

Koken

— met de —

Thermomix®

gemakkelijk en superlekker

Sabrina Crijns

FOTOGRAFIE

Frank Croes

Manteau

© 2017 Manteau | Standaard Uitgeverij nv,
Rijnkaai 100/A11, B-2000 Antwerpen
en Sabrina Crijns

www.standaarduitgeverij.be
info@standaarduitgeverij.be

www.alleskunner.be
www.kokirina.be

Vertegenwoordiging in Nederland:
New Book Collective, Amsterdam
www.newbookcollective.com

TEKSTEN: Sabrina Crijns
FOTOGRAFIE: Frank Croes
FOODSTYLING: Bieke Santens
OMSLAGONTWERP: Dominic Van Heupen
FOTO'S OMSLAG: Frank Croes
VORMGEVING BINNENWERK: Dominic Van Heupen

De gebruikte borden in dit boek vind je op www.mooieborden.be

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Ondanks alle zorg die aan de samenstelling van de uitgave werd besteed, kan de redactie of de auteur noch de uitgever aansprakelijkheid aanvaarden voor eventuele schade die zou kunnen voortvloeien uit enige fout die in deze publicatie zou kunnen voorkomen.

Thermomix® is een gedeponeerd handelsmerk van Vorwerk.

ISBN 978 90 223 3562 8
D/2018/0034/262
NUR 440

INHOUD

Voorwoord.....	9
----------------	---

Inleiding

Wat is een Thermomix®.....	12
De onderdelen van de Thermomix®.....	13
Tips en tricks Thermomix®.....	17
De Thermomix® en kinderen.....	18
Babyvoeding in de Thermomix®.....	20
Fruitpapje.....	20
Fruit-groentepapje.....	20
Aardappel met wortel en courgette.....	21
Rijst met broccoli en sla.....	21
Kalkoen met aardappel, prinsessenboontjes en wortel.....	21
Vis met pasta, prei, erwtjes en selderij.....	23
Basisschema.....	23
Verschil tussen TM31® en TM5®.....	25
Goed om te weten voor je erin vliegt.....	25

Drankjes

Limoen-citroenlimonade.....	31
Aardbeien-frambozenlimonade.....	31
Appel-gemberapero.....	33
Tijmapero.....	35
Vlierbloesemvermout.....	35
Cocktail met wodka en limoen.....	37
Cosmopolitan.....	39
Kir special.....	39
Bier-jenevercocktail.....	41
Smoothies.....	43
Sunshine smoothie.....	43
Kiwismoothie.....	43
Popeye smoothie.....	43
Ananassmoothie.....	43

Hapjes, voorgerechten of lunch

Eendenpaté met portgelei.....	47
Kaassoezen.....	49
Sushi met hummus.....	51
Pizza met ricotta en pistachepesto.....	53
Zalmmousse in filokrokantje.....	57
Lam op een stokje met yoghurt dip.....	59
Zuiderse gevulde eieren.....	61
Quiche met gerookte zalm en raapjes.....	63

Soep

Kippenbouillonpasta.....	67
Groentebouillonpasta.....	68
Runderbouillonpasta.....	69
Tomatensoep met kruidenpannenkoekjes.....	71
Soepje van venkel en sla met balletjes.....	73
Champignonroomsoep.....	75
Erwtensoepe met munt.....	77
Aspergesoepe.....	79
Tomaten-pompensoepe met Palm.....	81
Peersoepje met Oud Brugge.....	83
Wortelsoepe met pastinaak en sinaasappel.....	85
Soepje van raapjes met sint-jakobsvruchten en ganzenlever.....	87

Brood en confituur

Wit stokbrood.....	91
Volkorenbrood.....	92
Speltbrood met boekweit.....	93
Yoghurtbroodjes met feta.....	95
Tramezzini met kippenwit.....	97
Bierbroodjes.....	99
Paashaasbroodjes.....	101
Scones met clotted cream.....	105
Confituur.....	107

