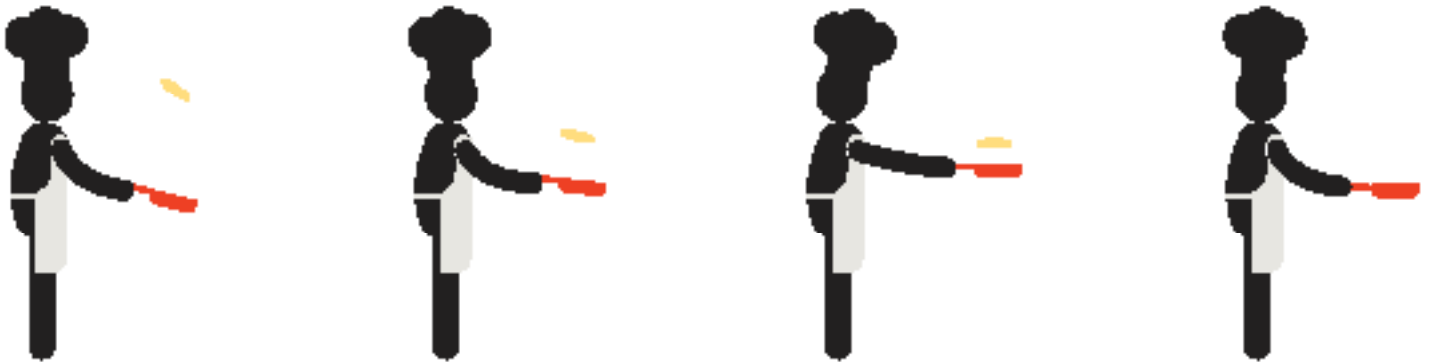


ZÓ DOE JE DAT – KOKEN

SPELENDERWIJS CHEF-KOK WORDEN
ALLE ONMISBARE, OVERBODIGE EN HANDIGE DINGEN
DIE JE ÉCHT MOET KUNNEN *best wel*

GABRIELA SCOLIK & TEAM
INFOGRAFIEKEN NO.PARKING




TERRA



001 Over dit boek



Benodigdheden


- 
- | | | |
|--|-------------------|--|
| 002 Basisuitrusting voor koken | 006 Keukenhulpjes | 010 Basisbenodigdheden voor baby's en kleuters |
| 003 Basisuitrusting voor bakken | 007 Keukengerei | 011 Glazen |
| 004 Basisuitrusting voor elektrische apparaten | 008 Messen | 012 De perfect gedekte tafel |
| 005 Energie besparen in de keuken | 009 Bestek | 013 Basisservies |



Wetenswaardigheden

- 
- | | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 014 Eet producten van het seizoen | 023 Kruiden combineren | 032 Gietijzeren pan ontroesten |
| 015 Levensmiddelen bewaren | 024 Scherpteschaal van Scoville | 033 Deegroller kleefvrij maken |
| 016 Aantal calorieën | 025 Verdeling rund | 034 Kinderen groente leren eten |
| 017 Calorieverbruik | 026 Verdeling varken | 035 Au bain-marie |
| 018 Levensmiddelenverbruik wereldwijd | 027 Duurzaam gevangen/gekweekte vis | 036 Stomen |
| 019 Vitamines begrijpen | 028 Pastasoorten | 037 'Proost' in andere talen |
| 020 Voedingskleurstoffen | 029 Koffiekunde | 038 'Eet smakelijk' in andere talen |
| 021 Ingrediënten combineren | 030 Cafeïnehoudende dranken kiezen | |
| 022 Specerijen combineren | 031 Met stokjes eten | |

