



Witte chocolademousse met blauwebessencompote

met speculaas, limoen en mascarpone

Totale tijd: 75 - 85 min.



Speculaasstukjes



Mascarpone



Slagroom



Witte-chocoladedruppels



Limoen



Blauwe bessen



Stel je perfecte feestmaaltijd samen met onze speciale kerstselectie! Dit heerlijke hoofdgerecht is een van de vele recepten die je kunt combineren om je ideale feestmaaltijd te creëren. Bekijk alle opties in de categorie Kerst.



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Glazen, grote kom, fijne rasp, 2x steelpan, garde, hittebestendige kom

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Speculaastukjes (g)	15	30	45	60	75	90
Mascarpone* (g)	25	50	75	100	125	150
Slagroom* (ml)	50	100	150	200	250	300
Witte-chocoladedruppels (g)	25	50	75	100	125	150
Limoen* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1¼	1½
Blauwe bessen* (g)	35	65	100	125	165	190
Zelf toevoegen						
Honing [of plantaardig alternatief] (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Water voor saus (el)	½	1	1½	2	2½	3

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2192 /524	1244 /297
Vetten (g)	32	18
Waarvan verzadigd (g)	21,2	12
Koolhydraten (g)	34	19
Waarvan suikers (g)	26,7	15,1
Vezels (g)	1	1
Eiwit (g)	5	3
Zout (g)	0,3	0,2

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



1 Voorbereiden

- Weeg de speculaasstukjes en chocoladedruppels af.
- Weeg de room af.
- Breng een klein laagje water aan de kook in een steelpan. Zet een hittebestendige kom op de steelpan, maar zorg ervoor dat deze het water niet raakt.
- Voeg de chocoladedruppels toe aan de kom en laat smelten. Roer regelmatig door.



2 Mousse maken

- Rasp de limoen en pers het sap uit.
- Meng in een grote kom de mascarpone met de gesmolten chocolade en per persoon: ½ tl limoensap en ¼ tl limoensrasp.
- Voeg geleidelijk de room toe en klop ondertussen met een garde of handmixer in 3 - 6 minuten tot een gladde, stevige mousse.
- Proef en voeg eventueel meer limoensap of -rasp toe naar smaak.



3 Compote maken

- Voeg de speculaasstukjes toe aan de glazen en schep de mousse erop. Laat minimaal 1 uur in de koelkast staan.
- Meng in een steelpan de honing met de aangegeven hoeveelheid water voor de saus en ⅓ van de blauwe bessen.
- Laat 3 minuten pruttelen op middelmatig vuur. Prak met een vork.
- Laat nogmaals 3 minuten pruttelen en laat volledig afkoelen.



4 Serveren

- Verdeel de blauwebessencompote en de overige blauwe bessen over de mousse.
- Garneer met wat limoensrasp naar smaak.

Eet smakelijk!



Tomatensoep met kaasstengels en basilicumcrème

met verborgen groenten voor kinderen: wortel, bleekselderij en ui

Familie | Veggie

Totale tijd: 35 - 45 min.



Bladerdeeg



Geraspte Goudse kaas



Gedroogde tijm



Knoflookteentje



Siciliaanse kruidenmix



Basilicumcrème



Crème fraîche



Laurierblad



Tomatenblokjes met basilicum



Tomatenpuree



Tomaat



Mix van ui, wortel en bleekselderij



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Met onze verborgen-groentenrecepten kun jij maaltijden serveren die niet alleen vers en makkelijk te maken zijn, maar die stiekem boordevol groenten zitten die kinderen normaal naar de zijkant van hun bord duwen. Een stressvrij familiediner!



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, staafmixer, soeppan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Bladerdeeg* (roll(s))	½	¾	1	1½	1½	2
Geraspte Goudse kaas* (g)	15	25	40	50	65	75
Gedroogde tijm (zakje(s))	½	¾	1	1½	1½	2
Knoflookteent (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Siciliaanse kruidenmix (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Basilicumcrème (ml)	10	15	24	30	39	45
Crème fraîche* (g)	25	50	75	100	125	150
Laurierblad (stuk(s))	1	1	2	2	3	3
Tomatenblokjes met basilicum (pak(ken))	½	1	1½	2	2½	3
Tomatenpuree (kuipje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat (stuk(s))	2	4	6	8	10	12
Mix van ui, wortel en bleekselderij* (g)	100	200	300	400	500	600
Zelf toevoegen						
Zoutarme groentebouillon (ml)	250	500	750	1000	1250	1500
Olijfolie (el)	¼	½	¾	1	1½	1½
Honing [of plantaardig alternatief] (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3473 /830	381 /91
Vetten (g)	46	5
Waarvan verzadigd (g)	22,2	2,4
Koolhydraten (g)	78	9
Waarvan suikers (g)	32,7	3,6
Vezels (g)	12	1
Eiwit (g)	18	2
Zout (g)	4,2	0,5

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Rol het bladerdeeg uit.
- Snijd het bladerdeeg in twee gelijke helften. Verdeel over de ene helft de geraspte kaas en de tijm. Breng op smaak met peper en zout.
- Leg de andere helft van het deeg erop en druk voorzichtig aan. Snijd het bladerdeeg in repen van 2 cm.



Kaasstengels maken

- Pak een reep aan beide uiteinden vast en draai één uiteinde voorzichtig een paar keer om, zodat er een gedraaid kaasstengel ontstaat.
- Leg de kaasstengels op een bakplaat met bakpapier en herhaal tot alle repen gedraaid zijn.
- Bak de kaasstengels 13 - 15 minuten in de oven.



Bouillon bereiden

- Bereid de bouillon (zie Tip).
- Snijd de tomaat en knoflook in grote stukken.
- Verhit een klein scheutje olijfolie in een soeppan op middelhoog vuur. Bak de knoflook en tomatenpuree 1 minuut.
- Voeg de groentemix toe en bak 2 minuten mee.

Gezondheidstip Let jij op je zoutinnname? Vervang dan de bouillon door dezelfde hoeveelheid kokend water.



Soep koken

- Roer de verse tomaat en de tomatenblokjes uit pak erdoorheen en kook 1 - 2 minuten verder.
- Voeg de honing, de bouillon, het laurierblad en de Siciliaanse kruidenmix toe.
- Meng goed en laat de soep 15 - 20 minuten zachtjes koken op laag vuur.



Afmaken

- Haal de soeppan van het vuur. Haal het laurierblad uit de pan.
- Mix met een staafmixer tot een glad geheel.
- Voeg eventueel meer water toe als je de soep wilt verdunnen.
- Proef de soep en breng eventueel verder op smaak met peper en zout.



Serveren

- Verdeel de soep over kommen of diepe borden.
- Garneer met de basilicumcrème en de crème fraîche.
- Serveer met de kaasstengels.

Eet smakelijk!



Varkensboerenworst met aardappelpartjes en groenten

één simpel recept, met extra smaken voor ouders!

Familie Lekker snel

Totale tijd: 25 - 30 min.



Varkensboerenworst



Verse dille



Aardappelpartjes



Gele wortel



Wortel



Prei



Siciliaanse kruidenmix



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Je kunt dit recept makkelijk aanpassen aan de smaak van jouw kleintjes, zonder te hoeven inleveren op je eigen smaak. Houd het simpel voor de kinderen en geniet van de ingrediënten die speciaal voor jou zijn toegevoegd!

