

Op zoek naar applaus?

Koude schotel verveelt nooit!

Koude schotel. Een typisch Nederlands gerecht dat steeds weer de handen op elkaar weet te krijgen, zowel bij zomerse diners voor volwassenen als bij kinderfeestjes. Dus geniet ervan: met frisse groenten of juist met fruit, begeleid door vlees, kip, vis of gekookte eieren. Of heerlijk gegarneerd met nootjes of blauwe schimmelkaas. Koude schotel verveelt nooit...

Aardappelsalade met spekjes en cashewnoten

⌚ 40 MINUTEN ⌚ 4 PERSONEN ⌚ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- | | |
|---|---|
| - 500 g Rapido
(vastkokende aardappel) | - 1 Granny Smith appel,
geschild en in blokjes |
| - 250 g mager spek,
in blokjes | - 1 kleine ui, gesnipperd |
| - 80 g cashewnoten | - 4 eetlepels mayonaise |
| - 4 augurken, in blokjes | - 4 eetlepels magere
yoghurt |

BEREIDING

1. Kook de geschilde aardappelen gaar en laat ze afkoelen.
2. Bak de spekblokjes tot ze knapperig zijn, schep ze met een schuimspaan uit de pan en laat ze op keukenpapier uitlekken.
3. Roer de mayonaise en yoghurt met wat zout en peper door elkaar. Snijd de aardappelen in blokjes en doe ze in een kom. Schep de spekjes, augurk, appel, ui en het mayonaisemengsel erdoorheen. Laat de salade op een koele plek rusten. Breng eventueel verder op smaak met peper en zout. Strooi voor het serveren de cashewnoten over de salade.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 524 KCAL (2.203 KJ). EIWIJ: 22 G.
VET: 35 G (WAARVAN 16 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 31 G.

*"Als maaltijd of
als bijgerecht"*

Aardappelsalade met gerookte kip en dille

⌚ 40 MINUTEN ⌚ 4 PERSONEN ⌚ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 500 g Vitelotte Noir (truffelaardappel)
- 2 gerookte kipfilets (ca. 250 g), klein gesneden in blokjes
- Trosje druiven
- Sap van 1 citroen
- 4 eetlepels olijfolie
- 250 ml crème fraîche
- Bos dille

BEREIDING

1. Voor de dressing: roer de olijfolie en het citroensap door de crème fraîche.
2. Kook de aardappelen in ongeveer 20 minuten gaar in ruim water met zout en giet ze af.
3. Snijd ze in grove stukken en vermeng deze met de dressing. Voeg de kip, druiven en dille toe en breng alles op smaak met peper en zout.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 608 KCAL (2.552 KJ). EIWIJ: 17 G.
VET: 46 G (WAARVAN 33 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 31 G.

"Zo breng
je kleur
op tafel"





"Aardappelen vormen een prachtige basis"

Aardappelsalade met chorizo, sjalotjes, bieslook en tuinkers

⌚ 40 MINUTEN ⌚ 4 PERSONEN ⌚ BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 500 g Nicola (vastkokende aardappel)
- 150 g chorizo, in blokjes gesneden
- 1 dl magere kwark
- 6 eetlepels mayonaise
- 1 klein blikje maïs
- 1 theelepel mosterd
- 1 sjalotje, fijngesneden
- Bosje bieslook
- Bakje tuinkers

BEREIDING

1. Kook de geschilde aardappelen gaar, giet ze af en laat ze afkoelen.
2. Snijd de aardappelen in grove blokjes en doe ze in een schaal of kom. Laat de maïs goed uitlekken.
3. Meng in een kommetje de mosterd, kwark en mayonaise en voeg er wat zout en peper aan toe.
4. Roer eerst dit kwarkmengsel voorzichtig door de aardappelblokjes en voeg daarna de maïs, het sjalotje, de bieslook en tuinkers toe.
5. Voeg de chorizo toe en breng het geheel op smaak met peper en zout.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 417 KCAL (1.977 KJ). EIWIJ: 16 G.
VET: 30 G (WAARVAN 19 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 32 G.

Proevers op zoek naar applaus: ditmaal een student die van koken houdt! **Valerie van den Heuvel** kookt op haar kamer zomaar een driegangen diner voor vrienden en vriendinnen. En dat alles op een tweepits kookplaat met een bescheiden oventje. Valerie: "Eigenlijk heb ik over applaus niet te klagen, gasten aan mijn tafel zijn veelal enthousiast over wat ik ze voorschotel. Door de beperkte faciliteiten word je creatief. Bijvoorbeeld mijn gegrilde aardappelsalade met tomaatjes en blauwe schimmelkaas. Dit is een uitstekend voorbeeld van een eenvoudig gerecht, dat door de manier waarop je het presenteert, altijd weer een succes is. Moet je wel van een beetje pittige kaas houden..."



