

PROEF

het vakmanschap van de Keurslager



5 | 2019



Heerlijke gerechten ✨:
VOOR
: ✨ *feestelijke dagen*

Gezellig
gourmetten

Bijzonder
brunchen

De trend:
winter BBQ

Variatie bij
de borrel

In deze Proef

De feestmaand staat voor de deur. En daarom staat deze Proef boordevol met suggesties voor extra feestelijke gerechten. Gemak staat daarbij voorop. Het hoeft immers niet complex en tijdrovend te zijn.

Kies voor de kwaliteit en het beste vlees van de Keurslager.

Fijne feestdagen!

STAAT BIJ EEN RECEPT EEN QR-CODE?
SCAN MET JE MOBIEL OF TABLET
DE QR-CODE EN BEKIJK EEN
VIDEO VAN DE BEREIDING.



*“Gemak
staat
voorop”*

- 3 Vraag aan de Keurslager
- 4 Traditie met kerst: beenham
- 6 Een goed begin
- 10 Zes heerlijke hoofdgerechten: kiezen maar
- 18 Nagenieten met nagerechten
- 20 Verrassende borrel- en tussenhapjes
- 23 Een bijzondere brunch
- 26 Wild zoals jij het wilt
- 30 Ook eigentijds in de winter: de BBQ
- 34 Voor de liefhebbers van gourmetten: 4 suggesties
- 37 Specials, altijd iets nieuws
- 38 Cadeaus voor de kerst
- 39 Puzzelen met Proef

Een mooi en groot stuk vlees mag tijdens het kerstdiner niet ontbreken. Kerstham heeft alles in zich om het middelpunt van de avond te worden.

"Hoe bereid ik een klassieke, geglaceerde kerstham?"

Keurslager Kaja Mellegers uit Rotterdam geeft antwoord.

STEL JOUW
VRAAG AAN DE
KEURSLAGER

"Wat voor vlees gaat er in gehakt? Hoe bak je biefstuk?
Waar komt het vlees van de Keurslager vandaan?"

Wat wil jij weten over vlees?

Stuur jouw vraag in en wie weet behandelen we hem binnenkort in deze rubriek. Je krijgt in ieder geval altijd antwoord!



www.keurslager.nl/contact



info@keurslager.nl



[/keurslagers](https://www.facebook.com/keurslagers)



[keurslagers](https://www.instagram.com/keurslagers)

De ster

VAN DE avond

Kerstmis staat bol van tradities. En aan tradities moet je niet te veel tornen, zeker niet als het om deze feestdagen gaat. Denk aan kerstmuziek op de radio, films op tv, het samenzijn met familie en vrienden, uitgebreid koken én een tafel vol lekker eten. Met in het hart van die tafel een mooi bereide kerstham.

 eurslager Kaja Mellegers uit Rotterdam ziet de gedekte tafel al voor zich. “De ham is voor mij een echte kerstraditie, omdat het symbool staat voor een groot stuk heerlijk vlees als middelpunt van het diner. Zo aten wij thuis vroeger altijd kalkoen met de feestdagen.” Kaja verkoopt tegen het einde van het jaar in haar Keurslagerij meer grote stukken vlees, zoals ham. “Met kerst willen veel mensen alles uit de kast halen en lekker uitgebreid koken. Vorig jaar kocht een Engelse dame een ham van 5 kilo bij ons. Zij wist er wel raad mee. In Engeland is ham met kerst dan ook echt een traditie.”

Spierstuk met dikke lende

Ham wordt gesneden van de bil van het varken, de pootham. “Het lekkerste is het spierstuk met daaraan de dikke lende”, zegt Kaja. “Dat is het zachtste deel van de pootham. De bovenbil is net zo mals.” Een stuk ham waar het bot nog aanzit, heeft de voorkeur. Bot zorgt namelijk voor een vollere smaak. “Vaak snijd ik het bot al los, zodat mensen het thuis er alleen nog maar uit hoeven te halen na de bereiding. Het bot los snijden is namelijk een technisch klusje”, zegt Kaja.

Pekelen

In haar zaak worden de hammen vóór de verkoop een week lang gepekeld. Gepekeld ham blijft bij de bereiding mooi roze van kleur. Ham die niet gepekeld is, kleurt tijdens de bereiding grijs. Dat ziet er minder fraai uit. Kaja: “Varkensvlees moet altijd gaar zijn, met een kerntemperatuur tussen 65 en 70 graden.” Nog een tip van de Rotterdamse Keurslager: bestel een stuk met zwoerd, de buitenste harde laag die aan het spek van een varken vastzit. Een ingekerfde zwoerd geeft een mooie uitstraling en een krokante bite. Wrijf het zwoerd in met zout of suiker voor het juiste resultaat.

Glaceren

Om de kerstham een mooie glans én extra smaak te geven, kun je deze glaceren. Glaceren kan op meerdere manieren. Met een zoete saus die je er, als de ham bijna gaar is, opsmeert, en vervolgens laat karamelliseren. Of je smeert het vlees vooraf in met een combinatie van boter of olie, of een andere vloeistof, zoals wijn, bouillon of sap én kruiden. Daarna gaar je het vlees tot het mooi zacht is en een glanzende buitenkant heeft. Er is volop te variëren met de smaken van een glacé, door bijvoorbeeld sinaasappel, tijm, knoflook en bruine suiker toe te voegen. Kaja legt uit hoe je een kerstham glaceert: “Bedek het vlees rondom helemaal met glacé en bak de ham op maximaal 180 graden. Bij een hogere temperatuur verbrandt het glacé. Zorg dat je om het kwartier het vlees goed bedruipt, zodat het niet uitdroogt en het een prachtige glans krijgt.” Wil je niet glaceren? Geen probleem, stelt Kaja. “Ham heeft van zichzelf al een heerlijke smaak en dus volstaat alleen een pekelbad al. Serveer het vlees wel met een lekkere cranberrysaus of cumberlandsaus.” Beide zijn uiteraard verkrijgbaar bij de Keurslager.

Als het aan Kaja ligt, mag het vaker Kerstmis zijn. Al was het maar voor die ene traditie van een groot stuk vlees als middelpunt van het diner. ●

Geglanceerde beenham

MET zwarte-kersenportsaus

⌚ 100 MINUTEN 👤 6 PERSONEN 🍴 HOOFDGERECHT

CHECK DE
RECEPTVIDEO:



BENODIGDHEDEN

- 1200 g rauwe gepekelde beenham (met vetrand, zonder zwoerd)
- 10 eetlepels zwarte-kersensjam
- 2 eetlepels bruine suiker
- 1 eetlepel balsamicoazijn
- 1 ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, gepeld en gehakt
- 1 takje tijm, blaadjes
- 1 takje rozemarijn, naaldjes
- 1,5 dl rode port
- Boter
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 160 graden. Snijd de bovenkant van de beenham kruiselings in en leg het vlees in een braadslede met rooster. Gaar de beenham 80 minuten of tot een kerntemperatuur van 72 graden.

2. Meng 4 eetlepels zwarte-kersensjam met de balsamicoazijn en 1 eetlepel bruine suiker. Breng het op smaak met zout en peper en besmeer de bovenkant van de ham met dit mengsel. Plaats de ham 15 minuten in de oven, na elke 5 minuten smeert u de ham nogmaals in met het mengsel.

3. Zet de ovengrill aan, besmeer de beenham voor het laatst met het zwarte-kersensjammengsel, strooi er een eetlepel bruine suiker overheen en grill de ham maximaal 5 minuten in de oven.

4. Hak de rozemarijnnaaldjes en tijmblaadjes fijn.

5. Smelt 50 gram boter in een steelpan en fruit de ui glazig. Voeg knoflook en kruiden toe en fruit dit nog een paar minuten. Voeg de port toe en laat dit inkoken. Roer er tot slot de resterende kersensjam doorheen.

6. Snijd de beenham in niet te dikke plakken en schep er de portsaus bij. Serveer het gerecht met huzarensalade van de Keurslager.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 360 KCAL (1510 KJ). EIWIT: 36 G. VET: 12 G (WAARVAN 5 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 24 G.

Een goed begin

CHECK DE
RECEPTVIDEO:



Maak bij de start van je feestmaal meteen indruk met één van onze vier voorgerechten. Kies uit vlees, soep, vis of vega. Want een goed begin is het halve werk.

Lauwwarme varkenshaas MET radijs

⌚ 65 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN

🍴 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 1 tot 2 varkenshaasjes (700 g totaal)
- 15 g boter
- 1 eetlepel olijfolie

FARCE

- 1 bosje peterselie
- 30 g hazelnoten
- 1 klein ei

ROMIGE RADIJSJES

- 2 bundeltjes radijs
- 1 komkommer
- 15 g boter
- 200 ml crème fraîche
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verdeel de varkenshaas in 4 gelijke stukken. Snijd de overblijfsels in kleine stukjes. Bak de 4 gelijke stukken aan alle kanten kort bruin in de boter en olie in een hete pan. Haal ze uit de pan.

2. Maal in een keukenmachine de overblijfsels, peterselie, hazelnoten en het ei tot een grof mengsel (farce). Breng op smaak met peper en zout.

3. Verwarm de oven op 200 graden. Leg de varkenshaasjes in een ovenschaal en leg op elk varkenshaasje wat farce. Zet de schaal 7 minuten in de oven.

4. Halveer de komkommer in de lengte en schraap de zaden eruit met een theelepeltje. Snijd de komkommer in plakjes van 1½ cm dikte. Smelt in een pan de boter en bak de radijsjes en komkommer in 1 tot 2 minuten en breng op smaak met peper en zout. Voeg de crème fraîche toe en verwarm nog eens 2 tot 3 minuten.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 590 KCAL (2480 KJ). EIWIT: 45 G. VET: 42 G (WAARVAN 21 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 7 G.

