



De Smaak van Vroeger

*Nostalgische recepten van
thuis-koks, matchmakers
en onze ambassadeur*

Voorwoord

Voor je ligt het kookboek 'De Smaak van Vroeger', waarin je de favoriete recepten van thuis-koks, matchmakers, partners van Stichting Thuisgekookt en mijzelf vindt. Stuk voor stuk recepten die ons doen denken aan vroeger. Ik herinner me het moment nog goed, ik zal een jaar of vijf zijn geweest, dat onze buurman op zaterdagochtend op ons achterraam klopte. Hij was visser en bakte áltijd een extra portie speciaal voor ons, dat hij trouw op zaterdagochtend naar ons bracht. Tot op de dag vandaag herinner ik mij dit als de lekkerste gebakken vis en de liefste buurman ooit.

Stichting Thuisgekookt zorgt ervoor dat we teruggaan naar wat vroeger heel normaal was: buren die voor elkaar zorgen. Dat is precies de reden waarom ik met trots ambassadeur ben en Stichting Thuisgekookt een warm hart toedraag. Helaas is het niet meer zo gewoon om voor elkaar te zorgen. Sommige mensen hebben hun buren zelfs nog nooit ontmoet. Daar hoop ik samen met Stichting Thuisgekookt verandering te brengen, want naar elkaar omkijken kost weinig moeite en levert juist zoveel positiviteit op.

Zo denk ik ook over een portie extra koken zodat een ander daarvan mee kan genieten. Liefde gaat door de maag: wat mij betreft is er niks lekkerder dan een bordje home made food. Ik vind het fantastisch hoe Stichting Thuisgekookt deze verbinding tussen thuis-koks en maaltijdontvangers maakt. Hoe zoiets kleins als een maaltijd, in veel gevallen leidt tot iets zo belangrijks: échte verbinding.

Hopelijk haal je leuke inspiratie uit dit kookboek, of roept het warme herinneringen op.

Veel kook- en eetplezier!

Sharon de Miranda
Ambassadeur Stichting Thuisgekookt



Inhoudsopgave

Gevulde koolrolletjes	3
Bieten steak tartare	5
Shakshuka	7
Nietjessoep	9
Tajine met groenten en couscous	11
Karni stoba (Antiliaanse stoofschotel) met polenta	13
Aubergine goulash	15
Aardappel goulash	17
Hutspot met een twist	19
Preistamppot met vega worst	21
Aardappelkoekjes met gepaneerde speklapjes	22
Boontjes met (vega)spek	25
Gnocchi met chorizo	27
Italiaanse Ragù	29
Pizza Pesto e Pomodori	31
Kaiserschmarren	33



Gevulde koolrolletjes

van onze ambassadeur Sharon | 4 personen

'Mijn moeder maakte me vroeger en nu nog steeds heel blij met deze koolrolletjes! Super makkelijk om wat extra te rollen en te delen'

Ingrediënten

- 400 g rundergehakt
- 1 kool
- 1 ei
- rode ui
- 1 tl gedroogde dille
- 1 tl kerriepoeder
- ½ tl kaneelpoeder
- 1 tl chilivlokken
- ½ bosje platte peterselie
- 500 g vastkokende aardappels
- 100 g sla naar keuze
- 50 g roomboter
- Zout
- Olie



