

Paksoi met vis en tomaten

1 paksoi, 6 gedroogde tomaten, 2 eetl sojasaus, 2 gesnipperde sjalotten, 1 teentje knoflook, scheutje olijfolie, 1 blikje tonijn in olie, 1 tl provençaalse kruiden en/of kerrie

Was de paksoi en snijd in kleine stukken. Fruit sjalotten en knoflook in olijfolie en voeg na een paar minuten de groente en tomatenreepjes toe. Na ongeveer 5 min. de sojasaus, kruiden en een scheutje water toevoegen en het geheel in ca 10 minuten beetgaar stoven. Voeg op het laatst de vis in stukjes toe en roer dit door het groentemengsel. Lekker met gierst, pasta of rijst en een frisse salade.

Paddenstoelen bourguignon

2 sjalotjes, een paar stengels groenselderij, 1 grote wortel in plakjes van 1-2 cm, 2 tenen knoflook, 600 g gemengde paddenstoelen bijv. shiitakes, kastanjechampignons, 3 el olijfolie, zout en peper naar smaak, 1 laurierblaadje, 4 takjes tijm, 70 g tomatenpuree, 100 ml rode wijn, 200 ml (paddenstoelen)bouillon, 1 el maïzena, handje bladpeterselie

Snij de sjalot in halve ringetjes, de groenselderij in kleine boogjes en de wortel in halve plakjes. Hak de knoflook fijn. Borstel de paddenstoelen schoon en scheur of snij ze in stukken. Haal de blaadjes tijm van de takjes en snij fijn. Verhit 2 el olie in een grote braadpan en bak de paddenstoelen kort aan, totdat ze een bruine kleur hebben. Schep uit de pan en zet even opzij. Verhit nog een eetlepel olie in dezelfde pan en fruit daar de sjalot, groenselderij, wortel en knoflook in. Na een minuut of 8 voeg je zout en peper, laurier, tijm en tomatenpuree toe. Roer even door en blus dan af met rode wijn en bouillon. Breng het geheel aan de kook en laat het een klein half uur pruttelen.

Voeg de paddenstoelen toe. Meng de maïzena met een beetje water tot een glad papje en roer het door het mengsel, dan wordt het een gebonden saus. Strooi er tot slot wat gehakte bladpeterselie over.

Lekker met aardappelpuree, ev met knolselderij erin.

Linzensoep met groenselderij

maaltijdsoep voor 2 personen

125 gr linzen, ½ kleine groene Spaanse peper, ½ struik groenselderij, 20 gr boter, 1 middelgrote ui, 1 klein knoflookteentje, 15 gram bloem, zout, witte peper uit de molen, 2 sneetjes oud brood, olie, 50 gr oude of overjarige kaas.

Laat de linzen 4 uur in water weken. Was de linzen en breng ze in 875 ml water op hoog

vuur aan de kook. Laat ze in 15-45 minuten zachtjes gaar koken. Maak intussen de selderij stengels schoon. Hou een paar bladeren apart, om ze later fijngesneden op de soep te strooien. Trek indien nodig de draden eraf. Snijd de stengels in smalle reepjes. Laat de reepjes gedurende het laatste kwartier met de linzen meekoken. Snijd het brood zonder de korsten in blokjes. Bak de blokjes brood knapperig in olie. Snijd de peper zonder de zaadjes in smalle reepjes. Pel de ui en het knoflookteentje en snijd deze ragfijn. Zeef de bloem. Rasp de kaas. Giet het kookvocht van de linzen/selderij af en vang dit op. Laat linzen en selderij op een zeef uitlekken. Maak een fijne puree van de linzen en selderij met de staafmixer of de keukenmachine. Verhit een pan met dikke bodem, smelt de boter en fruit de ui en knoflook enige minuten. Roer de bloem erdoor en voeg er, onder voortdurend roeren, het kookvocht van linzen en selderij aan toe. Voeg de Spaanse peper toe en laat alles 5 minuten zachtjes koken. Roer er daarna de puree van linzen en selderij door. Breng op smaak met wat zout en peper. Houd de soep hierna tegen de kook aan. Serveer met de broodcroutons en de geraspte kaas.

Pasta met spitskool

400 gr spitskool, 1 ui, eventueel 1 wortel, scheutje olijfolie, 1 teentje knoflook, 2 theel. Italiaanse kruidenmix, 150 gr brie of camembert (of andere kaas), 150 gr pasta, evt. geraspte kaas.

Was de spitskool, verwijder eventueel lelijk blad en snijd de kool in reepjes. Pel en snipper de ui en de knoflook. Snijd eventueel de wortel in kleine stukjes. Bereid de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking. Stoof de spitskool en wortel met de ui, een scheutje olijfolie, de knoflook en de Italiaanse kruidenmix in ong. een kwartier beetgaar. Snijd de kaas in kleine stukjes en meng deze goed door de gare pasta. Voeg de groenten toe en schep het geheel een paar maal door elkaar. Serveer direct.