



008	Kalmpjes aan	140	Een handvol granen
012	Een stuk kip	154	Een portie aardappelen
030	Visfilets	168	Een blik bonen
046	Biefstuk	184	Een plakje kaas
062	Lamsbout	198	Een doos eieren
078	Varkenskarbonades	212	Appelen + peren
094	Gehakt + saucijzen	226	Een bakje zomerfruit
110	Een portie pasta	238	Een plak chocolade
124	Een zakje rijst	252	Receptenregister

**BROODJES MET GEMARINEERDE BIEFSTUK + BARBECUESAUS** Ik houd vol dat dit de lekkerste saus voor biefstuk is die er bestaat. Het is heerlijk voor voor de zaterdagavond bij een voetbalwedstrijd.

4 eetl. sojasaus  
1 eetl. bruine basterdsuiker  
2 tenen knoflook, fijnggehakt  
1 theel. sesamolie  
1 theel. geraspte verse gemberwortel  
zeezout en versgemalen zwarte peper  
3 entrecotes, 2½ cm dik (ca. 350 g elk)  
een handvol wortel en daikon, op de mandoline in fijne julienne geschaafd  
een handvol koriander- en muntblaadjes  
3 baguettes, in stukken van 10 cm

#### BARBECUESAUS

1 dl hoisinsaus  
3 eetl. rijstwijnazijn  
1 eetl. vissaus (nam pla)  
3 eetl. sojasaus  
1 eetl. honing  
4 tenen knoflook, fijnggehakt  
2 theel. geraspte verse gemberwortel  
¼ theel. vijfkruidenpoeder  
100 g kristalsuiker

Roer in een schaal de sojasaus met 1 eetlepel water, suiker, knoflook, sesamolie, gember en een snuf versgemalen zwarte peper door elkaar. Wrijf de steaks in met deze marinade en leg ze afgedekt 15 minuten in de koelkast.

Verhit een barbecue of een grillpan tot goed heet. Bak de entrecotes 3 minuten aan elke kant (zo worden ze medium-rood), dek ze af en zet ze 5 minuten op een warme plek.

Snijd de entrecotes in plakken en serveer ze op een schaal met de barbecuesaus, wortel en daikon, de kruiden en de stukken baguette zodat iedereen zijn eigen broodje kan vullen. Of vul alle broodjes en serveer ze op een grote schaal.

**6 PERSONEN**

Doe alle ingrediënten in een kleine pan, zet hem op halfhoog tot hoog vuur en blijf roeren tot de suiker is opgelost. Laat de saus af en toe roerend 5 minuten pruttelen. Neem de pan van het vuur en laat de saus tot kamertemperatuur afkoelen.





**LAMSGEHAKTBALLETJES IN KERRIESAUS** Een combi van Indiase en Italiaanse smaken is altijd een groot succes. Bak deze gehaktballetjes in een koekenpan of schep ze met een beetje olie om in een braadslee en bak ze in de oven gaar en bruin.

500 g lamsgehakt  
1 ui, grofgeraspt  
2 tenen knoflook, fijngehakt  
25 g vers wittebroodkruim  
fijngeraspte schil van 1 citroen  
3 eetl. fijngesneden koriander  
3 eetl. fijngesneden munt, plus  
een extra handje muntblaadjes, voor erbij  
zeezout en versgemalen zwarte peper  
3 eetl. neutraal smakende olie  
4 eetl. kormacurrypasta  
1 eetl. fijngehakte verse gemberwortel  
1 blik van 400 g tomatenblokjes  
2 dl kokosmelk  
1 kaneelstokje  
1 rode ui, in dunne plakken  
warm naanbrood, voor erbij

Doe het gehakt met ui, knoflook, broodkruim, citroenrasp, koriander en 3 eetlepels munt in een grote mengkom en voeg royaal zeezout en versgemalen zwarte peper toe. Meng alles grondig door elkaar. Was je handen onder de koude kraan en vorm zonder ze af te drogen 24 balletjes van het gehaktmengsel.

Zet een grote koekenpan met antiaanbaklaag op halfhoog tot hoog vuur. Doe er 1 eetlepel olie in en leg als de olie heet is de helft van de gehaktballetjes in de pan; bak ze in 4-5 minuten rondom goudbruin. Leg ze op een schaal en bak de rest van de balletjes op dezelfde manier.

Zet de pan weer op het vuur, doe de overgebleven olie erin met de currypasta en de gember. Roerbak ze 1 minuut. Giet de tomaten en kokosmelk in de pan en roer alles door elkaar. Leg het kaneelstokje in de saus en voeg zeezout en versgemalen zwarte peper naar smaak toe. Breng de saus aan de kook en laat hem 3 minuten zachtjes pruttelen.

Leg de gehaktballetjes in de saus en laat ze 5 minuten in de saus pruttelen tot ze gaar zijn. Serveer de curry bestrooid met rode ui en muntblaadjes en geef de naan erbij. **4 PERSONEN**

'Ik werkte eens met een chef die het visvlees van een gerookte forel in reepjes van de graat haalde en de forelkoppen dan naast elkaar naast de koffiemachine legde om de barista de volgende ochtend aan het schrikken te maken. Kinderachtig, maar dolle pret!'





**SPAANSE TORTILLA** Raak niet in de war: er is een Mexicaanse tortilla die een soort brood is, en een Spaanse omelet – de *tortilla de patatas*. Aardappelen, paprika, uien en chorizo zijn de traditionele vulling van de Spaanse tortilla.

1 dl olijfolie, plus extra om in te vetten  
700 g vastkokende aardappelen, geschild, in dunne plakjes, drooggedept  
2 witte uien, in dunne ringen  
1 rode paprika, zonder de zaadjes in smalle repen gesneden  
175 g chorizo, in blokjes  
9 grote eieren  
2 eetl. fijngesneden bladpeterselie  
zeezout en versgemalen zwarte peper  
tomatenrelish (gekocht)  
flinke handvol rucola

Verhit de helft van de olijfolie in een middelgrote koekenpan (26 cm) met antiaanbaklaag. Schik de aardappelplakjes in de pan en bak ze circa 10 minuten; keer ze af en toe tot ze aan beide kanten goudbruin en bijna gaar zijn. Schud ze in een grote kom. Zet de pan weer op het vuur en doe de overgebleven olie, uien, paprika en chorizo erin. Bak alles onder af en toe omscheppen 6-7 minuten tot uien en chorizo goudbruin zijn. Schep alles bij de aardappelplakjes.

Klop de eieren los, voeg de peterselie en zeezout en versgemalen zwarte peper naar smaak toe. Giet dit over het aardappelmengsel.

Veeg de koekenpan met keukenpapier schoon, vet hem in met olijfolie en zet hem op halfhoog vuur. Stort heel rustig het aardappelmengsel in de pan en verdeel aardappel, ui, paprika en chorizo gelijkmatig in het eimengsel. Draai het vuur heel laag, dek de pan af met aluminiumfolie en bak de omelet 20 minuten tot het ei vrijwel gestold is.

Verhit de grill op hoog. Zet de koekenpan onder de grill en laat de tortilla in 4-8 minuten stevig en goudbruin worden. Haal de pan uit de grill en laat hem 5 minuten staan voor je de omelet op een grote plank laat glijden. Snijd hem in punten en dien ze op met de tomatenrelish en rucola. Je kunt de tortilla ook koud eten. **6 PERSONEN**

