

VOORGERECHTEN

Salade Parmaham

- 1 ½ zakje gemengde sla met rucola (AH)
- 200 gram dunne plakjes Parmaham of andere rauwe ham
- 75 gram geroosterde walnoten (walnoten droog in een droge koekenpan roosteren)
- 1 bakje kerstomaatjes
- Dressing van 1 eetlepel balsamico-azijn, 2 eetlepels olijfolie, ½ eetlepel honing, ½ eetlepel mosterd en peper

Vorbereiden 's ochtends

- Sla over platte schaal verdelen. Kerstomaatjes halveren. Plakken ham doormidden snijden. Dan dubbelvouwen.
Plakken Parmaham, geroosterde walnoten en kerstomaatjes verdelen over de sla.
- Dressing kloppen.

Bereiden vlak voor het eten

- Dressing over de salade gieten

Salade Caprese

- 1 ½ zakje gemengde sla met rucola (AH)
- 2 zakjes mini mozzarella
- 1 bakje kerstomaatjes
- 75 gram pijnboompitten, geroosterd

Dressing van 1 eetlepel witte balsamico-azijn, 3 eetlepels olijfolie, ½ eetlepel honing, ½ eetlepel mosterd en peper.

Vorbereiden 's ochtends

- Dressing maken van witte balsamico-azijn, olijfolie, honing, mosterd en peper.
- Mozzarellabolletjes halveren en plm. 1 uur marinieren in de dressing van de sla.
- Kerstomaatjes wassen en halveren. Pijnboompitten roosteren. Alles bij elkaar klaarzetten.

Bereiden vlak voor het eten

- Sla over platte schaal verdelen. Mozzarella, tomaten en pijnboompitten erover verdelen en dressing erover gieten.

Salade Pollo Tonnato

- 3 pakjes met plakjes kipfilet (liefst van de Lidl die zijn dikker gesneden)
- 1 groot blik tonijn naturel
- 2 theel. Citroensap
- 4 eetl. mayonaise
- 2 eetl. crème fraiche
- peper, zout
- 2 eetlepels kappertjes
- 1 zakje gemengde sla

Voorbereiden 's ochtends

Voor de tonijnsaus de tonijn laten uitlekken en fijnprakken. Mengten met citroensap, mayonaise, crème fraiche, wat peper en zout.

Bereiden vlak voor het eten

Kipfilet dakpansgewijs op platte schaal leggen. Tonijnsaus in het midden en een beetje over de kipfilet verdelen. Garneren met kappertjes.

Crostini met tomaat en tonijnsalade

- 2 voorgebakken stokbroden
- olijfolie
- 3 tenen knoflook uit de pers
- 500 gram pomodori tomaten
- 1 bosje of pakje basilicum
- Peper, zout
- 1 groot blik tonijn
- 1 kleine ui (fijngesneden)
- Kappertjes
- Mayonaise

Dag tevoren

Snij het stokbrood schuin in plakken van 1½ cm. Meng de olie met de knoflook en wat zout. Plakjes stokbrood aan beide zijden hiermee insmeren. Brood aan beide zijden licht roosteren.

Pitjes en vocht uit tomaten verwijderen. Tomaten heel fijn snijden. Vermengen met basilicum, peper en zout.

Tonijn fijnmaken en vermengen met ui, kappertjes en mayonaise. Vlak voor opdienen brood beleggen met tomaat of tonijn.

HOOFDGERECHTEN

Spaghetti met Bolognesesaus

- 500 gram spaghetti

Voor de saus (kan dag tevoren)

- 500 gram mager rundergehakt
- 2 blikjes tomatenblokjes
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 4 gedroogde tomaten
- 2 laurierblaadjes
- ½ eetlepel oregano
- 2 kruidenbouillontabletten
- scheutje balsamico-azijn
- wat suiker of honing
- peper en zout
- 1 eetlepel olijfolie

Pel en snipper de uien en de knoflook.