Geroosterde paprikasoep MET kokosroom, zonnebloempitten EN mortadellareepjes

⌚ 30 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍴 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 plakjes mortadella (vleeswaren)
- 2 uien, fijngesneden
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 2 eetlepels tomatenpuree
- 500 ml groentebouillon, van bouillonblokjes
- 2 potten geroosterde paprika's
- 200 ml kokosroom
- 20 g basilicumblaadjes
- 50 g geroosterde zonnebloempitten
- Olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verhit de olijfolie in een diepe pan op middelhoog vuur, bak de uien en knoflook 2 minuten, voeg de tomatenpuree toe en roer goed door.

2. Voeg de uitgelekte paprika's en bouillon toe en warm even door. Pureer het geheel tot een soep met een staafmixer.

3. Rooster de zonnebloempitten kort in een droge pan en houd ze apart.

4. Snijd reepjes van 1 tot 1,5 cm van de mortadella, rol deze op en houd ze apart.

5. Verwarm de soep en proef; voeg naar smaak peper en zout toe. Serveer de soep met cirkels van kokosroom, mortadella, geroosterde zonnebloempitten en losse blaadjes basilicum.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 350 KCAL (1470 KJ). EIWIT: 7 G. VET: 28 G (WAARVAN 17 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 14 G.



Tip

Laat de mortadellareepjes weg en er ontstaat een heerlijk vegetarisch gerecht. Gebruik eventueel sojaroombroom voor een lactose- en glutenvrije soep!



Ceviche van zalm met avocadocrème

⌚ 30 MINUTEN (+20 MINUTEN MARINEREN) 🍴 4 PERSONEN 🍴 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 zalmfilet à 150 g
- 2 limoenen, sap en rasp
- 1 rode grapefruit, alleen sap
- 1 sinaasappel, alleen sap
- 1 rode ui, fijngesneden
- 1 halve chilipeper, fijngesneden
- 10 g peterselie, fijngesneden
- 1 plak watermeloen, in blokjes
- Peper en zout

AVOCADOCRÈME

- 2 avocado's
- 25 g geraspte oude kaas
- 1 teentje knoflook, fijngesneden
- 1 citroen, alleen sap
- 20 g pistachenootjes, fijngehakt
- Peper en zout

BEREIDING

1. Snijd de zalm in kleine blokjes. Zout de zalmblokjes en laat het zout 5 minuten intrekken.
2. Giet in een bak het sap van de limoenen, grapefruit en sinaasappel en leg daar de zalmblokjes in. Roer goed, dek af met huishoudfolie en zet dit koel weg.
3. Schil de avocado en maak het vruchtvlees fijn met een vork. Doe de geraspte kaas, knoflook en citroensap erbij en voeg zout en peper naar smaak toe. Meng dit alles goed door elkaar.
4. Giet na het marineren het sap af en meng de rode ui, chilipeper, peterselie en blokjes watermeloen door de zalm.
5. Maak met behulp van een steker een torentje van het zalm-watermeloenmengsel. Trek met een lepel een streep van de avocadocrème eraan. Strooi over het torentje en de avocadocrème de pistachekruimels. Rasp eventueel nog wat limoenschil over de vis.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 435 KCAL (1825 KJ). EIWIT: 20 G. VET: 31 G (WAARVAN 25 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 16 G.

Wildpotje ONDER bladerdeeg

⌚ 60 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN
🍴 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 400 g mager stoofvlees van haas, hert of wild zwijn
- 2 eetlepels boter
- 1 ui, fijngesneden
- 2 eetlepels bloem
- 400 ml wildfond
- 100 g wortel, in blokjes
- 120 g knolselderij, in blokjes
- 1 eetlepel rozemarijn
- 1/2 sinaasappel, rasp
- 4 plakjes bladerdeeg
- 1 ei, losgeklopt
- 4 takjes rode bessen
- Peper en zout

BEREIDING

1. Bak de fijngesneden ui in boter totdat deze zacht is. Meng peper en zout door de bloem en roer de vleesblokjes erdoor. Voeg het vlees bij de ui en schep om tot het vlees rondom bruinebakken is. Giet daarbij het wildfond en stoof zeker 1 uur op laag vuur. Voeg dan de wortel, knolselderij, rozemarijn en sinaasappelrasp toe. Laat nog ongeveer 15 minuten zacht stoven. Breng op smaak met peper en zout.
2. Verwarm de oven op 200 graden.
3. Vul de ovenschaaltjes met het vlees. Bedek de schaaltes met een plakje bladerdeeg. Snijd het randje er vanaf en druk het overhangende deeg langs de kanten van het schaalte. Bestrijk het deeg met het losgeklopt ei en bak het in circa 15 minuten goudbruin in de oven. Serveer met rode bessen.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 390 KCAL (1640 KJ). EIWIT: 29 G. VET: 19 G (WAARVAN 9 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 24 G.



Sfeervol en verrassend eenvoudig



*De wijn smaakt voortreffelijk,
de sfeer aan tafel is uitstekend.
De gasten kijken uit naar het hoofdgerecht.
Verras ze met één van onze feestelijke
en makkelijk te bereiden hoofdgerechten.*



Bavette MET truffel

CHECK DE
RECEPTVIDEO:



BENODIGDHEDEN

- 800 g bavette (Vraag om een dik stuk dat je Keurslager voor je opensnijdt op een dikte van 1 tot 1,5 cm).
- 100 g shiitake paddenstoelen, fijngesneden
- 3 stengels lente-ui
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 1 rode peper
- 80 g truffeltapenade
- 50 g rucola sla
- Olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm in een pan een eetlepel olijfolie en bak de shiitake, lente-ui, knoflook en rode peper kort aan. Laat dit afkoelen.
2. Smeer de bavette aan een zijde in met de truffeltapenade en verdeel het afgekoelde paddenstoelen-mengsel over de bavette. Breng op smaak met peper en zout. Rol het vlees strak op (de draad van het vlees in de lengte van een rollade) en bind het met slagerstouw op.
3. Verwarm de oven op 200 graden. Braad de rollade in een pan rondom aan met 1 eetlepel olijfolie en leg deze op een rooster in het midden

van de oven. De rollade moet 20 tot 25 minuten in de oven staan (kern-temperatuur van 50 à 55 graden). Haal de rollade uit de oven en laat het vlees afgedekt met aluminiumfolie ten minste 10 minuten tot rust komen.

4. Snijd dunne plakken en serveer ze op een schaal met wat rucola.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 400 KCAL (1680 KJ).
EIWIT: 50 G. VET: 19 G (WAARVAN 17 G ONVERZADIGD).
KOOLHYDRATEN: 6 G.

Tip

Kijk hoe de draad van het vlees loopt. Het mooiste is als de draad over de gehele lengte van het vlees loopt en niet overdwars.

Entrecote MET Café de Paris saus

© 45 MINUTEN (EXCL. OVENTIJD) © 4 PERSONEN
© HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 800 g entrecote, aan een stuk
- 250 ml kookroom
- 1 sjalotje
- 3 ansjovisfilets
- 1 eetlepel kappertjes
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 1 theelepel mosterd (extra scherp)
- 2 eetlepels gehakte krulpeterselie
- 400 g bimi (aspergebroccoli)
- 500 g minikrieltjes, gehalveerd
- 220 g roomboter
- Citroenrasp
- Olijfolie
- Peper en (grof zee)zout

BEREIDING

1. Smeer de entrecote in met olijfolie, peper en zout. Leg het vlees minimaal 1,5 uur op een rooster in een voorverwarmede oven (50 graden). Verhit vlak voor gebruik 50 gram roomboter met twee eetlepels olijfolie in een braadpan en bak de entrecote rondom totdat het vlees mooi bruin en krokant is. Haal het vlees uit de pan en laat het een kwartier rusten.

2. Laat 100 gram roomboter op kamertemperatuur komen. Snipper het sjalotje, hak de ansjovis en de kappertjes zo fijn mogelijk. Meng tomatenpuree, mosterd, het sjalotje, de ansjovis en kappertjes goed door elkaar en roer dit door de zachte roomboter tot een mooie kruidenboter. Bewaar dit eventueel in de koelkast.

3. Laat de kookroom in een steelpan voor een derde inkoken.

Roer hier stukje voor stukje de koude kruidenboter doorheen totdat een mooie gladde saus ontstaat. De Café de Paris saus kan later worden opgewarmd.

4. Snijd de houtige uiteinden van de bimistronkjes. Breng water aan de kook in een steelpan en blancheer de bimi in 2 tot 3 minuten. Laat ze vervolgens uitlekken. Smelt 50 gram roomboter in een koekenpan zonder dat het kleurt. Leg hierin de bimi en laat ze op niet te hoog vuur gaar smoren. Breng ze op smaak met peper, zout en eventueel wat citroenrasp.

5. Verwarm ondertussen in een andere koekenpan 20 gram roomboter met 1 eetlepel olijfolie en bak hierin de krieltjes in 10 minuten goudbruin en gaar.

6. Snijd de entrecote in mooie plakken en verdeel ze over de borden. Bestrooi met wat grof zeezout.

7. Leg er aan de ene kant de bimi tegenaan en aan de andere kant de krieltjes. Schep wat saus Café de Paris op het vlees en bestrooi het gerecht met de gehakte peterselie.

VOEDINGSWAARDE PER
PERSOON: 1000 KCAL
(4200 KJ). EIWIJ: 55 G.
VET: 72 G (WAARVAN 31 G
ONVERZADIGD).
KOOLHYDRATEN: 31 G.





Tip

Haal de dooiers uit twee hardgekookte eieren en verkruiemel deze boven het gerecht. Het gerecht is helemaal geel gekleurd. Voeg voor een kleurnuance eventueel koriander toe of steek er platte peterselie in.

