



INHOUD



GROENTE

~ 4 ~



VLEES

~ 44 ~



VIS

~ 66 ~



BAKKEN

~ 76 ~

BAKTIPS VAN UW KEUKENPRINSES

Ik bak in een heteluchtoven. Bakt u zelf in een gas- of elektrische oven, verhoog dan de temperatuur met ongeveer 10%. Dus 180 °C wordt dan 200 °C.

Gebruik áltijd een oventhermometer, die kosten bijna niks en zijn verkrijgbaar bij de huishoudwinkel. De enige temperatuur die u namelijk kunt vertrouwen is de temperatuur die u zelf ín de oven meet.

Omdat elke oven anders is, is een aangegeven baktijd altijd bij benadering. Check uw gerecht of gebak altijd zelf rond de aangegeven baktijd of het al goed is.

theelepel (theel.) = 5 ml

eetlepel (eetl.) = 15 ml

De gebruikte eieren in de recepten zijn van middelgroot formaat, tenzij anders vermeld.



REGISTER

~ 120 ~



GROENTE



POMPOENLASAGNE

Uit betrouwbare bron vernam ik dat zangeres Anouk net zo veel houdt van lasagne als ik. Maar mijn moeder is de koningin der lasagnes. Vierhonderd jaar geleden leerde ze me het bereiden en nog als ik thuiskom, maakt ze het vaak voor ons. Pas serveerde ze een lasagne met alleen groenten. En dat wás lekker. Net een beetje anders. Thuisgekomen maakte ik het nog eens na. Speciaal voor Anouk, maar eigenlijk voor haar kinderen natuurlijk. Want moeders maken de beste lasagnes. Ik kan het weten.

voor 6 personen

- 1 butternut- of fles-
pompoe, geschild
en in schijfjes
- 1 eetl. paprikapoeder
snuf chilipoeder
- 4 eetl. olijfolie
- 1 kg gewassen wilde
spinazie
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 1 pak lasagnevellen (250 g)
- 150 g blauwe kaas, of
wat er in de koelkast
nog is (feta, geitenkaas),
verkruid
- 50 g pittige geraspte kaas

- Voor de bechamelsaus
- 75 g boter
 - 60 g bloem
 - 1 liter warme melk
 - snuf nootmuskaat
 - 100 g pittige geraspte kaas
 - 1 ei

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Leg de pompoenschijfjes op een bakplaat en bestrooi ze met paprikapoeder, chili, 2 eetlepels olijfolie en zout. Rooster ze 30 minuten en keer ze halverwege de baktijd om.

Hak de spinazie en bak in 2 eetlepels olijfolie met de knoflook gaar.

Maak de bechamelsaus. Smelt de boter in een steelpan en voeg de bloem toe. Bak al roerend uit, laat het net niet bruinen. Draai het vuur lager en voeg de melk in scheuten al roerend toe, zodat er geen klontjes ontstaan. Roer de kaas en de nootmuskaat erdoor. Haal de pan van het vuur en klop een ei door de saus.

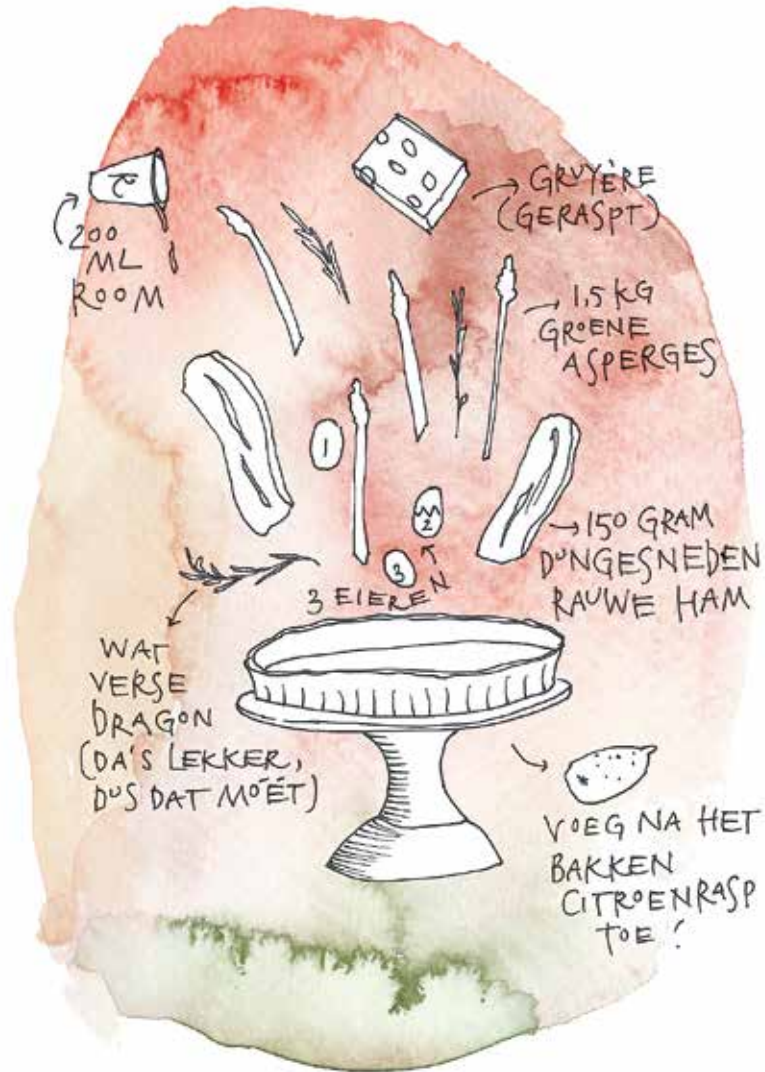
Vet een ovenschaal in met wat olijfolie. Beleg de bodem van de schaal met lasagnevellen. Verdeel een deel van de spinazie erover, giet er een deel van de bechamelsaus op en dek af met een laagje lasagnevellen. Beleg de volgende laag met de pompoen en wat verkruidde kaas. Ga door tot alles op is en eindig met bechamelsaus. Bestrooi met de overgebleven kaas en bak de lasagne 30 minuten tot alles lekker borrelt en de bovenkant goudbruin is.