Bereidingswijze

- Neem een ruime pan met een deksel en breng hierin een ruime hoeveelheid water aan de kook met een snuf zout. Ondertussen haal je de kool uit elkaar en probeer de bladeren heel te laten.
- Schil en snijd de aardappel in stukken van ongeveer 2 cm dik en spoel schoon onder koud stromend water.
- Blancheer de koolbladeren in het gekookte water beetgaar en laat afkoelen.
- Kook de aardappelen in het water waarin je de kool hebt geblancheerd gaar in ongeveer 15 min.
- Snipper de ui, hak de peterselie fijn en breng het gehakt op smaak met kerriepoeder, kaneel, dille, chilivlokken, peterselie, ui, ei en wat zout naar smaak. Kneed het gehakt goed door.
- Verwarm de oven voor op 180 graden. Kneed met je hand een gehaktbal van ongeveer een golfbal groot leg dit in een koolblad en rol deze dicht. Herhaal totdat al het gehakt of kool op is. Mocht je nog wat gehakt over hebben.. draai hier dan ook balletjes van. Plaats de koolrolletjes in een ovenschaal ingevet met wat olie. Besprenkel er nog wat olie over en bak de rolletjes 25 min af in de voorverwarmde oven.
- Giet de gekookte aardappels af en smelt in een koekenpan de roomboter. Als de boter begint te bruisen voeg je de gekookte aardappels toe en bak je deze goudbruin krokant. Serveer de gebakken aardappels en de koolrolletjes uit met wat salade.



Bieten steak tartare

van thuishok Pauline | 4 personen

Dit recept bedacht ik voor een online vegan kookworkshop, die ik gaf in coronatijd, voor mensen die duurzamer wilden leren koken. Dit gerecht doet me ook denken aan mijn vaste maatje John waar ik wekelijks 4 maaltijden voor kook. Zijn lievelingsingrediënten zijn bieten en champignons, dus hij is altijd extreem blij met dit favoriete gerecht. Hij zegt altijd dat hij met zijn neus in de boter is gevallen sinds ik voor hem kook. Erg leuk om te horen!

Ingrediënten

- 4 gekookte bieten (400 gram)
- 500 g kastanje champignons
- 1 ui of sjalot
- 2 augurken
- 2 stengels bladpeterselie
- 3 tenen knoflook
- 1 el kappertjes
- 1 el mayonaise
- 1 tl ketchup
- 1 el mosterd
- Scheutje olijfolie
- Scheutje tabasco
- Peper en zout
- Eventueel: balsamicozijn of -azijn en wat brood/toast



Bereidingswijze

- Snipper de ui en hak de champignons heel fijn. Verhit een scheutje olijfolie in een wok of koekenpan en per er de 3 tenen knoflook boven uit, voeg de ui toe en fruit deze aan. Draai het vuur hoog en voeg de champignons toe. Eerst zal er vocht uit de champignons komen, maar bak ze door totdat ze droog en lichtbruin zijn. Schep wel continu om. Zet de pan even weg en laat de champignons afkoelen
- Snij de bieten in kleine blokjes en doe in een mengkom. Snij de augurk in fijne blokjes, hak de kappertjes en de bladpeterselie fijn. Doe dit bij de bieten. Voeg de tabasco, mayonaise, ketchup en mosterd toe. Voeg nu de afgekoelde champignons toe en meng alles met een lepel door elkaar. Proef tussendoor goed en voeg peper en zout naar smaak toe. Als je het iets pittiger wilt voeg dan wat mosterd of tabasco extra toe.
- Maak het bord op door het bieten-champignon mengsel in een dessert ring op de borden te leggen of gebruik 2 lepels om er mooie hoopjes van te maken. Leg een blaadje peterselie op de tartare.
- Wil je het echt afmaken, dan kan je ook nog een beetje balsamicozijn, balsamicostroop of wat olijfolie om de tartare heen druppen. Je kan het zo serveren of met wat toast of brood.



Shakshuka

van matchmaker Ilse | 2 personen

Shakshuka is voor mij niet zomaar een gerecht, maar een smaakvolle herinnering die ik graag deel. Het was altijd het eerste gerecht dat ik maakte als ik voor het eerst voor iemand kookte, en het werd al snel een favoriet thuis. Door de jaren heen heb ik er mijn eigen draai aan gegeven, en nu is het een gerecht waar iedereen van geniet, vol warmte en liefde – precies zoals ik het me herinner.

