

# 2025 mei

CCN Limburg · Lente

---

## Toastjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
stokbroden	6	

1. snijd het stokbrood diagonaal in dunne sneetjes (1cm)
2. bestrijk aan beide zijden met de knoflookolie
3. verwarm de oven voor tot 200 gr.
4. leg de sneetjes op een ovenrekje
5. bak in 15 min. goudbruin

## Croutons

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witbrood	6	sn.

6. snijd het witbrood, zonder korst, in blokjes van 1cm<sup>3</sup>
7. bestrijk aan alle zijden met de knoflookolie
8. leg op een bakplaat met bakpapier en bak af als boven. Tussendoor husselen.

## Knoflookolie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	7	t
olijfolie ev	150	ml
druivenpitolie	100	ml

9. plet de tenen knoflook
10. zet deze op een zacht vuur aan in wat olie
11. wanneer de geur vrijkomt, de olijfolie EV en druivenpitolie toevoegen
12. laat 15 min. op een zéér laag vuur trekken
13. door zeef gieten en na afkoelen, gereed voor gebruik

## Aioli

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eidooiers	4	
scherpe mosterd	2	tl
knoflook	2	t
knoflookolie	150-200	ml
citroensap		

14. klop de eidooiers, mosterd, en 3 t geperste knoflook door elkaar
15. voeg onder voortdurend kloppen in een dun straaltje de knoflookolie toe, totdat je de gewenste dikte bereikt hebt.
16. afkruiden met P&Z en citroensap

## Deeg

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bloem	600	g
boter	400	g
eieren	2	

17. bloem zeven in kom plus een snuffe zout.
18. boter in kleine blokjes snijden en voorzichtig met je vingertoppen door de bloem werken/ wrijven zodat er een kruimelig deeg ontstaat.
19. 2 eieren en 4-6 el koud water toevoegen en het deeg tot een samenhangende bal kneden.
20. deeg verdelen in 2 porties en verpakken in huishoudfolie en 3/4- 1 uur in koelkast laten rusten.

**OVERIG** Asperges, gerookte zalm en omelet

---

## Asperges, gerookte zalm en omelet

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges koppen (5cm lang)	15	
gerookte zalm	250	g
crème fraîche	1	beker
sap van ½ citroen		
dragon, fijngesnipperd	1	bos
eieren	2	
cayennepeper en zout		
tuinkers	1	

1. Aspergekoppen schillen; opzetten in koud water met zout en snuf suiker; wanneer aan de kook, vuur uit en laten af koelen tot beetgaar; uit water, evt. afkoelen met koud water.
  2. Dragon superfijn snipperen; mengen met crème fraîche, citroensap en cayennepeper en zout (proeven).
  3. Gerookte zalm in reepjes snijden.
  4. Eieren klutsen met zout en restant van snippers zalm (+ scheutje melk) en vervolgens flensjes dun bakken. Laten afkoelen en in reepjes snijden.
- Afwerking en serveren.
5. Toastje royaal besmeren met crème fraîche.
  6. Aspergekopje erop.
  7. Reepje omelet eroverheen.
  8. Gedraaide plak zalm draperen
  9. afwerken met blaadje tuinkers

### Spinazie, champignons en manchegosnipper

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
rode ui, fijngesnipperd	2	
knoflook, geraspt	5	teentjes
champignons / beukenzwam (grof gesneden)	500	g
amandelen, geroosterd en grof gehakt	4	el
manchego, grof geraspt/gesnipperd	75	g
citroen, sap	1	
witte wijn	1	scheut
room	100	ml
bladspinazie	500	g
bouillon (tuinkruiden/groente)	1	scheut
bladpeterselie	6	el
p&z		

1. Stoof de rode ui, knoflook en champignons aan in wat olijfolie. Voeg de amandelen en het citroensap toe.
2. Blus dit af met de witte wijn, laat het vocht verdampen en voeg de bouillon en room toe.
3. Laat dit voor de helft inkoken en voeg op het laatst de bladpeterselie toe.
4. Zet in een aparte pan de spinazie aan en kruid met peper.
5. Laat de spinazie goed uitlekken in een vergiet, evt. voorzichtig uitknijpen.

Afwerking:

1. Leg de een dun laagje spinazie op het sneetje en rasp er royaal de Manchego erover.
2. Leg hier vervolgens de champignonmix op en werk royaal af met de geraspte Manchego en wat bladpeterselie.

