

**THE MESSY CHEF**

**SNELLERE  JELLE**

**NOG LEKKERDER EN SNELLER DAN TAKE-AWAY**



**INLEIDING**

**13**

**RECEPTEN**

**19**

- 1. **CRISPY CHICKEN BURGER MET BRIE & ABRIKOZENSAUS** **20**
- 2. **TOAST SCAMPI** **23**
- 3. **DAME BLANCHE MET CASHEWNOTEN** **24**
- 4. **SPAGHETTI CORDON BLEU** **27**
- 5. **CARPACCIO VAN ROSBIEF MET TRUFFELDRESSING** **28**
- 6. **CHEESY-STUDENTENNOEDELS UIT DE OVEN** **31**
- 7. **KOUDE PIZZA-PLAT MET BURRATA & TOMAAT** **34**
- 8. **PAPRIKA-PASTINAAKSOEP** **37**
- 9. **PINSA MET GEROOKTE ZALM, APPEL & AVOCADO** **38**
- 10. **RAVIOLI MET RODE PESTO, COURGETTE & TOMAAT** **43**
- 11. **TONIJNSALADE MET TARTAARDRESSING EN KRISPIES** **44**
- 12. **DE BESTE AARDAPPELSALADE** **49**
- 13. **SPAGHETTI MET CURRYROOMSAUS** **52**
- 14. **GROENE CURRY MET PREI EN KIP** **55**
- 15. **GEKARAMELLISEERDE HAM** **56**



|     |  |            |
|-----|--|------------|
| 16. | <b>MAC &amp; CHEESE DELUXE (MET RIVIERKREEFTJES)</b>                         | <b>61</b>  |
| 17. | <b>WRAP-PIZZADRIEHOEK</b>  | <b>62</b>  |
| 18. | <b>AMERICAIN MET FRIETJES</b>  | <b>65</b>  |
| 19. | <b>MOZZARELLASALADE DELUXE</b>   | <b>66</b>  |
| 20. | <b>WORST MET AUBERGINE &amp; TOMATENSAUS</b>                                 | <b>69</b>  |
| 21. | <b>CHEESEBURGER BOWL</b>   | <b>70</b>  |
| 22. | <b>PASTA MET BOCCASAU (JELLES VERSIE)</b>                                    | <b>73</b>  |
| 23. | <b>POMPOENCURRY MET KIP</b>  | <b>74</b>  |
| 24. | <b>FETA UIT DE OVEN</b>  | <b>77</b>  |
| 25. | <b>FISHSTICKS MET RIJST EN PROVENÇAALSE SAUS</b>                             | <b>80</b>  |
| 26. | <b>KIDSPROOF PASTASCHOTEL</b>  | <b>83</b>  |
| 27. | <b>LASAGNEPISTOLETS</b>  | <b>84</b>  |
| 28. | <b>OVENSCHOTEL MET KIPPENGEHAKT, COURGETTE, SPINAZIE &amp; OVENKROKETJES</b> | <b>87</b>  |
| 29. | <b>GENTSE SPITBURGER</b>   | <b>92</b>  |
| 30. | <b>GEMARINEERDE AARDBEIEN MET VANILLE-IJS &amp; OLIJFOLIE</b>                | <b>97</b>  |
| 31. | <b>DE BESTE EIERSALADE</b>   | <b>98</b>  |
| 32. | <b>OVENBAKED CHEESE HOTDOGS</b>  | <b>101</b> |
| 33. | <b>PASTA AL OLIO</b>   | <b>106</b> |
| 34. | <b>EXTRA PROTEÏNEBURGER</b>  | <b>109</b> |