Golden Jackfruit (VEGETARISCH)

⌚ 45 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍽️ HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 blikken Jackfruit (Fairtrade Original), uitlekgewicht 280 g
- 2 uien, in fijne ringen gesneden
- 4 eetlepels arachideolie
- 70 g Thaise gele currypasta
- 1 dl water
- 16 gedroogde abrikozen, in reepjes gesneden
- 8 Kaapse Goudbessen, doormidden gesneden
- 150 g maiskorrels, uitgelekt
- 1 mango, in blokjes gesneden
- 4 dl kokosroom

BEREIDING

1. Verwarm 4 eetlepels arachideolie in een hapjespan. Fruit de uienringen 5 minuten op laag vuur, voeg de gele currypasta toe met 1 dl water en laat het geheel 5 minuten sudderen.
2. Spoel het jackfruit af met koud water en laat het uitlekken. Doe dit daarna bij het curry-ui-mengsel.
3. Voeg de fijngesneden abrikozen, de halve Kaapse Goudbessen, de mangoblokjes en maiskorrels toe, samen met de kokosroom. Laat het geheel 20 minuten op laag vuur indikken.
4. Serveer het gerecht met maispuree en kruid van eigeel.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 690 KCAL (2900 KJ). EIWIT: 8 G.

VET: 45 G (WAARVAN 21 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 55 G.

Gouden maispuree

⌚ 25 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍽️ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 maiskolven
- 1 theelepel chilipoeder
- 50 g roomboter
- Water
- Peper en zout

BEREIDING

1. Schraap de mais van de kolven en kook deze in een pan met water in 15 minuten gaar.
2. Pureer het mengsel met de keukenmachine of blender tot een gladde massa en wrijf door een zeef tot een goudgele puree. Voeg boter en chilipoeder toe.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 225 KCAL (945 KJ). EIWIT: 4 G.

VET: 13 G (WAARVAN 6 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 21 G.

Varkensribstuk **MET** krokante korst

⌚ 90 MINUTEN ⌚ 6 PERSONEN ⌚ HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- | | |
|---|--|
| - Varkensribstuk met 6 ribben (ongeveer 1,5 kg) | - 40 g bladpeterselie, fijngesneden |
| - 2 eetlepels plantaardige olie | - 80 g panko (Japans broodkruim) |
| - 40 g ongezouten boter | - 2 theelepels Dijon honingmosterd |
| - 2 teentjes knoflook, fijngesneden | - 250 ml middeldroge witte wijn |
| - 2 uien, fijngesneden | - 500 ml kippenbouillon, van half bouillonblokje |
| - 1 theelepel gemalen komijn | - Peper en zout |
| - 1 theelepel paprikapoeder | |

BEREIDING

1. Verwarm de oven tot 220 graden.
2. Bestrooi het varkensvlees met zout en peper. Verhit de olie in een braadpan op middelhoog vuur en bak het vlees aan alle kanten mooi bruin.
3. Leg de gebraden ribkant naar beneden op een rooster, schuif dit in de voorverwarmde oven en bak het ongeveer 20 minuten.
4. Maak ondertussen de topping: smelt de boter in een koekenpan op middelhoog vuur en fruit de knoflook en uien ongeveer 2 tot 3 minuten tot ze zacht en geurig zijn. Roer de komijn en paprikapoeder erdoor en bak nog 1 minuut. Haal van het vuur en roer de peterselie en het broodkruim erdoor. Breng op smaak met zout en peper.
5. Neem het varkensvlees uit de oven (na 20 minuten), bestrijk het oppervlak met de mosterd en met het broodkruimgemengsel. Druk het aan zodat het vastkleeft. Zet de oven op 180 graden en bak het varkensribstuk in ongeveer 15 minuten op 180 graden tot de kerntemperatuur 55 graden is. Leg het vlees op een schaal en dek het losjes af met aluminiumfolie.
6. Voor de jus: zet de braadpan op hoog vuur, voeg de wijn toe en breng de inhoud aan de kook. Roer de aanbaksels los. Voeg de bouillon toe en laat de jus inkoken tot de helft. Zeef de jus in een kleine pan, verwarm deze en breng op smaak met peper en zout. Snijd het varkensribstuk aan tafel en plaats het mes verticaal tussen de ribben zodat er mooie koteletten worden gesneden. Serveer de jus er apart bij.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 735 KCAL (3085 KJ).
EIWIT: 74 G. VET: 37 G (WAARVAN 22 G ONVERZADIGD).
KOOLHYDRATEN: 21 G.





Lamsvlees MET muntpestou EN kruidenboter

TWEE BEREIDINGEN: LAMSSCHENKELS EN LAMSKOTELETJES • 40 MINUTEN • 4 PERSONEN • HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 lamsschenkel
- 8 lamskoteletjes
- 8 citroentijmblaadjes
- 16 salieblaadjes, in reepjes gesneden
- 12 teentjes knoflook
- 4 stengels lente-ui, stukken van 3 cm
- 1 dl witte wijn
- 12 takjes muntblaadjes
- 20 walnoten
- Olijfolie
- 225 g roomboter
- Peper en zout
- Aluminiumfolie

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 150 graden. Scheur vier aluminiumvellen af en vouw die dubbel voor de stevigheid, waar ruim een lamsschenkel in past. Maak kruidenboter van 200 gram roomboter, citroentijmblaadjes en de salie.

2. Wrijf de schenkels royaal in met peper en zout en snijd ze van onder naar boven in tot aan het bot, zodat een opening ontstaat. Leg elke schenkel op een aluminiumvel en schep de kruidenboter in de opening. Vouw alvast een 'bakje' van de folie en verdeel de lente-ui en per schenkel twee knoflookteentjes over de bakjes. Voeg bij iedere schenkel een eetlepel witte wijn toe. Vouw de folie zo strak mogelijk om de schenkels (bot mag uitsteken), en zet ze in een ovenschaal. Laat het vlees 2,5 uur botermals en gaar worden in de oven.

3. Doe de muntblaadjes met de walnoten, de resterende teentjes knoflook en olijfolie in een staafmixerbeker en pureer het geheel tot een mooie pestou (zie 'Weetje').

4. Zorg dat de lamskoteletjes op kamertemperatuur zijn. Wrijf ze in met peper en zout. Verhit 25 gram roomboter met een eetlepel olijfolie in een koekenpan en schroei de koteletjes rondom dicht. Zet de warmtebron iets lager en bak het vlees, afhankelijk van de dikte, nog ongeveer 2 minuten per kant zodat ze mooi rosé blijven.

5. Serveer de koteletjes met de muntpestou en de schenkel met de eigen saus. Maak het gerecht af met een puree van aardappel of bloemkool erbij.

Weetje

Pistou is de Franse variant van de Italiaanse pesto alla genovese waar geen kaas is toegevoegd aan het mengsel. In sommige streken van Frankrijk worden zelfs de noten achterwege gelaten.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 1065 KCAL (4475 KJ). EIWIJ: 51 G.
VET: 92 G (WAARVAN 57 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 6 G.

Tournedos *MET Pedro Ximénez sherrysaus*

⌚ 30 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍽️ HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 tournedos à 150 g
- 4 plakjes ontbijtspek, in reepjes gesneden
- 100 g roomboter
- 3 eetlepels arachideolie
- 2 uien, gesnipperd
- 1 dl Pedro Ximénez sherry
- 12 groene asperges
- 840 g aardappelblokjes (24 stuks)
- 100 g affilla cress
- Peper en zout

BEREIDING

1. Laat de tournedos op kamertemperatuur komen. Verwarm de boter in een koekenpan tot deze licht gaat bruisen en bruin wordt.
2. Wrijf het vlees in met zout en olie en bak de tournedos aan beide kanten in 5 minuten mooi bruin op middelhoog vuur, zodat ze van binnen warm kunnen worden. Bij te hoog vuur verbrandt de buitenkant en is de tournedos van binnen koud.
3. Verwarm een bord op 40 graden en leg de tournedos erop om te rusten.
4. Verwarm de boter opnieuw en fruit hier de gesnipperde ui in. Blus het geheel af met sherry.
5. Verwarm een grillpan en gril de groene asperges tot er mooie grillstrepen ontstaan.
6. Bak het ontbijtspek - zonder boter - knapperig in een droge koekenpan.
7. Serveer de tournedos op voorverwarmde borden met asperges, aardappelblokjes en spekreepjes en schenk de saus eromheen. Maak het geheel af met affilla cress.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 750 KCAL (3150 KJ). EIWIT: 39 G.
VET: 44 G (WAARVAN 24 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 43 G.

Vierkante aardappeltjes

⌚ 30 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍽️ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 12 kleine, vastkokende aardappelen, geschild
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 takjes rozemarijn, naaldjes fijngehakt
- Peper en zout

BEREIDING

1. Schil de aardappelen en maak er vierkante blokjes van. Kook de aardappelen tot ze bijna gaar zijn en giet ze voorzichtig af.
2. Verwarm de olijfolie en bak de aardappelblokjes goudbruin.
3. Strooi rozemarijn en zout en peper op de aardappelblokjes.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 270 KCAL (1135 KJ). EIWIT: 3 G.
VET: 15 G (WAARVAN 13 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 29 G.



