

Rabarbertiramisu

550 gram rabarber, 'lange vingers', 150 gr californi roomkaas, 500 ml kwark, 2 sinaasappels, agavesiroop of ander zoetmiddel, snuf zout, citroensap, muntblaadjes.

Snijd de 'kop en kont' van de rabarber en was de stengels. Snijd de rabarber in stukjes (draden mogen blijven zitten). Vul een pannetje met een bodempje water, doe de rabarber stukjes erbij en breng aan de kook. Laat 5 minuten koken en roer af en toe. Doe er wat zoetmiddel en een snuffje zout door. De stukjes koken nu tot moes. Pak een schaal en beleg de bodem met lange vingers (gesuikerde kant naar onderen). Pers de sinaasappels. Verdeel het sap over de lange vingers. Klop de roomkaas en de kwark tot een geheel en roer er wat citroensap en zoetmiddel (niet te veel, anders wordt het te zoet) door. Verdeel de zuivel over de lange vingers. Laat de rabarbermoes afkoelen en verdeel het over de zuivel. Versier met wat muntblaadjes en laat opstijven in de koelkast.

Andijvie met parmezaanse kaas

1 krop andijvie, bouillonpoeder, roomboter (of kokosolie), olijfolie, Parmezaanse kaas (of wat cashewnoten met edelgistvlokken fijnmalen voor de veganistische variant).

Pluk de bladeren van de andijviekrop en leg ze in een bak met water. Hussel ze en laat even rusten, zo zakt het zand naar de bodem. Laat de bladeren uitlekken in een vergiet of op een theedoek. Snijd alles in dunne repen. Verhit wat roomboter met een scheut olijfolie in een wok of koekenpan. Roerbak de andijvie en strooi er wat bouillonpoeder over. Je kunt zo lang bakken als jou voorkeur heeft: korter dat houd je een bite; langer dan is het meer gaar. Als het geheel te waterig is kun je er wat meel over strooien en doorroeren of een klein papje met maizena maken en erdoor roeren. Een beetje rijstmeel verstrooien heeft ook een mooi effect. Serveer met geraspte Parmezaanse kaas, aardappelpuree en een tomatensalade.

Tomatensalade met balsamico creme

4 tomaten, wat slabladeren, 100 ml balsamicoazijn, 25 gr agavesiroop of ander zoetmiddel, oregano, geroosterde pitjes of zaadjes (zonnebloempitten of sesamzaad)

Snijd de tomaten in partjes; eerst doormidden en de helften in drieën. Snijd de groente aanhechting eruit, die is niet zo lekker. Was wat slabladeren en laat uitlekken. Verdeel de sla over een bord. Leg daarop de tomatenpartjes. Maak de balsamico crème: Verhit de azijn in een pannetje met het zoetmiddel. Laat het zachtjes inkoken (vocht verdampt en substantie verdikt). Duurt 5 tot 10 minuten. Proef en stel je

smaak naar wens bij. Laat afkoelen, dan verdikt de substantie nog meer. Twee weken houdbaar in de koelkast. Druppel de crème over de tomaten en ook wat eromheen (staat mooi). Verstrooi gedroogde oregano erover. Rooster de pitjes of zaden en strooi die er ook over.

Geroerbakte gele bieten

550 gram gele bieten, zout en peper, citroensap, 1 geperste sinaasappel, klont roomboter, olijfolie, snuf komijn- en snuf korianderpoeder, kappertjes of olijven.

Schil de bietjes en snijd in blokjes of plakjes. Breng aan de kook in een pannetje met een bodempje water met een snuf zout. Laat 10 minuten garen. Meng een paar druppels citroensap met het sap van een geperste sinaasappel. Verhit roomboter met olijfolie in een koekenpan. Doe daar een snuf komijn- en een snuf korianderpoeder bij en vervolgens het sinaasappelsap. Laat de bieten uitlekken en doe ze erbij in de koekenpan. Laat langzaam verder garen en een beetje inkoken, al roerend. Roer er kappertjes door of kleingesneden olijven. Dit is afgekoeld ook lekker geserveerd op wat slabladeren.

Verse tomatensaus

500 gram tomaten, 2 uien, 3 teen knoflook, 1 klein blikje tomatenpuree, scheutje agavesiroop of ander zoetmiddel, 1 theelep (balsamico)azijn, zout en peper, 1 wortel, olijfolie, bouillonpoeder, oregano.

Snijd de ui, knoflook, wortel en tomaten in kleine stukjes. Verhit olijfolie en fruit de ui zachtjes zo'n 5 minuten. Doe de knoflook erbij en na 1 minuut de wortel. Na 5 minuten kan de tomatenpuree erbij. Laat 2 minuten al roerend sudderen tot een geheel. Nu kan de tomaat erbij met het bouillonpoeder, de azijn en de oregano. Laat een tijdje al roerend garen. Wordt het te droog dan kun je wat water toevoegen. Nu heb je een basis die je kunt gebruiken voor pasta, lasagne of om soep van te maken. Het is in te vriezen.