Ingrediënten

- 1 rode ui
- 2 punt paprika's
- 1 aubergine
- 4 eieren
- 2 tl harissa paste
- 1 blok feta
- 1 blik tomatenblokjes
- Paprikapoeder
- Knoflookpoeder
- Italiaanse kruiden
- Peper
- Chili vlokken
- Olijfolie
- 2 naanbroden

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Snijd de aubergine in stukjes en leg ze op de bakplaat.
- Besmeer de aubergine met olie en strooi vervolgens paprikapoeder, knoflookpoeder, Italiaanse kruiden, peper en chili vlokken over de aubergine.
- Zet de aubergine voor 15-20 min in de oven.
- Snijd de ui en puntpaprika.
- Fruit de ui in de pan.
- Voeg de puntpaprika's toe.
- Voeg twee theelepels harissa paste toe.
- Voeg de tomatenblokjes toe.
- Haal de aubergine uit de oven en voeg toe aan het mengsel.
- Maak kuiltjes in het mengsel en voeg de eieren toe.
- Laat 15 min stollen op laag vuur met de deksel op de pan
- Snijd de feta en strooi het over de shakshuka.

Eet smakelijk!





Nietjessoep

van thuiskok Kiki | 4 personen

Mijn zus maakte deze soep (die toen nog geen naam had) altijd met de restjes die ze over had. Toen ze een keer bij mij kwam, stelde ze voor deze soep te maken. Ze haalde alle restjes uit mijn koelkast, schildte en sneed en zette de pan op. Toen de aardappels gaar waren, zette ze de staafmixer in de pan en begon te pureren.



Ze vergat alleen eerst het kruidenbultje te verwijderen...

Het papier van het labeltje vonden we in het mesje van de staafmixer, maar dit labeltje van het kruidenbultje zit vast met een klein nietje. Die konden we niet vinden. We hebben meerdere keren de soep gezeefd, maar vonden geen nietje. Uiteindelijk heeft iedereen héél voorzichtig de soep gegeten en kwamen we het nietje tegen in een van de soepkommen. Vanaf dat moment heet deze soep in onze familie "nietjessoep". Ondertussen maken onze kinderen ook hun eigen versie van de nietjessoep en staat de soep standaard op tafel bij een familiefeest.

Ingrediënten

- Aardappels*
- Wortels/penen*
- Uien*
- Bouillonblokje
- Kruidenbultje
- Restjes courgette, broccoli (ook de stronk), bloemkool (ook de bladeren), paprika, tomaten, rode-witte-groen kool, prei, boontjes, spruitjes enz.*
- 1 liter water

**een mix van in totaal 500 gram groenten is voldoende*

Bereidingswijze

- Schil en was de aardappels, uien en restjes groenten. Snijd alles in ongeveer even grote stukken.
- Doe alles in een soeppan, giet er 1 liter water bij, verkrummel het bouillonblokje erboven en doe het kruidenbultje erbij.
- Laat alles koken totdat de aardappels zacht zijn.
- Verwijder het kruidenbultje en pureer de soep met een staafmixer.



Tajine met groenten

van matchmaker Parricia | 4 personen

Ik ben opgegroeid in een multiculturele omgeving. Mijn buurtgenoten waren immigranten uit verschillende landen zoals Suriname, Indonesië, Irak, Turkije, Ghana en Marokko. Zelf ben ik met mijn twee zussen uit Sri-Lanka geadopteerd, dus cultuur en smaken zijn voor mij altijd van belang geweest.

Dit gerecht doet me denken aan mijn Marokkaanse burens die altijd een extra portie koken voor buurtgenoten. Elke verjaardag werd ons gezin weer in de watten gelegd door een enorme feestmaaltijd, waar we enorm van konden genieten. Een groentestoof met couscous kan niet ontbreken in de Marokkaanse keuken en ik heb daar de afgelopen jaren mijn eigen twist van gemaakt, die ik graag met jullie deel.