Hoofdgerechten

Scampi's met rodecurrysaus	111
Gevulde kalkoenfilets met raapjes, zoete paprika en krieltjes	113
Risotto verde met groene asperges en radijsjes op twee wijzen	117
Quinoa met notenburgers	119
Penne met drie kazen	123
Hutsepot	125
Kokosrijst met kabeljauw en gele paprikasaus	127
Zalmmootje met sinaasappel-chilisaus en erwtenpuree.....	129
Farfalle met champignons en gerookte ham	133
Hertenstoofpotje met bosbessensalsa	135
Bloemkool-kaasschotel met gehakt	137
Scampi diabolique	141
Butternutkaasfondue met truffel.....	143

Sausjes en chutneys

Koude sausjes	147
Mierikswortelsausje	147
Sherry-dragonsausje	147
Blauwekaassaus met bieslook	148
Cocktailsaus	148
Warme sausjes	149
Champignonsaus	149
Foyotsaus.....	150
Hollandaisesaus	150
Bearnaisesaus	153
Tomaten-dadelsausje	155
Currysaus	156
Crème van pickles	156
Warme cocktailsaus	157
Stoer koffiesausje	157
Provençaalse saus	159
Chutneys	161
Mangochutney.....	161
Appelchutney	162
Tomaten-courgettechutney.....	163

Groenten, koud en warm

Rauwkostslaatsjes.....	167
Sinaassalade met venkel.....	167
Rodekoolsalade met rode biet.....	169
Wittekoolsalade.....	169
Salade van bloemkoolcouscous met radijsjes.....	170
Wortel-appelsalade	170
Warme groenten	171
Appelmoes	171
Rodekool met appel	172
Groene groenten met warme dressing.....	175
Groentetoren van pompoen-, knolselderij- en spinaziepuree.....	177
Gestoomde aubergines met ras el hanout.....	180

Zoet

Zoete sausjes.....	185
Vanillesaus	185
Chocoladesaus	185
Aardbeien coulis	185
Basilicumcrème	185
Lemon curd	187
Advocaat	187
Pannenkoeken	189
Kersen-aardbeien granité.....	189
Advocaatijes.....	191
IJspralines	193
Kriekwafeltjes	195
Bierijs	195
Rijstpap extra	197
Snelle chocolademousse.....	199
Tiramisu met speculaas	201
Zebracake	203
Bosbessentaartjes	205
Aardbeiensoepje met basilicum sorbet.....	207
Ijsbombe met frambozen en chocolade.....	209
Register	214
Dankwoord	223



VOORWOORD

In september 2017 verscheen mijn eerst kookboek met Thermomix®-recepten: *Lekker thuis koken met de Thermomix®*, een heerlijk moment. Ik kreeg veel leuke en positieve reacties. Ook de nieuwe klanten die bij ons een Thermomix® kochten, waren enthousiast over het boek. Stilaan groeide het idee om een tweede boek te maken, mede op vraag van mijn gasten en klanten. Sommige recepten waren niet in het eerste boek geraakt, want je moet nu eenmaal selecteren. Ik heb het afgelopen jaar heel wat nieuwe recepten ontwikkeld en ook andere thema's, zoals sauzen die nooit mislukken, fruitige smoothies en snelle rauwkostslaatsjes, zijn heel populair op mijn workshops. En zo kreeg mijn tweede Thermomix®-kookboek stilaan vorm.

Mijn mama was de grootste fan van mijn boek, ze was zo trots. Zij was moeder van zes kinderen, een rots in de branding voor mijn vader en ook een kokkin, die graag veel gasten ontving, zoals een echte Italiaanse mama. Ze had een sterk karakter en heeft me voor een stuk gevormd tot wie ik nu ben. Hierdoor ben ik (soms te) gedreven, maar doe ik nu wat ik dolgraag doe: creatief zijn, eigentijds en vernieuwend koken én die kennis met veel enthousiasme delen. Helaas is mijn mama enkele maanden na het verschijnen van mijn eerste boek overleden en zal ze de publicatie van mijn nieuwe boek niet meer meemaken.