**Gamba's met Serranoham en paprikasaus**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
grote garnalen, gepeld, maar staart eraan laten	15	
serrano of ibericoham	15	plakjes
knoflook, brunoise	6	teentjes
rode uien, brunoise	3	
grote rode paprika, gepoft en ontveld	5	
gele paprika, gepoft en ontveld	3	
rode peper, ontdaan van zaadlijst en brunoise	3	
witte wijn	1	scheut
room	50	ml
venkelzaadjes geplet	2	tl
paprikapoeder gerookt	1	snuif
p&z		
zelfgemaakte aioli		

1. Verwarm de oven op 225 graden. Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en leg de halve paprika's op een rooster met een bakvel er onder. Besprenkel ze met wat olijfolie en zet ze in de oven tot ze zwart geblakerd zijn.
2. Haal de paprika's uit de oven, doe ze in een boterhammenzakje, knoop dit dicht en laat afkoelen.
3. Hierdoor zal het velletje makkelijk loslaten. Zodra ze zijn afgekoeld haal je het velletje van de paprika's en zet je het vruchtvlees apart.
4. Stoof in een pan de rode ui, knoflook en het pepertje in wat olijfolie. Voeg hier de gerookte paprikapoeder aan toe en laat kort meestoven.
5. Blus af met de witte wijn, laat de alcohol verdampen en voeg het vruchtvlees van de paprika toe.
6. Meng/verwarm alles goed door tot er een mooie emulsie ontstaat. Voeg eventueel nog wat room toe tot de saus de gewenste dikte heeft.
7. Verhit een grillpan op (hoog) vuur. Wikkel de garnalen in de plakjes serrano en besprenkel ze met wat olijfolie. Gril ze om en om tot het spek een mooie kleur heeft gekregen, maar de garnalen nog mooi glazig zijn. Voeg eventueel nog wat venkelzaadjes toe op het spek en laat deze kort mee grillen.
8. Doe een flinke lepel paprikasaus op het sneetje. Leg hier de garnaal op en tot slot wat van de aioli. Werk af met wat gerookt paprikapoeder en gesnipperde bladpeterselie.

## Aspergesmousse met Noordzeegarnalen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges zonder kop (over van recept 1) plus 5-7 extra	15	
koppen (zie gerecht 1)	15	
slagroom	250	ml
gerookte zalm in snippers	150	g
gelatine blaadjes	6	
eiwitten	6	
noordzee garnalen	400	g
cayennepeper en zout		
citroen, citroensap	1	
bieslook of lente ui in fijne ringetjes		

1. Week de gelatineblaadjes in koud water.
2. Gaar de aspergestukken (gaar) en koppen (zie 1.).
3. Klop ondertussen (2 aparte kommen) de eiwitten met een snuf zout mooi stijf en de room lobbijg.
4. Schep de asperges uit het kookvocht en begin meteen te pureren. Houd de koppen apart. Meng de zalmsnippers, cayenne en zout onder de mousse.
5. Los de uitgeknepen gelatineblaadjes op in een deel (inschatten +/- 1 dl) van het nog warme kookvocht van de asperges, en voeg deze gedoseerd toe aan de aspergemousse. Houd het mengsel zo luchtig en lichtgebonden mogelijk (geen gelatine klomp!!!). Laat verder afkoelen (Proeven).
6. Meng de mousse voorzichtig met de room (hoeft niet alle room te gebruiken; het gaat om de aspergemousse) en spatel er vervolgens de eiwitten door(idem: het gaat om de aspergemousse), proef of er nog kruiding bij moet.
7. Schep het mengsel in kleine glaasjes en zet in de koelkast (¾ uur).  
Presenteren
8. Serveer met een royale lepel Noordzeegarnalen en een aspergekop; besprenkel met citroensap en garneer met bieslook/lente ui.

**Empanada met Serranoham en gehakt**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
serranoham fijngesneden	125	g
kalfsgehakt	250	g
sjalotten, fijngesnipperd	3	
rode paprika brunoise)	½	
knoflook	4	tenen
peterselie		paar takjes
pittige pepertjes fijngesnipperd	2	
witte wijn	1	scheut
p&z		
chili		snuf
aioli	4	el
volle yoghurt	5-6	el
chilisaus	1	el
paprikapoeder (gerookt)	1	tl
eidooier	1	

Voor de vulling:

1. Sjalot, pepertje en knoflook snipperen.
2. Serranoham en peterselie fijnsnijden.
3. In koekenpan olie verhitten en sjalot, pepertje en knoflook (+paprika) aanzetten.
4. Gehakt toevoegen en mooi rul bakken
5. Serranoham, peterselie en witte wijn toevoegen en nog 5 min. laten sudderen
6. naar behoefte P&Z en chili toevoegen
7. Deeg uit koelkast nemen en doorkneden
8. Werkblad bestuiven met bloem en deeg uitrollen (+/- 2-3 mm dik)
9. 35-40 rondjes uitsteken (7-8 cm doorsnede)
10. Op elk rondje een ¾ el vulling
11. Rondjes dichtvouwen en randen dichtdrukken met vork
12. Oven verwarmen tot 225 gr.
13. Bakplaat bekleden met bakpapier en empanada's erop leggen.