*Blauwe bessen
bavarois*

*Bavarois, ijs, fruit, cake of taart.
Met een nagerecht kun je alle
kanten uit. Wij geven je vier
gerechten die eenvoudig
te maken zijn.*

*Citroensorbet met
tijn en honing*

Nagenieten

Blauwe bessen bavarois

⌚ 30 MINUTEN (EXCL.
6 UUR OPSTIJVEN)

👤 6 PERSONEN

🍷 NAGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 500 g blauwe bessen (diepvries of vers)
- 150 g suiker
- 2 eetlepels crème de cassis
- 4 eidooiers
- 15 g gelatine (in koud water geweekt)
- 400 ml slagroom
- 250 g blauw fruit (blauwe bessen, bramen, blauwe druiven)
- 1 roze zuurstok
- 4 glaasjes crème de cassis (20 ml per persoon)

BEREIDING

1. Klop de eidooiers samen met 75 g suiker tot een schuimige massa.
2. Verwarm de blauwe bessen met de rest van de suiker en de crème de cassis in ongeveer 5 minuten in een pannetje. Mix de bessen met een blender fijn en roer door een zeef.
3. Doe de bessenpuree terug in de pan en verwarm tot 50 graden. Vermeng dit al roerende met het ei-suikermengsel en verwarm het naar 85 graden. Knijp de gelatine uit, roer dit door de puree en laat het in de koelkast afkoelen.
4. Klop de slagroom stijf en spatel deze door de afgekoelde puree. Spoel een vorm om met koud water en giet hier het mengsel in. Laat het mengsel minstens 6 uur opstijven.
5. Stort de bavarois op een mooi bord en drapeer er de blauwe vruchten op en omheen.
6. Schaaf de zuurstok fijn als poeder en strooi deze op het bord. Serveer het met een klein glaasje crème de cassis erbij.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 525 KCAL (2205 KJ). EIWIT: 7 G.
VET: 28 G (WAARVAN 11 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 50 G.

Citroensorbet MET tijn en honing

⌚ 10 MINUTEN

(+ 2 UUR OM
TIJMSMAAK IN
ROOM TE LATEN
TREKKEN)

👤 4 PERSONEN

🍷 NAGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 250 ml citroensorbetijs
- 2 dl slagroom
- 1 eetlepel citroen-tijnblaadjes
- 4 eetlepels bloemenhoning
- Rasp van 1 citroen
- 4 muntblaadjes

BEREIDING

1. Verwarm de slagroom met tijnblaadjes tot het net niet kookt. Zet het vuur nu uit en laat de tijn 2 uur intrekken en de slagroom afkoelen.
2. Zeef de room en klop de slagroom stijf.
3. Haal 5 minuten voor gebruik het sorbetijs uit de vriezer om licht te ontdooien.
4. Klop de geklopte room door het sorbetijs met de staafmixer.
5. Schenk het geheel in hoge glazen en druppel de bloemenhoning eroverheen. Garneer met citroenrasp en muntblad.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 310 KCAL (1300 KJ). EIWIT: 1 G.
VET: 18 G (WAARVAN 6 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 36 G.

Soesjestaart met witte chocolade en roze peper

Tip

In deze tijd van het jaar liggen de winkels vol met decoratie-chocolade. Laat je fantasie de vrije loop.



Tip

Rooster geschaafde amandelen en strooi die er overheen.

Perenstrudel sigaren

Perenstrudel sigaren

⌚ 30 MINUTEN

👤 4 PERSONEN

© NAGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 3 Conférenceperen, geschild en in blokjes gesneden
- 2 eetlepels sultanarozijnen, geweekt in 2 eetlepels Calvados
- 2 eetlepels blanke amandelen, geroosterd en fijngenhakt
- 2 eetlepels bruine basterdsuiker
- 2 theelepels kaneelpoeder
- 1 pakje filodeeg, ontdooid
- 1 eiwit, losgeklopt
- 50 g gesmolten boter
- 100 g rietsuiker
- 3 theelepels poedersuiker
- 100 g geschaafde amandelen

BEREIDING

1. Meng de perenblokjes, rozijnen, amandelen, basterdsuiker en kaneel.
2. Snijd het filodeeg in vierkantjes (10 x 10 cm) en verdeel over elk stuk deeg een dun laagje perenmengsel. Bestrijk de randen van het deeg met eiwit en maak rolletjes in de vorm van een sigaar.
3. Bestrijk de rolletjes met boter en rol ze door de rietsuiker.
4. Bekleed een bakblik met bakpapier, leg de rolletjes erop en bak de rolletjes 15 minuten in een oven van 150 graden tot ze goudbruin zijn.
5. Verdeel de rolletjes over de borden en bestrooi deze met poedersuiker. Serveer warm.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 665 KCAL (2795 KJ).

EIWIT: 13 G. VET: 28 G (WAARVAN 20 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 89 G.

Soesjestaart MET witte •. chocolade EN roze peper

⌚ 30 MINUTEN

👤 4 PERSONEN

© NAGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 30 slagroomsoesjes (diepvries)
- 300 g witte chocolade
- 3 theelepels roze peperkorrels
- 100 g granaatappelpitjes
- 200 ml stijfgeslagen slagroom (ongezoet)
- Vuurwerksterretjes

BEREIDING

1. Breek de witte chocolade in stukjes en smelt de chocolade au bain-marie.
2. Bekleed een kleine springvorm met keukenpapier.
3. Leg op de bodem van de springvorm (17 cm) een laag soesjes. Doop die eerst met de onderkant in de chocolade en druppel er warme, witte chocolade tussen zodat ze aan elkaar plakken.
4. Doop de tweede laag met de onderkant in de gesmolten chocolade en plak deze op de soesjes van de eerste ring. De soesjes zijn bevroren en dus zal de chocolade snel stollen.
5. Giet de overige chocolade over de taart en plak hierin roze pepertjes en de uitgelekte granaatappelpitjes.
6. Spuit kleine toefjes slagroom om de taart te versieren en steek de vuurwerksterretjes erin.
7. Bewaar de taart op een koele, droge plek voor gebruik.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 990 KCAL (4160 KJ). EIWIJ: 13 G.

VET: 68 G (WAARVAN 25 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 81 G.

*Toast MET ossenworst,
truffelmayonaise EN
groentekiem*



*Wie een feest(je) viert,
wil iets lekkers op tafel zetten.
Deze vier creatieve en
gevarieerde borrelhapjes geven
de juiste smaak aan jouw
oudjaarsavond of sinterklaasavond.
Tip: ook lekker als tussen- of voorgerecht.*

Voor een bijzo



*Pistolet MET geitenkaas,
Spianata Romana EN
blauwe-bessendressing*

Serranoham MET
buffelmozzarella
EN *venkelzaad*



ndere avond



Pancettakip MET
rode kool EN *linzen*



Pancettakip MET rode kool EN linzen

⌚ 30 MINUTEN 🍴 6 PERSONEN
Ⓢ BORRELGERECHT



BENODIGDHEDEN

- 2 kipfilets
- 1 limoen, rasp
- 1 citroen, rasp en sap
- 1 eetlepel korianderzaad, gekneusd
- 50 g pancetta
- 100 g linzen uit blik, afgespoeld
- 75 g brunoise van rode kool (kant-en-klaar)
- 1 kleine venkelknol, flinterdunne plakjes
- 35 g veldsla
- ½ komkommer
- 3 eetlepels sherryazijn
- 5 eetlepels olijfolie
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 4 theelepels honing
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 120 graden. Besmeer de kipfilet met olijfolie, het gekneusde korianderzaad, limoenrasp en peper en zout. Leg er twee plakjes pancetta op en plaats de kipfilet op een met bakpapier beklede bakplaat 20 minuten in de oven (afhankelijk van de dikte).
2. Meng het citroenrasp en peper en zout door de linzen.
3. Giet kokend water over de rode kool en doe dit samen met de venkel in een kom. Roer er het citroensap doorheen en breng het op smaak met peper en zout.
4. Snijd met behulp van een mandoline of juliennesnijder dunne slierten van de komkommer.
5. Maak een dressing van de sherryazijn, olijfolie, knoflook en honing.
6. Verdeel de veldsla over een schaal en sprenkel er wat dressing overheen. Schep er de linzen overheen, komkommerspaghetti en rode kool met venkel. Besprenkel het geheel opnieuw met de dressing.
7. Snijd de pancettakip in plakken en leg ze op de salade.

Serranoham MET buffelmozzarella EN venkelzaad

⌚ 20 MINUTEN 🍴 6 PERSONEN
Ⓢ BORRELGERECHT



BENODIGDHEDEN

- 100 g Serranoham
- 4 bollen buffelmozzarella (125 g per stuk)
- 1 bosje basilicum
- 40 g veldsla
- 250 g kerstomaatjes
- 2 dl basilicumolie
- 2 eetlepels witte balsamicoazijn
- ½ eetlepel poedersuiker
- 1 eetlepel geroosterd venkelzaad
- Peper en zeezout

BEREIDING

1. Verdeel de veldsla over een groot bord of schaal. Snijd de buffelmozzarella in dunne plakken en verdeel ze als carpaccio over de sla. Besprenkel de mozzarella met basilicumolie en bestrooi deze met zeezout en peper.
2. Verwarm de oven op 200 graden. Leg de kerstomaatjes op een vel aluminiumfolie, besprenkel ze met witte balsamicoazijn en basilicumolie. Strooi er poedersuiker en peper en zout overheen en vouw de folie dicht. Leg het pakketje 10 minuten in de voorverwarnde oven. Haal het eruit en laat het iets afkoelen.
3. Leg de tomaatjes in het midden van de mozzarella. Maak rozetjes van de Serranoham en leg ze bij de tomaatjes.
4. Garneer het geheel met geroosterd venkelzaad en basilicumblaadjes en geef er warme toast bij (zie recept bij de brunch op pagina 23).