Ik heb zowel een koksopleiding bij hotelschool PIVA als bij Spermalie gevolgd, maar ook door mijn lerarenopleiding heb ik veel geleerd. Onze hoofdlocatie is het kookatelier Kokirina in de Langestraat in Brugge, gevestigd in een historisch pand waarin ik al mijn creativiteit kan botvieren en in een gezellige sfeer mijn kooksessies kan geven. Alle gasten verzamelen rond het kookeiland en werken met twee tot drie personen aan één Thermomix®-toestel, de beste manier om met dit fantastische apparaat kennis te maken. En daarna is het gezellig samen smullen. Ook op verschillende locaties verspreid over heel Vlaanderen geven we dergelijke kooksessies. Met 'we' bedoel ik mijn echtgenoot Steven en ik. Hij is meer dan mijn rechterhand, met zijn tweetjes kunnen we nog creatiever zijn en er altijd staan voor onze gasten. Met de thematische kookworkshops – tapas, Kerst, Nieuwjaars, Pasen,... – gaan we een stapje verder dan de basissessies, maar ook hier speelt de Thermomix® een centrale rol.

Ik ben zo blij dat ik mag doen wat mama graag deed: gasten ontvangen en hen laten genieten. Hopelijk inspireert mijn nieuwe boek jou om zowel dagelijks als op gezellige feestjes de Thermomix® flink te laten draaien. Dan rest er nog alleen: smullen, genieten en gezellig samenzijn.

Sabrina Crijs



Appel gemberapero

VOOR 1,5 L

300 g ijsblokjes
450 g appelsap

Voor het gembermengsel

15 g gember (nettogewicht)
100 g suiker
150 g water
blaadjes van 2 takjes
rozemarijn

BEREIDING

Schil de gember en doe hem in de mengbeker,
5 sec./snelheid 7. Schraap naar beneden.

Voeg de suiker, het water en de rozemarijn-
blaadjes toe, **10 min./100 graden/snelheid 1**.
Daarna **2 min./snelheid 10**.

Laat het mengsel afkoelen en zet in de koelkast.

Doe vlak voordat je de aperitief wilt serveren de
ijsblokjes, het gembermengsel en het appelsap
in de mengbeker, **1 min./snelheid 10**.

Vul de glaasjes met het aperitief.

TIPS

Voeg eventueel wat
spuitwater toe als je
deze apero te hevig
vindt.

Giet er scheutje wodka
bij voor een vleugje
alcohol.



Zalmmousse in filokrokantje

VOOR 12 HAPJES

1 rol filodeeg
20 g boter
enkele takjes dille

Voor de zalmmousse

120 g gerookte zalm
80 g roomkaas (type
Philadelphia®)
10 g mierikswortel (potje)
20 g boter
1 grote eetlepel dille
peper

BEREIDING

Laat het filodeeg tot vlak voor gebruik
in de koelkast liggen.

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Doe 20 g boter in blokjes in de meng-
beker, **3 min./80 graden/snelheid 3**.

Haal het filodeeg uit de koelkast, knip
er vierkantjes van ongeveer 10 cm uit.

Leg de filodeegvierkantjes kruiselings
in ingevette kleine vormpjes en smeer
ze in met gesmolten boter.

Bak de filovierkantjes 10 minuten in de
oven. Laat afkoelen.

Maak nu de zalmmousse. Doe 20 g
boter, de roomkaas, de mierikswortel,
de dille (houd een beetje apart voor de
garnering) en de gerookte zalm in de
mengkoker, kruid goed af met peper,
5 sec./snelheid 5.

Schraap naar beneden, **5 sec./
snelheid 5**.

Vul een spuitzak met de zalmmousse
en leg in koelkast.