Ingrediënten

- 4 teentjes knoflook
- 1 rode ui
- 1 pompoen
- 1 aubergine
- 400 gr kikkererwten (gekookt of uit blik, afgespoeld)
- Tomaten
- Granaatappel
- 1 tl chilipeper
- Citroensap
- Verse munt
- Verse koriander
- Kurkuma
- Gember
- Harissa
- 250 gr couscous
- Snufje zout en peper
- Groente bouillonblokjes
- Water

Bereidingswijze

- Zorg dat de tajine goed verhit is, voeg dan de olijfolie in de tajine en fruit de ui een paar minuten tot deze zacht wordt. Voeg de knoflook, gember, kurkuma en specerijen toe en roer door elkaar voor je de harissa, tomaten, het citroensap en de verse koriander erbij doet.
- Fruit dan de pompoen en aubergine een aantal minuten. Breng de saus aan de kook door de verse tomaten toe te voegen en draai dan het vuur laag. Laat de groente een uur sudderen voordat je de kikkererwten toevoegt. Vergeet niet zout en peper toe te voegen aan het gerecht.
- Reken voor vier personen 250 gram couscous. Giet er 250-300 ml hete groentebouillon (of kokend water met een snufje zout) over, roer goed door en laat dit vijf minuten staan.
- Roer nogmaals goed door en voeg een eetlepel olijfolie toe, en voeg de granaatappel en munt toe als verfrissing.



Karni stoba met polenta

van thuiskok Mimi | 4 personen

Als ik kook gaan mijn gedachten terug naar mijn jeugd. Mijn roots liggen in de Nederlandse Antillen. Dit recept komt oorspronkelijk uit de slavernijtijd. Ik probeer mijn moeder en tante's kookkunsten na te bootsen als ik kook, en ik kom vaak in de buurt. Ze leven helaas niet meer, maar leven wel elke dag voort in mijn hart. Ik hoor hun stem al hoe ze vertellen hoe ik een gerecht moet koken;)

Omdat ik zoveel mogelijk mensen van mijn kookkunsten wil laten proeven heb ik me aangesloten als thuiskok. Mensen zien genieten van mijn eten geeft mij een heel dankbaar gevoel.

Ingrediënten

Karni stoba

- 500gr stoofvlees
- 3 zoete aardappels
- 3 aardappels
- ui
- tomaat
- paprika
- grote wortel
- citroen
- runder bouillionblokje
- 4 el olijfolie
- 1,5 l water

Polenta

- 250 gr maismeel
- 350 ml water
- zout

Bakbanaan

- rijpe bakbanaan
- olie



Bereidingswijze

Karni stoba

- Snijd stoofvlees in stukjes en was dit met water en citroensap. Laat even uitlekken.
- Doe de olijfolie in de pan en bak het vlees even aan.
- Snipper de ui. Snijd de paprika, tomaat, aardappels en de wortel in blokjes. Voeg dit samen met het bouillionblokje en water toe aan het vlees en laat stoven op een laag vuurtje.
- Wanneer het vlees zacht en bruin is geworden is het klaar

Polenta

- Breng het water in een pan aan de kook en voeg zout naar smaak toe en strooi de helft van het maismeel voorzichtig in de pan terwijl je met de pollepel roerende beweging maakt. Laat dit pruttelen. Strooi de rest van het maismail en blijf doorroeren totdat het een massa wordt dat aan elkaar plakt.
- Pak een bord en leg de polenta erop en dek dit af met een ander bord. Leg er een theedoek erover om de polenta warm te houden.

Bakbanaan

- Snijd de banaan in plakjes en bak dit in de olie totdat het goudbruin kleurt.



Aubergine goulash

van matchmaker Grietje | 4 personen

Mijn ouders hadden jarenlang een pension in de Tsjechische Bohemen. Mijn moeder kookte elke dag voor de gasten en één van de lekkerste dingen die ze daar klaarmaakte vond ik de goulash: zij maakte die soms van wilde zwijnenvlees, soms van pruimen. Deze goulash van aubergine is mijn eigen variant daarop! Ik eet al jaren geen vlees meer, dus ik vind aubergine een ideale vleesvervanger vanwege de structuur.