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Koekenpan met deksel, pan, kleine kom, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Varkensboerenworst* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Verse dille* (g)	2½	5	7½	10	12½	15
Aardappelpartjes* (g)	200	400	600	800	1000	1200
Gele wortel* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Wortel* (stuk(s))	½	1	1	1	2	2
Prei* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Siciliaanse kruidenmix (zakje(s))	¼	1	1½	2	2½	3
Zelf toevoegen						
Honing [of plantaardig alternatief] (tl)	1	2	3	4	5	6
Mosterd (tl)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
Zonnebloemolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
[Plantaardige] mayonaise (el)	1	2	3	4	5	6
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3364 /804	513 /123
Vetten (g)	52	8
Waarvan verzadigd (g)	16,5	2,5
Koolhydraten (g)	54	8
Waarvan suikers (g)	11,9	1,8
Vezels (g)	15	2
Eiwit (g)	25	4
Zout (g)	2,2	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



1 Aardappelen bakken

- Verhit een scheutje zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur (zie Tip). Bak de aardappelpartjes met de Siciliaanse kruidenmix in 15 minuten goudbruin en gaar. Schep regelmatig om. Breng op smaak met peper en zout.
- Breng ruim water aan de kook in een pan.

Tip: Kook je voor meer dan 2 personen? Gebruik dan 2 koekenpannen.



2 Worst bakken

- Snijd de wortel in plakjes. Kook de wortel in 8 - 10 minuten gaar. Giet af en laat uitstomen.
- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de boerenworst in 2 minuten rondom bruin.
- Dek vervolgens de pan af en bak 8 minuten op middelmatig vuur. Keer regelmatig om.
- Haal de worst uit de pan en bewaar apart.



3 Prei snijden

- Snijd de prei in halve ringen.
- Verhit een klontje roomboter in dezelfde pan op hoog vuur en bak de prei 3 - 4 minuten.
- Voeg de wortel toe en bak nog 3 - 4 minuten. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd ondertussen de dille fijn.



4 Serveren

- Meng in een kleine kom de mayonaise met de honing, mosterd en dille naar smaak. Breng op smaak met peper en zout.
- Serveer de aardappelen over borden met de boerenworst en groenten ernaast.
- Voor de ouders: serveer met de dille-mayonaise.
- Voor de kinderen: serveer met wat normale mayonaise naar smaak.

Eet smakelijk!

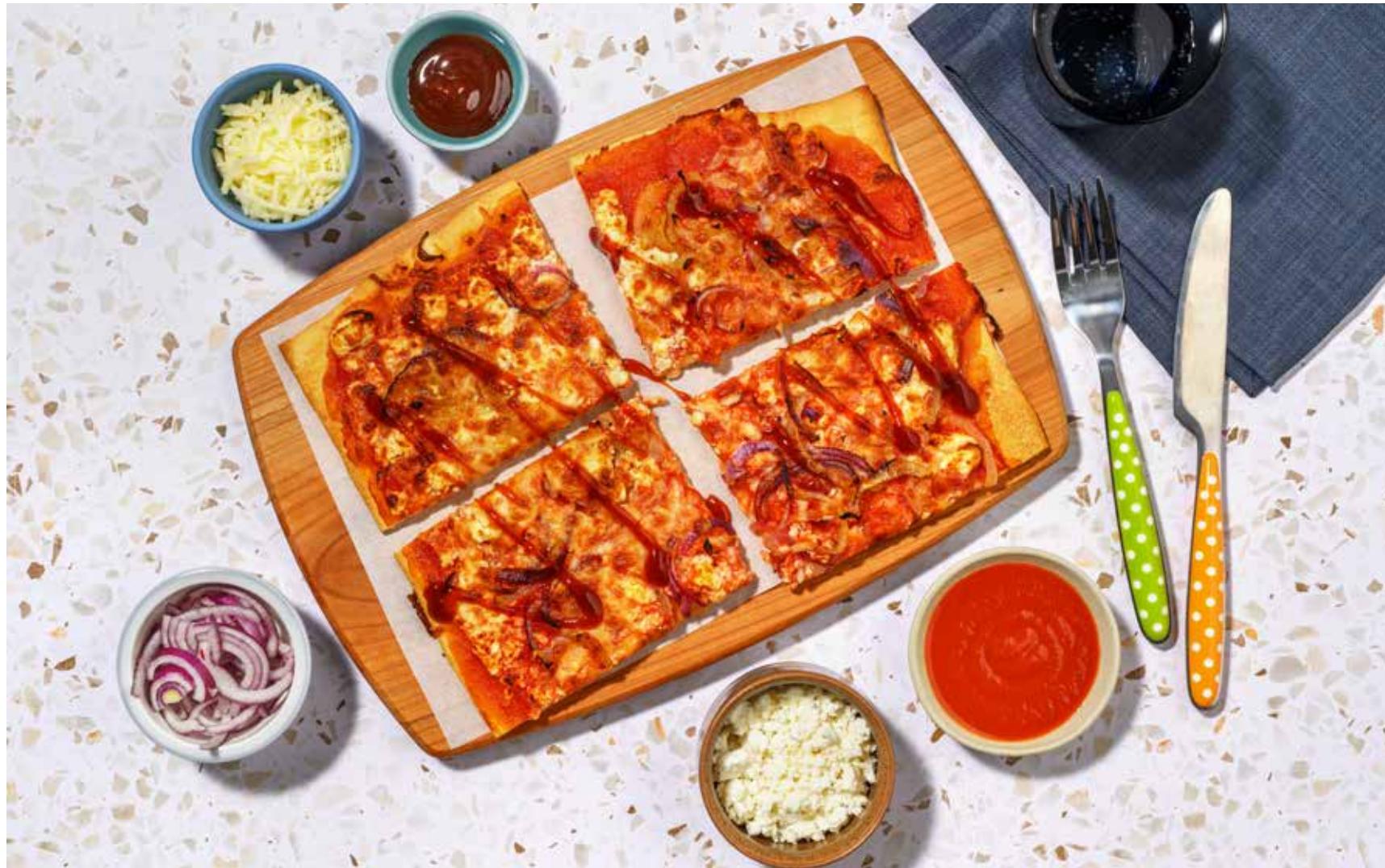


Extra cheesy familiepizzavond

zelf samenstellen, samen genieten!

Familie | Veggie | Lekker snel

Totale tijd: 25 - 30 min.



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Iedereen aan tafel, inclusief de jongste chefs, kan de maaltijd precies aanpassen naar hun smaak!
Dit recept heeft kies-en-mix-toppings, zodat je zelf kunt bepalen wat jij toevoegt.

Scheur mij af! ↗



Rode ui



Ui



Knoflookteentje



Pizzadeeg



Passata



Geraspte Goudse kaas



Witte kaas



Barbecuesaus

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, 2x kom, kleine kom, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Rode ui (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Ui (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Knoflookteentje (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Pizzadeeg* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Passata (g)	100	200	300	400	500	600
Geraspte Goudse kaas* (g)	40	75	115	150	190	225
Witte kaas* (g)	25	50	75	100	125	150
Barbecuesaus (g)	25	50	75	100	125	150
Zelf toevoegen						
[Plantaardige] roomboter (el)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Peper en zout						naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3640 / 870	785 / 188
Vetten (g)	30	6
Waarvan verzadigd (g)	16,2	3,5
Koolhydraten (g)	113	24
Waarvan suikers (g)	18,1	3,9
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	32	7
Zout (g)	5,9	1,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden (zie Tip).
- Snijd de uien in halve ringen.
- Voeg de rode ui toe aan een kom en bewaar apart.
- Pers de knoflook of snijd fijn.

Tip: Laat het pizzadeeg in de koelkast tot je het gaat gebruiken in stap 3, zo blijft het deeg koel en heb je het beste resultaat.



