

## 11 Gekende gerechten om mee te experimenteren

In Roald Dahl's griezelkookboek vind je recepten als 'Wurmenspaghetti' of 'Horzels in stinkhommelvet'. 't Is eens wat anders dan worst met appelmoes. KLJ ging ook op zoek naar speciale receptjes. Durven jullie ze samen met de leden of op kamp uit te proberen en te proeven? Laat ons weten of je het lekker vond. Smakelijk!

### » Croque zonder monsieur

#### ● Croque banaan

Nodig (voor 2 stuks): 4 sneetjes brood, 1 banaan, bruine suiker of chocoladesaus. Leg tussen 2 sneetjes brood wat schijfjes banaan. Grill of bak de croque gaar. Nadien kan je er eventueel wat bruine suiker opdoen of chocoladesaus.

#### ● Croque mozzarella en tomaat

Nodig (voor 4 stuks): 8 sneetjes brood, 2 bolletjes mozzarella, 1 bosje basilicum (gedroogde basilicum kan ook), 2 tomaten in schijfjes gesneden, peper.

Beleg 4 sneetjes met plakjes mozzarella, blaadjes basilicum en plakjes tomaat. Bestrooi telkens met wat peper en dek af met een andere snee brood. Grill of bak de croques gaar.



#### ● Croque zalm en kruidenkaas

Nodig (voor 2 stuks): 4 sneetjes gerookte zalm, potje kruidenkaas.

Leg een beetje zalm op 2 sneetjes brood. Smeer op de andere 2 sneetjes brood een goede laag kruidenkaas. Doe beide sneetjes op elkaar en leg ze in de croquemachine.

#### ● Croque tomaat en oregano

Nodig (voor 2 stuks): 4 sneetjes brood, 2 sneetjes hesp en kaas, 1 tomaat, oregano.

Snij de tomaat in kleine stukjes. Leg ze tussen de kaas en hesp op het brood en overstrooi rijkelijk met oregano.

#### ● Croque tomaat en augurkjes:

Nodig (voor 2 stuks): 4 sneetjes brood, 2 sneetjes hesp en kaas, 1 tomaat, augurkjes.

Snij de tomaat en augurkjes in kleine stukjes. Leg ze tussen de kaas en hesp op het brood.

## » Verrassende pannenkoeken

### ● Muesli-pannenkoeken

Nodig (voor 6 stuks): 150 g zelfrijzende bloem, 4 eieren, 100 g muesli, 6dl melk, 4 eetlepels gesmolten boter, 50 g fijne suiker.

Plet met de deegrol de muesli zo fijn mogelijk. Vermeng met de bloem. Klop de eieren los met de melk. Voeg er de suiker en de gesmolten boter aan toe. Schenk in een straaltje bij het bloem-mueslimengsel en roer glad. Laat 5 minuten rusten. Bak in een grote koekenpan niet te dikke pannenkoeken in hete boter of hete olie. (lekker met vlierbessen-, kweeperen- of aalbessengelei)

### ● Appelpannenkoeken

Nodig (voor 10 pannenkoeken): 200 g zelfrijzende bloem, 2 eieren, ½ l melk, zout, 2 appels.

Schil de appels en snij ze in dunne schijfjes. Smelt een klontje boeter in de koekenpan en bak heel kort enkele appelschijfjes. Giet een beetje beslag in de pan en leg er de voorgebakken appelschijfje op. Giet er tenslotte nog wat beslag op. Zo blijven de appelschijfjes tijdens het bakken mooi op hun plaats. Bak de pannenkoeken aan beide zijden goudbruin. Serveer met zoet beleg naar keuze: suiker, siroop, jam,....

### ● Pistachepannenkoeken

Nodig (voor 12 stuks): 125 g bloem, 1 koffielepel gistpoeder, 50 g fijne suiker, 1 ei, 4 dl melk, 15 g gesmolten boter, 50 g ongezouten pistaches, zout.

Maal de pistaches fijn. Vermeng in een grote mengkom het pistachepoeder met de bloem, het gistpoeder, de suiker en een snuifje zout. Klop in een tweede kom het ei los met de melk en de gesmolten boter. Schenk in een straaltje bij het bloemmengsel en roer goed glad met een houten spatel. Laat het beslag 30 minuten rusten.

Bak niet te dunne pannenkoeken in hete boter of olie. (heel lekker met ongezoete slagroom)

### ● Gevulde pannenkoeken met spinazie en roomkaas

Ingrediënten: alles om gewone pannenkoeken te maken, 250 gram blokjes ham, 3 bosuien, 450 gram spinazie, zout, peper, 125 gram ricotta, geraspte kaas.