Spuit de zalmmousse net voor het op-
dienen in de filokrokantjes en werk af
met dille.



Tomatensoep met kruidenpannenkoekjes

VOOR 1,5 L SOEP

Voor de soep
2 stengels selderij
1 handvol basilicum
375 g tomaten (ongeveer 3)
6 blaadjes selderij
1 groentebouillonblokje
of 2 eetlepels groentebouillonpasta (blz. 68)
1 eetlepel zacht paprikapoeder
peper en zout

Voor de pannenkoek
125 g speltbloem
2 eieren
250 g melk
50 g blokjes boter
1/2 bosje basilicum
1/4 bosje dragon
1/2 koffielepel mosterdzaad
peper en zout

BEREIDING

PANNENKOEKEN

Was en droog de kruiden. Snijd de worteltjes eraf, de steeltjes mogen eraan blijven.

Doe de boter in de mengbeker, **2 min./70 graden/snelheid 1.**

Voeg de eieren toen, **20 sec./snelheid 4.**

Voeg de melk, het mosterdzaad, de verse kruiden, peper en zout toe, **1 min./snelheid 10.**

Voeg de (spelt)bloem toe, **10 sec./snelheid 5.**

Bak kleine pannenkoeken in een pan. Houd ze warm in de oven tot voor het opdienen.

SOEP

Snijd de selderijstengels in grove stukken. Verwijder de kroontjes van de tomaten en snijd de tomaten in stukken.

Doe de selderijstengels en het basilicum in de mengbeker, **2 sec./snelheid 7.** Schep uit de mengbeker en zet even opzij.

Doe de tomaten, de selderijblaadjes, het paprikapoeder, peper en zout in de mengbeker, **2 min./snelheid 10.**

Voeg het groentebouillonblokje of de groentebouillonpasta en 800 g warm water toe, **10 min./100 graden/snelheid 2.**

Schep een koffielepel van het selderijbasilicummengsel in het midden van de soepbordjes, leg de pannenkoekjes aan de rand, giet de hete soep in het midden.

TIP

Werk eventueel af met rivierkreeftjes of gepelde garnalen.



Yoghurtbroodjes met feta

VOOR 14 BROODJES

475 g patisseriebloem
50 g boter
20 g droge gist of
40 g verse gist
75 g lauw water
75 g zonnebloemolie
75 g melk
75 g yoghurt
10 g zout
1 koffielepel suiker
1 ei

Voor de vulling

50 g feta
1/4 bosje peterselie
peper

Voor de afwerking

sesamzaad
1 eigeel

BEREIDING

Doe de boter in de mengbeker en laat smelten, **2 min./70 graden/snelheid 1.**

Voeg alle andere ingrediënten toe, **8 sec./snelheid 8.** Daarna **3 min./deegfunctie.**

Haal het deeg uit de mengbeker en leg het in een kom. Dek het af met een theedoek en laat het 15 minuten op een warme plek rijzen.

Doe de feta, de peterselie en wat peper in de mengbeker, **6 sec./snelheid 5.**

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Verdeel het deeg in 14 bolletjes en leg ze op een met bakpapier of siliconen matje beklede bakplaat.

Plet elk bolletje, schep 2 koffielepels vulling in elk bolletje en bedek de vulling met deeg. Rol voorzichtig weer tot bolletjes en leg ze op het bakpapier met de naad (de opening die je gesloten hebt) naar onderen.

Klop het eigeel los en bestrijk er de broodjes mee. Bestrooi ze met sesamzaad.

Bak de broodjes 10 tot 15 minuten in de oven en laat ze afkoelen op een rooster.

TIP



Heerlijk bij een kaastafel, op een brunch, picknick of barbecue.