Snij de gedroogde tomaten in kleine stukjes.

Verhit olijfolie in een grote pan. Bak hierin het gehakt rul. Bak de uien mee tot deze glazig zijn.

Voeg dan de fijngehakte knoflook toe.

Doe de tomatenblokjes bij het gehakt en breng alles aan de kook. Doe deze bij de tomatensaus, evenals de kruidenbouillontabletten, laurierblaadjes en oregano. Laat alles plm. 30 minuten zachtjes pruttelen.

Maak de saus op smaak met balsamico-azijn, suiker of honing, peper en zout.

Dien op met Parmezaanse kaas.

Penne met gerookte kipfilet, champignons, courgette en gedroogde tomaten

- 500 gram penne of andere pasta naar smaak
- 350 gram gerookte kipfilet in blokjes (AH)
- 1 teentje knoflook fijngesneden
- 250 gram champignons, schoongemaakt in plakjes
- 1 courgette, in hele kleine blokjes gesneden
- 6 gedroogde tomaten, fijn gesneden.
- 1 klein glas witte wijn
- 4 lente-uitjes, schoongemaakt in kleine ringetjes
- 1 eetlepel olijfolie
- 100 ml room
- verkruid bouillontablet
- geraspte belegen kaas

Kook de pasta volgens gebruiksaanwijzing.

Verhit de olie en bak hierin de champignons op hoog vuur omscheppend tot ze bruin zijn.

Voeg de knoflook, courgette en de gedroogde tomaat toe en bak deze 5 minuten mee.

Doe de gerookte kipblokjes erbij. Blus af met de wijn. Voeg het verkruidde bouillontablet toe.

Breng alles aan de kook. Laat het vocht wat inkoken.

Doe dan de scheutje room erbij en laat weer iets inkoken.

Voeg hierna de fijngesneden lente-ui toe.

Roer de pasta erdoor.

Strooi er wat geraspte kaas over.

Je kunt dit zo eten of, in de oven op 200 graden verwarmen tot de kaas gekleurd is en dan smullen maar!

Pastarolletjes met prei en kaas

- 12 dunne preien
- 200 gram dunne plakjes belegen kaas
- 1 pak Cannelloni
- 1 groentebouillontablet
- 1 blik gepelde tomatenblokjes
- peper, zout
- oregano
- mespunt suiker
- 1 flink glas witte wijn
- 100 ml. slagroom
- 1 teentje knoflook
- 1 eetl olijfolie

Verwarm de oven voor op 200 gr. C.

Snij stukken van het voornamelijk witte en lichtgroene gedeelte van de prei die even groot zijn als de cannelloni's. Snij de prei nog in de lengte door zodat je twee stukken hebt. Was de prei en kook de preistukjes plm. 2 minuten in water met bouillontablet. Laat goed uitlekken en afkoelen. Wikkel elk stukje prei in een plakje kaas en schuif dit in een cannelonirolletje °C. Leg de rolletjes naast elkaar in een vuurvaste schaal.

Maak de tomatensaus door de olie te verhitten en de geperste knoflook even te laten zweten. Voeg de tomatenblokjes, room en de wijn erbij. Breng aan de kook en laat even doorkoken. Maak op smaak met peper, zout, oregano en suiker. Giet de tomatensaus over de cannelonirolletjes die onder de saus moeten staan. Bestrooi met geraspte kaas.

Zet de schaal 30-35 minuten in de oven tot de pasta rolletje beetgaar zijn.

Pittige tomatentaart met Comté

- plm. 8 plakjes diepvries bladerdeeg
- 6-8 stevige rijpe tomaten (liefst Pomedori)
- scherpe Dijonmosterd (of rode Provençaalse mosterd met paprika)
- 200 gr geraspte Comtékaas
- 100 gram geraspte belegen kaas
- 1 eetlepel gedroogde Provençaalse kruiden
- peper, zout
- olijfolie

Ontdooi het deeg en leg het in de vorm.

