

Receptenboek Wereldkok 2020



EET SMAKELIJK

El apetito bueno

Enjoy your meal

Bon Appétit

Turks

Köfte kebab met tomatensaus yoghurt en Turks brood(Turks)

Ingrediënten 4 personen:

Rundergehakt 600gr, 3 uien, knoflook 5 teentjes, 750gr tomaten, rode peper, tomatenketchup, Turks brood, verse peterselie, sumak, pijnboompitten, köfte kruiden, halve liter volle Turkse yoghurt, peper en zout

Bereidingswijze:

snijde tomaten in blokjes en snipper de ui en knoflook

Meng de kruiden en verse peterselie en 1 ui en drie teentjes knoflook met het gehakt.

Voor de saus: rest van de ui en glazig bakken en dan knoflook en rode peper toevoegen. Dan tomatenblokjes peper, zout, en ketchup toevoegen en op laag vuur laten sudderen.

Gehakt in balletjes draaien en langwerpig maken. Op hoog vuur aanbraden en dan langzaam laten gaar worden. Kan eventueel ook in de tomatensaus laten garen. Turks brood en yoghurt erbij serveren. Als je van pittig houdt gebruik dan Chilipeper i.p.v. rode peper

Brood kan ernaast worden geserveerd of in kleine stukjes even knapperig maken in de oven en serveren zoals op de afbeelding



Mexicaans

Tortilla gevuld met kip en groente uit de oven met een frisse salade

Ingrediënten voor 4 personen:

Tortilla(2 a 3 pp), rode ui, knoflook, ijsbergsla, dressing, komkommer, tomaat(ruim een kilo) kleine tomaatjes(salade) geraspte kaas, kastanje champignons ,paprika, courgette en platte peterselie, taco kruidenmix, kipfilet 300gr, peper, zout, olijfolie

Bereidingswijze:

Oven voorverwarmen. Knoflook en ui schoonmaken en fijn snijden. Tomaten in kleine blokjes snijden, paprika en courgette wassen en in blokjes snijden. Champignons met papier schoonmaken en plakjes snijden. Kip snijden. Verwarm een grote pan en doe olijfolie erin. Voeg dan de ui toe en daarna de knoflook, zet het vuur lager en voeg de tomaten toe. De kip gaar bakken met een beetje kruiden en knoflook in een aparte pan en in de tortilla rollen. De andere groente roerbakken in weinig olie.



Ovenschaal met bakpapier: de tortilla in de schaal, tomatenmengsel eroverheen en kaas en dan ca 8 minuten in de oven op 180 graden

Ijsbergsla plukken of snijden en wassen, goed laten uitlekken, komkommer en kleine tomaatjes snijden en mengen door de sla. Half rood uitje in ringen snijden en dressing en eventueel peper naar smaak toevoegen.

I.p.v. kip kun je ook rundergehakt gebruiken.

Amerikaans

Kipburger met koolsla en gebakken aardappels

Ingrediënten:

4 hamburgerbroodjes, kipgehakt 600gr, kipkruiden, paneermeel, witte kool, komkommer, tomaat, dressing, citroensap, rozijnen, mayo, ketchup, aardappels 600gr



Bereidingswijze: schil de aardappels en snijze in stukjes van 2a3 mm dik. Even blancheren(kort koken) 2minuten en goed afspoelen met koud water

Kip gehakt kruiden en beetje paneermeel toevoegen om iets minder vochtig te maken en hamburgers van kneden.

Witte kool zo dun mogelijk snijden, komkommer, tomaat, wassen en fijn snijden en mengen, dressing en peper en zout naar smaak toevoegen, klein beetje citroensap erdoor en rozijnen

Hamburgerbroodjes open snijden en even paar minuten in de oven

De kipburgers aanbraden en in de voorverwarmde oven garen, 20 minuten op 180. Altijd even checken of de kipburger gaar is, hoe dikker die is hoe langer het duurt.

Italiaans

Pasta met kip/groente/roomsaus, cashewnoten

Ingrediënten voor 4 personen:

Kipfilet 500gr, kookroom, kruidenkaas, knoflook, ui, kipkruiden, courgette, paprika, prei, cashewnoten, verse basilicum, vers geraspte Parmezaanse kaas, spaghetti

Bereidingswijze:

Zet een pan water op voor de pasta. Snij de kipfilet in blokjes en voeg kruiden toe naar smaak. Ui en knoflook snipperen en de rest van de groente wassen en klein snijden.