|     |  |            |
|-----|--|------------|
| 35. | <b>RIGATONI MET CAMEMBERT, SPINAZIE &amp; ROOKWORST</b>                | <b>110</b> |
| 36. | <b>SALADE MET SPEK-GEITENKAAS &amp; SCAMPI</b>                         | <b>113</b> |
| 37. | <b>SPAGHETTI VOL-AU-VENTSTIJL</b>                                      | <b>114</b> |
| 38. | <b>SUSHI-NACHOSHOTEL</b>   | <b>116</b> |
| 39. | <b>CHEESEBURGER MET MOSTERDSAUS</b>                                    | <b>122</b> |
| 40. | <b>CHINESE GEBAKKEN RIJST UIT DE OVEN</b>                              | <b>124</b> |
| 41. | <b>ANANAS-KOMKOMMERSALADE MET GEVULDE PEPERTJES</b>                    | <b>127</b> |
| 42. | <b>GEMARINEERDE MADELEINTJES MET CHOCOLADE-MASCARPONE EN FRAMBOZEN</b> | <b>128</b> |
| 43. | <b>TACO TRAYBAKE</b>   | <b>131</b> |
| 44. | <b>CAESAR-PASTASALADE</b>  | <b>132</b> |
| 45. | <b>RUSTIEKE PUREE</b>  | <b>135</b> |
| 46. | <b>APEROCIPS MET GEITENKAAS, HAM &amp; CHILIHONING</b>                 | <b>137</b> |
| 47. | <b>TRAYBAKE RIJSTSHOTEL HAWAÏ</b>                                      | <b>141</b> |
| 48. | <b>LUIEVENTENWATERZOOI</b>   | <b>142</b> |
| 49. | <b>RODE CURRY MET SCAMPI EN NOEDEL</b>                                 | <b>145</b> |
| 50. | <b>WITTE PENS 'CURRYWORST STYLE'</b>                                   | <b>148</b> |



|   |            |
|---|------------|
| 51. <b>VARKENSHAASJE IN PINDASAUS MET KOOLMIX</b>     | <b>151</b> |
| 52. <b>KLASSIEKE GEHAKTSCHOTEL</b>                    | <b>152</b> |
| 53. <b>SPECULOOSPUDDING</b>                           | <b>157</b> |
| 54. <b>SCAMPI IN SMOKEY PAPRIKA-ROOMSAUS MET ORZO</b> | <b>158</b> |
| 55. <b>SCHNITZEL MET TOMAAT &amp; MOZZARELLA</b>      | <b>161</b> |
| 56. <b>WORST IN MADERASAUS</b>                        | <b>162</b> |
| 57. <b>PASTA MET ZWEEDSE GEHAKTBALLETJES</b>          | <b>165</b> |
| 58. <b>KOUDE SCHOTEL MET ZALM</b>                     | <b>166</b> |
| 59. <b>ITALIAANSE PITABROODJES MET PESTOMAYONAISE</b> | <b>169</b> |
| 60. <b>BBQ CHICKEN BOWL</b>                           | <b>170</b> |
| <b>DANKWOORD</b>                                      | <b>175</b> |
| <b>INDEX</b>  | <b>178</b> |



Welkom in *Snellere Jelle*. Laten we dit boek voor het gemak ‘het vervolg op Snelle Jelle’ noemen. Dat het hier nu voor je neus ligt, is omdat het eerste boek enorm veel gebruikt, gedeeld, gekocht is door jullie. En zonder in een soort van CD-inleiding van Metejoor te belanden, toch nog even, voor de mensen op de achterste rij: bedankt daarvoor!

Meestal kan een tweede seizoen van een succesvolle blockbuster de verwachtingen niet inlossen, maar ik weet zeker dat dit boek daarin wél geslaagd is. Ik heb in het vorige gewoon nog niet alles kunnen vertellen.

Wie mij kent, weet dat ik best veel op sociale media zit. Ik zie wat jullie maken en posten en ik lees jullie berichten en feedback. Da’s veel waardevoller dan statistieken, aantal deelacties en likes op een video. Al die info heb ik in *Snellere Jelle* gegoten.

Comfortfood, gerechten die nog lekkerder en nog sneller klaar zijn (waarmee ik jullie niet wil motiveren om de chronometer boven te halen en te timen), die kind- en ‘manvriendelijk’ (ik heb vaak ‘mijn man lust dat opeens wel’ gehoord) en bij momenten ook feestelijk genoeg zijn om mee uit te pakken. Gerechtjes die je kunt samenvatten als ‘meng dit met dit en dit en eet smakelijk’ of die je in tien minuten voorbereidt en waarbij de oven de rest doet. Denk aan simpele pastasauzen en overheerlijke ovenshotels.

Plak *Snellere Jelle* maar vol met post-its en gebruik het als guideline tijdens het opstellen van je weekmenu. Laat me vooral online meegenieten van jullie week via foto’s en filmpjes. Dat is eigenlijk mijn enige feedback.



## 'WIE SCHRIJFT ER EIGENLIJK UW RECEPTEN?'

Af en toe word ik getest op de kennis van mijn eigen boek. Een week voor ik dit schreef, kwam er een man naar mij toe die, door het hele AI-gedoe en de overload aan werkzoekende copywriters, niet kon geloven dat mijn vorige boek 'artisaan en bereid door de chef zelf' was (om het in kooktermen te zeggen). Al mijn boeken, en ik denk dat ik dat al eens heb aangehaald, hebben een groot jaarboekgehalte. Als ik erdoor blader, kan ik perfect zien in welke fase van mijn leven ik op dat moment zat. Ik zie er mijn kinderen in opgroeien en ik zie mezelf groeien als chef.