Saus maken

- Verhit een klein klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de knoflook en witte ui 1 - 2 minuten.
- Voeg de passata toe en laat 1 minuut zachtjes koken.
- Breng op smaak met peper en zout. Voeg de saus toe aan een kom.



Pizza beleggen

- Rol het pizzadeeg uit over een bakplaat met bakpapier.
- Verkruimel de witte kaas boven een kleine kom (zie Tip).
- Laat iedereen zijn eigen pizza naar smaak beleggen met de saus, rode ui en beide kazen, of beleg de pizza meteen zelf.

Gezondheidstip 🥑 Let jij op je zoutinnname? Garneer de pizza dan met de helft van de kaas. De overige kaas kun je bewaren voor een andere keer.



Serveren

- Bak de pizza 12 - 14 minuten in de oven, of tot de kaas goudbruin kleurt en gesmolten is.
- Snijd de pizza in stukken en serveer op borden.
- Serveer de barbecuesaus er apart naast en laat iedereen de saus naar smaak over de pizza besprenkelen.

Eet smakelijk!



Kalkoenfilet met krieltjessalade

met mini-romatomaten, komkommer en mais

Familie Lekker snel

Totale tijd: 20 - 25 min.



Krieltjes



Rode ui



Komkommer



Italiaanse kruiden



Mais in blik



Mini-romatomaten



Kalkoenfilet



Hello Buon Appetito



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Mini-romatomaten lijken misschien op cherrymaten, maar ze hebben minder zaadjes en zijn minder zoet dan cherrymaten. Perfect voor kleinere hapjes, met dezelfde klassieke tomatensmaak!

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, grote saladekom, pan, zeef, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Krieltjes (g)	200	400	600	800	1000	1200
Rode ui (stuk(s))	¼	½	1	1	1½	1½
Komkommer* (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Italiaanse kruiden (zakje(s))	½	¾	1	1½	1½	2
Mais in blik (g)	40	80	140	155	220	235
Mini-romatomaten (g)	50	100	200	200	300	300
Kalkoenfilet* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Hello Buon Appetito (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	¾	1½	2½	3	3½	4½
Witte balsamicoazijn (tl)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] mayonaise (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Peper en zout						naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2699 /645	446 /107
Vetten (g)	34	6
Waarvan verzadigd (g)	4,4	0,7
Koolhydraten (g)	47	8
Waarvan suikers (g)	12	2
Vezels (g)	10	2
Eiwit (g)	33	5
Zout (g)	1,2	0,2

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Krieltjes koken

- Breng ruim water met een snuf zout aan de kook in een pan voor de krieltjes.
- Was de krieltjes en halveer ze. Snijd eventuele grote krieltjes in kwartjes.
- Kook de krieltjes in 12 - 14 minuten gaar. Giet daarna af in een vergiet en spoel af met koud water.
- Bewaar apart en laat afkoelen (zie Tip).

Tip: Laat de krieltjes helemaal afkoelen, anders absorberen ze de mayonaise.



Mengen

- Voeg de kalkoenfilet toe aan een kom en besprengel met een scheutje olijfolie.
- Voeg de Hello Buon Appetito toe en schep goed om.
- Verhit een klein scheutje olijfolie in een pan op middelhoog vuur. Bak de kalkoenfilet 10 - 12 minuten, of tot hij gaar is. Breng op smaak met peper en zout.



Salade maken

- Snipper ondertussen de ui heel fijn (zie Tip).
- Giet de mais af. Halveer de mini-romatomaten.
- Snijd de komkommer in kleine blokjes.
- Meng in een grote saladekom de mayonaise met de witte balsamicoazijn en de Italiaanse kruidenmix.

Tip: De ui gaat rauw door de salade. Houd je hier niet van? Bak de ui dan mee met de kalkoen.



Serveren

- Voeg de krieltjes, komkommer, tomaat, ui en mais toe aan de saladekom.
- Meng door de dressing. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd de kalkoen in plakken.
- Verdeel de krieltjessalade over de borden en leg de kip erbovenop.

Eet smakelijk!



Brandt & Levie worst in kerriesaus met gefrituurde uitjes

met cheesy aardappelpuree en sperziebonen

Lekker snel

Totale tijd: 25 - 30 min.



Nieuw ingrediënt in je box! Samen met Brandt & Levie introduceren we een nieuwe smaak varkensworst met aromatische currykruiden. Deze unieke combinatie geeft een kruidige, lichtzoete en hartige twist aan hun ambachtelijke worst.

Scan de QR-code om meer te weten te komen over deze leverancier!



Varkensworst
met kerriekruiden



Ui



Knoflookteent



Wortel



Kerriepoeder



Sperziebonen



Aardappelen



Gefrituurde uitjes



Geraspte Goudse kaas

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Koekenpan met deksel, pan, pan met deksel, aardappelstamper, garde

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Varkensworst met kerriekruiden* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Ui (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteent (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Wortel* (stuk(s))	½	1	¾	1	1¼	2
Kerriepoeder (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Sperziebonen* (g)	100	200	300	400	500	600
Aardappelen (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Gefrituurde uitjes (g)	15	30	45	60	75	90
Geraspte Goudse kaas* (g)	15	25	40	50	65	75
Zelf toevoegen						
Zoutarme kippenbouillon (ml)	100	200	300	400	500	600
[Plantaardige] roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
Bloem (el)	½	1	1½	2	2½	3
Mosterd (tl)	½	1	1½	2	2½	3
[Plantaardige] melk	splash					
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3519 /841	496 /119
Vetten (g)	50	7
Waarvan verzadigd (g)	24,5	3,5
Koolhydraten (g)	72	10
Waarvan suikers (g)	12,1	1,7
vezels (g)	13	2
Eiwit (g)	28	4
Zout (g)	1,9	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Aardappelen koken

- Schil de aardappelen of was grondig en snijd in grove stukken.
- Zet de aardappelen onder water in een pan en kook 12 - 15 minuten.
- Giet af, maar bewaar wat van het kookvocht. Laat uistomen.



Sperziebonen koken

- Verwijder de steelaanzet van de sperziebonen. Voeg toe aan een pan en zet onder een laagje water.
- Voeg een snufje zout en de sperziebonen toe. Breng afgedekt aan de kook en laat 8 - 10 minuten zachtjes koken.
- Bereid de bouillon.
- Snijd de ui in halve ringen en pers de knoflook of snijd fijn. Snijd de wortel in dunne halve maantjes.



Worst bakken

- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de worst in 2 - 3 minuten rondom bruin.
- Voeg de wortel toe, verlaag het vuur naar middelmatig en dek de pan af. Bak 8 - 10 minuten en draai regelmatig om. Haal de worst uit de pan en houd apart.
- Voeg de knoflook en ui toe aan de wortel en bak 1 - 2 minuten op middelhoog vuur.



Saus maken

- Voeg het kerriepoeder toe en bak 1 minuut verder.
- Voeg de bloem toe en bak nog 1 minuut.
- Meng vervolgens met een garde geleidelijk de bouillon erdoor. Wacht tot de bouillon volledig is opgenomen en roer dan de helft van de mosterd erdoor. Breng op smaak met peper en zout.
- Leg de worst terug in de pan en laat 2 - 3 minuten op laag vuur sudderen.



Aardappelen stampen

- Stamp de aardappelen, een klontje roomboter en een scheutje melk of kookvocht met een aardappelstamper tot een grove puree.
- Roer de kaas en de overige mosterd erdoor. Breng op smaak met peper en zout.