Gegrilde aardappelsalade met tomaatjes en blauwe schimmelkaas

⌚ 40 MINUTEN 👤 4 PERSONEN 🍴 BIJGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 8 Opperdoezer Ronden (vastkokende aardappel) van gelijke grootte
- 1 doosje blauwe schimmelkaas
- 200 g ontbijtspek, gesneden
- 4 eetlepels olijfolie
- 1 teentje knoflook, geperst
- 12 trostomaatjes
- 6 eetlepels mayonaise

BEREIDING

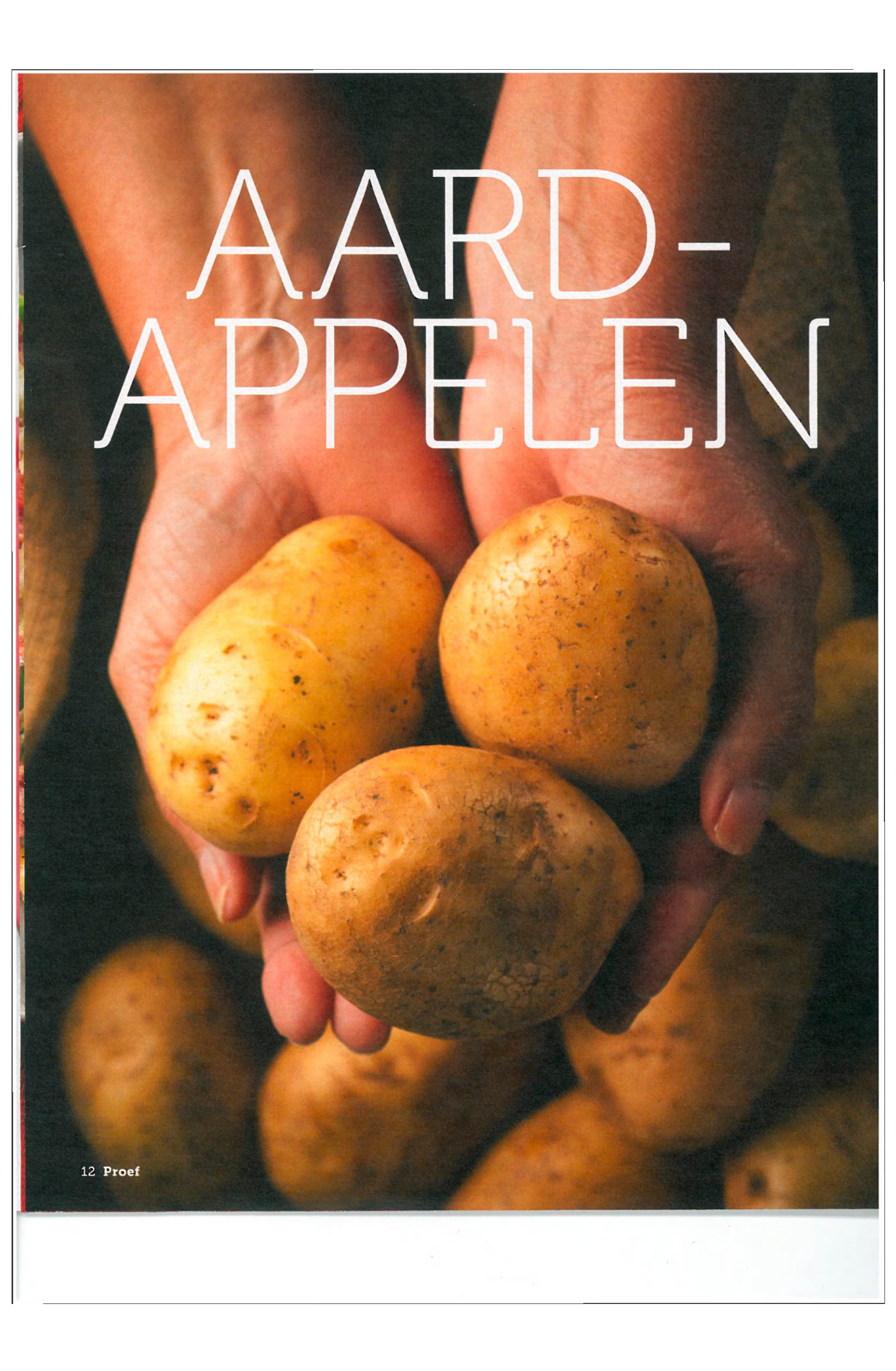
1. Kook de aardappelen in de schil bijna gaar, laat ze afkoelen en snijd ze doormidden. Maak met behulp van een vormpje een vierkantje en een rondje.
2. Meng 3 eetlepels olijfolie met de knoflook en breng dit mengsel goed op smaak met (zee)zout en versgemalen peper. Bestrijk hiermee de aardappelen.
3. Roer in een kommetje de mayonaise los met een eetlepel olijfolie en breng dit op smaak met zout en peper.
4. Bak het ontbijtspek uit, laat het afkoelen op wat keukenpapier. Bestrooi de tomaatjes met zeezout en zet ze 5 minuten in de oven (180 graden).
5. Verwarm een grillpan totdat die rookt, en rooster een mooi ruitje op de gehalveerde aardappelen.
6. Leg op een langwerpige bord 5 aardappelen en leg er 3 blokjes kaas en wat tomaatjes tussen. Besprenkel alles met de mayonaise. Verkruiemel het ontbijtspek erover. Garneer met een streep mayonaise en wat druppels olie.

