

## **Koken met Kievit! - 2017 – week 26**

**Recepten voor 4 personen, tenzij anders vermeld. p&z = peper en zout, el = eetlepel, tl = theelepel, min.= minuten. Kooktijden bij benadering. Reacties en suggesties? Kievit, Sandtlaan 36 C14, 2223 GG Katwijk [info@kievitamines.nl](mailto:info@kievitamines.nl)**

### **Dille**

Groene kruiden maken het koken wat mij betreft altijd extra leuk en in het zomerseizoen zijn ze goed verkrijgbaar. De geur en smaak van verse kruiden is niet te overtreffen door gedroogde varianten en bovendien geven ze altijd een lekker frisse groene toets. *Dille* is niet een heel gemakkelijk kruid, uitgesproken van smaak, maar echt de moeite van het uitproberen waard. En laten we deze week nu allerlei groenten in het pakket hebben die het prima doen met een beetje dille! Dille combineert ook goed met vis trouwens. Dus, wat dacht je van een mooie schotel met bietjes, gerookte makreel en een aardappelsalade met dille? Persoonlijk vond ik de sperziebonen met dille een heel leuke ontdekking. Met sla en komkommer is dille heel verfrissend, gewoon erdoor mengen, of verwerken in een lekkere dressing. Ik testte een dressing op basis van cashewnoten, weer eens wat anders dan mayonaise of room! Veel kookplezier gewenst weer!

### **Bloemkoolpizza**

Voor de bodem: 1 bloemkool; 100 g cashewnoten; 100 g geraspte Parmezaanse kaas of pecorino; 2 eieren; 2 tl gedroogde oregano; p&z. Beleg naar keuze, bv: 2 rode uien; 1 gele paprika; mozzarella of pakje feta/verse geitenkaas; 3 el pesto; 50 g zwarte olijven zonder pit; verse basilicum. Bakpapier en een keukenmachine zijn ook erg handig.

Verwarm de oven voor op 200 °C. Snijd de bloemkool in kleine stukjes en maal ze met een keukenmachine tot fijne kruimels. Raspen op een grove rasp kan ook, dan snijd je de bloemkool niet in stukken. Verwarm de oven voor op 200 °C en spreid de bloemkoolkruimels uit op een bakplaat. Bak ze 20 min. in de oven, keer halverwege. Maal intussen ook de cashewnoten en kaas fijn. Leg een schone theedoek in een vergiet, stort de gebakken bloemkool erin, vouw de theedoek toe en wring overtollig vocht uit de bloemkool. Meng in een ruime kom de bloemkool met de noten en kaas, oregano, eieren en p&z. Bekleed de bakplaat met bakpapier en spreid het bloemkooldeeg uit tot een platte laag. Bak 15 min. in de oven en keer dan om, met fikse zwiep, of hulp van iemand anders. Haal het bakpapier eraf en bestrijk de pizza met pesto en beleg de pizza zoals je lekker lijkt, wij gebruikten bovenstaande ingrediënten, maar andere varianten kunnen ook! Bak nog 15 min. in de oven en bestrooi met wat verse basilicum.

### **Andijviesalade met ansjovisdressing**

1 krop andijvie; 1 potje of blikje ansjovisfilets in olie; 3 el kappertjes; 1 citroen, uitgeperst; 2 teentjes knoflook; 4 el olijfolie; 2 el olijven; 50 g Pecorino kaas.

Pureer in de keukenmachine of met de staafmixer de helft van de ansjovis met aanhangende olie, 2 el kappertjes, het citroensap, knoflook en olie tot een dressing. Breng op smaak met peper. Was de andijvie en snijd in reepjes. Meng de andijvie in een schaal met de dressing. Bestrooi met de rest van de kappertjes en de olijven. Snijd de rest van de ansjovis in stukjes en verdeel over de salade. Schaaf de kaas erover.