Vorbereiding

- 
- | | | |
|---|----------------------------------|-------------------------|
| 039 Uien snipperen | 053 Artisjokken schoonmaken | 066 Fettuccine snijden |
| 040 Knoflook pellen... met hete olie! | 054 Granaatappels opensnijden | 067 Tortellini maken |
| 041 Augurkenwaaier | 055 Avocado's ontpitten | 068 Eieren splitsen |
| 042 Julienne (reepjes) – brunoise (blokjes) | 056 Mango's in blokjes snijden | 069 Brooddeeg |
| 043 Kruiden fijnhakken | 057 Kokosnoten openen | 070 Pizzadeeg |
| 044 Groenteschijfjes | 058 Ananas schillen | 071 Gistdeeg |
| 045 Peppers fijnsnijden | 059 Reepjes citroenschil snijden | 072 Challe vlechten |
| 046 Paprika's ontvellen | 060 Citroengras gebruiken | 073 Kookdeeg |
| 047 Bieslook knippen | 061 Garnalen pellen | 074 Zanddeeg |
| 048 Bouquet garni | 062 Oesters openmaken | 075 Korstdeeg |
| 049 Gember fijnhakken | 063 Ijsblokjes met bloemen | 076 Cakebeslag |
| 050 Tomaten ontvellen | 064 Kruiden invriezen | 077 Biscuitdeeg |
| 051 Radijsroosje | 065 Pastadeeg bereiden | 078 Deegraster vlechten |
| 052 Tomatenbloem | | |



Zonder koken

- | | | |
|--|---|--------------------------------|
| 079 Kruidenboter | 099 Komkommersoep met dille en garnalen | 118 Hamrolletjes |
| 080 Mayonaise | 100 Vitello tonnato | 119 Pastasalade |
| 081 Mayonaise-eieren | 101 Tomaten met mozzarella en basilicum | 120 Taboueh |
| 082 Gremolata | 102 Klassieke vinaigrette | 121 Eiersalade |
| 083 Aioli | 103 Karnemelkdressing | 122 Doperwtensalade |
| 084 Tartaarsaus | 104 Citroenvinaigrette | 123 Koude koolsla |
| 085 Guacamole | 105 Yoghurd dressing | 124 Caesarsalade |
| 086 Tzatziki | 106 Balsamicodressing | 125 Waldorfsalade |
| 087 Pesto | 107 Kruidendressing | 126 Botercrème |
| 088 BBQ-marinade | 108 Caesardressing | 127 Chocoladebotercrème |
| 089 Toast | 109 Frisee met spek en croutons | 128 Chocolademousse |
| 090 Broodje worst | 110 Tomatensla | 129 Tiramisu |
| 091 Broodje kaas | 111 Groene sla | 130 Eiwitglazuur |
| 092 Maki-sushi rollen | 112 Champignonsalade | 131 Chocoladeglazuur |
| 093 Temaki-sushi vouwen | 113 Spinaziesalade met pijnboompitten | 132 Glazuur perfect aanbrengen |
| 094 Sashimiroos van tonijn | 114 Courgettesalade met tomaten | 133 Chocolade-muntblaadjes |
| 095 Ceviche met limoen | 115 Broodsalade | 134 Chocoladeraster |
| 096 Zalm met sojasaus en gebruinde boter | 116 Witlof met granaatappelpitten | 135 Decoreren met sjablonen |
| 097 Koude rodebieten-komkommersoep | 117 Groentesalade | 136 Vruchtensalade |
| 098 Gazpacho | | 137 Fruitijsjes |



Koken

- | | | |
|---------------------|------------------------------|--------------------------------------|
| 138 Eieren koken | 149 Salsa al limone | 160 Pastasoep met kip en spinazie |
| 139 Eieren pocheren | 150 Kaassaus | 161 Parmezaanse soep |
| 140 Eggs Benedict | 151 Spaghetti carbonara | 162 Pompoensoep |
| 141 Courgettelinten | 152 Pasta en saus combineren | 163 Aardappel-preisoep |
| 142 Wortellinten | 153 Runderbouillon | 164 Broccolicrèmesoep |
| 143 Polenta koken | 154 Kalfsfond | 165 Wortelsoep met gember |
| 144 Polentarepen | 155 Rundvlees-vermicellisoep | 166 Rodelinzensoep met Spaanse peper |
| 145 Pasta koken | 156 Zuppa pavese | 167 Tomatensoep met gerookte vis |
| 146 Tomatensaus | 157 Groentebouillon | 168 Groentesoep met pesto |
| 147 Bolognesesaus | 158 Vissoep | |
| 148 Arrabbiatasaus | 159 Kippenbouillon | |