Maak eerst gewone pannenkoeken zonder suiker. Verhit in een koekenpan wat olie en bak hierin 250 gram blokjes ham, voeg hieraan toe 3 fijngesneden bosuitjes. Bak het even kort mee en voeg dan een pak van 450 gram diepvries spinazie toe (als je verse spinazie neemt, heb je zeker 1 1/2 kilo nodig!). Als de spinazie goed warm is, zet je het vuur uit en breng je het op smaak met wat zout en peper. Schep er 125 gram ricotta en een handje geraspte kaas toe. Meng het goed. Nu kan je de vulling op de pannenkoek leggen en rol hem goed op. Dit is genoeg voor 6 gevulde pannenkoeken. Leg de pannenkoeken in een ingevette ovenschaal. Zet de schaal in de voorverwarmde oven op 175 graden voor ongeveer 10 minuten. Daarna zijn de gevulde pannenkoeken klaar om gegeten te worden.

- **Pannenkoeken met ham en kaas**

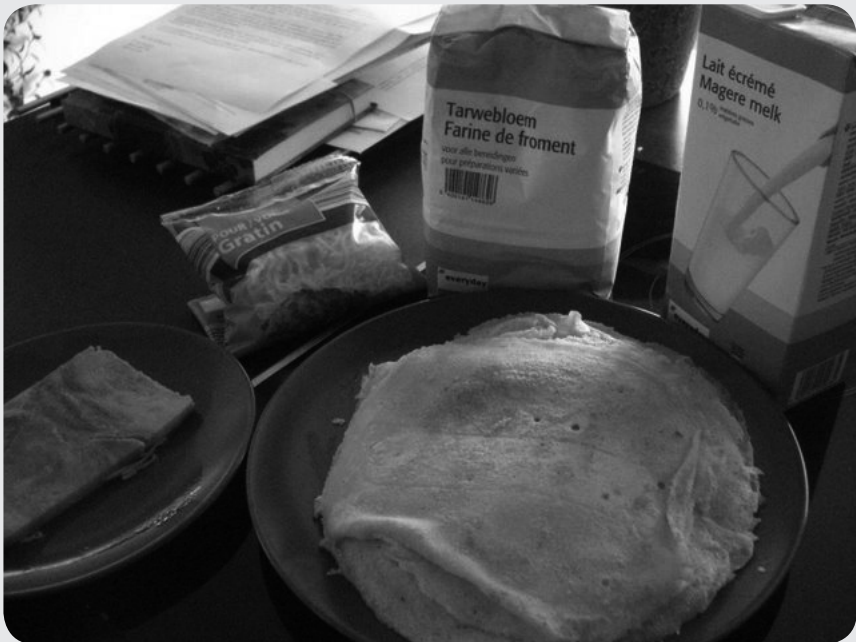
Nodig (voor 4 personen)

- voor de pannenkoeken: 200 g zelfrijzende bloem, 2 eieren, ½ l melk.
- voor de saus: 100 g ham, 50 g gemalen kaas, 2 eetlepels bloem, boter, melk, peper en zout, nootmuskaat.

De eitjes bij de melk doen en goed doorroeren. Daarna de bloem toevoegen en goed roeren tot er geen klonters meer in zitten. Met dit deeg flensjes bakken in een goed ingevette pan.

De kaassaus maken: boter laten smelten en bloem bij doen. Goed roeren zodat de bloem alle boter opneemt. Melk beetje bij beetje toevoegen en tegen het kookpunt brengen. Kruiden met peper, zout en nootmuskaat. Pan van het vuur nemen en de kaas aan toevoegen (nu de saus NIET meer laten koken). De ham in kleine stukjes snijden en bij de kaassaus voegen.

De flensjes opvullen met de kaassaus en in een beboterde schaal leggen. Opwarmen in de oven.



## » Wat drinken we vandaag...

### ● Lemon kiss

Voeg aan het sap van 5 citroenen 100 g fijne suiker en 5 dl heet water toe. Roer tot de suiker gesmolten is. Leng aan met (spuit)water. Serveer met ijsblokjes, enkele partjes citroen en blaadjes verse munt.



### ● Kaneel-hazelnootdrankje

Breng 75 cl halfvolle melk aan de kook met een mespunt kaneel. Klop er 5 eetlepels hazelnootpasta door. Verdeel over hoge glazen. Werk af met een ferme toef slagroom en gezeefd cacao-poeder.

## » De soep is klaar!

### ● Koude komkomersoep

(voor 4 tot 6 personen): 500 g komkommer, ½ ui, 2 eetlepels citroensap, ¾ l room, ¾ l kippenbouillon, 1 bosje dille, peper en zout.