Ingrediënten

- 2 aubergines, in stukjes
- 3 rode paprika's, in stukjes
- 2 grote uien, fijngehakt
- 2 blikjes tomatenblokjes
- 3 tenen knoflook
- Scheutje olijfolie
- oete paprikapoeder
- Gerookte paprikapoeder
- 2 bouillonblokjes opgelost in 250 ml water
- Verse oregano
- Verse tijm
- Scheutje sojasaus
- Kala Namak (zwart zout) naar smaak

Bereidingswijze

- Fruit de fijngehakte uien en de geperste knoflook in de olijfolie. Voeg hierna de beide soorten paprikapoeder toe.
- Voeg vervolgens de aubergine-en paprikastukjes toe en bak deze mee, totdat ze enigszins zacht zijn.
- Voeg hierna de tomatenblokjes toe en roer het geheel even door. Blus dan af met de bouillon en voeg de verse oregano en tijm toe.
- Laat het geheel circa 30 minuten zachtjes pruttelen op laag vuur. Roer af en toe door.
- Voeg naar smaak de Kala Namak (zwart zout) toe en een scheutje sojasaus.



Tip: mijn kinderen vinden dit gerecht het lekkerst met aardappelpuree. Het is ook erg lekker met rijst. Maar mijn eigen favoriet is met 'knedlíky' (gestoomd brood).



Aardappel goulash

Oostenrijkse „Erdäpfelgulasch“ van thuishok Bernadette
| 4 personen



Ik kom uit Oostenrijk en ben met de Oostenrijkse traditionele keuken opgegroeid, omdat mijn ouders een cateringbedrijf hadden. Inmiddels kook ik gerechten uit de hele wereld vanwege de rijkdom aan verschillende kruiden en smaken, maar de Oostenrijkse keuken heeft altijd een speciaal plekje in mijn hart. In Oostenrijk heb je veel bekende vleesgerechten, zoals Schnitzel en Tafelspitz, maar er zijn stiekem veel traditioneel vleesloze gerechten, omdat vooral in vroegere jaren veel aan "restjesverwerken" gedaan werd. Veel gerechten komen ook uit de Boheemse keuken, zoals de echte goulash, die uiteraard van origine uit Hongarije komt.

Ik heb voor dit gerecht gekozen, omdat ik al als kind altijd goulash heb gegeten: in restaurants, thuis en onderweg. Maar ik vond het vlees nooit zo lekker, ik at altijd alleen de jus met 4 kaiserbroodjes. Daar kon ik enorm van smullen! Dit recept is het familierecept van mijn eigen familie, met kleine aanpassingen uit eigen ervaringen. Ik hoop dat jullie er net zo van smullen als ik altijd!

Ingrediënten

- 1 el olijf- of zonnebloemolie om in te bakken
- 1 grote ui, gepeld en fijngesneden
- 2 paprika's in dunne repen gesneden
- 2 el Paprikapoeder
- 1 el Tomatenpuree
- 1 kg vastkokende aardappels, geschild en in even grote wedges gesneden
- Zout en peper naar smaak
- 1/8 tl Cayennepeper
- 1-2 tl gemalen karwijzaad
- 1 ½ tl Majoraan
- ½ tl Korianderpoeder
- 2 tl Groentebouillon-Poeder
- 1,35 l water
- ¼ TL Witte wijn azijn
- 1 tl maizena of 2 tl tarwebloem, opgelost in een beetje lauw water (ongeveer 1/16 l)
- 125 g Zure Room (als je zuivelvrij wilt eten kijk dan voor een plantaardig alternatief)
- *Optioneel voor de vleeseter: 3 knakworstjes, in stukken gesneden*

