



Happy Days

met Sofie Dumont

Happy Days

met Sofie Dumont

Inhoud

Inleiding	9
Perfect dagje vrij	14
Wake Up-Shake	20
Eitjes 'Baveuse' met gegrilde groenten	20
Vitamineboost-ontbijt	26
Toast 'Sweet, Sour & Salty'	26
Kleurrijke tomatensalade met crème van rode biet	28
Gevulde meloen op z'n Zuiders	28
'Gezonde' taart met abrikozen en vijgen	32
Smakelijke gezichtsmaskertjes	34
Body Peeling	35
Babysitten	36
Verse limonade van gember en vlierbessen	42
Kidz Vieruurtje Smoothie	42
Zelf pizza maken	44
Chipolata met venkelpuree	48
Roze & witte marshmallows	48
Spiesjes van pannenkoek met zure room en frambozencoulis	52
Sint-Honoré-taart	52
Apéro met vrienden	56
Sapje van butternut en gember	62
Alexander	62
Aperitiefbordje met appelkappers en Spaanse kaas	64
Groene pepertjes met cashewnoten	64

Zonnige dip met broccoli en koolrabi	68
'Zoetzoute' kruidencakejes	68
Vriendelijke looksaus met plat brood	70
Vongole met gember en chili	70

Barbecue ----- 74

Tomatensalade met kappertjes	80
Groene salade met wakamé en boontjes	80
Pindasaus	84
Bloemen- en kruidenvinaigrette	84
Frisse komkommer-yoghurtdressing	86
Gemarineerde ribbetjes	86
Grote garnalen met salie	90
Kuipjes van sla met aardappeltjes en 'mayonnaise méditerranée'	90
Gegrilde aardappelen	92
Gegrild bakje met rood fruit	92

Lekker Zuiders ----- 94

Angula's met pikante knoflook	100
Gemarineerde verse ansjovis	100
Rauwe mosselen met Hierbas	104
Calamares met asperges en groene groenten	104
Rouget in de oven	106
Mosselen met courgette en venkel	106
Vis in zoutkorst	110
Empanada's met spinazie en ricotta	112
Kerstomatentaartjes met geitenkaas en basilicum	114

Full option romantiek ----- 118

Proposal-cocktail met gember	124
Empanada's met gehaktvulling	124
Terrine van ganzenlever	126
Oesters met een dressing van appel en rucola	128

Blini's met zalmeitjes en een mousse van rode biet	130
Bordje kaas met rode vruchtjes	132
Exotische salade met inktvisrolletjes en noedels	134
Chocolademousse 'extra dark' met mangocompote	136

Nightlife 138

Fruitcocktail niet te straf	144
Glaasjes fingerfood van vitello tonnato	144
Hapje met roquefort & abrikozencompote	146
Gefrituurde worst met een pittig sausje	146
Groentjes op zuur	150
Sandwich 'On the way home' met tuinkruidenomelet	150
Detox-sapje	154
Hangover-pasta	154

Nostalgie 158

Nostalgisch hapje met amandel en pruim	164
Homemade leverpaté	164
Ingemaakte augurken	168
Omelet met handgepelde garnaltjes	168
Vol-au-vent	172
Confituurtaart	174
Zachte meringue van stekelbessen en rode bessen	178
Earl grey-meringues	178
Daddy-cupcakes met rabarber	182
Knapperige Sweet Mix Caramel krakelingen	182

Voor de open haard 190

Rosé glühwein met steranijs	196
Homemade hamburger	196
Nems met zoetzure saus	198
Lettersoep met balletjes	200
Ciabatta deluxe à la minute	200
Tagliatelle met pastinaak	204

Apple crumble met een pittige touch	204
Amerikaanse pannenkoeken met blauwe bessen	206
Brownie met notenmix, peer en kumquatsiroop	206
Basisbereidingen	212
Rosalies kruidentuin	216
Productinfo	224
The businesswoman in me	228
Index	234
Dankwoord	237



Recept met een van mijn
Sweet Mixes (voor meer
uitleg, zie p. 229)



Mijn servies



Stuff I like



Stuff I love



Mijn tips bij de recepten





Inleiding

Geniet van je Happy Days!

Met dit boek wil ik mijn leefwereld tonen. Mijn gevarieerde, drukke, soms gekke leven met veel *happy* dagen. De dagen waarop ik me oprecht amuseer met mijn vrienden en geniet van het samenzijn, van leuke momenten. Daar hou ik meer en meer van, van gewoon bij elkaar te zijn, liefst rond de tafel.

Zeker niet elke dag is *happy*. Voor mij zijn er ook vaak mindere dagen. Net daarom dat je de kwalitatief hoogstaande momenten, de *happy days* moet koesteren: die met je vrienden, je familie, je geliefden. Of het nu op reis is of in je eigen achtertuin, met pintjes of met champagne, dat maakt eigenlijk weinig uit.

