

Rudolph's
cupcakes
Hartige

bake & relax



Karakter Uitgevers B.V.

24KITCHEN

© Rudolph van Veen
© 2012 Karakter Uitgevers B.V., Uithoorn

Concept, receptuur en foodstyling:

Rudolph van Veen

Redactionele ondersteuning:

Leonie van Mierlo – www.icileonie.nl

Vormgeving en artwork omslag en binnenwerk:

De Heeren van Vonder – www.dhvv.nl

Fotografie:

Sam Walravens – www.samwalravens.nl

Dit boek kwam mede tot stand in samenwerking met House of Talent.

ISBN 978 90 452 0037 8

NUR 440

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Niets uit deze uitgave mag worden openbaar gemaakt en/of verveelvoudigd door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



INHOUD

VOORWOORD	07
24KITCHEN	08
RUDOLPH'S CUPCAKE CHRONICLES	10
Gereedschappen	12
Ingrediënten	14
De cupcakedokter	16
BASISRECEPTEN CUPCAKES	18
BASISRECEPTEN TOPPINGS	24
TOPLESS CUPCAKES	31
WARME CUPCAKES	57
BIJZONDERE CUPCAKES MET TOPPING	89
IT LOOKS LIKE A CUPCAKE	141
REGISTER	158





VOORWOORD

Cupcakes zijn de trend al lang voorbij. Ze hebben zich definitief gevestigd als blijvertjes. Met recht verdienen ze de titel 'democratisch gebak' omdat ze echte allemansvrienden zijn. We houden van ze omdat ze makkelijk te maken zijn, makkelijk te delen en makkelijk te eten. Zonder al te veel moeite maak je zelf de lekkerste en mooiste traktaties waar iedereen enthousiast op reageert! In mijn eerste zoete cupcakesboek stonden, als klein extraatje, enkele hartige cupcakes. Wat ik niet had kunnen vermoeden was dat er zo'n grote vraag zou zijn naar hartige recepten. En vooral niet dat over dit onderwerp nog niet eerder een boek is geschreven. Iedereen die mij een beetje kent, weet dat ik niet het type chef ben dat een kookboek maakt om te laten zien wat hij kan. Voor mij is een boek een verlengstuk van dat wat ik probeer te zijn; een helpende hand in jouw keuken, voor iedereen haalbaar en bereikbaar. Daarom ben ik de afgelopen tijd intensief aan het bakken geslagen met hartige cupcakes.

Eigenlijk is hartig bakken het gebied waar de kok en de patissier elkaar tegenkomen. Een beetje de twilight zone tussen keuken en bakkerij. Waar de kok het overneemt van de bakker en andersom. En dat is nu precies het gebied waarin ik mij het meest thuis voel! In dit grensgebied krijg je gewoon het beste van twee werelden. Waar niets te gek is; verse zalm cupcakes? Een warme Bolognese cupcake? Indian Broccoli? Waarom niet? Als het maar lekker is! Voor je ligt het resultaat: een boek vol hartige ideeën.

Met basisrecepten en heel veel suggesties voor elk moment en elke gelegenheid. Qua smaak blijft het adviseren van bijvoorbeeld de juiste hoeveelheid zout altijd heel persoonlijk. Zie deze recepten daarom als een goed algemeen uitgangspunt, maar blijf ook kritisch op wat jij lekker en verantwoord vindt. Jij bent zelf de chef van je eigen cupcakes! Laat je daarom lekker inspireren en ga op hartig avontuur, vrienden en familie zullen blij met je zijn!

Ik wens iedereen Smakelijk Succes!

Smakelijk Succes!

Rudolph van Veen
Meesterkok
Meesterpatissier





PICK YOUR FAVOURITE
CUPCAKE!

RUDOLPH'S CUPCAKE CHRONICLES

TIPS VOOR DE HARTIGE BAKKER

TIP 1 DENK IN SMAKEN

De mogelijkheden zijn oneindig. Alle soorten populaire ovenschotels, favoriete snacks en wereldgerechten zijn om te bouwen tot een hartige cupcake, zolang je de regels van het bakken maar in acht neemt.