Toast MET ossenuworst, truffelmayonaise EN groentekiemen

⌚ 20 MINUTEN 🍴 6 PERSONEN
Ⓢ BORRELHAPJE/TUSSENGERECHT



BENODIGDHEDEN

- 100 g ossenuworst
- 6 sneetjes wit desembrood
- 1 dl olijfolie
- 3 eetlepels mayonaise
- 3 eetlepels crème fraîche
- 1 eetlepel paddenstoelen truffeltapenade
- 2 theelepels olijfolie met truffelaroma
- 25 g groentekiemen naar keuze
- 40 g rucola
- 2 eetlepels walnootolie
- Peper & zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 180 graden. Steek met een steekring van 5 cm doorsnee rondjes uit het brood. Besmeer het brood met olijfolie en bestrooi het met peper en zout.
2. Leg de rondjes brood op een rooster in de oven en bak ze in 15 minuten goudbruin.
3. Roer de mayonaise los met de crème fraîche, olijfolie met truffelaroma en de paddenstoelen truffeltapenade. Doe de saus in een spuitflesje met een niet te nauwe opening.
4. Leg wat rucola op een klein bordje en besprenkel dit met walnootolie. Leg de toast er bovenop en beleg deze met 2 plakjes ossenuworst. Spuit er een toef truffelmayonaise op en garneer het met de groentekiemen.

Pistolet MET geitenkaas, Spianata Romana EN blauwe- bessendressing

⌚ 25 MINUTEN 🍴 6 PERSONEN
Ⓢ BORRELHAPJE/TUSSENGERECHT



BENODIGDHEDEN

- 100 g Spianata Romana (of Sopresa Veneta)
- 1 rol geitenkaas (180 g)
- 3 pistolets
- 45 g zuringblad
- 2 eetlepels bosbessenjam
- 1,5 eetlepel balsamicoazijn
- Olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Snijd een stukje van de boven- en onderkant van de pistolets, snijd ze door-midden, besmeer de binnenkant met olijfolie en voeg peper en zout toe. Rooster ze goudbruin in een voorverwarnde oven van 180 graden.
2. Meng twee eetlepels olijfolie met de bosbessenjam en balsamicoazijn en breng op smaak met peper en zout.
3. Snijd de geitenkaasrol in 12 plakjes. Verwarm 2 eetlepels olijfolie in een koekenpan en bak de plakjes 30 seconden per kant goudbruin.
4. Leg wat zuringblad op de pistolethelften, met daarop twee plakjes geitenkaas, vervolgens een schepje bosbessendressing en tot slot een plakje Spianata Romana.

Meer variatie, meer genieten





Rond het middaguur

*De klok slaat 11.00 uur.
De gasten appen dat ze
onderweg zijn en de tafel is
gedekt. Tijd voor een brunch.
Met vier heerlijke gerechten.*

Parmaham MET *knoflooksoldaatjes*, *eendenlevermousse* EN *portsiroop*

© 15 MINUTEN (EXCLUSIEF 60 MINUTEN INKOKEN) © 4 PERSONEN © BRUNCHGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 150 g Parmaham
- 50 g eendenlevermousse
- 4 sneetjes casino wit
- 500 ml rode port
- 100 g suiker
- 50 g gemengde sla
- 1 eetlepel knoflookolie
- Olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 160 graden.
2. Meng de port met de suiker in een steelpan en zet dit ongeveer een uur op laag vuur totdat de gewenste dikte is bereikt. Bewaar dit in een spuitflesje
3. Snijd na verwijdering van de korstjes, het brood in lange repen (soldaatjes). Leg de broodrepen op een met bakpapier beklede bakplaat, besprenkel ze met olijfolie, voeg peper en zout toe en bak ze in ongeveer 15 minuten krokant en goudbruin.
4. Leg op ieder bord een plukje sla en

besprenkel ze met de knoflookolie. Leg er een mooie plak parmaham tegenaan.

5. Snijd de eendenlevermousse in plakken van 1 centimeter en leg per bord 2 plakjes naast de parmaham.

6. Maak mooie strepen portsiroop over dit gerecht en leg er tot slot twee soldaatjes naast. Serveer er de rest van de toast los bij.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 370 KCAL (1555 KJ).

EIWIT: 14 G. VET: 16 G (WAARVAN 12 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 34 G.

⌚ 40 MINUTEN
 👤 6 PERSONEN
 🍴 BRUNCHGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 stengels citroengras
- 4 gedroogde limoenblaadjes
- 1 sjalot, gesnipperd
- 8 dl sterke groentebouillon
- 25 g bloem
- 45 g roomboter
- 2 dl kokosmelk
- 1 eidooier
- 200 g gemengde paddenstoelen, schoongemaakt en grof gehakt
- 1 bakje shiso purper
- 1 limoen, rasp

BEREIDING

1. Smelt 20 gram roomboter en fruit hierin het sjalotje. Snijd het citroengras twee keer in de lengte doormidden. Leg in ieder deel een knoop en fruit dit even mee. Voeg de gedroogde limoenblaadjes toe met de kippenbouillon en laat het geheel 20 minuten trekken op laag vuur.
2. Zeef de bouillon en meet na of 8 dl vocht overblijft. Breng de bouillon aan de kook, voeg de paddenstoelen toe en laat het 5 minuten zachtjes koken.
3. Smelt 25 gram boter in een steelpan en roer er de bloem doorheen totdat een mooi roux ontstaat. Voeg een deel van de bouillon bij de roux en roer goed door. Doe dit mengsel weer terug bij de resterende bouillon met paddenstoelen en roer het geheel goed door elkaar.
4. Klop het eigeel los met de kokosmelk en roer dit door de hete soep. De soep mag niet meer koken (slechts tegen kookpunt aan).
5. Schep de soep in diepe borden en garneer met shiso purper en limoenrasp

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 250 KCAL (1050 KJ). EIWIJ: 6 G.
 VET: 21 G (WAARVAN 6 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 8 G.



Romige paddenstoelensoep
 MET citroengras (VEGETARISCH)

Tip

Ook leuk met een side salad van roodlof, zoetzure radijs en een paars viooltje.

Carpaccio MET mini balsamico-
 champignons EN gepekelde eidooier



⌚ 75 MINUTEN
 (EXCLUSIEF TIJD DAT VLEES IN DIEPVRIES LIGT)
 👤 4 PERSONEN
 🍴 BRUNCHGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 200 g biefstuk
- 100 g mini-champignons
- 1 dl balsamicoazijn
- 4 kleine eitjes
- 200 g suiker
- 200 g zout
- 1 theelepel chilivlokken
- Olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Meng de suiker met het zout goed door elkaar en schep de helft hiervan in een niet te groot bakje. Maak er met een lepel vier kuiltjes in en leg in elk kuiltje een eigeel. Dek de eiegelen af met de rest van het mengsel. Laat het geheel 75 minuten op kamertemperatuur staan.
2. Verhit olijfolie in een koekenpan en bak de biefstuk rondom bruin en krokant. Haal het vlees uit de pan en bestrooi het met peper, zout en rode chilivlokken. Laat het afkoelen, doe er aluminiumfolie omheen en laat het bevriezen.
3. Haal het vlees uit de vriezer en snijd er, zodra het kan, dunne plakjes van. Verdeel dit over 4 borden en laat het op kamertemperatuur komen.
4. Verwarm opnieuw olijfolie in een koekenpan en bak hierin de minichampignons. Blus het geheel af met balsamicoazijn en breng het op smaak met peper en zout.
5. Besprenkel de carpaccio met olijfolie en breng het verder op smaak met peper en zout. Leg daar de minichampignons bovenop.
6. Graaf de eidooiers uit het suiker-zoutmengsel en veeg ze voorzichtig schoon. Leg ze tot slot op de champignons.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 200 KCAL (840 KJ). EIWIJ: 18 G.
 VET: 10 G (WAARVAN 8 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 9 G.

Oosters kippasteitje

⌚ 30 MINUTEN (EXCLUSIEF KOKEN) 👤 4 PERSONEN 🍴 BRUNCHGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 kippenbouten
- 1 sjalotje, gesnipperd
- 2 cm gember, geschild en geraspt
- 4 gedroogde limoenblaadjes
- 200 g champignons, in plakjes gesneden
- 50 g golden enoki (fluweelpootje, soort paddenstoel)
- 1 blokje kippenbouillon
- 70 g roomboter
- 50 g bloem
- 2 eetlepels gerookt (zwart) sesamzaad
- 4 pasteibakjes
- 4 takjes platte peterselie
- Peper en zout

BEREIDING

1. Leg de kippenbouten in een soeppan, doe er het limoenblad, de gember en het bouillonblokje bij en voeg water toe totdat de kippenbouten onderstaan. Breng het geheel aan de kook en laat de kip op laag vuur in ongeveer 1 uur gaar worden. Trek vervolgens het kippenvlees van het bot en verwijder het limoenblad uit de bouillon. Bewaar de bouillon.
2. Smelt 20 gram roomboter in een koekenpan en bak hierin het sjalotje met de paddenstoelen. Bak de pasteitjes volgens de bereiding op de verpakking.

3. Smelt 50 gram roomboter in een ruime steelpan en voeg al roerend de bloem toe totdat een mooie roux ontstaat.

4. Roer er de kip en het paddenstoelenmengsel doorheen en voeg zoveel bouillon toe totdat een mooie ragout ontstaat. Breng het geheel op smaak met peper en zout.

5. Vul de pasteitjes en garneer het geheel met zwart sesamzaad en een takje peterselie.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 725 KCAL (3045 KJ). EIWIJ: 49 G.
VET: 45 G (WAARVAN 21 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 30 G.





Lekker wild

Wild heeft een ongekend volle smaak en past perfect bij de feestmaand. De Keurslager tipt eend, hert, hazenbout en wildzwijn. Goed om te weten: wild bereiden is helemaal niet moeilijk!

Tip

Jouw Keurslager heeft een heerlijke kant-en-klare wildpeper voor je klaarliggen.