De recepten in dit boek zijn gebaseerd op en geïnspireerd door mijn reizen, ontmoetingen, hoogtes en laagtes van het afgelopen jaar of ze gaan verder terug in de tijd, van een reis naar Sri Lanka tot een koude zalm op een triest plateau op een kerstavond in de jaren 90.

*Snelle Jelle* is er gekomen omdat mijn dagen drukker werden. Mijn kinderen werden wat groter en net zoals zij worstelden met de tafel van vier of het onderscheid tussen de lange ij en de korte ei (die zijn met twee tekens even lang, maar da's een andere discussie), had ik ook nood aan snelle, korte, makkelijke gerechten.

In dit boek meer van hetzelfde. Deze gerechten heb ik dit jaar gegeten. Ze zijn er niet in functie van het boek of omdat ze deel uitmaken van een concept. Het zijn mijn gerechten. En nu ook die van jullie!



# MAC & CHEESE DELUXE (MET RIVIERKREEFTJES)

**VOOR 4 PERSONEN**

**15 MINUTEN VOORBEREIDING,  
20 MINUTEN IN DE OVEN**

Vorig jaar heb ik in Zweden rondgetrokken met mijn gezin. Bij een van onze verblijven kreeg je elke avond een paar verse, gekookte rivierkreeftjes om open te prutsen. Toegegeven, ik ben geen prutser. Althans, dat ben ik wel, maar ik bezit de fijne motoriek van een babyolifant. Geef mij maar een groot bord met rivierkreeftjes die ik gewoon naar binnen kan lepelen in plaats van een tang te moeten gebruiken aan tafel.

## INGREDIËNTEN

- 350 g elleboogpasta
- Klontje boter (30 g)
- 2 el bloem (30 g)
- 2 tenen look, fijngehakt
- 2 el tomatenpuree
- Scheutje cognac
- 400 ml kreeftenbouillon
- 250 ml volle room
- 1 tl paprikapoeder
- 1-2 tl citroensap
- 250 g rivierkreeftjes
- 150 g gruyère
- Handvol peterselie, fijngehakt

## BEREIDING

1. Verwarm de oven voor op 220 °C.
2. Kook de pasta al dente en zet opzij.
3. Smelt een royale klont boter in een pan. Strooi de bloem erbij en maak een roux. Roer 1 minuut tot de bloem gaar is.
4. Voeg de look toe en meng kort mee.
5. Roer de tomatenpuree door de roux en laat 1 minuut meebakken. Blus met cognac en laat kort inkoken.
6. Giet beetje bij beetje de kreeftenbouillon erbij tot je een gladde saus hebt. Haal af en toe van het vuur, anders gaat het te snel. Voeg daarna de room toe en laat indikken tot een romige saus. Breng op smaak met paprikapoeder en citroensap.
7. Roer de rivierkreeftjes en de pasta door de saus, schep alles in een ovenschaal en strooi de gruyère erover voor een goudbruin korstje.
8. Gratineer 10-15 minuten in de oven.
9. Werk af met peterselie.

# LASAGNEPISTOLETS

**VOOR 2-4 PERSONEN  
(4 PISTOLETS)**

**5 MINUTEN,  
15 MINUTEN IN DE OVEN**

Naast een doos fishsticks ligt er in mijn diepvries altijd een potje spaghettisaus. Ik ben ervan overtuigd dat elke Vlaming dat heeft liggen. Het behoort bijna tot het vaste meubilair, zoals het geurkaarsje op het toilet en het doosje doopsuiker van twee jaar oud op de kast in de woonkamer. Heb jij dat als typische Vlaming ook staan? Maak deze lasagnepistolets dan eens. Is dat niet het geval, er staan nog huizen te koop in Wallonië. Een Vlaming heeft spaghettisaus in de vriezer. Punt!

