

Voorjaarsprikkels!

Verskillende gegrilde groenten met knoflookolie en limoenboter

Ingrediënten: VB. Bloemkool, venkel, courgette, knolselderij en pompoen.
150 gram roomboter, 1 limoen.

- *Boter luchtig kloppen en rasp en sap van de limoen doormengen.
- *Maak knoflookolie en smeer daar de niet te dikke plakken groente mee in en grill ze in de hete pan.
- *Nadien licht zouten en peperen.
- *Serveren met de limoenboter

Bruschetta met tomaten/kaas salsa

Ingrediënten voor 4 personen: 4 plak volkoren brood, knoflookolie, peper, zout, rode ui, platte peterselie, tomaten, basilicum, olijfolie en belegen kaas.

- *Brood insmeren met knoflook olie en grillen in oven of pan.
- *Tomaten in kleine blokjes snijden mengen met ui, peterselie, basilicum.
- *Op smaak brengen met peper en zout en klein blokjes kaas.
- *Bruschetta beleggen met deze salsa.

Heinose uiensoep

Ingrediënten voor 4 personen: 4 uien, 1 teen knoflook, 250 gram gehakt, 1 liter groentebouillon en aardappelzetmeel.

- *Uien fijn snipperen met knoflook en in iets olie aanfruiten met gehakt en mag licht verkleuren.
- *Blussen met de bouillon van tablet en 10 minuten zacht laten trekken, licht afbinden met zetmeel.
- *Op smaak brengen met peper en zout.

TIP:

Serveren met croûtes van stokbrood en gesmolten kaas.

Gewokte Paksoi

Ingedienten voor 4 personen: 1 krop paksoi, knoflookolie, $\frac{1}{2}$ rode ui, 2 eetl. sojasaus, sesamzaad, peper en zout.

Wok goed heet maken en de gesnipperde ui en gesneden paksoy roerbakken.
Vuur laag en op smaak brengen met sojasaus, sesamzaad, peper.

TIP:

Combineren met paddenstoelen (Shiitake) en eten met rijst of noedels.

Fijn voorjaar en goed Pasen.

Paul Herbrink