- 
- 169 Uiensoep met kaasbrood
 - 170 Ribollita
 - 171 Miso-soep
 - 172 Miso-soep met tofoe
 - 173 Miso-soep met heilbot
 - 174 Miso-soep met so-oen
 - 175 Pot-au-feu
 - 176 Bollito misto
 - 177 Rijst koken
 - 178 Pilav met saffraan
 - 179 Risi e bisi
 - 180 Sushirijst
 - 181 Risotto
 - 182 Risotto alla milanese
 - 183 Champagnerisotto
 - 184 Rodewijnrisotto
 - 185 Aspergerisotto
 - 186 Aardappelen koken
 - 187 Aardappelen met boter en zout

- 188 Gezouten aardappelen
- 189 Aardappelsalade
- 190 Aardappelsalade met mayonaise
- 191 Aardappelpuree
- 192 Prei-aardappelpuree
- 193 Selderij-aardappelpuree
- 194 Olijven-aardappelpuree
- 195 Hollandaisesaus
- 196 Bearnaisesaus
- 197 Bechamelsaus
- 198 Kaas-bechamelsaus
- 199 Couscous
- 200 Couscous met groente
- 201 Couscous met lamsvlees
- 202 Couscous met kipspiesjes
- 203 Groentecurry
- 204 Thaise groene curry met kip
- 205 Thaise rode curry met garnalen
- 206 Indiase kikkererwtencurry

- 207 Asperges koken
- 208 Spinazie à la crème
- 209 Geblancheerde sperziebonen
- 210 Witte bonen met salie
- 211 Broccoli met knoflook
- 212 Bloemkool met kaas-bechamelsaus
- 213 Gepocheerde zalm
- 214 Peultjes met sesam
- 215 Hotdog
- 216 Vruchtensaus
- 217 Chocoladesaus
- 218 Vanillesaus
- 219 Karamelsaus
- 220 Chocoladepudding
- 221 Vanillepudding
- 222 Pannacotta
- 223 Melkrijst
- 224 Rote Grütze

Ovengerechten

- 225 Gebraden kip
- 226 Gevulde kipfilet
- 227 Kippenvleugels
- 228 Kalkoen
- 229 Rosbief
- 230 Porterhouse steak
- 231 Lamskroon
- 232 Kalfsvlees in folie
- 233 Varkensfricandeau
- 234 Kabeljauw met tomaten op een preibedje
- 235 Gevulde groente
- 236 Groente met gehaktvulling
- 237 Groente met rijstvulling
- 238 Bruschetta
- 239 Bataatfrites uit de oven
- 240 Spruitjes uit de oven
- 241 Frittata
- 242 Gebakken tomaatjes
- 243 Ovengroente
- 244 Geroosterde pompoen
- 245 Bloemkool uit de oven
- 246 Zoetzure uien

Stoven

- | | | |
|----------------------------|--|---|
| 247 Tajine met kip | 255 Lamsschouder met mediterrane groente | 262 Koolrollade met varkensvlees |
| 248 Tajine met lamsvlees | 256 Lamsschenkel met citrusfruit | 263 Gestoofde drumsticks met eekhoortjesbrood |
| 249 Tajine met kalfsvlees | 257 Kalfsbraadstuk | 264 Kip cacciatore |
| 250 Gesmoord rundvlees | 258 Cassoulet | 265 Gestoofde zalm op zijn Japans |
| 251 Boeuf bourguignon | 259 Ossobuco | 266 Ratatouille |
| 252 Runderstoof met wortel | 260 Varkensgebraad in bier | 267 Gesmoorde groenten |
| 253 Chili con carne | 261 Coq au vin | |
| 254 Lamsschouder | | |