Klassieke hazenbout

⌚ 50 MINUTEN (EN 3 UUR OVENTIJD)

👤 4 PERSONEN 🍴 HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 hazenbouten
- 2 eetlepels boter
- 1 ui, in halve ringen
- 2 wortelen, in schijfjes
- 200 g gerookt spek, in repen
- 250 g champignons
- 2 eetlepels bloem
- 1 fles rode wijn
- 3 blaadjes laurier
- 3 takjes tijm
- 6 jeneverbessen
- 6 peperbollen
- 2 kruidnagels
- 2 eetlepels aalbessen-jam
- 200 g zilvertuitjes
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven tot 170 graden.

Smelt de boter in een grote pan. Kruid de hazenbouten met peper en zout en schroei ze aan alle kanten dicht in de boter. Haal de bouten uit de pan.

2. Stoof de ui, wortelen en spek in het vet waarin de haas is gebakken. Borstel de champignons schoon en snijd ze in vieren. Stoof ze met de groenten en het spek. Strooi de bloem over de groenten en leg de haas opnieuw in de pan. Giet er de rode wijn bij. Doe de laurier, tijm, jeneverbessen, peperbollen en kruidnagels erbij. Voeg er tot slot de aalbessen-jam aan toe en breng alles aan de kook.

3. Zet een deksel op de pan en zet die 3 uur in de voorverwarmde oven. Voeg een half uur voor de haas klaar is de zilvertuitjes erbij.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 750 KCAL (3150 KJ).

EIWIT: 77 G. VET: 30 G (WAARVAN 20 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 22 G.

5 TIPS BIJ HET BEREIDEN VAN WILD

1. Mocht je het wild ingevroren hebben, laat het dan **24 tot 48 uur voor bereiding ontdooien** in de koelkast.
2. **Laat marinades achterwege:** wild is al heerlijk van zichzelf.
3. **Bak wild eerst enkele minuten om en om aan** in een pan met boter, voor een mooi bruin kleurtje en een lekker korstje.
4. Grote stukken vlees moeten daarna nog garen. **Vraag je Keurslager naar de juiste tijden en temperaturen.**
5. **Gebruik een kernthermometer.** Je weet pas of je vlees gaar is, als je de kerntemperatuur hebt gemeten. Zie: keurslager.nl/cadeaushop.



Tip

Lekker met pompoenpuree en dubbel gedopte tuinbonen

Ingepakte hertenfilet MET bramensaus

⌚ 50 MINUTEN 👤 4 PERSONEN 🍴 HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 800 g rugfilet van het hert
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 theelepel gedroogde tijm
- 250 g pancetta (dunne plakjes)
- 1 eetlepel plantaardige olie
- 200 ml rundvleesbouillon, van bouillonblokjes
- 6 jeneverbessen, gekneusd
- 200 g bramen (vers of diepvries)
- 10 g boter
- Peper en zout

BEREIDING

1. Verwarm de oven op 180 graden.

2. Wrijf de filet in met olijfolie, peper, zout en tijm. Leg de pancetta-plakjes op een stuk vershoudfolie, plaats de filet erop en rol op om de filet in te pakken. Vewijder de folie op het moment dat de pancetta mooi om de filet blijft zitten.

3. Verwarm de plantaardige olie in een ovenbestendige koekenpan. Schroei de ingepakte filet aan alle kanten totdat de pancetta goudbruin wordt. Zet de pan in de oven gedurende 6 tot 8 minuten tot het vlees een kerntemperatuur van 48 graden heeft bereikt. Haal het vlees uit de pan en leg het apart. Giet de bouillon met de jeneverbessen in de pan (gebruikt voor het hert) en kook dit ongeveer 5 minuten. Zeef de saus en breng deze terug in de pan en voeg de bramen toe. Kook dit ongeveer 4 minuten of totdat de bramen zacht zijn, en plet ze dan een beetje. Voeg de boter toe aan de saus en breng op smaak met peper en zout. Snijd de filet in dikke plakken. Serveer ongeveer 3 plakjes per persoon met de bramensaus.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 630 KCAL (2645 KJ). EIWIJ: 55 G. VET: 43 G

(WAARVAN 26 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 5 G.



Krokante eend MET paddenstoelenrisotto

⌚ 35 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍴 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 tamme eendenborsten
- 100 g eekhoorntjesbrood, in plakjes
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 ui, fijngesneden
- 1 teentje knoflook, fijngesneden
- 300 g Arborio (risotto) rijst
- 1 liter kippenbouillon, van bouillonblokjes
- 1 eetlepel boter
- 50 g geraspte Parmezaanse kaas
- Zwarte peper

BEREIDING

1. Verhit de olie in een diepe pan op middelhoog vuur, bak de ui en knoflook 2 minuten, roer de Arboriorijst erdoor en bak deze nog 2 minuten. Verwarm ondertussen de kippenbouillon in een pan.
2. Voeg 1 soeplepel hete bouillon toe en kook al roerend tot het vocht is opgenomen. Herhaal dit totdat alle bouillon is opgenomen en de rijst al dente is. Dat duurt ongeveer 20 minuten.
3. Roer de plakjes eekhoorntjesbrood en boter er voorzichtig door en roer tot slot de Parmezaanse kaas door de risotto. Breng op smaak met zwarte peper.
4. Controleer de eendenborsten. Snijd het bloedvaatje weg dat midden op de vleeskant zit en verwijder eventuele vliesjes. Maak kruiselings inkepingen in de vetrand van

enkele millimeters op 1 cm afstand van elkaar. Verhit een koekenpan met zware bodem op hoog vuur, leg de eendenborst op het vel in de pan en bak hem 5 minuten, zodat het vet eruit kan lopen. Haal de eend uit de pan, gooi het vet weg, doe de eend met de vetrand naar boven weer in de pan en schroeï hem in 2 minuten dicht. Draai hem weer op het vel en bak ze vervolgens nog 3 tot 5 minuten totdat het vel krokant en goudbruin is. Laat het vlees met het vel naar boven op een bord met keukenpapier rusten. Snijd de eendenborst diagonaal in dunne plakjes.

5. Serveer risotto op warme borden met gesneden eend en garneer met geschaafde Parmezaanse kaas.

Tip

Let op! Eend is snel droog. Gaar de eend tot een kerntemperatuur van 55 tot 60 graden.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 965 KCAL (4055 KJ). EIWIJ: 57 G. VET: 54 G (WAARVAN 35 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 62 G.





Wildzwijn biefstuk MET rodekoolappeltjes

⌚ 65 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍷 VOORGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 4 wildzwijn biefstukken à 100 g
- 3 eetlepels olijfolie
- 50 g boter
- 1 grote zoete appel
- 8 middelgrote zoete appels
- 1 kleine rode kool
- 100 ml appelazijn
- 1 theelepel cayennepeper
- 100 g gedroogde veenbessen
- 4 eetlepels Cranberry-gelei
- Peper en zout

BEREIDING

1. Snipper de kool fijn. Leg de kool in een platte pan en giet er een beetje water overheen. Kook op laag vuur tot het zacht wordt. Rasp de grote appel op een grove rasp en doe deze bij de kool. Voeg peper, zout, cayennepeper, veenbessen en appelazijn toe aan het mengsel. Bedek de pan en kook het mengsel tot de kool gaar is. Dit duurt ongeveer 20 minuten.

2. Snijd de bovenkant van de appels af en hol ze uit. Vul de uitgeholde appels met de gestoofde kool en doe een eetlepel Cranberry-gelei op de kool. Zet de bovenkant er weer op en plaats de appels in een ovenschaal. Bak de appels 40 minuten op 180 graden en bedruip de appels

af en toe met het sap dat uit de appels lekt tijdens het bakproces.

3. Haal het vlees 30 minuten van tevoren uit de koelkast om op kamertemperatuur te laten komen. Verhit de boter en de olijfolie in een koekenpan. Bak de wildzwijn biefstukken 2 tot 3 minuten aan iedere kant rosé. Keer regelmatig. Laat ze even afgedekt onder aluminiumfolie rusten. Serveer de wildzwijn biefstukjes met de rode koolappeltjes en gemengde sla.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 670 KCAL (2815 KJ). EIWIJ: 36 G.
VET: 29 G (WAARVAN 19 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 58 G.

Wonderlijk in de winter

Tip

Als de kalkoen heel op
tafel wordt gezet, is
het mooi om het fruit
eromheen te scheppen
met de spekjes.

*De winter-BBQ is absoluut de trend.
Stoer, feestelijk én verrassend.
Drie recepten om je vingers bij af te likken!*

*Kalkoen gevuld MET
kalfsgehakt EN fruit*

⌚ 1,5 UUR (EN 5 UUR GAREN OP BBQ)
👤 6 PERSONEN 🍴 HOOFDGERECHT



BENODIGDHEDEN

- | | |
|--------------------------------|------------------------------|
| - 1 kalkoen (3,5 kg) | - 1 Goudreinet appel, |
| - 400 g kalfsgehakt | geschild en in blokjes |
| - 100 g paneermeel | gesneden |
| - 2 eidooiers | - 100 g gedroogde abrikozen, |
| - 125 ml slagroom | in reepjes gesneden |
| - 2 stengels bleekselderij, in | - 100 g dadels, in stukjes |
| kleine stukjes gesneden | gesneden |
| - 100 g cashewnoten, grof | - 1 theelepel tijmblaadjes |
| gehakt | - Peper en zout |

BEREIDING

1. Doe de bleekselderij, appel, cashewnoten, abrikozen, dadels en tijmblaadjes in een kom, samen met de slagroom, eidooiers, kalfsgehakt en paneermeel. Voeg peper en zout toe.
2. Kneed het geheel tot een mooie bal waarin de ingrediënten goed zijn verdeeld.
3. Vul er de holte van de kalkoen mee op en sluit af met een prikker of 'naai' de opening dicht met keukentouw.
4. Richt de BBQ in voor indirecte garing (voor 1 kant). Steek de BBQ (met deksel) aan met houtskool. Laat het deksel open. Zorg dat de BBQ een lekbak heeft. Verwarm de BBQ naar 120 graden. Leg de kalkoen op de borstkant op de braadslede en zet deze in het midden van de BBQ.
5. Sluit de deksel en laat de kalkoen in de BBQ, die goed op temperatuur moet blijven, gaar worden, draai de kalkoen halverwege om en bedruip deze regelmatig met braadvocht.
6. De kerntemperatuur moet tussen de 75 en 80 graden zijn in de bout en de vulling. Dit kan ongeveer 5 uur duren.
7. Haal de kalkoen uit de BBQ en laat deze op een voorverwarmde schaal rusten.
8. Serveer het gerecht met gebakken fruit en aardappelmousseline.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 1015 KCAL (4265 KJ).
EIWIT: 98 G. VET: 49 G (WAARVAN 32 G ONVERZADIGD).
KOOLHYDRATEN: 42 G.

