

Gazpacho (Koude Spaanse Soep)

voor 4 personen

Wat nodig? 1 kg rijpe tomaten - 2 rode paprika's - 1 komkommer -
1 kleine ui - olijfolie - 1 el witte wijnazijn - peterselie -
peper en zout - 2 sneetjes (toast)brood -
2 teentjes knoflook

Hoe?

Spoel de tomaten. Schil $\frac{1}{2}$ komkommer. Spoel 1 rode paprika,
verwijder de pitjes. Pel de ui. Snij de groenten in grove stukken.
Pureer ze met de keukenrobot met 3 el olijfolie en 1 el wittewijnazijn.
Duw het soepje door een fijne zeef. Kruid naar smaak met peper en zout

Snij de rest van de komkommer en de resterende rode paprika
in blokjes. Doe ze bij de soep. Zet ze tenminste 1 uurtje in de koelkast
Snij het brood in blokjes. Bak ze goudbruin in een koekenpan in ruim olijfolie
met de fijn gesneden teentjes knoflook. Laat de croutons uitlekken op
keukenpapier.
Werk de gazpacho af net voor u serveert met de croutons
en een plukje peterselie

Smakelijk !



Hartelijk dank voor jullie
aanwezigheid. We hopen dat het
een leuke en leerrijke namiddag was

Els Carine Bianca Zuzka
en alle helpende handen

Op onze website www.gezinsbond-stekene.be
vinden jullie de foto's en het verslag van deze
dag vlug terug. Dus surf maar eens voorbij...

Tot volgend jaar in de 'Week van de Smaak' ...

Toaststerren met bieslookroom en ham

voor 8 personen

Wat nodig? Verse bieslook - 125 ml zure room - 150 ham - 8 sneetjes brood - olijfolie - uitsteekvorm (ster) - cocktailprikkers geroosterde paprika (uit potje)

Hoe?

Snij de helft van de verse bieslook fijn en roer dit door de zure room. Breng de bieslookroom op smaak met zout en peper. Snij een geroosterde paprika in fijne reepjes. Bestrijk de sneetjes brood met olijfolie en rooster ze aan beide zijden goudbruin. Steek met een uitsteekvorm 16 sterren uit het geroosterde brood. Bestrijk elke ster met de Bieslookroom en leg er telkens een sneetje ham en wat paprikareepjes tussen. Stapel steeds 2 belegde broodsterren op elkaar. Zet vast met een cocktailprikker. Serveer de resterende bieslookroom in potje er bij

Spaanse muizen

voor 8 personen

Wat nodig? Brood - potje philadelphia-kaas natuur - chorizo - komkommer 50 ml olijfolie - bruschetta-kruiden - olijven met/zonder paprika - bieslook

Hoe?

Smeer de boterhammen in met olijfolie en rooster ze. Laat de bruchetta-kruiden wellen in lauw water. Meng de kruiden met de kaas. Was de komkommer en snij in schijfjes, en elk schijfje middendoor. Snij de chorizoworst in schijfjes en elke schijfje middendoor. Snij het brood in 4 pizzapunten, besmeer ieder punt met de kruidenkaas. Plaats op het puntje Een groene olijf als neusje, bieslook als snorharen. Neem 2 olijfjes met paprika als oogjes, de chorizo-stukjes als oogleden en de $\frac{1}{2}$ komkommers als wenkbrauwen . Klaar zijn de muisjes

Kipnuggets

voor 8 personen

Wat nodig? 3 kipfilets - 1 tl zout - 600 gram gemalen parmezaanse kaas - 2 tl provencaalse - paprikachips-

Hoe?

De paprikachips fijn maken (Chips in plastic zakje doen en platkloppen) De kipfilets in stukjes van 2,5 cm snijden. Meng de platte paprikachips met de kaas, de kruiden en het zout. Doop de stukjes kip in het mengsel.

Verhit 4 el olijfolie in een pan en bak de stukjes tot ze goudgeel zijn. (Kan ook in de frituur). Minstens 5 min zodat de stukjes kip gaar kunnen worden. Even uitlekken op keukenpapier en serveren..

