

Gele biet met ansjovissaus

2 gele biet, blikje ansjovissen, 2 teentjes knoflook, 1 takje groenselderij, 3 el olijfolie.

Was de bietjes en stoom of kook ze in 45 minuten gaar. Stroop het vel eraf en snijd ze in reepjes. Maak een saus van de ansjovissen: snijd ze in stukjes. Snipper de knoflook. Hak de selderijstengel heel fijn. Meng de vis, selderij en knoflook met de olijfolie. Dien de bietjes op met de ansjovissaus.

Soep van pastinaak met kerrie

3,5 ons pastinaak, 2 aardappelen, 1 ui, 1 el olie, 1 tl kerrie of garam massala, zout en peper, beetje groentebouillonpoeder,

Was de pastinaken en aardappelen en snijd ze in stukken. Pel en snipper de ui. Fruit de ui een paar minuten in olie. Voeg de kruiden toe en roerbak nog 1 minuut mee. Doe de pastinaak- en aardappelblokjes erbij en giet er 500 ml water over. Laat 25 minuten pruttelen. Pureer en breng op smaak met zout en peper. Dit is voor 2 personen. Als je voor meerdere dagen/personen wilt koken verdubbel je de hoeveelheden. Je maakt de soep nog lekkerder door een klein beetje geraspte gember en kurkuma toe te voegen.

Nasi met witte kool

0,5 witte kool, 1 ui, 3 tenen knoflook, 2 el ketjap manis, stukje gember, beetje chilipeper, 1 theelepel gemalen komijn, 1 theelepel kurkuma, 1 theelepel gemalen koriander

Snipper de ui en knoflook en fruit samen met de kruiden. Snijd de witte kool zo fijn mogelijk en bak mee met de uien. Giet er een beetje water over, laat koken, zet het vuur zachter. Doe er een deksel op, laat 15 minuten garen. Roer de ketjap erdoor.

Serveer met rijst en kip of tofu

Curry van witte kool

0,5 witte kool, 1 stengel groenselderij, 1 ui, olijfolie, 50 ml water, 0,5 theelepel kerrie, snuf (chili)peper, snuf kurkuma, 50 ml kokosmelk, bouillonpoeder en of zout, snuf gemalen koriander, 2 eieren en 2 ons rijst.

Snijd de witte kool zo fijn mogelijk en snipper de ui. Fruit de ui en laat de kruiden meestoven (kerrie, peper, kurkuma, koriander, zout). Doe er 50 ml water bij plus de kokosmelk en de witte kool. Snij de groenselderij in kleine stukjes en doe ook in de pan. Laat alles een klein uurtje zachtjes gaar stoven. Laat de rijst 20 minuten garen met twee vingers water boven de rijst. Kluts de eieren en roerbak ze met wat zout en peper. Serveer de curry met de geroerbakte eieren door de rijst.

Stamppot groenselderij met kaas

7 ons kruimige aardappelen, 2 uien, 50 gram hazel- of walnoten, 2 eetlepels roomboter, 50 gram geraspte (parmezaanse) kaas, 1 bos groenselderij. Schil de aardappelen, snij ze in stukken en kook ze gaar in zo'n 15 minuten. Snipper de ui. Rooster de noten in een droge koekenpan. Fruit de ui in roomboter. Snijd de selderij in hele kleine stukjes en fruit mee met de ui tot het bijna gaar is. Giet de aardappelen af en bewaar wat van het kookvocht. Stamp de aardappelen tot puree met wat kookvocht er roer de ui/groenselderij erdoor. Roer tot slot de kaas erdoor en serveer met de geroosterde noten.

Aardappel-uienquiche

1 pakje bladerdeeg, 250 gram uien, 3 eieren, 2 el paneermeel, 200 ml room, 200 gr ansjovis (of geroerbakte -soja- gehakt), zout en peper.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Schil de aardappelen en kook ze gaar. Snijd ze in dunne plakken. Snijd de uien in (halve)ringen. Bak ze even aan in olie. Laat het bladerdeeg ontdooien (10-15 minuten). Pak een ovenschaal en beboter de randen. Verdeel het bladerdeeg en kneed de vellen met een beetje water aan elkaar. Bestrooi met een beetje paneermeel. Als je zeker wilt weten dat de bodem krokant wordt, moet je het 15 minuten voorbakken met bakpapier en bonen erop. Beleg met aardappelplakjes en uiringen. Klop de eieren los met de room, zout en peper. Giet over de aardappelen en uien. Verspreid de vis (of -soja-gehakt)erover en bak 30 minuten in de oven.

Geroosterde pastinaak met honing en mosterd

500 gram pastinaak, 2 el olijfolie, zout en peper, 1 el vloeibare honing (of ahorn- of agavesiroop), 1 el mosterd

Verwarm de oven voor op 210 graden. Was de pastinaken en snijd ze in stukken. Leg ze op een bakplaat en meng ze met 1 el olie. Strooi er zout en peper over en schuif de bakplaat in de oven. Roer de honing, mosterd en 1 el olie door elkaar en meng dat na 25 minuten met de pastinaken. Rooster daarna nog 10 tot 15 minuten.

Gele biet uit de oven

550 gram gele bieten, aluminiumfolie, 100 gram roomboter, zout en peper, 100 gram geraspte kaas.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Was de bietjes en wikkel ze in aluminiumfolie. Leg ze 50 minuten in de oven (of meer als ze wat groter zijn). Haal ze uit de oven en stroop het vel eraf. Snijd ze in dunne plakjes. Smelt de boter en giet het over de bietjes. Strooi er zout en peper over en tot slot de geraspte kaas.