

EIEREN

MAKKELIJKE RECEPTEN VAN BIJ ONS EN UIT DE WERELDKUEN

Sophie Matthys

Manteau

| | |
|------------|--------------------------|
| 8 | WE ♥ EIEREN |
| 21 | DE BASIS |
| 41 | SAUZEN |
| 55 | ONTBIJT EN SNACKS |
| 95 | HOOFDGERECHTEN |
| 119 | DESSERTS |

DE BASIS

- Gekookte eieren: van zacht tot hard ... 23
- Gebakken ei: spiegelei ... 26
 - Omelet ... 29
 - Roerei ... 30
 - Gepocheerd ei ... 33
 - Cloud eggs ... 34
 - Franse meringue ... 37
 - Italiaanse meringue ... 38

SAUZEN

- Hollandaisesaus ... 42
- Bearnaisesaus ... 45
- Mayonaise ... 46
- Tartaarsaus ... 49
- De echte aioli ... 50
- Crème anglaise ... 53

ONTBIJT EN SNACKS

- Muffins met ei, boerenkool en kippengehakt ... 56
- Paasbrood met een eitje ... 59
- Quinoa met geroosterde zoete aardappel en spiegelei ... 60
- Gerookte zalm en ei in avocado ... 63
- Ontbijtpizza met gebakken eitje, spinazie, feta en avocado ... 64
 - Omelet met spinazie en kaas ... 67
 - Omelet met champignons ... 68
 - Shakshuka ... 71
- Mexicaanse taco's met ei, pittige rode bonen en avocado ... 72
 - Oeuf en cocotte met zwarte truffel ... 75
 - Eggs benedict 'royale' ... 76
 - Bladerdeegjes met ei en chorizo ... 79
 - Oeuf en cocotte met tomaat en verse kruiden ... 80

- Toast met gepocheerd ei, rauwe ham en roomkaas ... **83**
- Spinaziesalade met quinoa, radijs en ei ... **84**
- Avocadosalade met ei, broccoli en yoghurt dressing ... **87**
- Groene shakshuka met boerenkool ... **88**
- 'Deviled eggs' met zalm ... **91**
- Stevig ontbijt met spiegelei, tomaten en bonen ... **92**

HOOFDGERECHTEN

- Ovenschotel van broccoli, ham, mozzarella en eieren ... **96**
- Tajine met gehakt, ei en olijven ... **99**
- Florentijnse eieren ... **100**
- Witte asperges met mimosa-ei ... **103**
- Gehaktbrood met een eitje ... **104**
- Vogelnestjes ... **107**
- Kaassoufflé ... **108**
- Tortilla met aardappel en spinazie ... **111**
- Quiche van courgette met ricotta en karwijzaad ... **112**
- Frittata met aardappel, geitenkaas en erwten ... **115**
- Groene asperges met een gepocheerd eitje en hollandaisesaus ... **116**

DESSERTS

- Pavlova met rood fruit en coulis ... **120**
- Iles flottantes ... **123**
- Sabayon ... **124**
- Pastéis de nata ... **127**
- Crème caramel ... **128**
- Citroen-meringuetaart ... **131**
- Zelfgemaakte advocaat ... **132**
- Eierkoeken ... **135**
- Crème brûlée ... **136**
- Baked Alaska ... **139**
- Zoete soufflé ... **140**

CLOUD EGGS

VOOR 2

2 eieren
peper en zout

- 1** Breek de eieren en houd de eidooiers apart.
- 2** Klop het eiwit tot schuim en kruid met peper en zout.
- 3** Verwarm de oven voor op 150 °C.
- 4** Bekleed een bakplaat met bakpapier. Maak 2 wolkachtige hoopjes met het eiwit en leg ze verspreid op de plaat. Maak een kuiltje in het midden met de bolle achterkant van een lepel.
- 5** Bak de eiwithoopjes in de voorverwarmde oven gedurende 4 à 5 minuten.
- 6** Haal de bakplaat uit de oven en leg een eidooier in elk kuiltje. Bak nog 2 minuten verder en dien meteen op.

TIP

Terwijl je het eiwit tot schuim klopt, kun je er geraspte kaas, fijne reepjes ham, stukjes spek of verse, fijngehakte kruiden zoals bieslook of peterselie door mengen.





CRÈME ANGLAISE

VOOR 4

2 vanillestokjes

1 l melk

8 eidooiers

200 g kristalsuiker

TIP

Crème anglaise (in het Engels 'custard' genoemd) is heerlijk bij bijvoorbeeld îles flottantes (zie recept op p. 123) en is de basis voor onder andere banketbakkersroom, vanillepudding en roomijs.