GROENE-ASPERGETAART MET RAUWE HAM

Ik ken een oudere Italiaanse man die groene asperges plukt in de duinen. Hij gaat met zijn versgeplukte bosjes restaurants af en verkoopt ze voor weinig geld aan de keukens. De koks in die keukens zijn daar heel blij mee, die hoeven nu zelf de duinen niet in.

De Italiaanse meneer wil niet zeggen waar hij ze plukt. Dat is geheim, dat snap ik. Mensen die weten waar cantharellen groeien, vertellen ook nooit waar hun geheime plek is. Maar ik zou ze ook weleens willen vinden, en kennelijk kan dat dus dichtbij; ik ga op zoek.

Intussen maakt u deze taart met gekweekte asperges, ook heel lekker.



voor 6 personen

1½ kg groene asperges
7 velletjes roomboter-
bladerdeeg
beetje bloem
klontje boter
150 g dun gesneden
rauwe ham
3 eieren
200 ml slagroom
150 g geraspte gruyère
4 eetl. dragon, gehakt
sap en fijne rasp van
½ biocitroen
zeezout en versgemalen
peper

Kook de asperges in 2 minuten beetgaar. Spoel ze gelijk koud af. Verwarm de oven voor tot 180 °C.

Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar en rol ze op een met bloem bestoven aanrecht uit tot een ronde lap die in een taartvorm van 24 cm doorsnee past. Vet de taartvorm in met het klontje boter en pas het deeg erin.

Leg de asperges kloksgewijs in de vorm. Snijd de ham in reepjes en strooi die erover.

Klop de eieren met de room en de geraspte kaas, 2 eetlepels dragon, citroensap, peper en zout. Giet het over de asperges en ham in de vorm en bak de taart iets onder het midden van de oven in ongeveer 30 minuten mooi gaar.

Meng de citroenrasp met de overgebleven dragon en strooi dat vlak voor het serveren over de taart. Eet warm met groene sla.

POMPOENROLLADE

Is het in Nederland feest, dan eten we rollade. Ik heb een goede tip voor mensen die liever geen vlees eten: maak pompoenrollade. Dit is bizar lekker en het ziet er spectaculair uit als de pompoen wordt doorgesneden. Proberen dus. Ook als het geen feest is. Want eigenlijk is elke dis toch een feestdis.

voor 4 personen

- 1 grote butternut- of flespompoen, top eraf
- 3 portobello's
- 1 courgette
- 2 dunne pastinaakjes, geschild
- 3 eetl. olijfolie
- 1 banaansjalot, gesnipperd
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 100 g trompettes de la mort (of andere bospaddenstoel)
- 1 theel. paprikapoeder
- 1 theel. komijnpoeder
- 1 theel. korianderpoeder
- snuf chiliflakes, naar smaak
- zeezout en versgemalen zwarte peper

Verwarm de oven voor tot 180 °C. Halveer de pompoen overlangs. Verwijder de zaden. Hol nu met behulp van een scherp mesje de pompoen uit tot ongeveer 1 cm langs de rand. Bewaar het pompoenvlees. Halveer 2 portobello's overlangs zodat ze dunner zijn. Halveer de courgette overlangs. Rasp de zaadlijsten eruit met een lepel. Hak het uitgeschepte pompoenvlees, de courgetteresten, trompettes en de andere portobello fijn. Smoor de sjalot met de knoflook in de olijfolie glazig. Smoor dan de rest van de gehakte groenten mee en breng op smaak met de specerijen, peper en zout. Bestrooi de overige groenten ook met zout en peper en stapel ze op.

De portobello's verdeelt u in de holte van de pompoen. De courgette past daar weer in en in de holte van de courgette passen de pastinaakjes; leg ze om en om. Vul alle kieren met het gebakken mengsel uit de pan. Druk de twee pompoenhelften op elkaar en bind alles stevig vast met keukentouw. Smeer in met wat olijfolie en zet in een braadslede tussen twee proppen aluminiumfolie zodat de pompoen niet omrolt. Bak 2 uur. Serveer met kruidenolie.