Serveren

- Serveer de aardappelpuree, sperziebonen en worst op borden.
- Giet de kerriesaus erover en garneer met de gefrituurde uitjes.

Eet smakelijk!



Aubergine alla Milanese met gnocchi en mozzarella

met cherytomaten saus, rucola en peterselie

Veggie

Totale tijd: 30 - 40 min.



Gnocchi



Aubergine



Knoflookteent



Cherrytomaten in blik



Rucola



Verse bladpeterselie



Panko paneermeel



Balsamicocrème



Paprikapoeder



Siciliaanse kruidenmix



Hello Buon Appetito



Geraspte mozzarella

NIEUW
INGREDIËNT



Nieuw ingrediënt in je box! Proef de zon met Hello Buon Appetito: een rijke mix van tomaat, kruiden en een vleugje chili - perfect voor extra smaak in elk gerecht.

Wat vond je van dit ingrediënt? Scan de QR-code en laat het ons weten.



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, kom, diep bord, 2x grote koekenpan, deksel, keukenpapier

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Gnocchi (g)	200	400	600	800	1000	1200
Aubergine* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteent (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Cherrytomaten in blik (blik(ken))	½	1	1½	2	2½	3
Rucola* (g)	20	40	60	80	100	120
Verge bladpeterselie* (g)	5	10	15	20	25	30
Panko paneermeel (g)	25	50	75	100	125	150
Balsamicocrème (ml)	4	8	12	16	20	24
Paprikapoeder (tl)	1½	3	4½	6	7½	9
Siciliaanse kruidenmix (zakje(s))	½	1	2	2	3	3
Hello Buon Appetito (zakje(s))	½	1	1	2	2	3
Geraspte mozzarella* (g)	25	50	75	100	125	150
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Water (ml)	100	200	300	400	500	600
Suiker (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Bloem (el)	2	4	6	8	10	12
Extra vierge olijfolie			naar smaak			
Peper en zout			naar smaak			

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3318 /793	456 /109
Vetten (g)	26	4
Waarvan verzadigd (g)	7,1	1
Koolhydraten (g)	107	15
Waarvan suikers (g)	17,9	2,5
vezels (g)	12	2
Eiwit (g)	23	3
Zout (g)	2,4	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Pers de knoflook of snijd fijn.
- Snijd de peterselie grof en houd de takjes en bladeren apart van elkaar.
- Verhit een scheutje olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de Peterselietakjes, de knoflook en de Siciliaanse kruidenmix 1 minuut.
- Blus af met de tomaten en de helft van de aangegeven hoeveelheid water.



Aubergine snijden

- Voeg de Hello Buon Appetito en de suiker toe. Laat afgedekt op laag vuur zachtjes koken tot serveren. Roer regelmatig door.
- Snijd de aubergine in plakken van 1 cm dik en dep droog met keukenpapier.
- Meng in een kom de bloem met het paprikapoeder en de overige aangegeven hoeveelheid water. Breng op smaak met peper en zout.
- Voeg de panko toe aan een diep bord.



Gnocchi bakken

- Verhit een scheutje olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de gnocchi 6-8 minuten, of tot ze goudbruin kleuren. Houd apart onder aluminiumfolie.
- Verhit een scheutje olijfolie in dezelfde pan op middelhoog vuur. Wentel de aubergine eerst door het beslag en daarna door de panko. Bak 2-3 minuten per kant, of tot de korst goudbruin kleurt.



Serveren

- Laat de aubergine uitlekken op een vel keukenpapier en breng op smaak met peper en zout.
- Serveer de saus op diepe borden en verdeel de gnocchi en rucola erover. Garneer met de kaas en besprenkel met extra vierge olijfolie naar smaak
- Leg de aubergine erop en besprenkel met de balsamicocrème.
- Garneer met de overige peterselie.

Eet smakelijk!



Primavera lasagne met Siciliaanse kruiden

met romige saus en Goudse kaas

Familie | Veggie

Totale tijd: 50 - 60 min.



Knoflookteken



Paprika



Courgette



Siciliaanse kruidenmix



Passata



Verse lasagnebladen



Kookroom



Rode ui



Geraspte oude
Goudse kaas



Hello Buon Appetito



Nieuw ingrediënt in je box! Proef de zon met Hello Buon Appetito: een rijke mix van tomaat, kruiden en een vleugje chili - perfect voor extra smaak in elk gerecht.

Wat vond je van dit ingrediënt? Scan de QR-code en laat het ons weten.



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Hapjespan met deksel, ovenschaal, steelpan, garde

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Knoflookteken (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Paprika* (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Courgette* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Siciliaanse kruidenmix (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Passata (g)	200	400	600	800	1000	1200
Vergeleken lasagnebladen* (g)	85	170	250	330	420	500
Kookroom (g)	75	150	225	300	375	450
Rode ui (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Geraspte oude Goudse kaas* (g)	50	100	150	200	250	300
Hello Buon Appetito (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Zelf toevoegen						
Zoutarme groentebouillon (ml)	150	300	450	600	750	900
Olijfolie (el)	¼	½	¾	1	1½	1½
Water voor saus (ml)	30	60	90	120	150	180
Suiker (el)	¼	½	¾	1	1½	1½
[Plantaardige] roomboter (g)	20	40	60	80	100	120
Bloem (g)	20	40	60	80	100	120
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	4000 / 956	456 / 109
Vetten (g)	51	6
Waarvan verzadigd (g)	31,2	3,6
Koolhydraten (g)	90	10
Waarvan suikers (g)	25,5	2,9
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	30	3
Zout (g)	3,2	0,4

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 220 graden en bereid de bouillon (zie Tip).
- Snipper de ui en pers de knoflook of snijd fijn.
- Snijd de courgette en paprika in blokjes.

Tip: Is het lastig om een kleine hoeveelheid bouillon te bereiden? Bereid dan 500 ml bouillon met 1 bouillonblokje en meet daarna de juiste hoeveelheid af. De overige bouillon kun je invriezen voor een volgende keer of bewaren voor een klein lunchsoepje de volgende dag.



Tomatensaus maken

- Verhit een klein scheutje olijfolie in een hapjespan op middelhoog vuur. Bak de knoflook en ui 2 minuten.
- Voeg daarna de courgette, paprika, Hello Buon Appetito en de Siciliaanse kruiden toe. Bak 4 - 5 minuten.
- Voeg de passata, de suiker en de aangegeven hoeveelheid water voor de saus. Laat, afgedekt, 5 minuten zachtjes koken. Breng op smaak met peper en zout.



Roux bereiden

- Weeg de bloem en roomboter af.
- Verhit de roomboter in een steelpan op middelhoog vuur.
- Voeg de bloem toe en roer goed door met een garde tot deze lichtbruin kleurt.
- Voeg ½ van de room toe en roer door tot de room volledig is opgenomen.



Roomsauzen maken

- Herhaal, zodra de saus zachtjes kookt, deze handeling nog 2 keer met de overige room.
- Roer constant om klontjes te voorkomen (zie Tip).
- Voeg de bouillon toe en laat 3 minuten inkoken op hoog vuur.
- Breng op smaak met peper en zout.

Tip: Toch klontjes gekregen? Probeer eerst met de garde alles weg te kloppen en schenk anders door een zeef.



Lasagne maken

- Snijd indien nodig de lasagnebladeren kleiner om passend te maken voor jouw ovenschaal.
- Verdeel een dun laagje tomatensaus over de bodem van een ovenschaal en leg er een laag lasagnebladeren bovenop.
- Bedeck met een dun laagje roomsaus. Schenk hier een dun laagje tomatensaus overheen.
- Herhaal dit tot alle lasagnebladen op zijn en eindig met een laag roomsaus.



