

Asperges

700 gram asperges, 30 gram roomboter (of kokosolie), zout en peper, 2 eieren, wat verse peterselie of bieslook.

Snijd de onderkant van de asperges (is en blijft hard), ca 2 cm en schil met een dunschiller vanaf de kop naar beneden. Bewaar de onderkanten en schillen. Je kunt daar een heerlijke bouillon van trekken. Zet een pan met water op en leg de asperges 10 minuten in zacht kokend water. Smelt wat roomboter in een pannetje en doe er wat zout bij. Kook 2 eieren hard (6 a 7 minuten). Leg de gare asperges op een bord. Prak de hardgekookte eieren en verdeel ze over de asperges. Sprenkel de gesmolten roomboter erover. Maal een beetje peper over en verstrooi wat fijngesneden peterselie of bieslook. Lekker bij risotto of gekookte aardappelen.

Aspergesoep van de schillen

Onderkant asperges, schillen, bouillonpoeder, citroensap, halve liter water, 50 gram roomboter, 50 gram meel, slagroom of soja cuisine, peterselie, bieslook of bosui.

Kook de onderkanten en schillen van de asperges in een halve liter water met wat bouillon. Maak een roux door roomboter (of kokosolie) te smelten. Doe er 50 gram meel door en laat een tweetal minuten garen. Doe er dan beetje bij beetje de aspergebouillon door. Breng op smaak met peper, evt nog wat bouillon, een paar druppel citroensap. Zet het vuur uit en roer er 100 ml slagroom of soja cuisine door. Strooi er fijngesnipperde peterselie, bieslook of bosui door.

Stamppot andijvie met roomkaas.

500 gr kruimige aardappel, 1 pakje californi roomkaas, 1 krop andijvie, naar wens 175 gram spekblokjes

Snijd de onderkant van de andijvie en was de bladeren. Snijd in fijne reepjes en laat uitlekken. Bak de spekjes gaar. Kook een pond kruimige aardappels gaar. Giet het water af (bewaren om smeuge puree van te maken). Doe de roomkaas erbij en stamp tot een puree. Als het wat vochtiger moet kun je wat kookvocht gebruiken. Roer de andijvie door de puree en, als je die gebruikt, de spekblokjes.

Amsoi, Surinaamse raapsteel

1 krop amsoi, 2 tomaten, 1 ui, 2 teen knoflook, kipkruiden, bouillonpoeder, peper, olijfolie

Snipper de ui en fruit in olijfolie. Doe er de fijngesneden knoflook bij. Snijd de tomaat in stukjes en fruit mee. Snijd de onderkant van de amsoi en was de bladeren. Laat uitlekken. Stapel de bladeren op elkaar en snijd de amsoi in reepjes. Snijd de reepjes doormidden. Voeg in gedeeltes toe in de braadpan, zo slinkt de amsoi en ontstaat er ruimte voor de volgende portie. Roer regelmatig. Breng op smaak met zout, kipkruiden en bouillonpoeder. Er komt vocht vrij. Laat dat verdampen (deksel van de pan). Lekker met rijst en kip of tofu.

Verse tomatensoep

500 gram tomaten, 1 liter water, 1 ui, 2 teentjes knoflook, klein blikje tomatenpuree, ketjap manis, beetje suiker of ander zoetmiddel, vers of gedroogde oregano, beetje paprikapoeder, zout en peper, bouillonpoeder, vers of gedroogde basilicum, 100 gram quinoa (voor het binden). Snipper de ui en de knoflook. Snijd de tomaten in stukjes, het vocht kun je prima gebruiken. Fruit de ui, doe er wat later de knoflook bij en dan de tomatenstukjes met vocht. Laat even sudderen met wat zout en peper. Dan kan de tomatenpuree erbij met de oregano. Roer tot alles mooi gemengd is. Nu kan het water erbij met de quinoa, de bouillonpoeder naar smaak, een scheut ketjap en het zoetmiddel. Laat 15 minuten garen en mix dan met de staafmixer. Breng verder op smaak en doe er tot slot de basilicum bij. Een beetje crème fraîche of soja cuisine er bij serveren is altijd lekker.

Burrata salade

1 krop sla, 2 tomaten, 1 bol mozzarella, basilicum, 1 eetlepel pesto, scheutje olijfolie, scheutje balsamicoazijn, peper, als je hebt wat rucola of wat fijngesneden amsoi.

Was de sla en scheur de bladeren (dan zouden de vitamines beter bewaard blijven) in stukjes. Maak een dressing van een scheut olijfolie, een snuf peper, 1 eetlepel pesto en een scheut balsamicoazijn. Snijd de tomaat in stukjes en scheur de bol mozzarella in brokjes. Hussel de dressing door de sla en versier met de tomaat en mozzarella.