Bereidingswijze

- Verwarm in de soeppan het vet op middelhoog vuur. Bak hierin de ui samen met de paprika, tot de ui doorzichtig wordt en de paprika een kleurtje krijgt.
- Voeg de paprikapoeder en de tomatenpuree toe, doorroeren en laat samen 1 min. verder bakken.
- Doe de gesneden aardappels erbij en zout, peper, cayennepeper, karwijzaad, majoraan, korianderpoeder, groentebouillon-poeder en het water. Roer goed door, draai het vuur wat lager en laat het geheel ongeveer een half uur lang zachtjes koken, tot de aardappels zacht zijn (met een mes of vork erin prikken).
- Breng op smaak met zout en peper en de azijn. Voeg het watermengsel met maizena of bloem toe en laat even inkoken. Mocht de goulash te waterig zijn, voeg nog een keer eenzelfde hoeveelheid van het watermengsel toe.
- Roer de zure room erdoorheen en klaar!

Eet smakelijk!

Preistamppot met vega rookworst

Dit recept is je aangeboden door PLUS:



Bij PLUS vinden we het belangrijk dat iedereen goed kan eten. Ook als het bijvoorbeeld door leeftijd, gezondheid of een beperking lastig is om iedere dag zelf te koken.

Daarom steunen wij al jarenlang het goede werk van Stichting Thuisgekookt, die zorgt dat iedereen in de buurt kan genieten van een verse, warme maaltijd én betekenisvol sociaal contact.

Met deze preistamppot gaan we terug naar het nostalgische gevoel van vroeger. Een hartverwarmend gerecht dat je gemakkelijk met een buurgenoot deelt.



Ingrediënten

- 800 gram aardappelen
- 2 vega rookworsten
- 3 preien
- 2 teentjes knoflook
- 500 gram Plus Cocktailtostomaten
- 75 ml melk
- 2 el Dijon mosterd
- 5 gram bieslook

Bereidingswijze

- Schil de aardappels en kook ze in 15 á 20 minuten gaar.
- Bereid de vega rookworst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Verwarm de oven voor op de grillstand.
- Snijd vervolgens de prei in ringen en pers de knoflook. Wok op middelvuur tot de prei gaar is.
- Plaats de tostomaten in de ovenschaal en grill voor ongeveer 7 minuten.
- Giet de aardappelen af, voeg de warme melk en wat peper toe. Stamp tot een fijne puree.
- Voeg vervolgens de gewokte prei en de mosterd toe aan de puree en schep goed door. Snijd de bieslook fijn.
- Serveer de stampot naast vega rookworst. Plaats een klein trosje cocktail tomaatjes op de stampot en garneer met de bieslook.



Hutspot met een twist

van matchmaker Bloem | 4 personen

Mijn vader kookte vroeger thuis regelmatig hutspot, maar mijn moeder klaagde dan vaak dat de uien te grof en te hard waren. Inmiddels heb ik zelf behoorlijk wat uren in keukens doorgebracht, en zie ik hutspot niet echt als een culinair hoogstandje. Maar omdat mijn kinderen dol zijn op de "Hollandse pot", komt het toch af en toe voor op het wekelijkse menu, maar dan wel met een twist! Zo heb ik besloten de uien eerst even aan te fruiten, zodat deze niet te hard en te grof blijven. Bovendien voeg ik rode bieten toe, omdat ik de voorkeur geef aan meerdere groentes in een gerecht. Dit heeft als bijkomend voordeel dat je minder aardappel, dus minder koolhydraten eet.