Serveren

- strooi de kaas over de lasagne. Bak de lasagne 30 - 35 minuten in de oven, of tot hij een mooi goudbruin korstje heeft.
- Laat de lasagne 3 minuten rusten. Serveer daarna over borden.

Eet smakelijk!



Witte grillkaas met pestodressing

met aardappelen met oregano en geroosterde groenten

Veggie

Totale tijd: 45 - 55 min.



Aardappelen



Knoflookteentje



Rode ui



Paprika



Courgette



Gedroogde oregano



Pesto genovese



Witte grillkaas



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Wist je dat "pesto" letterlijk "gestampt" betekend? Dit komt omdat pesto traditioneel wordt bereid in een vijzel.

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

2x bakplaat met bakpapier, kom, keukenpapier, kleine kom, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p	
Aardappelen (g)	250	500	750	1000	1250	1500	
Knoflookteent (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3	
Rode ui (stuk(s))	½	1	2	2	3	3	
Paprika* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3	
Courgette* (stuk(s))	½	1	1	2	2	3	
Gedroogde oregano (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3	
Pesto genovese* (g)	20	40	60	80	100	120	
Witte grillkaas* (g)	100	200	300	400	500	600	
Zelf toevoegen							
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6	
Water voor saus (el)	½	1	1½	2	2½	3	
Peper en zout			naar smaak				

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3368 /805	520 /124
Vetten (g)	48	7
Waarvan verzadigd (g)	24,9	3,8
Koolhydraten (g)	62	10
Waarvan suikers (g)	13,4	2,1
Vezels (g)	10	2
Eiwit (g)	32	5
Zout (g)	3,2	0,5

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 220 graden.
- Snijd de kaas in 3 dikke plakken per persoon. Voeg toe aan een kom met koud water en zet apart tot later gebruik.
- Snijd de aardappelen in stukken van 2 cm en verdeel over een bakplaat met bakpapier.
- Besprengel met een scheutje olijfolie en bestrooi met de oregano. Breng op smaak met peper en zout. Schep goed om.



Aardappelen roosteren

- Rooster de aardappelen 30 - 40 minuten bovenin de oven. Schep halverwege om.
- Snijd de courgette in halve maantjes van 2 cm dik en snijd de paprika in grove blokjes.
- Snijd de ui in partjes. Snijd de knoflook in plakjes.
- Voeg alles toe aan een bakplaat met bakpapier en besprengel met een scheutje olijfolie. Breng op smaak met peper en zout en schep goed om.



Kaas bakken

- Rooster de groenten 20 - 25 minuten in het midden van de oven. Schep halverwege om.
- Giet, tijdens de laatste 10 minuten van het roosteren, de kaas af en dep droog met keukenpapier.
- Verhit een koekenpan zonder olie op middelhoog vuur. Bak, wanneer de pan goed heet is, de kaas in 2 - 3 minuten per kant goudbruin.



Serveren

- Meng ondertussen in een kleine kom de pesto met de aangegeven hoeveelheid water voor de saus. Voeg eventueel meer water toe voor een dunnere pesto.
- Serveer de aardappelen en groenten op borden.
- Verdeel de kaas erover en besprengel alles met de pesto.

Eet smakelijk!

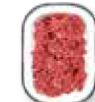


Romige rigatoni met rundergehakt en aubergine

met tomatentapenade en rucola

Familie Lekker snel

Totale tijd: 25 - 30 min.



Rundergehakt met Italiaanse kruiden



Rigatoni



Kookroom



Aubergine



Tomatentapenade



Knoflookteentje



Ui



Rucola



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Rigatoni, met hun opvallende geribbelde vorm, zijn als kleine smaakmagneten in de wereld van pasta. Door hun ribbels houden rigatoni sauzen perfect vast, waardoor elke hap een smaakexplosie wordt.

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Kom, hapjespan, pan, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Rundergehakt met Italiaanse kruiden* (g)	100	200	300	400	500	600
Rigatoni (g)	90	180	270	360	450	540
Kookroom (g)	50	100	150	200	250	300
Aubergine* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Tomatentapenade* (g)	20	40	60	80	100	120
Knoflookteent (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Ui (stuk(s))	1	2	2	4	4	6
Rucola* (g)	20	40	60	80	100	120
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Bloem (el)	½	1	1½	2	2½	3
Zoutarme groentebouillon (ml)	60	120	180	240	300	360
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3594 /859	662 /158
Vetten (g)	42	8
Waarvan verzadigd (g)	14,5	2,7
Koolhydraten (g)	82	15
Waarvan suikers (g)	14,1	2,6
Vezels (g)	8	1
Eiwit (g)	36	7
Zout (g)	1,9	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Aubergine bakken

- Breng ruim water met een snuf zout aan de kook in een pan voor de pasta.
- Snijd de aubergine in blokjes van 1 - 2 cm. Meng in een kom de aubergine met de bloem.
- Verhit een scheutje olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de aubergine in 8 - 10 minuten rondom bruin en zet het vuur uit.

Weetje Aubergine is een veelzijdige groente. Wist je dat hij vol zit met ijzer en vitamine C?



Pasta koken

- Kook ondertussen de pasta 13 - 15 minuten. Giet af en laat uistomen.
- Bereid ondertussen de bouillon.
- Snipper de ui. Pers de knoflook of snijd fijn.
- Verhit de overige olijfolie in een hapjespan op middelhoog vuur en bak de ui en knoflook 3 - 4 minuten.



Saus maken

- Voeg het gehakt toe en bak in 3 minuten los.
- Blus het gehakt af met de bouillon en de zwarte balsamicoazijn. Voeg de room en de tomatentapenade toe en kook nog 4 - 5 minuten op laag vuur.



Serveren

- Verdeel ¾ van de rucola over diepe borden.
- Voeg de pasta en de aubergine toe aan de saus en roer goed door. Breng flink op smaak met peper en zout.
- Serveer de pasta op de borden
- Garneer met de overige rucola.

Eet smakelijk!



Luxe caesarsalade met kip en ontbijtspek

met zelfgemaakte dressing, parmezaan en croutons

Premium

Totale tijd: 30 - 40 min.



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

De caesarsalade is eigenlijk ontstaan als noodoplossing tijdens plotselinge drukte in het restaurant van Cesare Cardini in Mexico!

Scheur mij af! ↗



Kipfilet



Ontbijtspek



Ei



Sperziebonen



Limoen



Knoflookteentje



Romaine



Witte ciabatta



Parmigiano Reggiano
DOP

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, fijne rasp, pan, kleine kom, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Kipfilet* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Ontbijtspek* (plakje(s))	2	4	6	8	10	12
Sperziebonen* (g)	90	180	200	360	380	540
Ei* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Knoflookteent (stuk(s))	1	1	2	2	3	3
Witte ciabatta (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Romaine* (krop(pen))	½	1	2	2	3	3
Parmigiano Reggiano DOP* (g)	20	40	60	80	100	120
Limoen* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1¼	1½
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1½	3	4½	6	7½	9
[Plantaardige] mayonaise (el)	3	6	9	12	15	18
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	4439 /1061	811 /194
Vetten (g)	83	15
Waarvan verzadigd (g)	16,5	3
Koolhydraten (g)	29	5
Waarvan suikers (g)	5,6	1
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	50	9
Zout (g)	2,9	0,5

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Kip en spek bakken

- Verhit een flinke scheut olijfolie in een koekenpan op middelmatig vuur. Bak de kip 5 - 6 minuten op de ene kant.
- Draai de kip om, voeg het spek toe en bak 5 minuten verder.
- Haal de kip uit de pan en laat rusten onder aluminiumfolie. Bewaar het spek apart.



