

DE MAKKELIJKE MAALTIJD 2



Karakter Uitgevers B.V.

24KITCHEN

© 2013 24Kitchen Television B.V.
Uitgegeven door Karakter Uitgevers B.V., Uithoorn

Concept, receptuur en fotografie:

24KITCHEN

Portret fotografie:

Sam Walravens – www.samwalravens.nl

Vormgeving en artwork omslag en binnenwerk:

De Heeren van Vonder – www.dhvv.nl

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

Tweede druk, december 2013

ISBN 978 90 452 0724 7

NUR 441

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	7	
		
RUDOLPH VAN VEEN	8	
BIANCA JANSSEN	46	
EVERT TE PAS	80	
MOUNIR TOUB	114	
ROBERTA PAGNIER	148	
		
REGISTER	186	

Voorwoord

Regelmatig krijgen wij de vraag; zijn jullie nooit eens uitgekookt? Is alles niet al eens bedacht? Na zoveel afleveringen van 'De Makkelijke Maaltijd' is dat natuurlijk best een logische vraag. Maar ja, iets dat je echt leuk vindt om te doen gaat je meestal ook makkelijk af. En nu hebben wij bij 24Kitchen ook nog eens de mazzel dat we met zoveel gepassioneerde mensen samenwerken.

De Makkelijke Maaltijd maken we met vijf koks, en de samenwerking met Roberta, Bianca, Mounir en Evert levert elke dag weer een makkelijk en smakelijk recept op. De meest lekkere gerechten van het afgelopen seizoen hebben we gebundeld in dit boek. Al onze favorieten staan er in; laat je verrassen door de romige kokoskip van Bianca, of de krokante visjes met citroenmayonaise van Evert.

Met onze recepten hopen wij je te inspireren en we nodigen je graag uit om er lekker je eigen draai aan te geven, dat is nu juist zo leuk aan koken!

Maak het jezelf gewoon makkelijk, en maak het vooral lekker!

Rudolph van Veen





New York
style
hotdogs



HOOFDGERECHT

4 PERSONEN • BEREIDEN CA. 30 MIN.



Ingrediënten

2 uien
1 teentje knoflook
zonnebloemolie
70 g tomatenpuree
1 el suiker
50 ml rodewijnazijn
50 ml water
8 slagersknakworsten
500 g zuurkool
boter
8 bruine puntjes
4 el gladde mosterd

TOMATENSALADE

1 rode ui
4 tomaten
2 el rodewijnazijn
1/2 bosje bladpeterselie

Bereiden

RELISH

- Pel en snijd de uien in halve ringen. Pel en snijd de knoflook fijn.
- Verhit een scheut olie in een pan en fruit de uien circa 2 minuten.
- Voeg de knoflook en tomatenpuree toe en bak circa 1 minuut mee.
- Voeg suiker, azijn en water toe en laat circa 4 minuten indampen.
- Breng op smaak met een beetje zout en peper.

NEW YORK STYLE HOTDOGS

- Zet de knakworsten op in koud water en breng aan de kook. Haal de knakworsten uit de pan zodra het water kookt.
- Verhit een klontje boter in een pan en bak de zuurkool circa 5 minuten.

TOMATENSALADE

- Pel en snijd de ui in halve ringen. Snijd de tomaten in blokjes.
- Pluk en hak de peterselie fijn.
- Meng in een kom alle ingrediënten voor de salade en breng op smaak met een beetje zout en peper.

SERVEREN

- Snijd de broodjes open. Verdeel de knakworsten en de zuurkool over de broodjes. Serveer de hotdogs met de relish en mosterd. Serveer de salade bij de hotdogs.



Bianca Janssen

Bianca is geboren in Venray. Met Limburgs optimisme begon zij op haar veertiende met een bijbaantje als afwashulp. Ze was onder de indruk van de hectiek in de keuken, de zalige geuren, de prachtige gerechten en de verse ingrediënten en wist direct dat ze kok zou worden. Vanaf dat moment heeft Bianca diverse opleidingen gevolgd om haar passie verder te ontwikkelen. Ze vond het prachtig om te zien wat er in de keuken allemaal mogelijk is; alle verse ingrediënten werden één grote inspiratiebron.

Bij 24Kitchen presenteerde Bianca eerst de Verstip. Verse ingrediënten, verrassende bereidingen en kleine kookgeheimen zijn de formules voor de Verstip. Hierdoor werd Bianca geïnspireerd zich meer te verdiepen in uitgebalanceerde, gezonde, verse maaltijden die snel en makkelijk te bereiden zijn. Ze vindt het heerlijk om precies dát te mogen doen waar haar hart ligt en geniet ervan deze passie over te brengen aan de kijkers van 24Kitchen.

In *De Makkelijke Maaltijd* bereidt Bianca wekelijks recepten voor het hele gezin: snel, makkelijk, gezond en zonder strijd aan tafel!

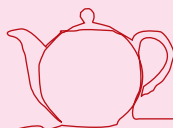
Visfrietjes

met groente
en zachte kerriesaus



HOOFDGERECHT

4 PERSONEN • BEREIDEN CA. 35 MIN.



800 g aardappels
1 bosje bieslook
40 g boter
3 tl kerriepoeder
20 g bloem
250 ml melk
1 stronk broccoli
1 kleine bloemkool
olijfolie om in te bakken

VISFRIETJES
2 eieren
75 g bloem
100 g paneermeel
400 g kabeljauwfilet
klontje boter

EXTRA NODIG
garde
keukenpapier

 Bereiden

CONFETTI-AARDAPPELS

- Breng een pan met water en zout aan de kook.
- Schil en snijd de aardappels in gelijke stukken. Kook de aardappels in de pan met water in circa 15 minuten gaar. Giet de aardappels af en laat ze uitwasemen.
- Snijd de bieslook fijn en roer met de helft van de boter door de aardappels.

GROENTE EN ZACHTE KERRIESAUS

- Smelt de rest van de boter in een pan, voeg de kerriepoeder toe en bak circa 2 minuten mee op laag vuur.
- Voeg de bloem toe en bak circa 3 minuten mee.
- Schenk al roerende met een garde de melk erbij en gaar de kerriesaus op laag vuur circa 10 minuten. Roer af en toe goed door.
- Breng een pan met water en zout aan de kook.
- Verdeel de broccoli en bloemkool in kleine roosjes. Kook de groente in de pan met water in circa 4 minuten beetgaar. Giet de groente af en laat goed uitlekken.

VISFRIETJES

- Kluts de eieren in een kommetje, strooi de bloem in een bord en het paneermeel in een ander bord.
- Snijd de kabeljauwfilet in gelijke repen.
- Verhit een scheut olie en een klontje boter in een pan.
- Wentel de kabeljauw door de bloem, het ei en het paneermeel en bak in de pan met olie en boter in circa 6 minuten om en om goudbruin en gaar.
- Laat de frietjes uitlekken op keukenpapier.

SERVEREN

- Verdeel de aardappels en visfrietjes over de borden en schep de broccoli en bloemkool met zachte kerriesaus eraan.