

VERANDER JE VOEDING, VERANDER JE LEVEN.

Het kerstdiner is bijna elk jaar weer een uitdaging.
Wat gaan we eten? Wat ga ik voor mijn gasten koken?

Kerst 2020 zal toch een andere kerst worden. Het met familie, of een paar vrienden, bij elkaar zijn is juist nu heel belangrijk. Genieten van elkaars gezelschap; daar draait het om, nu meer dan anders. Zet daarom met dit kerstmenu alles gezellig in één keer op tafel of stel het op als een soort lopend buffet.

Maak het jezelf makkelijk en geniet vooral samen van de heerlijke gerechten uit dit menu. De paté van salie-walnoot, het bloemkoolbrood en de kokos panna cotta kan je eventueel een dag van te voren al maken. Wij wensen je een heel bijzonder, mooi en vooral liefdevolle kerst toe met de mensen waar je van houdt!

Eva en Marjolein



PATÉ MET SALIE EN WALNOOT

DIT HEB JE NODIG

- 100 gram walnoten
- 70 gram zongedroogde tomaten (in olie, of gedroogd en thuis geweekt in water)
- 30 gram kalamata olijven
- 5 blaadjes salie
- Paar draaien verse peper
- 3 el water

ZO MAAK JE HET

Spoel de zongedroogde tomaten (wanneer in olie) kort af. Doe alle ingrediënten in een keukenmachine en maal tot een fijne paté. Schep in een schaal en serveer bij het bloemkoolbrood.

KOKOS PANNA COTTA

DIT HEB JE NODIG

- 250 ml kokosmelk
- 250 ml rijstmelk
- 1 tl vanille extract
- 3 blaadjes (runder)gelatine of ongeveer 5 gram gelatinepoeder
- Optioneel: kokosbloesemsuiker

Voor de topping

- Paar blaadjes munt, fijn gesneden
- 100 gram mango (uit de diepvries), ontdooid
- 100 gram passievrucht (uit de diepvries), ontdooid
- 2 el geroosterd kokosrasp

ZO MAAK JE HET

Verwarm de kokosmelk samen met de rijstmelk en vanille in een pannetje. Proef en voeg eventueel wat kokosbloesemsuiker toe voor een extra zoetje.

Bedenk tijdens het proeven dat de panna cotta gekoeld gegeten wordt en dat daardoor de zoete smaak iets vermindert. Verwerk de gelatine erdoor volgens de aanwijzingen op de verpakking. Schenk over in 4 glaasjes en zet voor minimaal 3 uur in de koelkast.

Pureer het fruit kort met een staafmixer. Zorg dat de de pitjes van de passievrucht heel blijven. Verdeel over de glaasjes panna cotta. Maak af met de munt en het geroosterd kokosrasp.



GEVULDE CHAMPIGNONS MET AMARANT EN HALLOUMI

DIT HEB JE NODIG

- 8 grote kastanjechampignons
- 40 gram amarant of quinoa
- 50 gram halloumi, in kleine stukjes
- 2 handjes pijnboompitten, geroosterd
- Paar takjes bladpeterselie, fijngesneden
- Verse peper

ZO MAAK JE HET

Verwarm de oven voor op 180 graden. *Als je het hele kerstmenu maakt, dan kunnen de champignons en de quiche tegelijkertijd in de oven.* Kook de quinoa volgens de aanwijzingen op de verpakking. Hol de champignons voorzichtig uit met een klein lepeltje. Gooi het binnenste niet weg, maar bewaar in de koelkast voor een andere maaltijd. Meng de quinoa met de halloumi, pijnboompitten en verse peper. Vul de champignons ermee en druk licht aan. Zet op een bakplaat met bakpapier voor 20 min in de oven. Leg op een schaal en maak af met de peterselie.

BLOEMKOOLBROOD

DIT HEB JE NODIG

- 200 gram bloemkoolrijst
- 3 eieren
- 75 gram amandelmeel
- 1 tl kerriepoeder

ZO MAAK JE HET

Verwarm de oven voor op 180 graden. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Klop de eieren met een garde in een grote kom schuimig. Voeg de bloemkoolrijst, kerriepoeder, het amandelmeel en flink wat draaien peper en zeezout toe. Zorg voor stevig deeg dat niet meer van je lepel loopt. Voeg zo nodig nog wat extra amandelmeel toe. Vet een klein cakeblik in en stort het deeg erin. Bak in de oven ongeveer 30 minuten tot het gaar is. Haal uit de oven en laat even afkoelen op een rooster. Snijd daarna in plakjes. Lekker met de walnoot-salie paté uit dit menu. Heb je wat over? Bewaar in de koelkast of diepvries.



QUICHE MET ASPERGES EN ARTISJOKHARTEN

DIT HEB JE NODIG

voor een quichevorm van 26 cm

Voor de bodem

- 75 gram amandelmeel
- 175 gram havermeel (gemalen havermout)
- 20 gram roomboter, zacht + extra voor invetten bakvorm
- 80 ml water
- 1 ei
- Flinke snuf zout

Voor de vulling

- 150 gram groene asperges (diepvries)
- 3-4 artisjokharten (uit glas), in plakjes
- 75 gram zachte milde geitenkaas, in kleine stukjes
- 4 eieren
- 150 ml (plantaardige) room
- 1 teentje knoflook
- Verse zwarte peper

Topping (optioneel)

- 1 lente-uitje
- Handje amandelschaafsel, geroosterd

ZO MAAK JE HET

Verwarm de oven voor op 160 graden. Maak het deeg door alle ingrediënten toe te voegen aan een kom. Kneed met je handen tot een samenhangend, ietwat vochtig geheel. Laat een paar minuten staan. Vet de quichevorm licht in en verdeel het deeg erover. Maak een opstaande rand. Prik de bodem op een paar plaatsen in en bak de bodem 20 minuten voor in de oven.

Haal de bodem uit de oven. Verhoog de temperatuur naar 180 graden. Klop de eieren los met room, knoflook en flink wat zwarte peper. Giet over de bodem. Verdeel de asperges, artisjokharten en de geitenkaas erover. Zet terug in de oven voor ongeveer 25-30 min. Als je het hele kerstmenu maakt, dan kunnen de champignons en de quiche nu tegelijkertijd in de oven. Maak de quiche eventueel af met gesneden lente-ui en geroosterd amandelschaafsel. Snijd in punten en serveer. Heb je quiche over? Bewaar maximaal twee dagen in de koelkast. Lekker als lunch de volgende dag.

TIP gebruik je verse asperges? Neem dan 200 gram als gewicht, snijd de onderkant eraf en stoom of kook een paar minuten (tot beetgaar) voordat je ze in de quiche legt.



SALADE MET WITLOF, PEER EN GRANAATAPPELPITJES

DIT HEB JE NODIG

- 75 gram veldsla
- Twee stronkjes witlof, in dunne ringen
- 100 gram granaatappelpitjes
- 5 el pistachenoten (in de dop), gedopt en kort geroosterd
- 1 rijpe peer, in reepjes

Dressing

- Sap van 2 kleine mandarijnen
- 3 el extra vierge olijfolie
- 1 tl mosterd
- 1 el appelazijn

ZO MAAK JE HET

Doe alle ingrediënten bij elkaar in een saladeschaal en verdeel de dressing erover of zet deze er naast in een mooi schenkflesje.

OVERIG

Om (optioneel) extra bij te serveren

- Olijven
- Rauwkost
- Tamari-amandelen
- Verse vijgen

- Gegrilde tomaten met Provençaalse kruiden
- Reepjes avocado
- Bol burrata
- Grasboter (lekker bij het bloemkoolbrood)