Aardappelmousseline MET knoflook

⌚ 30 MINUTEN 👤 6 PERSONEN 🍴 BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- | | |
|--------------------------------|-------------------|
| - 500 g kruimige aardappels, | - 0,5 dl melk |
| geschild | - 0,5 dl room |
| - 6 teentjes knoflook, geperst | - 2 eetlepels |
| - 50 g boter | geknipte bieslook |
| - 0,5 dl olijfolie | - Peper en zout |

BEREIDING

1. Kook de aardappelen met zout gaar en giet deze af.
2. Stamp de aardappelen met de knoflook fijn.
3. Roer boter en olijfolie door de puree.
4. Verwarm de melk en de room en schenk hiervan zoveel mogelijk bij de puree totdat de puree mooi glad en enigszins vloeibaar is. Roer er de bieslook doorheen en breng het op smaak met peper en zout.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 220 KCAL (925 KJ). EIWIT: 2 G.
VET: 17 G (WAARVAN 7 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 15 G.

Gebakken fruit MET spekblokjes

⌚ 15 MINUTEN (+12 UUR WELLEN VAN FRUIT)
👤 6 PERSONEN 🍴 BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- | | |
|------------------------------|----------------------|
| - 375 g tutti frutti | - 3 eetlepels bruine |
| - 300 g gerookte spekblokjes | Jamaicaanse rum |
| - 1 theelepel gemberpoeder | |

BEREIDING

1. Spoel het fruit met koud water af, zet het in een schaal onder water en laat het 12 uur wellen. Er kan een scheutje rum aan worden toegevoegd. Giet het vocht eraf en dep het fruit droog.
2. Bak de spekblokjes in een koekenpan uit tot ze bruin en knapperig zijn. Schep de spekblokjes uit het vet en zet de blokjes apart.
3. Bak in het achtergebleven vet het fruit en het gemberpoeder in 8 minuten en voeg daarna de spekjes toe. Schep alles goed door elkaar. Serveer koud of warm.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 320 KCAL (1345 KJ). EIWIT: 10 G.
VET: 12 G (WAARVAN 7 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 37 G.



*Mengsel van citroen-
sap met kruiden

Gegrilde teriyaki bloemkool MET Aziatische gremolata* (VEGETARISCH)

⌚ 55 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN 🍽️ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 bloemkolen (wit en paars)
- 80 ml teriyakisaus
- 2 eetlepels bruine suiker
- 1 citroen, sap en rasp
- 40 g korianderblaadjes, fijngesneden
- 4 eetlepels sesamzaadjes
- Olijfolie
- Zout

BEREIDING

- 1.** Bereid een BBQ met deksel voor op indirect grillen en verhit deze tot 180 °C. Smeer het rooster in met olie.
- 2.** Snijd de bloemkolen in schijven van 2 cm. Leg de schijven in een ovenschaal en giet de teriyakisaus over de bloemkoolplakken. Laat dit op kamertemperatuur komen.
- 3.** Meng voor de gremolata in een kom 3 eetlepels olijfolie met de bruine suiker, zout, citroenrasp, citroensap en koriander. Koel bewaren.

- 4.** Rooster de sesamzaadjes zo'n 3 minuten tot ze lichtbruin en geurig zijn. Even apart zetten om af te koelen.

- 5.** Plaats de bloemkoolschijven op de grill en bestrijk deze met de overgebleven teriyakisaus. Aan elke kant 6 tot 8 minuten grillen. Serveer ze met de gremolata en bestrooi ze met sesamzaadjes.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 325 KCAL (1365 KJ). EIWIJ: 11 G.
VET: 18 G (WAARVAN 15 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 26 G.

Kalfskotelet VAN DE barbecue MET chorizo- schorseneren

⌚ 30 MINUTEN 🍴 4 PERSONEN
🍽️ HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 2 kalfskoteletten
- 150 g chorizo, in plakjes gesneden
- 1 kg schorseneren, gewassen en geschild
- Sap van 2 citroenen
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 4 takjes tijm (blaadjes)
- 1 teentje knoflook, gepeld en gehakt
- 5 takjes platte peterselie, grof gehakt
- Olijfolie
- Roomboter
- Peper en zout

BEREIDING

1. Wrijf de koteletten in met olijfolie en bestrooi ze met peper en zout.
2. Rooster de koteletten 4 tot 5 minuten per kant op de BBQ en laat ze vervolgens 10 minuten gewikkeld in aluminiumfolie rusten, naast de BBQ.
3. Besprenkel de geschildde schorseneren goed met citroensap. Kook ze in water met het resterende citroensap in 10 minuten of totdat ze beetbaar zijn.
4. Giet 1 deciliter olijfolie in een steelpan en voeg 50 gram chorizo, de gehakte knoflook, tomatenpuree en tijmblaadjes toe. Laat het geheel 5 minuten op laag vuur doorwarmen en zeef het resterende geheel daarna.
5. Smelt 40 gram roomboter in een koekenpan en bak hierin de schorseneren rondom bruin.
6. Snijd de kalfskotelet in plakjes en leg het vlees per portie op een bord. Verdeel de schorseneren over de borden en besprenkel zowel het vlees als de schorseneren met de chorizo-olie. Maak het gerecht af met de rest van de chorizoplakjes en de gehakte peterselie.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 845 KCAL
(3550 KJ). EIWIT: 36 G. VET: 62 G (WAARVAN
42 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 34 G.



Smullen uit een pannetje

Traditioneel en nog altijd immens populair in de feestmaand: gourmetten. Met zijn allen om een bakplaat en lekker eten maar. Deze vier gerechten mogen niet ontbreken.

Varkenshaas **MET** gerookte paprikatomatensaus

© 8 STUKS

BENODIGDHEDEN

- 250 g varkenshaas, in blokjes van 2 cm gesneden
- 8 kleine honing-tomaatjes, doormidden gesneden
- 1 kleine rode paprika, in hele kleine blokjes gesneden
- 1 ui, gesnipperd
- ½ theelepel gerookte paprikapoeder
- 1 eetlepel azijn
- 2 eetlepels ketchup
- 2 eetlepels currysaus
- 1 theelepel suiker
- 2 eetlepels gedroogde uitjes
- 4 blaadjes ijsbergsla
- Boter of olijfolie
- Peper en zout

BEREIDING

- 1.** Bereid een sausje voor in een sauspan door ui, tomaat en paprikablokjes in 5 minuten aan te fruiten.
- 2.** Voeg gerookte paprikapoeder, suiker, azijn, ketchup, curry, peper en zout toe en meng dit goed door elkaar. Doe de saus in een kommetje voor op tafel.
- 3.** Strooi peper en zout op de varkenshaasblokjes en bak deze in het pannetje om en om bruin. Doe er saus overheen en laat de saus met het vlees verwarmen.
- 4.** Verdeel het gerechtje over de 4 blaadjes ijsbergsla. Schep er de gedroogde uitjes op.

VOEDINGSWAARDE PER PANNETJE: 155 KCAL (650 KJ). EIWIT: 15 G. VET: 6 G (WAARVAN 3 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 9 G.



Kip MET brie EN notenpesto

⊙ 8 STUKS

BENODIGDHEDEN

- 2 kipfilets à 150 g
- Parmaham, 4 grote plakken
- 100 g brie, in dunne plakjes gesneden
- 2 eetlepels notenpesto
- Olijfolie

BEREIDING

1. Snijd de kipfilet in de lengte bijna doormidden, maar zorg dat de helften aan elkaar blijven zitten.
2. Leg de plakken parmaham overlapend op een werkblad en leg daar de opengesneden kipfilet op.
3. Smeer een helft in met notenpesto en leg daar de plakjes brie op.
4. Vouw de kipfilet dicht met behulp van de ham en snijd de dichtgevouwen kipfilet in 4 repen. Gebruik eventueel 4 prikkers per kipfilet om de vulling op de plaats te houden. Bak de gevulde kipfilets 3 minuten aan iedere kant zodat de kaas kan smelten.

VOEDINGSWAARDE PER STUK: 150 KCAL (630 KJ).

EIWIT: 14 G. VET: 10 G (WAARVAN 7 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 1 G.



