

Recept week 23

Paksoi, sla, prei en bleekselderij

Paksoi met geitenkaas en cashewnoten

1 ui
1 teentje knoflook
2 paksoi
250 g kerstomaatjes
100 g cashewnoten
zout
versgemalen peper
100 g verse geitenkaas

Verwarm de grill voor. Pel en snipper de ui. Pel en snijd de knoflook. Snijd de paksoi in repen en halveer de tomaten. Verhit olie in een pan en fruit de ui en knoflook. Bak de paksoi en tomaten mee en voeg de cashewnoten toe. Breng op smaak met zout en peper. Verdeel het gerecht over een ovenschaal en kruimel de geitenkaas erover. Gratineer het gerecht circa 5 minuten onder de grill.

Prei in exotische kerriesaus

300 g meergranenrijst
2 preien
1 rode peper
10 g boter
20 g bloem
1 el kerriepoeder
100 ml water
200 ml kokosmelk
0.5 kippenbouillonblokjes
1 mango
1 rode paprika
1 bosje koriander
150 g taugé
300 g varkenshaas
olijfolie om in te bakken
Extra nodig
keukenpapier
grillpan

Rijst

Kook de rijst gaar volgens de bereidingswijze op de verpakking.

Prei in exotische kerriesaus

Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook.

Halveer de preien in de lengte. Was en snijd de preien in halve ringen. Kook de preien in circa 4 minuten beetgaar. Giet af.

Snijd de onder- en bovenkant van de rode peper en rol de peper tussen je handen zodat de zaadjes eruit vallen. Snijd de peper fijn.

Smelt de boter in een pan en fruit de rode peper en de kerriepoeder circa 2 minuten. Voeg de bloem toe en gaar de bloem in circa 1 minuut. Schenk het water en de kokosmelk erbij en voeg het kippenbouillonblokjes toe. Breng het geheel al roerend met een garde aan de kook. Kook circa 5 minuten tot de saus dikker geworden is.

Schil de mango en snijd het vruchtvlees van de pit. Snijd het vruchtvlees in blokjes.

Halveer de paprika in de lengte, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprika in blokjes.

Voeg de prei, paprika en mango toe en kook circa 2 minuten door. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.

Snijd de koriander grof en roer met de taugé door het gerecht.

Varkenshaas

Verwarm een grillpan voor.

Snijd de varkenshaas in stukjes van circa 3 centimeter dik. Leg er plasticfolie op en druk de plakjes een beetje plat. Bestrooi met versgemalen peper en sprenkel er een beetje olie over. Gril de varkenshaas om en om in circa 5 minuten goudbruin en gaar en bestrooi met een beetje zout.

Serveren

Verdeel de rijst over borden. Verdeel de prei in exotische kerriesaus en de varkenshaas over de rijst.

Bleekselderij-ovenshotel

400 ml water

1 kippenbouillonblokje

300 g couscous

olijfolie om in te bakken

300 g rundergehakt

2 tl komijnpoeder

1 tl kaneelpoeder

400 g spinazie

100 g rozijnen

5 stengels bleekselderij

10 zongedroogde tomaten

75 g blauwe kaas

Extra nodig:

ovenschaal

plasticfolie

couscous

Breng het water aan de kook en los het bouillonblokje erin op. Verdeel de couscous over een kom en schenk de bouillon erop. Laat de couscous 5-10 minuten afgedekt met een bord of plasticfolie wellen.

Gehakt

Verhit een scheut olie in een pan en bak het gehakt circa 5 minuten. Voeg komijn- en kaneelpoeder toe en bak circa 1 minuten mee. Voeg de spinazie in 3 delen toe tot het helemaal geslonken is. Roer de rozijnen erdoor en breng op smaak met een beetje zout en peper.

Bleekselderij

Breng een pan met water aan de kook.

Verwijder de harde draden van de bleekselderij en snijd de bleekselderij in stukken van circa 3 centimeter lang.

Kook de bleekselderij in de pan met water in circa 3 minuten beetgaar. Giet de bleekselderij af en spoel koud.

Bleekselderij-ovenshotel

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Snijd de zongedroogde tomaten in reepjes. Verdeel de couscous over een ingevette ovenschaal en verdeel het gehakt erover. Verdeel vervolgens de bleekselderij en zongedroogde tomaten erover en verbrokkel de blauwe kaas erover.

Bak de ovenshotel circa 15 minuten in de oven tot de schotel warm is en de kaas is gesmolten.

EET SMAKELIJK!