Croutons maken

- Snijd het brood in blokjes.
- Verhit een scheutje olijfolie in dezelfde koekenpan op middelhoog vuur. Bak het brood in ongeveer 5 minuten tot goudbruine croutons.
- Schud regelmatig om zodat de croutons niet aanbranden.



Sperziebonen koken

- Breng ondertussen een bodempje water aan de kook in een pan.
- Verwijder de steelaanzet van de sperziebonen en was het ei grondig. Leg beide in de pan en kook 5 - 6 minuten (zie Tip).

Tip: Liever een hardgekookt ei? Kook het dan 8 - 12 minuten in een aparte pan. Laat de eieren schrikken onder koud water - zo kun je ze gemakkelijk pellen.



Dressing maken

- Rasp ondertussen de Parmigiano Reggiano en pers de knoflook of snijd fijn.
- Pers de helft van de limoen uit en snijd de overige limoen in partjes.
- Meng in een kleine kom de mayonaise met de knoflook, ½ van de Parmigiano Reggiano en een scheutje limoensap naar smaak. Breng op smaak met peper.



Afmaken

- Snijd ondertussen de sla grof.
- Snijd de kip in plakken en snijd het ei in partjes.



Serveren

- Meng in een serveerschaal de sla met de sperziebonen en de croutons.
- Verdeel het ei erover en garneer met de overige Parmigiano Reggiano. Besprenkel met de dressing naar smaak.
- Verdeel het spek en de kip erover. Breng op smaak met peper en zout en serveer met de limoenpartjes.

Eet smakelijk!



Kabeljauwfilet met serranoham, Parmigiano Reggiano en salie met romige pompoenrisotto en tuinkers

Premium

Totale tijd: 45 - 55 min.



Speciaal ingrediënt in je box! Flespompoen, een zoete herfst- en wintergroente, is perfect voor soepen, ovengerechten en puree.

Wat vond je van dit ingrediënt? Scan de QR-code en laat het ons weten.



Flespompoen



Kabeljauwfilet



Risottorijst



Verse salie



Knoflookteent



Serranoham



Ui



Parmigiano Reggiano DOP



Kookroom



BBQ-rub



Tuinkers

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, hapjespan, staafmixer, fijne rasp, keukenpapier, steelpan, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Flespompoen* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1¼	1½
Kabeljauwfilet* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Risottorijst (g)	75	150	225	300	375	450
Verse salie* (g)	5	10	15	20	25	30
Knoflookteent (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Serranoham* (g)	20	40	60	80	100	120
Ui (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Parmigiano Reggiano DOP* (g)	10	20	30	40	50	60
Kookroom (g)	75	150	225	300	375	450
BBQ-rub (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Tuinkers* (g)	10	20	30	40	50	60
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Zoutarme groenteboillon (ml)	300	600	900	1200	1500	1800
[Plantaardige] roomboter (el)	2	4	6	8	10	12
Witte balsamicoazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Honing [of plantaardig alternatief] (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	4506 / 1077	498 / 119
Vetten (g)	56	6
Waaran verzadigd (g)	29,3	3,2
Koolhydraten (g)	101	11
Waaran suikers (g)	13,7	1,5
vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	44	5
Zout (g)	3,1	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden en bereid de bouillon.
- Halveer de flespompoen in de lengte.
- Verwijder de zaden en de draderige binnenkant en snijd de hals van de pompoen in blokjes. Snijd de onderste helft van de pompoen in halve maantjes.
- Verdeel alle pompoen over een bakplaat met bakpapier en besprengel met een scheutje olijfolie. Bestrooi met de **BBQ-rub** (let op: pittig! Gebruik naar smaak) en rooster 18 - 20 minuten in de oven.



Vis bakken

- Dep de vis droog met keukenpapier en breng beide kanten op smaak met peper en zout.
- Verhit een flinke klont roomboter in dezelfde koekenpan op middelhoog vuur en bak de vis 1 - 2 minuten per kant.
- Snipper ondertussen de ui en rasp de Parmigiano Reggiano.
- Scheur of knip de tuinkers af.



Risotto bereiden

- Pers de knoflook of snijd fijn. Verhit een klontje roomboter in een hapjespan op middelhoog vuur en fruit de knoflook 1 minuut.
- Voeg de risottorijst toe en bak 1 minuut al roerend.
- Voeg de bouillon toe en laat de rijstkorrels de bouillon langzaam opnemen. Roer regelmatig door.
- Scheur ondertussen de serranoham in stukken en ris de salieblaadjes van de stelen.



Afmaken

- Verhit een klontje roomboter in een steelpan op middelhoog vuur en fruit de ui 2 minuten.
- Blus af met de witte balsamicoazijn.
- Voeg de room, honing en pompoenblokjes toe. Gebruik een staafmixer om het geheel tot een gladde saus te mixen.
- Voeg de saus toe aan de risotto samen met de helft van de Parmigiano Reggiano en de helft van de tuinkers. Breng op smaak met peper.



Serranoham bakken

- De risotto is gaar zodra de korrel van buiten zacht is en nog een lichte bite heeft van binnen. Dit duurt ongeveer 18 - 20 minuten.
- Voeg eventueel extra water toe om de rijst nog verder te garen.
- Verhit een scheutje olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de serranoham samen met de salieblaadjes 5 - 7 minuten. Haal daarna uit de pan en bewaar apart.



Serveren

- Serveer de risotto over diepe borden. Garneer met de overige stukjes flespompoen. Leg de vis erbovenop.
- Besprengel de vis met het achtergebleven bakvocht uit de pan.
- Garneer met de serranoham, salie, de overige tuinkers en overige de Parmigiano Reggiano.

Eet smakelijk!



Cheeseburger met ontbijtspek op brioche

met krieltjes en knapperige appelsalade

Lekker snel | Premium

Totale tijd: 20 - 25 min.



Meatier-burger



Appel



Rode cherrytomaten



Ontbijtspek



Voorgekookte halve krieltje met schil



BBQ-rub



Geraspte oude Goudse kaas



Briochebroodje



Uienchutney



Slamix met radicchio, rucola en bladsla



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Hamburgers zijn klassiek comfortfood, met smaakvolle burgers in een zacht broodje. Je kunt eindeloos variëren met verschillende toppings!



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, 2x koekenpan met deksel, saladekom

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Meatier-burger* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Appel* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Rode cherrytomaten (g)	100	200	300	375	500	575
Ontbijtspek* (plakje(s))	2	4	6	8	10	12
Voorgekookte halve kriel met schil* (g)	200	400	600	800	1000	1200
BBQ-rub (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Geraspte oude Goudse kaas* (g)	25	50	75	100	125	150
Briochebroodje (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Uienchutney* (g)	40	80	120	160	200	240
Slamix met radicchio, rucola en bladsla* (g)	30	60	90	120	150	180
Zelf toevoegen						
Mosterd (tl)	1	2	3	4	5	6
Witte balsamicoazijn (tl)	1	2	3	4	5	6
Extra vierge olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Honing [of plantaardig alternatief] (tl)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] mayonaise						naar smaak
Peper en zout						naar smaak

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	4515 /1079	637 /152
Vetten (g)	52	7
Waaranvan verzadigd (g)	25,6	3,6
Koolhydraten (g)	106	15
Waaranvan suikers (g)	35,9	5,1
vezels (g)	12	2
Eiwit (g)	41	6
Zout (g)	4,2	0,6

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Verwijder het klokhuis van de appel en snijd de appel in dunne plakjes. Halver de cherryltomaten.
- Haal de ontbijtspekplakjes los van elkaar en leg ze op een bakplaat met bakpapier. Bak het spek 5 - 8 minuten in de oven.
- Bak, kort voor serveren, het broodje 2 - 3 minuten in de oven.



