

Sla met rode kool en rozijnen.

Paar slabladeren, handje rode kool, 2 eetlepels rozijnen, 1 el Citroensap, 0,5 thlpl honing, 2 el olijfolie, walnoten of zonnebloempitten.

Week de rozijnen minstens 10 minuten in een beetje warm water. Snijd of rasp de rode kool zeer fijn, hoe fijner hoe beter. Ongeveer een hand vol. Meng de rode kool met de rozijnen. Meng de Citroensap met het zoetmiddel en de twee eetlepels olijfolie. Kneed deze dressing door de rode kool. Doe er naar wens een snuf zout en peper bij en wat walnoten. Pak een mooi plat bord. Schik daar wat slabladeren op. Verspreid de rode kool hierover en tot slot wat (geroosterde) noten. Versier met goudsbloem.

Rode kool met groene crèmesaus van slabladeren

0,5 rode kool, 2 ui, 1 tn knoflook. Voor de crèmesaus: 1 krop sla, olijfolie, 1 tn knoflook, 2 dl water, 2 tl tahin, 1 tl Citroensap, sesamzaadjes.

Verwarm de oven voor op 150 graden. Snijd de rode kool doormidden en de harde kern eruit. Haal nu voorzichtig de bladeren van de krop. Verhit water en blancheer de rode kool bladeren (even koken totdat ze soepel en makkelijk te bewerken zijn) zo'n 10 minuten. Was de slabladeren en laat uitlekken. Snijd de slabladeren klein. Snijd het knoflookteentje klein. Verhit olijfolie en fruit de sla met de knoflook. Roer er na twee minuten 2 theelepels tahin, een kleine theelepels Citroensap en 2 dl water door. Laat een tijdje al roerend sudderen tot het een geheel is en er een saus ontstaat. Snipper de ui en fruit in olie en doe na zo'n twee minuten de fijngesneden knoflook erbij. Vet een ovenschaal in met olie. Bedek de bodem van de ovenschaal met een aantal geblancheerde rode kool bladeren. Verspreid de ui en knoflook en daarover een laag groene crèmesaus. Dan weer wat rode kool bladeren, ui en saus. Herhaal tot je ingrediënten op zijn en eindig met saus. Bak 20 tot 25 minuten in de oven. Rooster wat sesamzaadjes en strooi over het gerecht voor het serveren.

Pannenkoekjes met andijvie

150 gr bloem, 1 tl bakpoeder, ½ tl bicarbonaat, 2 el zoetstof naar keuze (agave, suiker), 250 ml (soja)melk, 50 gr (soja)yoghurt, handvol andijvie, snufje zout

Doe alle droge ingrediënten voor de pannenkoekjes in een kom en roer goed door elkaar. Was en snijd de andijvie, gebruik een handvol van de gesneden groente. Mix met een staafmixer alle vloeibare ingrediënten samen met de andijvie. Roer deze saus door de droge ingrediënten en meng goed. Vet een koekenpan in met plantaardige boter of kokosolie en gebruik ongeveer een flinke eetlepel per pannenkoek. Bak ze goudbruin aan beide kanten en serveer met jam en wat vers fruit.

Kikkererwten met ui, bleekselderij en kerrie

1 struik bleekselderij, 100 gram kikkererwten, 2 rode ui, 1 tl kerrie, 1 tl paprikapoeder, 1 el rijst- of appelstroop, 1 el olie, snuf zout.

Week de kikkererwten en kook ze gaar of koop een potje met gare kikkererwten. Snijd de selderij (met blad) in kleine stukjes. Snipper de uien. Fruit de ui zo'n twee minuten in olie. Die dan de bleekselderij erbij met een bodempje water, de stroop en de kruiden en stoof het geheel gaar op zacht vuur in ca 10 minuten. Roer op het laatst de gare en uitgelekte kikkererwten erdoor. Breng op smaak met zout.

Tomatensoep

500 gram tomaten, 2 el olijfolie, 2 uien, 1 teen knoflook, 1 cm gember, 1 waspeen, 1 klein potje tomatenpuree, 1 tl verse of gedroogde tijmblaadjes, bouillonpoeder, 1 tl suiker, peper en zout, naar wens wat (slag)room.

Snipper de ui en knoflook en fruit (eerst) de ui en knoflook. Rasp de gember en snijd de peen in kleine blokjes. Doe beiden na ca 4 minuten bij de ui. Snijd de tomaten in stukjes. Doe na twee minuten, samen met de tomatenpuree, erbij in de pan. Doe de tijm erbij. Schenk er 1 liter water bij en wat bouillonpoeder. Kook 15 minuten op laag vuur. Doe er suiker bij en mix alles fijn met een staafmixer. Breng op smaak met zout en peper. Serveer met een kannetje slagroom erbij.

Andijvie uit de oven

250 gr andijvie, 1 ons gehakt, 1 ons spekblokjes, olijfolie, 100 gr crème fraîche, 1 teen knoflook, 2 eieren, 125 gr geraspte kaas, zout en peper, 200 gram aardappelen in schijfjes.

Verwarm de oven voor op 175°C. Breng water aan de kook en laat de aardappelschijfjes zo'n vijf minuten meekoken. Haal uit de pan. Verhit een koekenpan, bak de spekJes. Snipper de knoflook en voeg toe, schep uit de pan met een schuimspaan. Bak daarna het gehakt in het spekvet. Was en snijd de andijvie in reepjes. Als het gehakt gaar is kan de andijvie erbij. Laat het slinken en blus met een heel klein beetje water. Roer de crème fraîche met de eieren los en roer de kaas erdoor, eventueel wat zout en peper erbij. Draai het vuur uit en roer het crème fraîche mengsel door de andijvie. Schep dit in een ovenschaal en beleg met de aardappelschijfjes, strooi de spekJes erover en nog een handje kaas en bak dit 40 minuten in de oven.