Het is fantastisch om een rijk en gevarieerd leven te hebben zoals het mijne: de ene keer sta ik in de keuken te ploeteren (want mijn werk in het restaurant is vaak allesbehalve sexy, geloof me!), en soms word ik helemaal opgemaakt voor een fotoshoot, kan ik me helemaal laten gaan voor een show of huppel ik rond op de set voor de opnames van een programma. Dat is heerlijk! Dankzij mijn leuke nieuwe en gemotiveerde keukenteam, en dankzij mijn zakenpartner Andy, kan ik al de dingen doen die ik nu doe. Daar ben ik heel dankbaar om. Ik ben blij dat ik de kans krijg om dit te doen, dat hij het mooie van het verhaal ziet.

Maar het mag dan misschien mijn minst glamoureuze bezigheid zijn, het liefst van al sta ik in mijn restaurant te werken. Dat is de basis. Daar begint en eindigt alles voor mij.

Voor dit boek kwam ik eens uit de keuken. Het zijn misschien niet steeds de meest traditionele, de meest chique of de gezondste recepten – ondanks dat er daar wel vraag naar is. Wie weet komt dat er nog, in een volgend kookboek. In dit boek staan allemaal gerechten die ik zelf graag klaarmaak en eet, heerlijke hapjes, nostalgische *comfort food* en *yummie* desserts. Eenvoudige *feel-good* food, ontspannen en met veel liefde bereid. Ik wil je inspireren. Misschien zetten sommige beelden of recepten je aan het denken of aan het experimenteren. Maak ze klaar op mijn manier of helemaal anders, wees creatief, vertrek altijd vanuit je eigen kunnen, vanuit je buikgevoel. En ja hoor, soms mag er eens een hoek af zijn!

Geniet van je Happy Days!

Sofie Dumont





Wake Up-Shake

Eitjes 'Baveuse' met gegrilde groenten

Vitamineboost-ontbijt

Toast 'Sweet, Sour & Salty'

Gevulde meloen op z'n zuiders

Kleurrijke tomatensalade met crème van rode biet

'Gezonde' taart met abrikozen en vijgen

Smakelijke gezichtsmaskertjes

Body Peeling

Ik ben heel graag eens thuis.

Dan gaat de telefoon uit,

muziekje aan

en verzorg ik mezelf: pedicure, in bad,

met een verzorgend

op mijn gezicht

en een lichaamsscrub op basis van

kruiden, aromatische oliën en zout.

Dan kan ik echt van genieten!

Een ding is zeker: als ik een vrije dag

heb, ga ik het mezelf zeker niet moeilijk

maken en uren in de keuken staan.

In dit hoofdstuk vind je dus enkel

simpele gerechtes

die je snel kan klaarmaken.







Fitjes' Baveusi'
met gegrild
Groenten



Wake Up-Shake

Opstaan is niet altijd even gemakkelijk... Maar voor zo'n zalige Wake Up-Shake wil ik de moeite wel doen! Het fruit zorgt voor de nodige vitaminen, de gember geeft een energieboost.

VOOR 2 PERSONEN

- 4 sinaasappelen
- 150 g watermeloen
- 20 g gember
- 150 g yoghurt

BEREIDINGSTIJD: 10 MINUTEN

BEREIDING

- Pers de sinaasappelen uit en snij de watermeloen in stukken.
- Schil de gember en snij in stukken.
- Mix alle ingrediënten met de yoghurt in een blender en serveer in een cocktailglas met vers fruit.



Draai er wat Sweet Mix Crispy Caramel over.

Eitjes 'Baveuse' met gegrilde groenten

Om de dag goed te beginnen!

VOOR 1 PERSOON

- ¼ rode ajuin
- ¼ rode paprika
- 1 gekookte aardappel
(restje van de dag voordien)
- 2 groene asperges
- 2 el olijfolie
- Peper
- Zout
- 2 eieren
- Balsamico

BEREIDINGSTIJD: 15 À 20 MINUTEN

BEREIDING

- Snij de ajuin en de paprika in grove stukken.
- Laat de paprika, ajuin, aardappel en asperges met de olijfolie stoven in een grillpan. Kruid met peper en zout en laat tien minuten grillen. Schud alles op en check of de groenten gaar zijn. Laat ze indien nodig nog wat langer in de grillpan liggen.
- Bak ondertussen de eitjes 'op z'n Spaans': breek ze open in de pan en laat ze kort bakken met het deksel erop. Het eigeel moet nog lopend zijn.
- Serveer met een streepje balsamicocrème en enkele druppels olijfolie. Voeg peper en zout naar smaak toe.



Je kan de groenten perfect de dag voordien al klaarmaken. Dan hoef je 's morgens enkel je eitjes nog te bakken, groentjes even kort opwarmen in de pan, kruiden en klaar!