Snijd de ongepelde tomaten in schijven van een dikke centimeter, maar gooi het bovenste en onderste kapje weg.

Verwarm de oven voor op 200° C.

Strijk een dun laagje mosterd over de deegbodem. Bedek dit los met een flinke laag geraspte Comté en geraspte belegen kaas.

Leg daarop in één laag de tomatenschijven en zorg ervoor dat ze zoveel mogelijk tegen elkaar aanpassen.

Bestrooi met peper, zout en Provençaalse kruiden. Bedruppel naar smaak met peper, zout en olijfolie.

Schuif de taart op de onderste richel in de oven op stand onder- en bovenwarmte en laat in 30-35 minuten of meer indien nodig gaar en krokant bakken.

BIJGERECHTEN

Halve knoflooktomaten

- 8 grote rijpe tomaten
- 2 eetlepels fijngehakte peterselie
- 6 teentjes knoflook (geperst)
- 4 eetlepels olijfolie
- peper, zout
- 2 eetlepels balsamicoazijn

Verwarm de oven voor op 200 graden C.

Was de tomaten en snij ze dwars doormidden. Zet de tomaten met de snijkant naar boven in een vuurvaste schaal. Bestrooi de tomaten royaal met peper, zout.

Meng de geperste knoflook, peterselie en olie goed door elkaar. Verdeel dit ook over de tomaten.

Bak de tomaten ± 20 minuten in het midden van de oven.

Koud of lauwwarm opdienen.

Sperziebonensalade met rucola en gedroogde tomaten

- 150 gram rucola
- 500 gram sperziebonen
- 4 lente-uitjes
- 8 gedroogde tomaten op olie

Dressing

- 2 eetlepels olie van de gedroogde tomaten
- 4 eetlepels walnootolie
- 3 eetlepels balsamicoazijn
- 1 eetlepel honing
- ½ eetlepel mosterd
- zout en peper

Maak de sperziebonen schoon, snij ze eventueel in stukjes en kook ze beetgaar in water met zout (plm. 10 minuten). Koel de sperziebonen onder koud water. Laat ze goed uitlekken.

Maak de rucola schoon.

Maak de lente-uitjes schoon en snij deze in smalle ringetjes.

Laat de gedroogde tomaten uitlekken en snij of knip deze in kleine reepjes.

Maak een sausje van de tomatenolie, walnootolie, balsamicoazijn, honing en mosterd.

Doe de sperziebonen, gedroogde tomaten en lente-uitjes door elkaar.

Giet de saus erover. Laat alles goed intrekken.

Vlak voor het opdienen kan de rucola erdoor!

Gemengde groene salade

200 gram gemengde groene sla

Dressing

- peper, zout
- 2 eetlepels balsamico-azijn
- 5 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel honing
- ½ eetlepel pittige mosterd

Doe de sla in een mooie brede schaal.

Maak de dressing en giet die vlak voor het opdienen over de sla.

NAGERECHT**Perziken gevuld met bitterkoekjes en walnotenijis**

4 literblikken halve perziken

Vulling

- 250 gram bitterkoekjes (verkruimeld)
- 6 eetlepels suiker
- 6 eetlepels (room)boter
- 3 eidooiers
- walnotenijis

Voorbereiden

Perziken uitlekken. Pitholtes van de perziken wat groter maken. Het perzikpulp fijn snijden.

Verkruimelde bitterkoekjes, suiker, eidooier en boter door elkaar mengen.

De uitgeholde perziken hiermee vullen.

Perziken op met aluminiumfolie beklede bakplaat of in grote ovenschalen zetten.

Vlak voor opdienen

Oven voorverwarmen op 200 graden C. Perziken ± 15 minuten bakken. Af en toe overgieten met het vocht wat uit de perziken komt.

Warm opdienen met een bolletje walnotenijis.