Krieltjes bakken

- Verhit een klontje roomboter in een hapjespan op middelhoog vuur. Bak de voorgekookte krieltjes en de **BBQ-rub** (let op: pittig! Gebruik naar smaak), afgedekt, 9 minuten.
- Haal het deksel van de pan en bak nog 5 minuten. Breng op smaak met peper en zout.



Burger bakken

- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de burger 3 - 4 minuten.
- Draai de burger om en verdeel de geraspte kaas eroverheen. Dek de pan af en bak nog 3 - 4 minuten.
- Meng in een saladekom de mosterd, honing, extra vierge olijfolie en witte balsamicoazijn. Breng op smaak met peper en zout.



Serveren

- Voeg de appel, cherryltomaten en de slamix toe aan de saladekom. Meng goed met de dressing.
- Serveer de krieltjes met mayonaise naar smaak.
- Snijd het briochebroodje open. Beleg met de burger, het ontbijtspek en de uienchutney. Serveer met de salade ernaast.

Eet smakelijk!



Varkenshaas met harissa, granaatappel en pompoen

met witte kaas, tahin en bulgur

Lekker snel | Premium

Totale tijd: 25 - 30 min.



Varkenshaas



Limoen



Bulgur



Pompoenblokjes



Rode ui



Tahinsaus



Za'atar



Spinazie



Witte kaas



Granaatappel



Verse bladpeterselie



Harissa



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Tahin is een pasta gemaakt van sesamzaad. Het wordt veel gebruikt in de mediterrane, Aziatische, Midden-Oosterse en Afrikaanse keuken.



Scheur mij af!

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Bakplaat met bakpapier, diep bord, fijne rasp, ovenschaal, pan met deksel, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Varkenshaas* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Bulgur (g)	75	150	225	300	375	450
Pompoenblokjes* (g)	75	150	300	300	450	450
Rode ui (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Tahinsaus* (g)	20	40	60	80	100	120
Za'atar (zakje(s))	½	1	1½	2	2½	3
Spinazie* (g)	50	100	150	200	250	300
Witte kaas* (g)	25	50	75	100	125	150
Granaatappel* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1½	1½
Verse bladpeterselie* (g)	5	10	15	20	25	30
Harissa* (g)	15	30	45	60	75	90
Limoen* (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Extra vierge olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
[Plantaardige] roomboter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Zoutarme groente bouillon (ml)	150	300	450	600	750	900
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3510 / 839	522 / 125
Vetten (g)	42	6
Waarvan verzadigd (g)	13,3	2
Koolhydraten (g)	76	11
Waarvan suikers (g)	10,6	1,6
Vezels (g)	13	2
Eiwit (g)	45	7
Zout (g)	2,3	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



1



2



3



4



5



6

Voorbereiden

- Verwarm de oven voor op 200 graden. Bereid de bouillon in een pan.
- Snijd de ui in 8 partjes. Verdeel de ui en pompoen over een bakplaat met bakpapier.
- Besprengel een scheutje olijfolie. Breng op smaak met peper en zout en schep goed om.
- Rooster de groenten 14 - 16 minuten in de oven. Schep halverwege om.

Bulgur koken

- Voeg de bulgur toe aan de bouillon en kook, afgedekt, 10 - 12 minuten op middelmataag vuur.
- Roer met een vork de bulgur voorzichtig los.
- Rasp de schil van de limoen. Snijd de helft van de limoen in partjes en pers de andere helft uit boven een diep bord.
- Voeg de harissa en ½ tl limoenrasp per persoon toe. Roer goed door.

Mengen

- Rol ondertussen de granaatappel al duwend over het aanrecht zodat je de pitjes hoort kraken. Snijd de granaatappel doormidden en haal de granaatappelpitjes uit de schil.
- Meng in een kleine kom de tahin met het sap van 1 limoenpartje per persoon.

Afmaken

- Roer de spinazie, za'atar en de extra vierge olijfolie door de bulgur (zie Tip). Meng goed door en breng op smaak met peper en zout.
- Snijd de peterselie grof.
- Snijd de varkenshaas in plakken.

Tip: Zorg ervoor dat de bulgur nog warm is, zodat de spinazie kan slinken.

Serveren

- Verdeel de bulgur over diepe borden en leg de pompoen, ui en varkenshaas erbovenop.
- Verkruimel de kaas eroverheen en besprengel met de tahinsaus.
- Garneer met de peterselie en de granaatappelpitjes.

Eet smakelijk!



Gekonfijte eend met pittige ananas-stir-fry

met taugé, verse kruiden en pinda's

Lekker snel | Premium

Totale tijd: 25 - 30 min.



Nieuw ingrediënt in je box! Deze zoete, sappige ananasstukjes geven je gerechten een tropische, frisse twist.

Wat vond je van dit ingrediënt? Scan de QR-code en laat het ons weten.



Gekonfijte eendendijfilet



Brede rijstnoedels



Vissaus



Sojasaus met minder zout



Limoen



Ongezouten pinda's



Munt, koriander en Thais basilicum



Taugé



Ui



Paprika



Ananasstukjes



Knoflookteentjes



Verse gember



Rode peper

Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, kom, koekenpan met deksel, fijne rasp, pan, zeef, wok of hapjespan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Gekonfijte eendendijfilet* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Brede rijstnoedels (g)	50	100	150	200	250	300
Vissaus (ml)	10	20	30	40	50	60
Sojasaus met minder zout (ml)	5	10	15	20	25	30
Limoen* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Ongezouten pinda's (g)	10	20	30	40	50	60
Munt, koriander en Thais basilicum* (g)	5	10	15	20	25	30
Tauge* (g)	25	50	75	100	125	150
Ui (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Paprika* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Ananasstukjes (g)	115	227	340	454	567	681
Knoflookteentjes (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Verge gember* (tl)	1	2	3	4	5	6
Rode peper* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Zelf toevoegen						
Zonnebloemolie (el)	1	1½	2	2½	3½	4
[Plantaardige] roomboter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Bruine basterdsuiker (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3339 /798	677 /162
Vetten (g)	43	9
Waarvan verzadigd (g)	11,6	2,4
Koolhydraten (g)	68	14
Waarvan suikers (g)	22,6	4,6
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	36	7
Zout (g)	3,6	0,7

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Noedels koken

- Breng ruim water aan de kook in een pan. Kook de noedels 3 - 4 minuten.
- Voeg de taugé toe en kook nog 1 minuut.
- Bewaar 1 el kookvocht per persoon, giet af en spoel af onder koud water.
- Voeg terug toe aan de pan en besprenkel met zonnebloemolie. Schep goed om en zet apart.



Groenten snijden

- Pers ondertussen de knoflook of snij fijn. Pel de gember en snij of rasp fijn.
- Verwijder de zaadlijsten uit de **rode peper** (let op: pittig! Gebruik naar smaak) en snij fijn.
- Snijd de paprika in blokjes en snij de ui in halve ringen.
- Giet de ananas af.



Eend bakken

- Verhit een scheutje zonnebloemolie in een wok of hapjespan op middelhoog vuur. Roerbak de knoflook met de gember, **rode peper**, ananas, ui en paprika 4 - 6 minuten.
- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de eend met de marinade uit de verpakking, afgedeckt, 2 - 3 minuten per kant.



