

Recepten

Tijmen van der Spijk

November 2022

Contents

1	Vegetarisch	2
1.1	Pinto	2
1.2	Lasagne	3
2	Vlees	4
2.1	Rijst met pittige worstjes	4
3	Vis	6
3.1	Tagliatelle met zalm-roomsauce	6

Vegetarisch

Pinto

Ingrediënten (3-4 personen)

- 2 uien
- 4 teentjes knoflook
- 2 chilipepers
- 2 paprika's
- 2 blikken kidneybonen
- 200-300 gram zilvervliesrijst
- 1-2 el komijnpoeder
- peper, zout en 1 bouillon blokje

Instructies

1. Breng de zilvervliesrijst aan de kook.
2. Snipper ondertussen de uien, knoflook, chilipepers en de paprika's.
3. Verhit in een diepe pan wat olie. Fruit hierin de uien circa 10 minuten tot goudbruin.
4. Voeg de knoflook toe en bak de komijnpoeder mee voor ongeveer 1 minuut.
5. Voeg de paprika en de chilipepers toe en roer alles goed door elkaar.
6. Laat de alles even doorbakken en voeg daarna de bonen inclusief vocht bij de rest.
7. Voeg het bouillon blokje en peper en zout toe naar smaak.
8. Laat alles rustig inkoken totdat de rijst klaar is.

Lasagne

Ingrediënten

- ITEM 1
- ITEM 2
- ITEM 3

Instructies

1. INSTRUCTION 1
2. INSTRUCTION 2
3. INSTRUCTION 3

Vlees

Rijst met pittige worstjes

Ingrediënten (3-4 personen)

- 1 rode ui
- 1 chilipeper
- 2 teentjes knoflook
- 4 lente uien
- 2 tomaten
- 4 pittige worstjes
- 300 gram rijst
- 100 ml droge witte wijn
- 500 ml kippenbouillon
- bladpeterselie
- peper, zout en paprikapoeder

Instructies

1. Verhit olijfolie in een hoge brede pan.
2. Snipper de rode ui redelijk fijn en fruit voor ongeveer 5 minuten tot ze zacht zijn.
3. Snij ondertussen de chilipeper en de knoflook fijn en bak deze mee voor ongeveer 2 minuten.
4. Ontdoe de worstjes van hun velletje en verdeel ze in kleine balletjes.
5. Verhoog het vuur en voeg de worst toe aan de pan. Bak totdat ze licht bruin zijn.
6. Voeg 2 eetlepels paprikapoeder en peper en zout naar smaak toe.
7. Voeg de rijst toe en roer alles door zodat de rijst alle smaken goed kan absorberen.
8. Blus de pan af met de witte wijn en schraap de onderkant van de pan schoon.
9. Voeg de kippenbouillon toe en breng het geheel aan de kook.
10. Laat het geheel 15-20 minuten langzaam koken totdat de rijst gaar is.
11. Snijdt ondertussen de tomaten in blokjes en de lente ui in ringetjes.

12. Haal het geheel van het voeg en roer de tomaat en de lente ui voorzichtig erdoor.
13. Garneer het geheel met wat fijngesneden bladpeterselie.

Vis

Tagliatelle met zalm-roomsauce

Ingrediënten

- ITEM 1
- ITEM 2
- ITEM 3

Instructies

1. INSTRUCTION 1
2. INSTRUCTION 2
3. INSTRUCTION 3