Neem een ruime pan en zet hem op het kleinste pitje en doe een beetje olie erin. Laat even heet worden en fruit de uitjes aan. Hierna de knoflook toevoegen. Bak in een koekenpan de kipfilet bijna gaar. Voeg de kip toe aan de andere pan en smelt de kruidenkaas erdoor, voeg een beetje kookroom toe. Blijf regelmatig omroeren. Basilicum fijnhakken en Parmezaan raspen.

De rest van de groente roerbakken en toevoegen bij de rest. Eventueel nog kookroom toevoegen. Pasta koken volgens verpakking. Pasta afgieten en kort afspoelen met koud water, dan klein beetje olie erdoor tegen het plakken.

Groente/kipmengsel eroverheen en garneren met verse basilicum, Parmezaanse kaas en cashewnoten.



Italiaans

Pasta Napolitana – vegetarisch



Voor ongeveer 4-6 personen:

- 2 el olijfolie
- 1 ui, gesnipperd
- 1 wortel, fijngehakt
- 1 stengel bleekselderij: snijd de stengels in dunne plakjes
- 500 g zeer rijpe tomaten, gehakt
- 2 el peterselie, gehakt (mag ook wat meer zijn)
- 2 tl suiker
- 500 g pasta

1. Verhit de olie in een pan. Voeg ui, wortel en selderij toe. Laat het geheel afgedekt op laag vuur in 10 min gaar worden.
2. Voeg tomaten, peterselie, suiker en 1¼ dl water toe. Breng de saus aan de kook en zet het vuur laag. Laat de saus afgedekt 45 min sudderen. Roer af en toe. Voeg eventueel extra water toe, tot je de saus dik genoeg vindt. Maak op smaak met zout en peper en (als je wilt) ¼ bouillonblokje.
3. Kook ongeveer 15 min voor je aan tafel gaat de pasta al dente. Schep de saus door de pasta. Serveer in diepe borden. Lekker met wat geraspte kaas.

Tiramisu (zonder alcohol en eieren)

voor 6-8 personen

200 g mascarpone

1 theelepel vanille extract (of de inhoud 1 vanille peul)

200 ml slagroom, 50 g poedersuiker, 1 pak lange vingers

1 à 2 koppen espresso, 1 à 2 eetlepels cacao



1. Klop de mascarpone samen met de vanille goed los. Klop vervolgens in een andere kom de slagroom samen met de poedersuiker stijf. Het makkelijkste gaat dit met een elektrische mixer, maar met wat spierballen lukt het ook wel met een garde. Spatel de los geklopte mascarpone rustig door de slagroom heen.
2. Bekleed je vorm of schaal met bakpapier of plasticfolie. Smeer een dun laagje van je roommengsel op de bodem van de vorm. (je kan ook mini-tiramisu in kleine bakjes maken: 1 per persoon)
3. Doop de lange vingers één voor één in de koffie en plaats ze bovenop de room. Lekker dicht bij elkaar, het mag best knus worden.
4. Smeer de helft van je overgebleven room bovenop de lange vingers. En herhaal de stappen: lange vingers dopen, chocolade, room.
5. Plaats de tiramisu een paar uur in de koelkast om goed op te stijven.
6. Maak de tiramisu af met een dun laagje gezeefde cacao en snijd hem in plakken.

Marokkaanse couscous met kurkuma en gember en sperciebonentajine met kip, tomaten en dille geserveerd met brood en dikke yoghurt.

Ingrediënten voor 4 personen:

600gr couscous, 500gr kippendijen, kurkuma, verse gember, knoflook, ui, boter, verse peterselie, 800ml kippenbouillon, olie, ras-el-hanout kruiden, chili peper, 500gr boontjes, turks brood, turkse yoghurt



Tallsay .com

Voor de couscous, fruit wat ui en knoflook aan en zet apart. Schenk de bouillon in een braadpan en voeg kurkuma en gember toe en breng aan de kook. Neem de pan van het vuur en strooi de couscous in de hete bouillon, voeg een beetje peper en zout toe en roer goed door elkaar om de korrels los te maken.

De kip kruiden, aanbraden en garen in voorverwarmde oven op 180 graden, ongeveer 25 minuten in de oven.

Sperciebonentajine met tomaten en dille ; pak een pan met dikke bodem en fruit de ui en knoflook in olie glazig. Blancheer de boontjes een paar minuten.

Voeg de boontjes toe en de tomatenblokjes en de dille en laat kwartiertje op laag vuur staan met de deksel erop.

Zorg dat alles ongeveer tegelijk klaar is.