Zalmmootje met sinaasappel-chilisaus en erwtenpuree

VOOR 4 PERSONEN

4 moten zalm

Voor de erwtenpuree

2 sjalotjes
550 g aardappelen
1 kg erwten (diepvries)
1 eetlepel boter of ghee
1 groentebouillonblokje
of een schepje groentebouillonpasta (blz. 68)
15 g olijfolie
2 takjes munt (eventueel)
nootmuskaat
peper en zout

BEREIDING

ERWTENPUREE

Pel de sjalotjes. Schil de aardappelen en snijd ze in stukjes.

Doe de sjalotjes in de mengbeker, **5 sec./snelheid 5**. Schraap naar beneden

Voeg de boter of ghee toe, **3 min./100 graden/snelheid 1**.

Voeg de aardappelen, de erwten en het groentebouillonblokje of de groentebouillonpasta toe, **30-40 min./100 graden/linksomdraai/snelheid lepeltje**.

Scheur de muntblaadjes erbij en voeg de olijfolie, nootmuskaat, peper en zout toe, **1 min./linksomdraai/snelheid 4**. Haal de puree eruit en zet opzij.





Voor de saus

1 rood pepertje
1 teentje knoflook
5 g gember
1 ui
sap van 2 sinaasappels
1 groentebouillonblokje
of een schepje groentebouillonpasta (blz. 68)
5 g olijfolie
20 g honing
20 g rijstazijn
20 g ketchup
1 koffielepel zout
1/2 koffielepel maizena
express of xantana

ZALM MET SAUS

Ontpit het pepertje en snijd in stukjes.
Pel de knoflook en de ui. Schil de gember.

Doe het pepertje, de knoflook en de gember in de mengbeker, **4 sec./snelheid 8**. Schraap naar beneden

Voeg de ui toe, **5 sec./snelheid 5**.
Schraap naar beneden

Doe de helft van het sinaasappelsap, 200 g water, het groentebouillonblokje of de groentebouillonpasta erbij, **5 min./varoma/snelheid 1**.

Leg de zalm in de varomaschaal, kruid met paprikapoeder en voeg toe aan de mengbeker, **7 min./varoma/snelheid 2**. Controleer de gaarheid. Zet de schaal met de zalm opzij, houd het deksel dicht voor de warmte.

Doe de rest van het sinaasappelsap, de honing, de rijstazijn, de ketchup, de olijfolie en het zout in de mengbeker, **5 min./100 graden/zonder maatbeker/snelheid 1**.

Voeg de maizena express of xantana toe, **1 min./snelheid 10**.

Schep de erwtenpuree op de borden en leg er de zalm op. Werk af met het sinaasappel-chilisausje.





Kriekwafeltjes

VOOR 10 WAFELS

250 g patisseriebloem
125 g boter
50 g suiker
4 eieren
5 g droge gist
245 g kriekenbier (1 flesje)
90 g water
merg van 1 vanillestokje
snuifje zout

BEREIDING

Doe de boter in blokjes in de mengbeker, **3 min./85 graden/snelheid 2.**

Voeg de bloem, de suiker, de eieren, de gist, het bier, het water, het vanillemerg en het zout toe, **10 sec./snelheid 5.**

Giet in een mengkom, dek af met een theedoek en laat minstens 2 uur rusten op kamertemperatuur.

Bak de wafeltjes in een goed verwarmd wafelijzer van 220 °C.

Lekker met een bolletje bierijs.

Bierijs

VOOR 1,2 L IJS

400 g bevroren aardbeien
245 g kriekbier (1 flesje)
35 g kokosbloesemsuiker of
70 g suiker
200 g room

BEREIDING

Giet het bier in een platte schaal en zet 1 nacht in de diepvries.

Doe de suiker in de mengbeker, **10 sec./snelheid 10.**

Voeg de aardbeien toe, **10 sec./snelheid 8.** Schraap naar beneden.

Breek het bevroren bier in blokjes.

Voeg de blokjes bier en de room toe, **8 sec./snelheid 8.**

Schraap naar beneden. Daarna **10 sec./snelheid 6.**