Yoghurt dipsaus

14. Maak de dipsaus door ingrediënten bij elkaar te voegen en te mengen

Afwerking:

15. Empanada's bestrijken met losgeklopte eidooier en in 10-12 minuten goudbruin bakken
16. Opdienen op een paar grote schalen met kommetjes dipsaus ernaast.



## Trio van gevulde champignons

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
middelgrote/grote witte of kastanje champignons	50	
radijsjes	1	bos
witte wijnazijn		
suiker	1	el
olie		
p&z		
harde parmezaan /pecorino rasp voor garnering		stukje
blauwe kaas (blue d'auvergne/danish blue)	100	g
zoete ui, brunoise	1	
knoflook	2	teentjes
spinazie	3	handjes
sjalotjes	3	
ontbijtspek (serrano mag ook)	10	plakjes
champignonsteeltjes en lamellen, brunoise		
citroensap		
gerookte zalm	7-8	plakken
mozzarella	2	bolletje
(zon)gedroogde tomaatjes.(1 potje)		fijn gesneden

Algemeen:

1. snij de radijsjes flinterdun m.b.v. een mandoline.
2. maak de marinade op basis van witte wijn azijn (1/3), water (2/3), P&Z en de suiker.
3. meng goed en zet apart.

Vulling 1: Blauwe kaas met spinazie:

4. snij de blauwe kaas in heel kleine blokjes/verkruiemel.
5. snipper de zoete ui en knoflook.
6. snij de spinazie iets grover.
7. smoor de ui en knoflook zacht en voeg op het laatst de spinazie toe. Laat slinken.
8. P&Z
9. laat enigszins afkoelen en meng met de blauwe kaas.
10. vul de champignon met het mengsel.
11. bestrijk de buitenkant van de champignon met olijfolie
12. leg op bakblik met bakpapier en bak af in 10-15 min. in voorverwarmde oven van 185 gr.
13. bestrooi met de geraspte parmezaan/pecorino
14. serveer trio (vulling 1, 2 en 3) op klein bordje met schijfjes uitgelekte radijs ernaast.

Vulling 2: Ontbijtspek/Serranoham met champignonrestjes

15. snipper de sjalot brunoise
16. snijd het ontbijtspek/serrano in kleine stukjes
17. fruit beiden gezamenlijk in redelijk hete olie. Ontbijtspek knapperig.
18. voeg de fijngesneden steeltjes en lamellen toe tot zij kleuren en vocht vrijwel verdwenen is.
19. P&Z
20. een beetje citroensap toevoegen.

21. vul champignons met het mengsel (zie verder 1.)

Vulling 3: Gerookte zalm, mozzarella en zongedroogde tomaatjes

22. snijd de zalm in snippers en de zongedroogde tomaatjes (laat wat olie eraan) in stukjes

23. snijd de uitgelekte en afgedept mozzarella in kleine stukjes/verkruiemel.

24. meng de mozzarella met de zalm en tomaatjes, P&Z.

25. Vul de champignons met het mengsel (zie verder 1).

**OVERIG** Gerookte makreel met een zuurtje

---

### Gerookte makreel met een zuurtje

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gerookte makrelen	3-4	
rode ui, fijngesnipperd		
rode en 1gele paprika, brunoise	1	
groene, milde, pepertjes, brunoise	4	
citroensap		

1. Breng de brunoise paprika, rode ui en pepertjes op smaak met citroensap, olijfolie, P&Z. Zet apart een kwartier apart; regelmatig mengen.

2. Leg het vlees van de makreel op het toastje; goed 'uitdrukken'. Royale laag.

3. Leg hierop je paprika mengsel en werk af met zwarte peper en gesnipperde bladpeterselie.

**Tonijn-eiersalade met ansjovis**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
hardgekookte eieren	3	
tonijnstukken op water (+/- 250-270 gram)	1	blikje
ansjovisjes (15 voor garnering)	20	
tomatenpuree	2	tl
kappertjes fijngesneden	2	el
fijngesneden bieslook (1-2 voor garnering)	6	el
rode paprika brunoise gesneden en goed drooggedept	3/4	
zwarte olijven brunoise (garnering)	15	
chilipoeder	½	tl
komijn		snuifje
citroensap		
p & z		

Salade:

1. Prak de eieren, 10 ansjovisjes en tonijn.
2. Voeg tomatenpuree, kappertjes en kruiding toe en meng goed.
3. Voeg mayo en paprika toe en meng voorzichtig.
4. Naar smaak citroensap, P&Z toevoegen.
5. Zet een half uurtje in de koelkast.