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON: 692 KCAL (2.896 KJ). EIWIJ: 17 G.
VET: 56 G (WAARVAN 37 G ONVERZADIGD). KOOLHYDRATEN: 24 G.



"Culinair verfijnd"

AARD- APPELEN

A close-up photograph of a pair of hands holding three golden-yellow potatoes. The hands are positioned in the center, with fingers gently gripping the potatoes. The potatoes are round and have a slightly textured, golden-yellow skin with some small dark spots. The background is dark and out of focus, showing more potatoes, which creates a sense of depth and abundance. The lighting is warm, highlighting the texture of the potatoes and the skin of the hands.

Een aardappel is een aardappel? Zeker niet! Het zal u mogelijk zelfs verbazen hoeveel rassen er zijn. Bintje, Eigenheimer, Bildtstar, Nicola, Redstar, Frieslander en Doré, allemaal al jaren veel gegeten in Nederland. En steeds vaker smakelijk afgewisseld met koninklijk klinkende rassen als Vitelotte Noir, Roseval en Opperdoezer. Niet zo gek ook, want ze hebben allemaal één ding gemeen: ze zijn gek op vlees!

Bintje

Het Bintje werd in 1905 gekweekt in Friesland door het hoofd van een openbare basisschool Kornelis Lieuwes de Vries. De naam was afkomstig van een oud-leerling van hem, Bintje Jansma. Nu, 108 jaar later, is het Bintje nog steeds een geliefde alleskunner. Overtuigend als chique kruimige aardappel bij een rijke tournedos, maar ook perfect als patatje of puree bij bijvoorbeeld stoofvlees. Met recht een meesterkweek!

*"Fiere
traditie"*



*"Paars
smaakt
goed"*

Vitelotte Noir

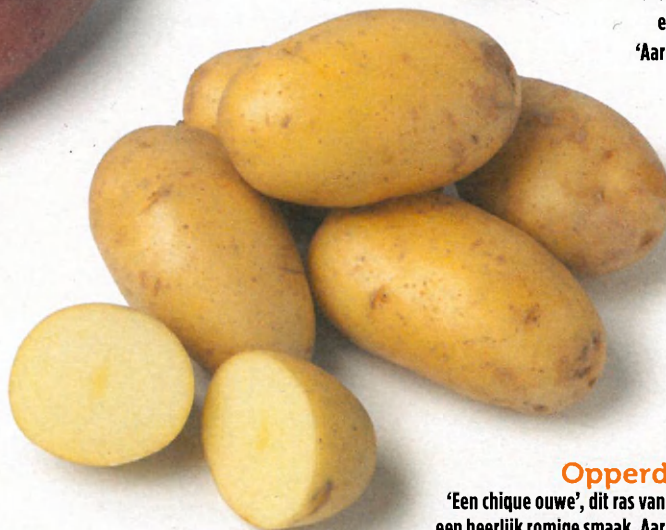
Wordt ook wel Nègresse, Truffe de Chine of Truffelaardappel genoemd. Naar zijn origine moeten we gissen, maar men gaat ervan uit dat het een 200 jaar oude kruising uit Bolivia en Peru is. Het meest bijzondere is zijn vruchtvlees. Dat is paars met violette aderen en behoudt deze kleur tijdens het koken. Een zeer decoratief aardappeltje! De smaak is wat zoeter en licht nootachtig. Ook lekker als chips en in koude schotels (zie ook pagina 10: 'Aardappelsalade met gerookte kip en dille').



Roseval

Deze van oorsprong uit Frankrijk (1950) afkomstige vastkoker is de laatste jaren snel populair geworden doordat hij om zijn overheerlijke romige smaak veel gebruikt is in kookprogramma's op tv. Hij is te herkennen aan zijn donkerrode langovalen vorm en goudgele vruchtvlees. Uitstekend geschikt voor salades en om te bakken, maar ook perfect te koken in de magnetron. Een mooie en lekkere aardappel die zich makkelijk laat combineren met allerlei soorten vlees.

*"Makkelijk te
combineren"*



*"Een vast
koker als
delicatesse"*

Opperdoezer Ronde

'Een chique ouwe', dit ras van rond 1867. Een echte vastkoker ook, met een heerlijk romige smaak. Aardappelkenners en vooraanstaande 'chefs' beschouwen hem als een ware delicatessen. Zeer geschikt om te koken en te bakken; heerlijk in een koude schotel (zie 'Gegrilde aardappelsalade met waterkers en blauwe schimmelkaas' op pagina 11). En een excellente keuze bij ieder stuk vlees met culinaire aspiraties.