### **Tsjechische sperziebonen**

700 gr sperziebonen; 1 bekertje crème fraîche of plantaardige room; 30 gr boter; 30 gr bloem; ½ bouillonblokje; dille, vers en droog; azijn, suiker, p&z

Sperziebonen afhaken en eventueel doormidden breken. Stoom ze in een mandje beetgaar in 8-10 min. Smelt de boter in een

steelpannetje en roer de bloem erdoor en laat het 3 min. garen. Goed roeren! Roer het ½ bouillonblokje erdoor en 300 ml koud water. Voeg 1 el droge dille, flinke scheut azijn en 1 tl suiker toe. Laat zachtjes 5 min. koken. Spoel intussen de bonen af onder de koude kraan en was de dille en snijd fijn. Roer de crème fraîche door de saus en maak op smaak met p&z en eventueel nog wat azijn. Je kunt ook plantaardige room gebruiken. Meng de bonen erdoor, warm even door en meng de verse dille erdoor. Wij aten het met lint-pasta en gehaktballetjes en dat was een goede combi. Je kan ook meer saus maken en het als een soort soep eten met brood erbij. Snijd dan de boontjes in kleinere stukjes.

### **Gegrilde koolrabi met dilledressing**

Koolrabi; 1 citroen: rasp en 3 el sap; 4 el olijfolie; 1 teentje knoflook (uitgeperst); 1 el kappertjes; 2 el verse dille, fijngeknipt  
Citroen afspoelen, de schil er af raspen en daarna uitpersen, misschien is ½ al genoeg. Snijd boven- en onderkant van de koolrabi en schil ze. Zorg vooral dat er geen houtige vezeltjes in de onderkant blijven zitten. Snijd ze in plakjes en kook ze 5 min. in water met 2 el citroensap. Laat daarna goed uitlekken en bedruppel de plakjes met 2 el olie. In een kom een dressing kloppen van 2 el olie, citroenrasp, 1 el citroensap, knoflook en p&z. Kappertjes en dille erdoor roeren. Grillpan verhitten (barbecue kan ook, zie ons filmpje op de blog vorige week!). Koolrabi in 3-4 porties aan beide kanten roosteren. Geroosterde plakjes in warme oven of op warme schaal onder aluminiumfolie warmhouden. Alles bakken en dan de dressing over de koolrabi schenken. Lekker met vis!

### **Tuinbonen met schil**

Wanneer de tuinbonen niet al te groot zijn, kunt u ze ook met schil en al eten. Snijd de puntjes er af en trek meteen eventuele draadjes eruit en was de bonen. Snijd ze in schuine stukjes. Fruit een ui of sjalot in wat olie en pers een teentje knoflook erbij. Dan de bonen erbij en blus af met een kopje water. Voeg twee plakjes citroen (of wat citroensap) toe en laat 15-20 min. sudderen tot de bonen zacht genoeg zijn. Maak op smaak met p&z en strooi er flink wat verse dille over.

### **Pasta met tuinbonen, dille en zalm**

1 zak tuinbonen; 350 pasta (bv tagliatelle); rasp van 1 citroen; 4 el room; 1 bosje dille, fijngesneden; p&z; 200 g gerookte zalm, in reepjes. Kies MSC!

Dop de tuinbonen vlak voor je ze gaat koken. Zet vast water op voor de pasta. Kook de tuinbonen in een bodem water zonder zout, prik regelmatig. Kook ze vooral niet te lang, 6- 8 min. is vaak genoeg. Kook intussen ook de pasta. Snijd de zalm in reepjes, rasp de schil van de citroen en snijd de dille fijn. Giet de pasta af en bewaar 4 el van het kookvocht. Doe de pasta terug in de pan, meng met de afgegoten tuinbonen, het bewaarde kookwater, citroenrasp, room, dille en stukjes zalm. Bestrooi op het bord met wat peper en geef er eventueel een partje citroen bij.

### **Dille dressing – romig en vegan**

50 gr rauwe cashewnoten; 3-4 el citroensap; 4 el olijfolie; 1 teentje knoflook; 1 el verse dille; p&z; water

Week de cashewnoten 2- 8 uur in een kopje water. Dat maakt ze zachter en beter te puren. Als je een heel goede blender hebt, kun je dat overslaan. Giet de noten af, doe ze samen met 50 tot 75 ml water (afhankelijk van hoe dun je hem wilt), citroensap, olie, knoflook, dille en p&z in de blender en mix tot een gladde saus. Hij wordt dikker als je hem een tijdje in de koelkast laat staan. Lekker met sla, komkommer, rauwe wortel, probeer maar!