TIP 2 ZOUT NAAR SMAAK

Smaken verschillen en vooral wat betreft de hoeveelheid zout! In mijn recepten houd ik het zout aan de zuinige kant. We weten allemaal dat te veel zout eten niet gezond voor ons is. Maar bepaal zelf! Houd er rekening mee dat bepaalde ingrediënten al zout van zichzelf zijn. Bijvoorbeeld kaas, ham of gerookte zalm.

TIP 3 HOUD HET LUCHTIG

Meng het cupcakebeslag niet te lang. Hierdoor wordt het taai en moeilijk te bewerken. Dit geldt voor hartige cupcakes nog meer dan voor zoete. In verhouding zit er meer bloem in het beslag en door te lang of hevig roeren kunnen gluten ontstaan die je in een mals cakeje nu juist niet wilt hebben.

TIP 4 EERLIJK DELEN

Gebruik een ijslepel of ijsknijper om het beslag over de cupcakevompjes te verdelen. Ze zijn er in verschillende maten waardoor je het beslag vrij nauwkeurig kunt doseren.

TIP 5 BAKKEN MET KLEUR

Omdat in hartig cakebeslag geen of nauwelijks suiker zit, zal het cakeje tijdens het bakken minder kleuren dan bij zoete cupcakes het geval is. Voor cakejes die zonder topping worden opgediend kan het mooier zijn om dan een beetje eiglans toe te voegen. Haal de cakejes dan 5 minuten voor het einde van de baktijd uit de oven en bestrijk ze voorzichtig met geklutst ei. Zet ze vervolgens nog 5 minuten terug in de oven.

TIP 6 VOORKOM INZAKKEN

Verwarm de oven voor op de juiste temperatuur en schuif de cupcaketray snel in de oven zodat je zo weinig mogelijk temperatuurverlies hebt. Open de oven vooral de eerste 15 tot 20 minuten van het bakproces niet. Dit voorkomt inzakken.

TIP 7 METEN IS WETEN

In de keuken wordt heel vaak gekookt 'op gevoel'. Bij het maken van bijvoorbeeld een saus kan dit prima. Maar de bakker werkt nooit zonder weegschaal en thermometer! Nauwkeurig meten geeft de beste garantie voor het slagen van het recept.

INDIAN BROCCOLI

BROCCOLI ROOSJES VERPAKT IN EEN PITTIG INDIAAS KRUIDENCAKEJE

VOOR 12 CUPCAKES



BROCCOLI

Breng een pan met water en zout aan de kook. Kook hierin de broccoliroosjes in ongeveer 3 minuten beetgaar. Giet ze af en spoel ze met koud water. Maak de roosjes goed droog.

CAKE

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Pel en snipper de sjalot. Verwijder eventueel de zaadlijsten van de peper. Snijd de peper fijn. Verhit een pan met de boter en fruit hierin de sjalot met de peper, de kurkuma en de kerriepoeder 3 minuten. Laat dit afkoelen. Zeef de bloem en de bakpoeder boven een kom en meng met een garde het zout erdoor. Mix in een andere kom de eieren met de yoghurt, de olie en het sjalotmengsel. Voeg beide mengsels samen en roer ze door elkaar met een spatel. Het beslag is klaar als alles goed is gemengd. Zet de cupcakevormpjes in de cupcaketray en vul ze voor een kwart met het beslag. Druk hierin een broccoliroosje. Verdeel de rest van het beslag erover. Bak de cupcakes in de voorverwarmde oven in ongeveer 25 minuten gaar.

BROCCOLI

1 stronk broccoli, in kleine roosjes

CAKE

1 sjalot
½ rode chilipeper
10 gr boter
1 theel. kurkuma
1 theel. kerriepoeder
300 gr bloem
9 gr bakpoeder
½ theel. zout
2 eieren
300 ml magere yoghurt
80 ml zonnebloemolie