Broodrolletjes

Wat nodig? Casinobrood over de lengte gesneden - roomkaas - 250 gr gerookte ham - aluminiumfolie

Hoe ?

Laat een brood door de bakker over de lengte snijden zo heb je lange plakken. Snij de korsten van het brood af. Rol de plakken brood plat met een deegrol. Besmeer de plakken met de roomkaas (gemakkelijkst met lepel). Leg de plakken ham er op. Snij het brood in de helft door. Rol de plakken nu in de lengterichting op, verpak ze strak aluminiumfolie en leg in de ijskast. Snij in plakjes vlak voor het serveren.

Albóndigas (spaanse gehaktballetjes)

Orgineel recept uit Spanje

Wat nodig? 500 gram varkensgehakt - snufje peper - 1 ei
1½ deciliter bouillon - 1 ui, fijngehakt - 1 kleine tomaat, in blokjes
¼ theelepel nootmuskaat - 1 teentje knoflook, geperst - 1 el olijfolie
2 eetlepels bloem - ½ rode paprika, in blokjes - 2 beschuiten, verkruimeld
snufje zout

Hoe?

Kneed in een kom het gehakt, beschuitkruim, ei, knoflook, nootmuskaat, zout en peper goed door elkaar. Vorm er 20 balletjes van en bestuif deze licht met bloem. Verhit de olie in een koekenpan en bak de balletjes in circa 5 minuten aan alle kanten mooi bruin. Voeg de ui en de paprika toe en laat het geheel 3 minuten sudderen tot de ui zacht is. Voeg de tomaat en de bouillon toe en laat deze circa 20 minuten zachtjes sudderen. Leg de balletjes en de saus op een schaal. Serveer de balletjes warm of koud.

Serveertips In Spanje eten ze dit met brood.

Spaanse kleine gehaktballetjes met olijvendip

Wat nodig? 400 gram half-om-half gehakt - 1 sjalotje - 2 takjes peterselie
10 groene olijven, zonder pit - 100 mililiter mayonaise - 2 eetlepels crème fraîche
peper - 1 ei - 5 eetlepels paneermeel - zout - 1 eetlepel olijfolie

Hoe?

Pel het sjalotje en snipper deze fijn. Was de peterselie en hak de blaadjes fijn. Hak de olijven fijn. Roer in een schaal de mayonaise, crème fraîche, peterselie, olijven en peper tot een romige olijvendip. Kneed in een kom het gehakt met de ei, paneermeel, sjalotje, zout en peper door elkaar. Verdeel het gehakt in 20 gelijke porties en draai er kleine balletjes van. Verhit de olie in de koekenpan en bak de balletjes in ongeveer 8 minuten rondom bruin. Laat de balletjes in ongeveer 6 minuten op een zacht vuur garen. Schep de balletjes op een schaal en serveer de olijvendip er in een schaal bij. Serveer de balletjes warm.

Spaanse groentetortilla

Wat nodig? 2 eetlepels olijfolie - 2 uien, in dunne ringen - 225 gram voorgekookte aardappelschijfjes - 1 winterwortel in julienne - 1 courgette, in dunne plakjes - 6 eieren - 50 ml melk
50 gram geraspte kaas

Hoe?

Verhit de olijfolie in een koekenpan met antiaanbaklaag en fruit de uiringen in 5 minuten zachtjes gaar. Verwarm de aardappelschijfjes op een bord 5 minuten in de magnetron. Verdeel de aardappel, de wortel en de courgette in laagjes over de uien. Klop de eieren los met de melk en zout en peper naar smaak. Schenk het eimengsel in de pan en verdeel het goed. Strooi de kaas over het ei en groentemengsel. Leg een deksel op de pan en laat het geheel in ongeveer 20 minuten gaar en bruin worden. Leg de omelet op een bord en verdeel.

Kinder-Sangria

Wat nodig? 2 flessen rode frisdrank - 1 fles grenadine - gemengd fruit: appelsien - appel - druif - peer - kiwi - ...

Hoe? Snij het fruit in kleine stukjes - Meng dit samen met de rode frisdrank in een grote bowl. Voeg als laatste de grenadine zijn (moet goed rood zijn)