Bakken en frituren

- | | | |
|---------------------------|--|--|
| 268 Spiegelei | 282 Gebakken rijst met kipfilet en groente | 304 Vouwtechnieken voor galettes, pannenkoeken en crêpes |
| 269 Omelet | 283 Gebakken aardappelen | 305 Galettes |
| 270 Omelet met ham | 284 Aardappelkoekjes met gerookte zalm | 306 Hartige pannenkoeken |
| 271 Kaasomelet | 285 Pommes frites | 307 Kruidenkward-galettes |
| 272 Kruidenomelet | 286 Stro-aardappeltjes | 308 Spinazievulling |
| 273 Roerei | 287 Bataatfrites | 309 Vleesvulling |
| 274 Ham and eggs | 288 Aardappelchips | 310 Groentetempura |
| 275 Wentelteefjes | 289 Groentechips | 311 Garnalentempura |
| 276 Zoete wentelteefjes | 290 Tortillachips | 312 Lentegroente met gerookte tofoe |
| 277 Pad Thai | 291 Entrecote | 313 Wokgroente |
| 278 Vegetarische Pad Thai | 292 Tartaartjes | 314 Gefrituurde artisjokken |
| 279 Paella | 293 Gehaktballetjes | 315 Gebakken tofoe met gember |
| 280 Nasi goreng | 294 Meatballs | 316 Knoflookgarnalen |
| 281 Gebakken groenterijst | 295 Frikandellen | 317 Krabkoekjes |
| | 296 Köttbullar | 318 Calamari fritti |
| | 297 Köfte | 319 Heilbot met citroen-kappertjessaus |
| | 298 Polpette | 320 Fritto misto |
| | 299 Albóndigas | 321 Appelbeignets |
| | 300 Gyoza | 322 Donuts |
| | 301 Wienerschnitzels | 323 Karnemelkdonuts |
| | 302 Gepaneerde kip | 324 Crêpes |
| | 303 Saltimbocca | 325 Chocoladecrêpes |



Roosteren

- 326 Beercan chicken
- 327 Sjaslielik
- 328 Spareribs
- 329 Braadworst
- 330 Biefstuk
- 331 Tonijnmoten
- 332 Varkenskarbonades met rozemarijn
- 333 Gemarineerde lamskoteletten
- 334 Burgers van de barbecue
- 335 Burgers samenstellen
- 336 Zalm op cederhout
- 337 Kaas in folie
- 338 Forel in folie
- 339 Garnalenspiesjes
- 340 Antipasti van de barbecue
- 341 Geroosterde prei met bieslook en peterselie
- 342 Geroosterde maiskolven
- 343 Geroosterde aardappelen
- 344 Groente in folie
- 345 Geroosterd fruit



Bakken in de oven

- 346 Gepofte aardappelen
- 347 Gepofte aardappelen met dip
- 348 Gepofte aardappelen met roerei
- 349 Gepofte aardappelen met garnalen
- 350 Gepofte aardappelen met kaassaus
- 351 Aardappelgratin
- 352 Aardappel-preigratin
- 353 Lasagne
- 354 Moussaka
- 355 Aubergine met mozzarella en Parmezaanse kaas
- 356 Pizza
- 357 Pizza napolitana
- 358 Pizza pomodoro e mozzarella
- 359 Pizza cardinale
- 360 Uienpizza met olijven
- 361 Pizza bianca
- 362 Pizza quattro formaggi
- 363 Focaccia
- 364 Brood
- 365 Maisbrood
- 366 Zoet maisbrood
- 367 Quiche lorraine
- 368 Spinaziequiche
- 369 Preiquiche
- 370 Groentetaart
- 371 Pastaschotel met groente
- 372 Pannenkoeken met een kaaskorst
- 373 Shepherd's pie
- 374 Worteltaart
- 375 Biscuitrol
- 376 Marmercake
- 377 Abrikozentaart
- 378 Pruimentartaart
- 379 Kersentaart
- 380 Cheesecake
- 381 Citroentaart
- 382 Glutenvrije chocoladetaart
- 383 Brownies
- 384 Muffins
- 385 Bosbessenmuffins
- 386 Chocolademuffins
- 387 Muffins met chocostukjes
- 388 Courgettemuffins
- 389 Cupcakes
- 390 Chocoladecupcakes
- 391 Scones
- 392 Profiteroles
- 393 Lebkuchen
- 394 Lebkuchen-koekjes
- 395 Meringue
- 396 Frambozenmeringue
- 397 Kaneelbroodjes
- 398 Appelcrumble
- 399 Perencrumble
- 400 Vruchten met biscuitdeeg

