekken).

Stapel de plakken kaas op elkaar en snijd met een koksmes hier dunne repen van (1 cm.).

Verdeel de kaasrepen kris kras over de pitabroodjes, maar houdt een beetje ruimte vrij voor de ogen van de pizza mummies.

Snijd een klein stukje van de 'zijkantjes' van de olijven (bolle gedeelte), en snijd uit elk middenstuk, twee even grote plakjes olijf.

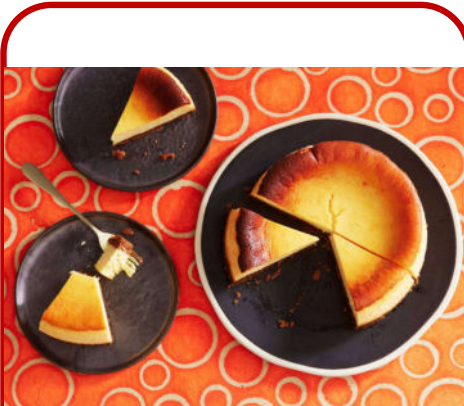
Leg de olijven-oogjes op de pita broodjes.

Bestrooi alle broodjes met een beetje tijm.

Bak de pizza mummies gedurende 8-10 min. in de voorverwarmde oven.

Serveer direct.

## Pompoencheesecake met speculaas .



**Menugang:** Gebak,  
nagerecht  
**Keuken:** -  
**Personen:** 12  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** AllerHande

### Ingrediënten

125 g boter, room-,  
ongezouten  
3 eieren, middelgrote  
400 g pompoenstukjes,  
koelverse  
260 g speculaas,  
bakkers-  
75 g suiker, kristal-,  
fijne  
1 el water  
1 sf zout  
600 g zuivelspread,  
naturel

- bakpapier  
- handmixer  
- keukenmachine  
- schaaltes, vuurvaste  
- springvorm (Ø 18 cm,  
ingevet)

### Ingrediënten Halloween

100 g boter, room-,  
zachte  
1 zk Dr. Oetker Boter-  
crème  
125 ml melk, koud

### Bereiding.

Verwarm de oven voor op 180°C.

Rooster de pompoen op een met bakpapier  
beklede bakplaat in ca. 20 min. in het midden  
van de oven.

Zet de oven op 160°C.

Plaats een vuurvast schaaltes met water erin op  
de bodem van de oven.

Smelt ondertussen de boter in een steelpan.  
Maal de speculaas met het water fijn in de  
keukenmachine.

Meng de boter erdoor.

Bedek de bodem van de springvorm met  
bakpapier.

Schep het koekmengsel hierin en druk het goed  
aan.

Pureer de pompoen fijn met de keukenmachine.

Meng de zuivelspread, de suiker, de  
pompoenpuree en 1 snf zout met een  
handmixer door elkaar.

Voeg 1 voor 1 de eieren toe en blijf het geheel  
luchtig kloppen.

Schep het mengsel over de koekbodem in de  
vorm.

Bak de taart gaar in ca. 60 min. in het midden  
van de oven.

Laat de taart 60 min. afkoelen in de oven met  
de deur op een kier.

Zet de taart daarna 4 uur in de koelkast.

### Halloween.

Klop de zachte boter op de laagste stand met  
de mixer met garden in 1 min. glad, smeug en  
zonder klontjes.

Voeg de melk en de mix voor de botercrème  
toe.

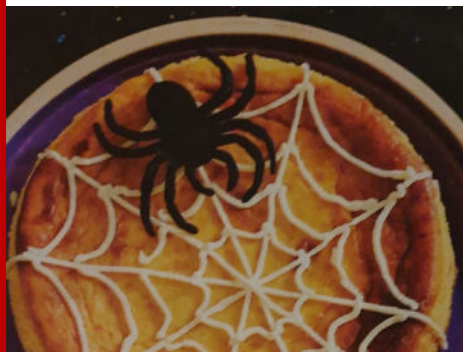
Roer het geheel in ca. 1/2 min. op de laagste  
stand door elkaar, totdat de massa iets dikker  
wordt.

Ga met een lepel over de bodem en de randen  
van de kom, zodat alle boter goed loskomt en  
door de botercrème gemengd kan worden.

Klop de massa in ca. 1 min, op de middelste  
stand tot een luchtige botercrème.

Vul een spuitzak met kleine spuitmond met de  
botercrème.

Spruit een raster van rechte botercrémelijnen  
over de taart en verbind de lijnen met korte  
kromme lijntjes om een spinnenweb te vormen.



**Bereidingstijd: 20 min.**  
**Grill-/oventijd: 80 min.**  
**Wachttijd: 5 uur**  
**Calcium: - mg**  
**Energie kJ: -**  
**Energie kcal: 557**  
**Eiwit: 6,07 g**  
**Koolhydraten: 37,13 g**  
**w/v suikers: 16 g**  
**Natrium: - mg**  
**Vet: 42,6 g**  
**w/v onverzadigd: - g**  
**w/v verzadigd: 16 g**  
**Vezels: 1 g**  
**Groente: - g**  
**Zout: 0,8 g**

---

**Tips:**

Een kunststof spin kan het beeld completeren. De resterende botercreme smaakt goed op een geroosterde boterham. Heb je geen spuitzak? Gebruik dan een hersluitbare plastic zak. Vul die met botercreme en knip een klein gaatje in de punt. Druk de botercreme voorzichtig uit de zak.