Saus maken

- Haal de eend uit de pan en houd apart onder aluminiumfolie.
- Voeg het bakvet toe aan de wok.
- Snijd de limoen in 4 partjes.
- Meng in een kom de vissaus (let op: zout! Gebruik naar smaak), sojasaus, suiker, het achtergehouden kookvocht en het sap van 1 limoenpartje per persoon.



Afmaken

- Voeg de saus en de noedels toe aan de wok.
- Schep goed om en bak 1 - 2 minuten op hoog vuur. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd ondertussen de verse kruiden grof. Hak de pinda's grof.



Serveren

- Serveer de noedels in kommen en verdeel de eend erover.
- Garneer met de pinda's en verse kruiden.
- Serveer met de overige limoenpartjes.

Eet smakelijk!



Steak in knoflook-sesamboter

met Indonesische stijl sperziebonen en gebakken aardappelen

Lekker snel | Premium

Totale tijd: 25 - 30 min.



Steak



Aardappelen



Knoflookteentje



Ui



Sperziebonen



Woksaus met gember



Sesamzaad



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Als je steak voor het bakken op kamertemperatuur laat komen, wordt de warmte tijdens het bakken gelijkmatiger over het vlees verdeeld. Het resultaat is een malse en sappige steak.

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, grote koekenpan, deksel, 2x koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Steak* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Aardappelen (g)	200	400	600	800	1000	1200
Knoflookteent (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Ui (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Sperziebonen* (g)	200	400	600	800	1000	1200
Woksaus met gember (g)	20	35	55	70	90	105
Sesamzaad (zakje(s))	¼	1	¾	1	1¼	2
Zelf toevoegen						
Zonnebloemolie (el)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
[Zoutarme] sojasaus (el)	½	1	1½	2	2½	3
Sambal (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Water voor saus (el)	1	2	3	4	5	6
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2720 /650	416 /99
Vetten (g)	30	5
Waarvan verzadigd (g)	11,1	1,7
Koolhydraten (g)	55	8
Waarvan suikers (g)	12,1	1,8
Vezels (g)	14	2
Eiwit (g)	39	6
Zout (g)	2	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Haal de steak uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen.
- Schil de aardappelen of was grondig en snijd in partjes.
- Verhit een scheutje zonnebloemolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de aardappelen, afgedekt, 18 - 20 minuten. Schep regelmatig om.
- Breng op smaak met peper en zout.



Sperziebonen bakken

- Verwijder de steelaanzet van de sperziebonen en halveer ze.
- Snijd de ui in halve ringen.
- Verhit opnieuw een scheutje zonnebloemolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de ui en sperziebonen 10 - 12 minuten.
- Blus de pan af met de aangegeven hoeveelheid water voor de saus en voeg de sambal en woksaus met gember toe. Breng op smaak met peper en zout.



Steak bakken

- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak, zodra de roomboter goed heet is, de steak 1 - 3 minuten per kant.
- Pers ondertussen de knoflook of snijd fijn.
- Haal de steak uit de pan en breng op smaak met peper. Laat minstens 3 minuten rusten onder aluminiumfolie.



Serveren

- Verhit opnieuw een klontje roomboter in dezelfde pan en bak de knoflook, het sesamzaad en de sojasaus 1 minuut.
- Serveer de aardappelpartjes over borden met de steak en sperziebonen ernaast.
- Besprengel de steak met de soja-knoflookjus.

Eet smakelijk!



Kabeljauwfilet met smokey moqueca-stijl soep

met kruidige korianderolie, limoen en kokosmelk

Caloriebewust | Premium | -30% koolhydraten

Totale tijd: 30 - 40 min.



Knoflookteentje



Ui



Rode peper



Paprika



Paksoi



Tomaat



Geroosterd paprikapoeder



Kokosmelk



Limoen



Verse koriander



Kabeljauwfilet



Wat vond je van dit recept?
Scan de QR-code en laat het ons weten.

Dit recept is geïnspireerd op Braziliaanse moqueca. Typisch aan deze stoof met zeevruchten is de aardewerken pot waarin het wordt bereid: een cassole.

Scheur mij af!



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Fijne rasp, keukenpapier, kleine kom, soeppan met deksel, koekenpan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Knoflookteentje (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Ui (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Rode peper* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1½	1½
Paprika* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Paksoi* (stuk(s))	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat (stuk(s))	1	2	2	4	4	6
Geroosterd paprikapoeder (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Kokosmelk (ml)	90	180	250	360	430	540
Limoen* (stuk(s))	¼	½	¾	1	1¼	1½
Verge koriander* (g)	5	10	15	20	25	30
Kabeljauwfilet* (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Zelf toevoegen						
Zoutarme vis- of groentegebouillon (ml)	100	200	300	400	500	600
Olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
[Plantaardige] roomboter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie (el)	2	4	6	8	10	12
Peper en zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	2753 / 658	408 / 98
Vetten (g)	54	8
Waarvan verzadigd (g)	22,4	3,3
Koolhydraten (g)	16	2
Waarvan suikers (g)	11,6	1,7
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	28	4
Zout (g)	0,6	0,1

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



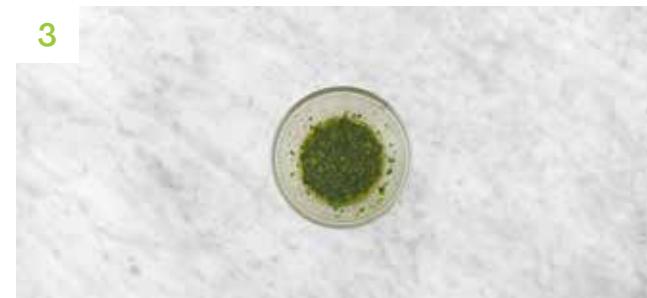
Voorbereiden

- Bereid de bouillon.
- Snipper de ui en pers de knoflook of snij fijn. Verwijder de zaadlijsten van de **rode peper** (let op: pittig! Gebruik naar smaak) en snij fijn.
- Snijd de paprika in dunne reepjes en snij de tomaat in blokjes.
- Verwijder de steelaanzet van de paksoi, snij zowel de stelen als het blad van de paksoi fijn en houd de stelen apart van de bladeren.



Groenten bakken

- Verhit een scheutje olijfolie in een soeppan op middelhoog vuur. Bak de ui, **rode peper** en paprika 4 - 6 minuten.
- Voeg de knoflook, tomaat, paksoistelen en het paprikapoeder toe en bak nog 3 - 4 minuten.
- Snijd ondertussen de koriander fijn.
- Rasp de schil van de limoen met een fijne rasp. Snijd de limoen in 8 partjes.



Korianderolie maken

- Voeg de bouillon en kokosmelk toe aan de soeppan en laat de soep, afgedekt, 3 minuten op laag vuur sudderen.
- Roer de paksoibladeren en limoensap erdoor en kook nog 1 minuut.
- Meng in een kleine kom de koriander met de extra vierge olijfolie en het sap van 1 limoenpartje per persoon. Breng op smaak met peper en zout.



Serveren

- Dep ondertussen de vis droog met keukenpapier.
- Verhit een klontje roomboter in een koekenpan op middelhoog vuur. Bak de vis 1 - 2 minuten per kant. Breng op smaak met peper en zout.
- Serveer de soep in diepe borden en leg de vis erop.
- Besprengel met de korianderolie en serveer met de overige limoenpartjes.

Eet smakelijk!