Inmaken

- 401 Groente inleggen
- 402 Paddenstoelen inmaken
- 403 Tomaten inleggen
- 404 Barbecuesaus
- 405 Tomatenketchup
- 406 Engelse pickles
- 407 Vruchtenchutney
- 408 Abrikozenchutney
- 409 Perzikchutney
- 410 Pruimenchutney
- 411 Mangochutney
- 412 Ingelegde citroenen
- 413 Lemoncurd
- 414 Aardbeienjam
- 415 Abrikozenjam
- 416 Frambozenjam
- 417 Bosvruchtenjam
- 418 Bramengelei
- 419 Aalbessengelei
- 420 Druivengelei
- 421 Citroengelei
- 422 Sinaasappelmarmelade
- 423 Appelmoes
- 424 Appelcompote
- 425 Perencompote
- 426 Kersencompote
- 427 Pruimencompote

Dranken

- 428 Champagne
- 429 Pinot grigio
- 430 Chardonnay
- 431 Pinot noir
- 432 Merlot
- 433 Cabernet sauvignon
- 434 Wijnflessen openen
- 435 Stukjes kurk verwijderen
- 436 Wijn proeven
- 437 Bier in verschillende talen
- 438 Suiker- of zouttrand aanbrengen
- 439 Klassieke martini mixen
- 440 Martinivariaties shaken
- 441 Cuba libre
- 442 Piña colada
- 443 Strawberry margarita
- 444 Manhattan
- 445 Mojito
- 446 Caipirinha
- 447 White Russian
- 448 Tequila sunrise
- 449 Tom Collins
- 450 Cape Cod
- 451 Sidecar
- 452 Negroni
- 453 Long Island
- 454 Blue blazer
- 455 Medicijn tegen een kater
- 456 Kruidenthee bereiden
- 457 Theezetten op Engelse wijze
- 458 Russische thee uit de samowaar
- 459 Thaise ijsthee serveren
- 460 Griekse café frappé mixen
- 461 Ijskoffie uit New Orleans bereiden
- 462 Turkse koffie zetten
- 463 Een perfecte espresso zetten
- 464 Melkschuimdecoraties maken
- 465 Irish coffee maken
- 466 Vruchtensmoothie
- 467 Groentesmoothie
- 468 Icecream soda

094

Sashimiroos van tonijn



rauwe tonijnfilet
(sushikwaliteit)



Snijd de tonijn in dunne plakken.



Spread ze waaivormig uit.



Rol tot een conus.



Snijd einden af.



Serveer.

095

Ceviche met limoen



300 g visfilet
(bijv. tarbot, sushi-
kwaliteit)

1 kleine
Spaanse peper,
fijngesnakt

2 sjalotten,
fijngesnipperd

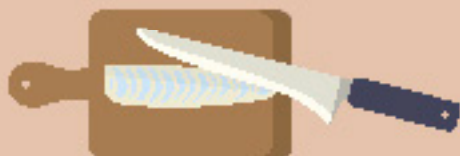
sap van
2 limoenen

zout

peper



❄️ Door het limoensap wordt de vis licht gegaard en is dus niet rauw, zoals bij sushi.