- 1** Snijd de vanillestokjes overlans doormidden en schraap met een mes het vanillemerg uit de halve peulen.
- 2** Verwarm de melk op een zacht vuur en voeg het vanillemerg en de lege peulen toe.
- 3** Klop intussen de dooiers los in een mengkom met een garde of in de keukenmachine op lage snelheid.
- 4** Voeg de suiker toe aan de dooiers en klop het mengsel enkele minuten op hoge snelheid tot een bleke, luchtige massa.
- 5** Voeg een scheutje van de hete vanillemelk bij het mengsel van ei en suiker en roer.
- 6** Giet dan de inhoud van de mengkom in de kookpot met hete vanillemelk. Roer onmiddellijk met een garde en laat op een zacht vuurtje indikken terwijl je blijft roeren. Vis de vanillepeulen eruit.
- 7** Als je een lepel door de saus haalt, er met je vinger een streep door trekt en die streep zichtbaar blijft, is de saus klaar.
- 8** Doe de saus in een kom of pot en laat afkoelen.



PAASBROOD MET EEN EITJE

VOOR 4

220 g bloem

1 tl bakpoeder

20 g boter

5 eieren

90 ml lauwe melk

30 g suiker

zout

versiering: hagelslag,
sprinkles... (optioneel)

- 1** Verwarm de oven voor op 170 °C.
- 2** Kneed een soepel deeg van de bloem, het bakpoeder, de boter, de helft van een losgeklopt ei, de melk, de suiker en een snufje zout.
- 3** Prik in 4 eieren een gaatje met behulp van een speld.
- 4** Verdeel het deeg in 4 porties en rol er bolletjes van. Rol elk bolletje uit tot een dunne lap op een met bloem bestoven aanrecht. Rol de lap op en druk plat.
- 5** Snijd de rol in de lengte in 3 repen, maak de slierten bovenaan vast en vlecht tot het einde.
- 6** Maak van de vlecht een rondje en leg op een met bakpapier beklede bakplaat. Druk het uiteinde licht aan. Leg het ei in het midden van de krans.
- 7** Herhaal dit tot al het deeg op is.
- 8** Bestrijk de broodjes met de andere helft van het losgeklopte ei en bak 20 minuten in de oven. Versier de broodjes met hagelslag, sprinkles...

FLORENTIJNSE EIEREN

VOOR 4

800 g bladspinazie

2 sjalotten

1 teentje knoflook

4 el olijfolie

snufje nootmuskaat

100 ml room

80 g gemalen
Parmezaanse kaas

5 eieren

peper en zout

- 1 Verwarm de oven voor op 200 °C.
- 2 Spoel de spinazie en laat uitlekken. Snipper de sjalotten en pers de knoflook. Vet een ovenschaal in met 1 el olijfolie.
- 3 Verhit de rest van de olie in een pan en fruit de sjalotten en knoflook glazig. Voeg de spinazie toe en laat onder deksel op een zacht vuurtje slinken.
- 4 Kruid met zout, peper en nootmuskaat. Roer de room en de helft van de kaas door de spinazie.
- 5 Leg het spinaziemengsel in de ovenschaal. Maak kuiltjes en breek boven elk kuiltje een ei.
- 6 Bestrooi met de rest van de Parmezaanse kaas.
- 7 Bak 10 tot 15 minuten in de oven, tot het eiwit gestold is en de dooier nog lopend.
- 8 Kruid met peper en zout. Dien meteen op.

TIP

Je kunt dit ook in vier aparte ovenschaaltjes maken.



PAVLOVA MET ROOD FRUIT EN COULIS

VOOR 8

6 eiwitten
300 g suiker
1 el maizena
2 tl citroensap
200 ml slagroom
2 el poedersuiker
200 ml volle kwark
100 g frambozen- of
aardbeien coulis
500 g rood fruit
enkele muntblaadjes

- 1 Verwarm de oven voor op 100 °C.
- 2 Klop de eiwitten stijf in een schone, droge kom. Voeg er lepel voor lepel de suiker aan toe en klop tot het eiwit pieken vormt. Voeg er het maiszetmeel en het citroensap aan toe.
- 3 Teken met potlood een cirkel van 15 à 20 cm diameter op een vel bakpapier. Leg het op een bakplaat en vul de cirkel met een derde van het eiwit. Doe dat nog twee keer met de rest van het eiwit, zodat je dus drie cirkels hebt.
- 4 Bak de drie cirkels in het midden van de oven in 2½ uur gaar. De meringue moet eerder drogen dan bakken. Zet de oven uit en laat de schijven meringue in de oven helemaal afkoelen, met de deur op een kier zodat de damp kan ontsnappen.
- 5 Klop de slagroom stijf met 1 el poedersuiker en meng er de kwark door.
- 6 Stapel de drie schijven afgekoelde meringue op elkaar en verdeel er de coulis en het slagroommengsel over. Spatel ook telkens een laagje coulis en een laag slagroom tussen de lagen.
- 7 Garneer net voor het opdienen met rood fruit, de rest van de poedersuiker en blaadjes verse munt.

