

Voorjaarstaart met spinazie en ei

1 pakje bladerdeeg (6 vellen), 500 gr spinazie, 250 gram roomkaas, 40 gr parmezaanse kaas, 5 ei, 50 ml kookroom, 1 thelepel marjolein, handvol broodkruim van 2 of 3 sneden brood, olijfolie, peper en zout.

Vvw de oven op 200 graden. Was de spinazie en blancheer een minuutje. Laat afkoelen en uitlekken. Druk het overtollig vocht eruit in een fijnmazige zeef en kruid met marjolein, peper en zout. Snij het broodkruim fijn. Kluts een ei met 1 el parmezaanse kaas en het broodkruim. Voeg de spinazie toe. Bekleed de bodem en de (hoge)rand van een springvorm met bladerdeeg. Verdeel het spinaziemengsel over het bladerdeeg. Maak met de bolle kant van een lepel 4 kuiltjes in het mengsel. Breek een ei in elk kuiltje en strooi er wat zout en peper over. Strooi de rest van de kaas over de taart. Bedek de taart met bladerdeeg. Bak in ca 60 minuten gaar.

Raapstelenstampot met paddenstoelen

4 ons aardappelen, 1 bos raapsteel, 3 ons paddenstoelen (shitakes,kastanjechampignons), 1 ui, 1 tn knoflook, 2 el olijfolie, 2 el sojasaus, 2 handjes pinda's, 2 el creme fraiche

Schil de aardappelen, snij in stukken en kook gaar. Snij de raapstelen in stukken (blad en stelen) van ca 1 cm, was goed en laat uitlekken. Veeg de paddenstoelen schoon. Pel en snipper de ui en knoflook. Verhit olie en bak eerst de ui tot het begint te geuren en voeg dan de knoflook toe. Snijd de paddenstoelen in stukjes en voeg toe. Braad tot het vocht is verdampt en voeg dan de sojasaus toe. Zet weg op een zacht vuurtje. Giet de aardappelen af, stoom even droog en stamp tot puree. Hak de pinda's grof en schep door de puree. Zet het vuur zacht en schep al roerend de raapsteel door de puree. Schep de creme fraiche erdoor en breng op smaak met zout en peper. Serveer de stampot met daarop de gebakken paddenstoelen. Serveer er een stukje blauwaderkaas bij.

Recepten van de Velt Lente workshop 'Koken met de seizoenen' door Ilse Muller

Geraspte rode biet

550 gram rode bieten, 1 appel of een half bakje appelmoes, zonnebloempitten.

Schil de rode biet en rasp ze. Rasp 1 appel. Verhit olijfolie in een koekenpan. Roerbak de rode biet samen met de appel (of een half potje appelmoes) in een paar minuten beetgaar. Rooster een handje zonnebloempitten met wat sojasaus en strooi die over de bieten. Lekker bij een puree en een stukje vlees(vervanger)

Rode biet met ui en appel

550 gr rode biet, 2 appels, 1 ui, 90 gr fetakaas, 2 el walnoten, 2 augurken, wat rucola of sla, handje bieslook of bosui, peper.

Kook de bieten gaar in de schil. Na ca 30 minuten haal je ze uit het water en laat afkoelen. Verwijder de schil en snij de biet in kleine blokjes. Snij de appel en augurk in blokjes en snipper de ui. Hussel doorelkaar en verkruimel de walnoten en feta erover. Knip vervolgens de bieslook of bosui erover.

Rode biet met geitenkaas.

550 gr rode biet, 200 gr geitenkaas, 75 gr walnoten, 100 gr champignons, tijm, peper.

Kook de bieten gaar in de schil. Verwijder de schil en snijd ze in blokjes. Rasp de geitenkaas. Roerbak de champignons met tijm en peper. Roer alle ingrediënten door elkaar. Je kunt dit gerecht zowel warm als koud serveren.

Paksoi met bamikruiden

1 paksoi, 250 gr mie of spaghetti, 1 teen knoflook, 1 thlpl korianderpoeder, 1 thlpl komijn, 1thlpl gemberpoeder of 0,5 thlpl geraspte, 1 thlpl kurkuma, ¼ thlpl chilipoeder, zout en peper, 0,5 thlpl kerrie.

Kook de pasta volgens aanwijzing met een eetlepel olijfolie. Snijd de paksoi in de breedte in dunne repen. Verhit olijfolie in een koekenpan, pers er een teen knoflook boven en roerbak met de kruiden tot geurens en voeg de paksoi toe. Roerbak beetgaar. Serveer met de pasta. Lekker met (vegetarische) kip.

Sladressing

Hussel doorelkaar: *1 el mayonaise, 1 el tomatenketchup of puree, 1 eetlepel olie, 1 thlpl mosterd, 1 el augurkensap of azijn, zout en peper.*

Variatie: voeg een scheutje gembersiroop en/of sojasaus toe.