## INGREDIËNTEN

- 4 pistolets
- 100 g smeerkaas
- 80 g gruyère, geraspt + extra voor bovenop
- Snufje nootmuskaat
- Peper en zout
- 400-500 g spaghettisaus (vers of ontdooid), opgewarmd
- Snuf oregano

## BEREIDING

1. Verwarm de oven voor op 200 °C.
2. Snijd de bovenkant van de pistolets eraf en haal het zachte kruim eruit.
3. Meng de smeerkaas met de geraspte gruyère, een snufje nootmuskaat en wat peper.
4. Vul elke pistolet met een laagje spaghettisaus, een lepeltje van het smeerkaasmengsel, opnieuw wat saus en een royale laag van het smeerkaasmengsel.
5. Werk af met extra gruyère en wat oregano.
6. Bak de pistolets ongeveer 10 minuten in de oven tot de vulling goed heet is en de bovenkant goudbruin gesmolten is.



# EXTRA PROTEÏNEBURGER

VOOR 2 PERSONEN (2 BROODJES)

+/-15 MINUTEN

De verkooptrend van 2025: zet op alle producten '+ extra proteïnen' en mensen kopen het. Echt, je moet er eens op letten. Alles bevat tegenwoordig extra proteïnen. Of zo laten ze ons toch geloven. Dus ik kon uiteraard niet achterblijven. Door dit recept toe te voegen is dit boek plots 'Snellere Jelle + 20% proteïnen'. Benieuwd of ik een verschil merk in de verkoop. Lekker is deze sowieso!

## INGREDIËNTEN

- 300 g americain natuur (rundsgehakt)
- Zout en peper
- 2 hamburgerbroodjes
- 200 g eiersalade (zie p. 98)
- 2 rijpe avocado's, in plakjes
- Optioneel: chiliolie, chilisaus

## BEREIDING

1. Vorm uit het rundsgehakt 2 stevige burgers. Kruid met zout en peper.
2. Bak de burgers 3-4 minuten per zijde in een hete pan met een beetje olie, tot ze mooi gekorst, maar binnenin nog sappig zijn.
3. Beleg de onderste helft van elk broodje met een royale laag eiersalade. Leg daarop een gebakken burger en verdeel er veel avocado over.
4. Werk naar smaak af met chili-olie of chilisaus.

# SUSHI- NACHOSHOTEL

VOOR 4 PERSONEN

10 MINUTEN

Probeer de titel van dit recept tien keer na mekaar uit te spreken zonder over je tong te struikelen om te bepalen wie aan tafel de laatste chips (het schaamhapje) mag opeten. *It's worth fighting for!*

## INGREDIËNTEN

- 300 g rauwe zalm, in blokjes
- 1 el sojasaus
- 1 tl suiker
- 1 zak tortillachips, naturel
- 150 g surimi- of krabsalade
- ½ komkommer, in kleine blokjes
- 1 lente-ui, fijngehakt
- 1 rode chili, in ringetjes
- Guacamole (zelfgemaakt of gekocht)
- Srirachamayonaise naar smaak\*

## BEREIDING

1. Meng de blokjes zalm met sojasaus en suiker en laat 5 minuten marineren.
2. Open de zak tortillachips of stort ze in een schaal.
3. Beleg met krabsalade, zalm, komkommerblokjes, lente-ui, chili en toefjes guacamole.
4. Werk af met sriracha en serveer meteen.

\* Srirachamayonaise kan je gewoon vinden in de winkel. Heb je het niet, meng dan puur op smaak wat druppels sriracha bij de mayonaise. De dressing op p. 113) past hier ook perfect bij.



# CHEESEBURGER MET MOSTERDSAUS

VOOR 4 PERSONEN

25 MINUTEN

Te huur: het perfecte recept voor op de menukaart van een Belgische brasserie. Pittige kaas, romige mosterdsaus, het zoete van de uienconfituur en dat allemaal op één burger. Ik heb weinig tante Kaat-achtige tips om het huis proper te houden, maar er bestaan maar weinig borstelachtigen die een bord properder kunnen achterlaten dan vier frieten op een vork.

## INGREDIËNTEN

- 4 rundsburgers
- 4 tl uienconfituur (kant-en-klaar)
- 2 grote sneden oude Belgische kaas
- 1 sjalot, fijngesnipperd
- 1 klontje boter
- 1 el gele mosterd
- 250 ml volle room
- Frietjes (naar keuze)
- Kropsla + cressonette voor erbij

## BEREIDING

1. Bak de rundsburgers in een pan.
2. Draai om en lepel op elke burger 1 tl uienconfituur. Leg er een plakje kaas op en laat smelten op een zacht vuur.
3. Fruit ondertussen het sjalotje in boter, roer er de mosterd door en blus met room. Laat kort pruttelen tot een zachte saus.
4. Serveer de burgers met frietjes, sla en cressonette, en lepel de mosterdsaus rond of over de burger.

