

Recept week 34

Spitskool, sla, roerbak (champignons, paprika, courgette, uit) en bieten.

Spitskoolsalade met geitenkaas

1 kleine spitskool
50 g walnoten
250 cherrytomaten
1 bosje dragon
1 citroen
olijfolie extra vierge
120 g geitenkaas
Croutons
8 sneetjes volkorenbrood
olijfolie om in te bakken
Mosterd dressing
2 tl grove mosterd
1 el halvanaise
Extra nodig:
rasp
ovenschaal

Halveer de spitskool, verwijder de kern en snijd de spitskool in dunne repen.
Breng een pan water met een beetje zout aan de kook. Kook de spitskool in circa 4 minuten beetgaar.
Giet af en spoel koud. Laat de spitskool goed uitlekken.
Verwarm een kleine koekenpan en rooster de walnoten circa 4 minuten.
Halveer de cherrytomaten.
Pluk en snijd de dragon fijn.
Meng in een kom de spitskool, walnoten, cherrytomaten, dragon, rasp van de citroenschil en een scheutje olijfolie extra vierge. Breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper.
Verbrokkel de geitenkaas erover.
Croutons
Verwarm de oven voor op 180 °C.
Snijd de boterhammen in kleine blokjes. Meng het brood in de ovenschaal met een scheut olie en een beetje zout en versgemalen peper. Rooster het brood circa 8 minuten in de oven. Schep het brood na 4 minuten om.
Mosterd dressing
Meng in een kommetje de grove mosterd met de halvanaise.
Halveer de citroen en pers het sap uit boven het kommetje.
Serveren
Verdeel de salade over de borden en schep de dressing over de salade. Verdeel als laatste de croutons over de salades.

Gepofte groente

3 verse rode bieten
1 grote verse chioggiabiet
1 grote verse gele biet
1 rode ui
Ovenschotel
3 takjes rozemarijn
1 el honing
3 el frambozenazijn
0.5 el roze peperbessen
100 g walnoten
200 g geiten- of schapenyoghurt
50 g manchego (kaas)
50 g rucola
Extra nodig

bakplaat
een grote bus grof zeezout
ovenschaal
rasp

Groente poffen

Verwarm de oven voor op 200 °C. Bestrooi de bakplaat met een dikke laag grof zeezout.

Leg de bieten en ui op het zout. Pof de groente in circa 45 minuten.

Haal de gepofte groente uit de oven en verwijder het zout. Pel of schil de groente.

Tip: de groente is nu gaar en geschikt voor verder gebruik. Het zout onttrekt vocht, waardoor de groente een zeer geconcentreerde smaak krijgt. Gebruik voor het poffen alleen groente met een dikke schil, zodat de groente niet te zout wordt en de schil makkelijk te verwijderen is.

Ovenschotel

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Snijd de gepofte en gepelde bieten in dikke parten. Snijd de gepofte en gepelde ui in grove stukken.

Verdeel de bieten en ui in de ovenschaal.

Giet frambozenazijn en roze peperbessen over het bietenmengsel en bestrooi met zout en versgemalen peper.

Ris de rozemarijn en verdeel over de bieten en giet de honing erover.

Verdeel walnoten en meng door elkaar.

Doe wat schepjes geitenyoghurt over de bieten.

Rasp de manchego over de schaal. Gratineer de bietenschotel circa 20 minuten in de oven.

Serveren

Meng wat olijfolie door de rucola en garneer daarmee de ovenschotel.

Zomers Mediterraans stampotje

Voor het stampotje

800 g aardappels

1 kropsla

100 ml halfvolle melk

4 takjes verse tijm

85 g pijnboompitten

1 pot zongedroogde tomatenreepjes (320 ml)

Schil de aardappelen en kook ongeveer 20 minuten in kokend water met 1 eetlepel zout. Laat daarna 5-10 minuten goed uitstomen in de pan.

Ris de tijm van de takjes. Rooster de pijnboompitten kort goudbruin in een droge koekenpan. Laat de zongedroogde tomatenreepjes uitlekken (vang de olie uit de pot op!).

Verwijder het hart uit de kropsla en snijd de bladeren in fijne reepjes. Stamp de aardappelen fijn met de melk. Voeg niet alle melk in één keer toe, maar beetje bij beetje tot je de romigheid hebt bereikt die je lekker vindt.

Schep de reepjes sla, de tijm, de geroosterde pijnboompitten en de zongedroogde tomatenreepjes door de aardappelstamp. Voeg voor extra smeugigheid eventueel een beetje olie uit de pot tomaten toe. Kruid met peper en zout naar smaak.

EET SMAKELIJK!