Afwerking:

6. Besmeer het toastje royaal met het mengsel.
7. Garneer met 1-2 stukjes ansjovis, bieslook en zwarte olijf.

**Krabtaartje**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
krab vlees	400-450	g
olijfolie	1	scheut
ongezouten boter	50	g
sjalotjes, brunoise	3	
prei, brunoise	2	(witte deel van)
grote goed rijpe tomaten, gepeld, zonder zaadjes in stukjes	4	
tomatenpuree	2	el
cognac	75	ml
visbouillon	200	ml
p&z; dragon		
platte peterselie		gesnipperde
manchego kaas		geraspte

## Vulling:

1. Boter en olie verwarmen in braadpan.
2. Sjalotjes en prei zachtjes stoven (20 minuten).
3. Cognac toevoegen en flamberen.
4. Tomatensaus, blokjes en dragon toevoegen en 15 minuten verder stoven.
5. Visbouillon gedoseerd toevoegen (saus mag niet te waterig worden) Desnoods saus wat laten reduceren of iets binden.
6. Krabvlees toevoegen. Nog een aantal minuten. onder voortdurend roeren, stoven.

## Taartje:

7. Deeg doorkneden en uitrollen tot 2-3 mm dikte.
8. Rondjes uitsteken van +/- 10 cm
9. Quiche vormpjes (5 cm doorsnede en 1 cm hoog) beboteren en bekleden met de deeggrondjes. Deeg inprikken met vork.
10. Oven op 180-185 gr. en goudbruin afbakken in 13-14 minuten. Uit vorm halen en laten afkoelen op rek.

## Afwerking:

11. Vul de taartjes met het mengsel en zet deze nog een paar minuten in een oven van +/- 200 graden.
12. Garneer met een aantal croutons, de gesneden bladpeterselie en geraspte Manchego.
13. Warm serveren.

### Geitenkaas (of Cabrales) met gekaramelliseerde ui

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
goed gerijpte, maar niet keiharde geitenkaas of anders cabrales	300	g
grote zoete uien in halve ringen gesneden	6	
balsamico azijn		goede kwaliteit
p&z		
gesneden rozemarijn	2	el
gedroogde dadels of vijgen	10	

1. Verhit de olijfolie (niet extreem).
2. Bak de uienringen in 10 minuten onder voortdurend roeren. Niet bruin!
3. Reduceer het vuur en voeg P&Z en balsamico toe. Laat nog een klein halfuurtje verder stoven. Regelmatig roeren en desnoods regelmatig een el water toevoegen tegen verbranden.
4. Laat mengsel afkoelen.

Afwerking:

5. Leg een plak geitenkaas op het toastje
6. Drapeer het uienmengsel op de plak geitenkaas
7. Garneer met de rozemarijn en een ½ dadel of vijg



## Met kalfsgehakt gevulde pijlstaartinktvis in tomatensaus

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
middelgrote pijlstaart inktvis (diepgevroren is prima)	1	kilo
kalfs/rundergehakt	250	g
(bak)chorizo in brunoise blokjes	100	g
p&z		
mediterrane kruiden; komijn, chilipoeder		
paprika (brunoise)	1	
uien, grof	2	
knoflook	4	tenen
bleekselderij	2	stengels
wortels grof	2	
paprika grof	1	
tomatenpuree	1	el
tomatenpulp	500	ml
whiskey	20	ml
rode wijn	2	glazen
tuinkruiden	1	blokje
chili		snuif
komijn		snuif
mediterrane kruiden	1	el

### Vulling:

1. Bak het gehakt en chorizo rul.
2. Voeg op het einde de paprika brunoise en de gesneden tentakeltjes toe. Laat een paar minuten meesmoren.
3. Breng op smaak met de genoemde kruiden. Evt. een paar el water tegen uitdrogen toevoegen
4. Mengsel laten afkoelen
5. Vul de pijlstaart lichaampjes voor  $\frac{3}{4}$  met het mengsel en 'vergrendel' met een tandenstoker.
6. Verhit in een koekenpan olie en boter en bak de gevulde pijlstaarten kort !! (taaiheid) en rondom lichtbruin.

### Saus:

7. Ui aan fruiten.
8. Knoflook, wortel, paprika, bleekselderij en tomatenpuree toevoegen en rustig laten stoven tot ingrediënten zacht zijn.
9. Tomatenpulp, whisky, wijn en kruiden toevoegen. Half uurtje zachtjes laten pruttelen.
10. Pureer met een staafmixer heel fijn.
11. Afhankelijk van de voortgang van de 'vullers' vuur evt. uitzetten/zeer laag pitje
12. Leg de pijlstaarten in de tomatensaus en laat ze gedurende 20 min op zeer zacht vuur pruttelen.

### Afwerking:

13. Serveer de pijlstaarten in een kommetje met een paar el saus en garneer met croutons

(zie 0.) en wat fijngesneden oregano.

14. I.p.v. De croutons kan er ook een sneetje stokbrood bij geserveerd worden.