Schil de komkommer en verwijder de zaden. Snij het vruchtvlees in stukjes. Rasp de ui. Doe de groeten in een mixerkom met de koude kippenbouillon en het citroensap. Mix ze zo glad mogelijk. Leng aan met de room en voeg er een handvol dille aan toe. Laat de mixer nog een paar minuten op volle snelheid draaien. Kruid naar smaak bij met peper en zout. Serveer het soepje lichtjes gekoeld maar niet ijskoud. (voor een lichtere versie vervang je de room door (magere) natuuryoghurt)



### ● Paprikavelouté

nodig voor 1 liter soep: snij 2 rode, 2 gele en 2 oranje paprika's in stukken. Laat ze 15 minuten koken in 1 l kippenbouillon of kruidenbouillon, samen met 2 teentjes knoflook en flink wat cayennepeper. Als de paprika's zacht zijn, pureer je alles met de staafmixer. Daarna giet je alles door een zeef. Werk af met een scheutje olijfolie extra vierge en wat gehakte bieslook.

## » Omelet special

### ● Omelet met prei en spekjes

Nodig (voor 4 stuks): 8 eieren, 250 g spekblokjes, 4 stengels prei, 2 teentjes knoflook, boter of olie, 1 koffielepel gehakte verse rozemarijn (of 1 mespunt tijm), peper en zout.

Snij de prei in fijne ringetjes. Pel de knoflook en hak hem fijn. Laat de spekblokjes uitbakken in een pan met antiaanbaklaag, zonder vetstof. Zet ze even aan de kant. Giet het spekvet weg.

Stoof in dezelfde pan de preiringen 5 minuten in olijfolie. Voeg er de knoflook en de rozemarijn aan toe. Doe er de spekblokjes weer bij. Hou dit warm op een zacht vuur. Klop de eieren los met peper en zout. Bak in een grote koekenpan vier omeletten van telkens 2 eieren. Verdeel het prei-spekjesmengsel over de omeletten. Vouw ze toe en serveer meteen. Lekker met gebakken aardappeltjes of brood.



### ● Omelet met feta

Nodig (voor 2 personen): 4 eieren, 2 eetlepels lichte room, 50 g feta, boter of olie, verse tijm, peper en zout.

Spits de eieren. Klop de dooiers los met de room, de afgeriste blaadjes van een paar takjes tijm en flink wat peper en zout. Klop de eiwitten stijf en spatel ze luchtig door het mengsel. Verkruiemel de feta.

Bak in een grote koekenpan, in flink wat boter of olie een omelet. Schud de pan af en toe, zodat de omelet niet gaat kleven. Strooi er, zodra de eieren beginnen te stollen, de verkruiemelde feta over en laat nog een paar minuten op een matig vuur staan, tot de kaas begint uit te smelten en de onderkant van de omelet goudbruin is. Lekker met sesambroodjes of lekker vers bruin brood.

### ● Pita met omelet

8 eieren, 4 pitabroodjes, olijfolie, 1 potje zure room, 1 eetlepel gehakte koriander, peper en zout.

Snij de pitabroodjes op. Verwarm ze in de oven. Klop de eieren los met peper, zout en de koriandeblaadjes. Verwarm een flinke eetlepel olijfolie in een koekenpan. Schenk er de eieren bij. Laat ze op een zacht vuurtje stollen. Vul de warme pitabroodjes met de omelet. Schep er een lepel zure room bij. Serveer meteen.

- **Wraps met omelet**

nodig (voor 2 personen): 2 tortillawraps, 2 eieren, 2 rode uien, 1 rode paprika, 2 eetlepels zure room, 1 eetlepel olijfolie, ½ eetlepel balsamico-azijn, zoete chilisaus, peper en zout

Pel de uien, snij ze in fijne ringen. Snij de paprika in blokjes. Roerbak de groenten een paar minuten in de olijfolie. Schenk er de balsamico bij, laat verdampen. Bak in dezelfde pan een luchtige gekruide omelet.

Verwarm de wraps even onder de grill of in de magnetron. Schep er de zure room op en een likje chilisaus. Verdeel de warme groenten en de omelet over de wraps. Kruid met peper en zout. Rol de wraps stevig op en serveer ze zo snel mogelijk.

- **Omelet met kaas en ham**

Nodig (voor 4 pers): 8 eieren, 4 schellen gekookte ham, 1 sjalot, 50 gram geraspte Parmezaanse kaas, 1 eetlepel boter.

Snij de ham in reepjes. Roer de eieren, de ham en de gesnipperde sjalot door elkaar.

Laat de boter smelten en giet er het eimengsel bij en laat het bakken tot het bovenste van het ei gestold is. Strooi de kaas over de omelet en zet hem onder de grill van de oven tot de kaas een mooi kleurtje heeft. Warm opdienen.