Scampi's MET sesamsaus

⊙ 8 STUKS

BENODIGDHEDEN

- 8 scampi's
- 2 bosuitjes, fijn gesneden ringetjes
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 8 shiitake paddenstoelen, in hele dunne reepjes gesneden
- 1 theelepel zeer fijn gesneden verse gember
- 60 g alfalfakiemen
- 2 eetlepels sesamolie
- 2 eetlepels arachideolie
- Sap van een halve limoen
- 1 theelepel oestersaus
- 1 theelepel bruine basterdsuiker
- Zakje kroepoek (75 g)

BEREIDING

1. Pel de scampi's en verwijder het darmkanaal.
2. Maak een marinade van sesamolie, knoflook, limoensap, oestersaus, bruine basterdsuiker en de gemberstukjes. Laat de scampi's hierin een half uur marineren. Bewaar de marinade.
3. Dep de scampi's droog met keukenpapier.
4. Verwarm arachideolie in het pannetje en bak hierin de bosuitjes en reepjes shiitake. Voeg de scampi's toe en bak ze mee tot deze mooi roze kleuren. Doe de marinade erbij.
5. Strooi er alfalfakiemen over op het bord en doe er wat kroepoek bij.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 140 KCAL (590 KJ).

EIWIT: 4 G. VET: 10 G (WAARVAN 9 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 8 G.

Omeletje MET zeewier EN gember

8 STUKS

BENODIGDHEDEN

- 4 eieren
- Gemengde en gehakte groene kruiden (basilicum, bieslook, lavas, peterselie), handje vol
- 2 vellen nori (zeewier), in kleine stukjes geknipt of 2 eetlepels met mix van gedroogde zeewier (verkrijgbaar in pot bij toko)
- 100 g oesterzwammen
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 2 bolletjes gember op siroop, geperst door knoflookpers
- ½ theelepel chilivlokken
- Melk
- Boter of olijfolie
- Zout

BEREIDING

1. Klop de eieren luchtig. Voeg een scheutje melk naar smaak toe.
2. Hak alle kruiden fijn en meng deze samen met de nori (of 2 eetlepels gedroogde zeewier) door het beslag.
3. Voeg de geperste knoflook, gember en chilivlokken toe.
4. Snijd de oesterzwammen in fijne reepjes. Zet dit apart bij het beslag op de tafel.

5. Verwarm boter of olijfolie in het pannetje en giet er een dun laagje beslag in.

6. Voeg al dan niet zout en kleine reepjes oesterzwam toe en laat op laag vuur het omeletje rustig stollen. Serveer met een frisse, geraspte komkommersalade.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 75 KCAL (315 KJ). EIWIT: 4 G. VET: 5 G (WAARVAN 2 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 4 G.



Altijd iets nieuws!

Elke twee weken bij alle Keurslagers: de Special, een nieuw met creativiteit en grote zorgvuldigheid ontwikkeld product. Zo biedt de Keurslager altijd iets nieuws. Smakelijk en eenvoudig te bereiden.

Kijk regelmatig welke Special jouw Keurslager in de aanbieding heeft. Volg ons ook op Facebook, Instagram en YouTube om op de hoogte te blijven van het laatste nieuws en lekkere recepten.

Meattruffel

Mals en mager rundvlees met de sublieme smaak van truffel. Bereiden in 10 tot 12 minuten in een voorverwarmde oven (hete lucht op 180 °C).

VAN 25 NOVEMBER
T/M 8 DECEMBER

100 gram
€ 2,25



Cordon Rouleau

Mals varkensvlees met de authentieke kaassmaak uit de Alpen. Bereiden in een koekenpan op middelmatig vuur, bakken in 5 tot 7 minuten.

VAN 9 T/M 26
DECEMBER

100 gram
€ 2,35



Zwiebeln Rol

Een prachtige varkensschnitzel met casselerrib, ontbijtspek en een kruidenolie van zoete ui. Bereiden in een braadpan op middelmatig vuur in 10 tot 12 minuten. Regelmatig omdraaien. Tijdens de bereiding de deksel schuin op de pan plaatsen.

VAN 27 DECEMBER
T/M 11 JANUARI

100 gram
€ 2,25



Sparen met de Keurslager

Bij de Keurslager kun je eenvoudig sparen voor diverse artikelen die je een handje helpen bij het bereiden en serveren van vlees. Speciaal voor de feestmaand hebben we ook iets dat heel goed past onder de kerstboom: een houten blokkenset en Keurslager Exclusief Kookpan.



Art.nr. 9372

Van 745 voor
595 spaarpunten

Deze actie is geldig in december 2019

Houten blokkenset in kist

Houten blokkenset met 40 blokken in houten kist. Bevat 3 lagen met 14 soorten vormen blokken. De blokken variëren in maat van 7 x 7 x 3,5cm tot 28 x 7 x 3,5cm.



Art.nr. 3252

Van 595 voor
495 spaarpunten

Deze actie is geldig in januari 2020

Keurslager Exclusief Kookpan 18 cm

Mooie pannenserie van de Keurslager met greblon keramische laag en handgrepen die niet heet worden. De pannen zijn krasvast, eenvoudig schoon te maken en geschikt voor alle warmtebronnen. Deze pan heeft een hoogte van 11,5 cm en een inhoud van 2,5 ltr.

**SPAREN
MAAR!**

Heel winstgevend én eenvoudig: het spaarprogramma van de Keurslager. Voor elke euro die je besteedt, kun je voor 5 eurocent een spaarpunt kopen. Zeer voordelig, want elk spaarpunt levert 6,6 cent op! Dat is een spaarwinst van

maar liefst 32%. Ook meedoen? Vraag een spaarpas aan bij de plaatselijke Keurslager. Daar kun je ook cadeaus bestellen. Op www.keurslager.nl/cadeaushop kun je meer informatie vinden, je saldo bijhouden en cadeaus bestellen.



Puzzelen met Proef



Even ontspannen met een puzzel, dat is altijd goed! En je kunt er nog wat leuk mee winnen ook. Maak deze woordzoeker, stuur de oplossing in en wie weet win je één van de vijf Keurslager cadeaukaarten t.w.v. € 40,-.

De woorden zitten horizontaal, verticaal en diagonaal in alle richtingen in de puzzel verstopt. Ze kunnen elkaar ook overlappen. Zoek ze op en streep ze af. De overblijvende letters vormen achter elkaar gelezen de oplossing.

Mail de juiste oplossing vóór 31 december naar proef@keurslager.nl of stuur ons een (brief)kaart. Eerdere oplossingen en winnaars vind je op www.keurslager.nl.

APPEL	DESSERT	PEPERBOLLEN
AVOCADO	GEMBER	PISTACHENOOTJES
AZIJN	GOURMET	RUCOLA
BAVETTE	HONINGMOSTERD	RUM
BIMI	KOMKOMMER	SALIE
BLOEM	KOMIJN	SESAMZAADJES
BOTER	LAURIER	SOJAROOM
BRAMEN	LIMOENEN	SULTANAROZIJNEN
BRIE	LUNCH	TERIYAKI
CHORIZO	MANGO	TIJM
CITROEN	PANKO	ZOUT



©www.puzzelpro.nl

PROEF is een uitgave van de Vereniging van Keurslagers en wordt je aangeboden door de Keurslager.

Vereniging van Keurslagers
Postbus 185, 3830 AD Leusden
T 033 - 494 04 19
E info@keurslager.nl
www.keurslager.nl
[f/Keurslagers](https://www.facebook.com/Keurslagers)
[@Keurslagers](https://www.instagram.com/Keurslagers)
[y/DeKeurslagers](https://www.youtube.com/DeKeurslagers)

Bladmanagement en redactie

Fortelle. Content met een verhaal.
Linda Uijtewaai, Joep van Gestel en
Robert Nagtegaal (Vereniging van Keurslagers)

Receptuur

Silvia Klein (Als het over koken gaat!)
Stephan van Oppenaar
Rita Hooghuis
Katinka Huiskamp (Voedingswaarden)

Fotografie

Scala Photography
(De styling is mede mogelijk gemaakt
door De Bijenkorf en Sissy-Boy)

Vormgeving

Fortelle. Content met een verhaal.

Druk

Koninklijke Drukkerij Em. de Jong

Oplage

200.000 exemplaren

Frequentie

PROEF verschijnt 5 keer per jaar.

Natuurlijk wordt **PROEF** met veel zorg gemaakt. We kunnen echter geen verantwoordelijkheid nemen voor mogelijke fouten in het blad. Het overnemen van delen van dit magazine mag alleen na schriftelijke toestemming van de uitgever. Op tekst en foto's rust copyright.

Algemene opmerkingen over de recepten

We geven de oventemperaturen steeds aan voor de heteluchtoven. Een gewone oven zet je ongeveer 15 graden warmer voor hetzelfde effect. Overal waar we tijden aangeven, zijn dat indicaties. Blijf kijken en proeven. Waar we eieren gebruiken, bedoelen we eieren van een gemiddeld formaat. Als je zwanger bent of een verzwakte weerstand hebt, moet je voorzichtig zijn met bepaalde ingrediënten, bijvoorbeeld met rauw vlees. Laat je hierover goed informeren.



Kerntemperaturen

De kerntemperatuur is van groot belang. Deze meet je met een kernthermometer. De belangrijkste temperaturen op een rijtje:

Rundvlees	rood: 48 °C	rosé: 55 °C	gaar: 70 °C
Kalfsvlees		rosé: 55 °C	gaar: 70 °C
Varkensvlees		rosé: 60 °C	gaar: 70 °C
Lamsvlees		rosé: 55 °C	gaar: 70 °C
Kip			gaar: 75 °C



Actie

Stuur ons een leuke foto van je Proef
Kerstrecept en maak kans op een
van de 10 Keurslager Cadeaukaarten
t.w.v. € 50,-. Inzenden kan
tot 28 december 2019
via info@keurslager.nl

Gezellig eten met vrienden?

Maak de gastvrouw of gastheer blij met een Keurslager cadeaukaart!



Inclusief mooi cadeauhoesje. De kaarten zijn verkrijgbaar en te besteden bij alle Keurslagers in Nederland.