Snijd de vis in dunne plakken.



Meng alle andere ingrediënten.



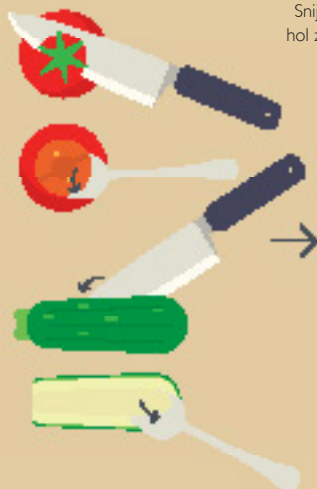
Meng de vis met de marinade.
Laat hem 2 uur in de koelkast intrekken.

235

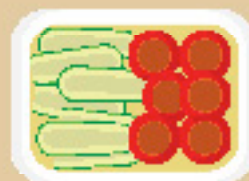
Gevulde groente



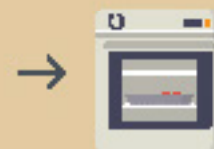
Halveer de courgette overlangs en hol hem uit tot 2 cm van de rand.



Snijd het kapje van de tomaten en hol ze uit. Verwijder het vruchtvlees.



Schenk de olie in een braadslede en leg de courgettes en tomaten erin.



Bak ze voor en vul ze desgewenst met gehakt of rijst.



180 °C

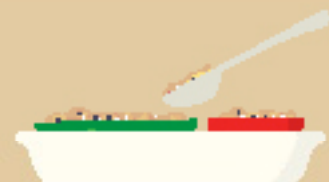


236

Groente met gehaktvulling



Meng ondertussen het gehakt met alle ingrediënten, behalve de boter.



Schep de vulling in de groente.

Leg vlokjes boter erop.



180 °C



237

Groente met rijstvulling



177 Rijst koken

Meng ondertussen alle ingrediënten.



Schep de vulling in de groente.



180 °C





053 Artisjokken schoonmaken

Laat op keukenpapier uitlekken.



Klop de eieren los met Parmezaanse kaas, peper en zout.



Haal de artisjokparten door het eimengsel.



Wentel ze door paneermeel.



Verhit de olie.



Frituur ze goudgeel.



2 stengels citroengras,
in dunne ringen



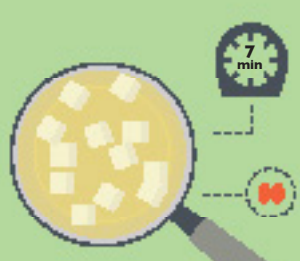
060 Citroengras gebruiken



Meng de ingrediënten voor de marinade in een diepvrieszak.



Doe de tofoeblokjes erin en schud ze goed door de marinade, neem ze eruit en laat ze uitlekken.



Bak de tofoeblokjes rondom in olie. Neem ze eruit en houd ze warm.



Kook de overgebleven marinade in. Roer de tofoe erdoor. Gameer met Thais basilicum en serveer.

432

Merlot

Een groot tulpglas benadrukt het aardse bouquet van een merlot.



De kruidige merlot heeft toetsen van paprika, bessen, steranijs, kaneel en pruimen.



hazelnoten, eieren, olijven



vis, vleeswaren, rundvlees, kip



paddenstoelen, broccoli, uien, tomaten



tomatenpuree, knoflook, harde kaas, boter



bessen, pruimen, kersen, peren

433

Cabernet sauvignon

De speciale vorm van het bordeauxglas versterkt het aroma van de wijn.



Cabernets dragen de aroma's van zwarte bessen, paprika's, zwarte peper, kruidnagel en sigaren.



hazelnoten, eieren, walnoten, olijven



pasta, stoofvlees, kip, vleeswaren



paddenstoelen, broccoli, uien, tomaten



tomatenpuree, knoflook, peper, boter



bessen, pruimen, kersen, chocolade