## Pompoentjes van mandarijn.



**Menugang: Tussen-  
doortje**  
**Keuken: -**  
**Stuks: 8**  
**Sterren: \*\*\***  
**Bron: Jumbo**

---

### Ingrediënten

**1 decoratiestift puur**  
**8 mandarijnen**  
**8 bld munt**  
**8 pindapepsels**

---

**Vorb. tijd: - min.**  
**Bereidingstijd: 10 min.**  
**Grill-/oventijd: - min.**  
**Wachttijd: - min.**  
**Calcium: - mg**  
**Energie kJ: -**  
**Energie kcal: 55**  
**Eiwit: 1 g**  
**Koolhydraten: 10 g**  
**w/v suikers: - g**  
**Natrium: - mg**  
**Vet: 1 g**  
**w/v onverzadigd: - g**  
**w/v verzadigd: - g**  
**Vezels: - g**  
**Groente: - g**  
**Zout: - g**

---

### Bereiding.

Pel de mandarijnen en haal zoveel mogelijk van de witte draadjes weg.  
Teken met de decoratiestift een gezichtje op de mandarijnen, zodat ze op een pompoen voor Halloween lijken.  
Steek boven in de mandarijn een blaadje munt en een pindapepsel.

## Stroopwafelspookjes (airfryer).



**Menugang:** Hapje, koek, tussendoortje  
**Keuken:** -  
**Stuks:** 8  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Airfryerrecepten 3

### Ingrediënten

2 eieren  
- hagelslag, chocolade, dikke  
8 stroopwafeltjes, kleine of kleine ronde koekjes  
- suiker

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Splits het eigeel van het eiwit en klop het eiwit op.  
Spuut het eiwit met een glad spuitje op de ronde koekjes een spookje.  
Bak deze in de airfryer tot schuimpjes (120°C-15 min.).  
Druk er de hagelslag in om een gezichtje te vormen.  
De spookjes zijn het lekkerste als ze nog een beetje zacht van binnen zijn (net een marshmallow).



## Zandkoekjes met 'bloedspetters'.



Menugang: Koek  
Keuken: -  
Stuks: 24  
Sterren: \*\*\*  
Bron: AllerHande

### Ingrediënten

250 g bloem, tarwe-  
- bloem, om te  
bestrooien  
185 boter, room-,  
ongezouten  
½ citroen, schoon-  
geboend  
1 ei, middelgroot  
1 el sap, bieten-  
125 g suiker, basterd-,  
witte  
50 g suiker, poeder-  
¼ tl zout

- bakkwastje  
- bakpapier  
- deegroller  
- ronde uitsteekvorm (Ø  
6 cm)  
- vershoudfolie

### Bereiding.

Boen de citroen schoon en rasp de gele schil.  
Meng de bloem met het zout en de  
basterdsuiker.

Voeg de boter en het citroenrasp toe en kneed  
het tot een samenhangend deeg.

Verpak het deeg in vershoudfolie en leg het  
minimaal 1 uur in de koelkast.

Verwarm de oven voor op 175°C.

Knead het deeg kort door, zodat het  
makkelijker uit te rollen is.

Bestuif het werkblad licht met wat bloem en rol  
het deeg uit tot een plak van een ½ cm dik.

Steek er met de koekjessteker zoveel mogelijk  
rondjes uit.

Rol het overgebleven deeg steeds opnieuw uit  
en steek ook daar rondjes uit.

Leg de koekjes niet te dicht bij elkaar op een  
met bakpapier beklede bakplaat.

Klop het ei los en bestrijk de koekjes ermee  
met behulp van de bakkwast.

Bak de koekjes 12-15 min., tot ze lichtbruin  
kleuren met iets donkerdere randjes.

Til het bakpapier met de koekjes van de  
bakplaat en laat de koekjes minstens 30 min.  
afkoelen.

Roer een glazuur van de poedersuiker en het  
bietensap.

Sprenkel het glazuur op de koekjes, zodat het  
'bloedspetters' lijken.

Bereidingstijd: 20 min.

Grill-/oventijd: 15 min.

Wachttijd: 90 min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: 125

Eiwit: - g

Koolhydraten: 15 g

w/v suikers: 7 g

Natrium: - mg

Vet: 7 g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: 5 g

Vezels: 1 g

Groente: - g

Zout: 0,1 g

## Gebruikte afkortingen.



v2.1

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
blD	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cglS	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje
kpl	Klein plukje



v2.1

Afkorting	Betekenis
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Thee­lepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vinger­lengte
voorb.tijd	Voorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

*Ik steun..*  *..U ook???*

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

Compressed by  PDF24