Ingrediënten

Feta-linzenballetjes

- 400 gram linzen uit blik
- 100 gram feta
- 1 ei
- 100 gram paneermeel
- 2 eetlepels bloem
- Snufje zout

Hutspot

- 2-3 flinke uien, in halve ringen
- 1 kg aardappelen
- 500 gram wortelen
- 500 gram rode bieten
- Verse tijm
- Klontje boter
- Snufje nootmuskaat
- Scheutje melk
- Zout



Bereidingswijze

Feta-linzenballetjes

- Snijd de feta in blokjes en pureer deze met de linzen, het ei en de tijm tot een nog wat plakkerige massa. Er mogen best nog wat stukjes in zitten.
- Voeg vervolgens het paneermeel, de bloem en het zout toe en meng dit samen. Vorm hiervan vervolgens balletjes.
- Braad de balletjes door regelmatig te draaien rondom bruin in olie of boter.

Hutspot

- Fruit de uien even kort in wat olie of boter. Schil de aardappelen, de wortelen en de bieten. Snijd in niet al te grote, gelijke stukken.
- Doe eerst de aardappelen, dan de wortelen en bieten en dan de uien in een grote pan. Voeg tevens de tijm toe maar houd een takje of twee apart om te serveren. Voeg water toe tot ongeveer $\frac{3}{4}$ van de pan.
- Zet op hoog vuur tot het water kookt en laat dit dan op laag vuur ongeveer 20-25 minuten koken, totdat alles gaar is.
- Giet het water af, voeg de boter en de melk toe en stamp het geheel met een stamper. Ook hier mogen best nog wat stukjes in zitten! Breng op smaak met zout en nootmuskaat.
- Serveer de hutspot met de balletjes, je favoriete (zelfgemaakte) jus, wat gekruimelde feta en een takje tijm.



Aardappelkoekjes met spekklapjes

van thuiskok Suryono | 2 personen

Mijn herinnering aan dit ontzettend lekkere gerecht is dat mijn moeder dit vroeger altijd maakte als comfort food. Dit gerecht is alles behalve seizoensgebonden: je kunt dit altijd eten. Het is de smaak van thuis en brengt mij terug naar m'n jeugd. Met de hele familie aan tafel zitten, herinneringen ophalen van de zomervakanties in Oostenrijk en de mensen van wie je het meest houdt om je heen hebben.

Ingrediënten

- 1 grote of 2 kleine aardappel
- 1 ui, middelgroot
- 1 teentje knoflook gepeld
- 6 plakjes ontbijtspek
- 50gr geraspte oude kaas
- 1 eetlepel bloem
- 1 ei
- 1 theelepel zout
- 1 theelepel peper
- Zonnebloemolie om te bakken
- Aromat (naar smaak)
- 2 spekklapjes
- Zout en peper of spekklapjeskruiden
- 1 ei
- 50 gr bloem
- 100gr paneermeel
- Partje citroen (naar smaak)

Bereidingswijze 1/2

- Was de aardappel zodat deze vrij is van eventueel zand of modder.
- Haal de buitenste schillen van de ui en knoflook. Snijd het ontbijtspek in kleine stukjes en rasp de aardappel met de grove kant boven een kom. Rasp de ui en knoflook bij de aardappels.
- Voeg dan de geraspte kaas en het ontbijtspek toe en roer alles globaal door.
- Voeg dan de bloem, het ei, zout en peper erdoor en roer het goed tot een mooie massa.
- Nu ga je verder met de spekklapjes. Kruid deze met het zout en peper of de spekklapjeskruiden.
- Zet nu je 'paneerstation' klaar en doe het ei in een bord en kluts dit los met een klein beetje melk, doe de bloem en paneermeel beide in een ander apart bord.
- Neem een spekklap en haal deze door de bloem, schud de overtollige bloem eraf en haal hem dan door het ei. Schud het te veel aan ei eraf en haal dan door de paneermeel. Wat ik zelf doe als ik de spekklap door het paneermeel haal, is dat ik met m'n vingers de spekklap steeds iets dunner druk. Zo krijg je automatisch een mooi en dun gepaneerde spekklap.



Aardappelkoekjes met speklapjes

van *thuis*kok Suryono | 2 personen



Bereidingswijze 2/2

- Nu gaat het echte werk beginnen. Zet een koekenpan op het vuur en doe hier een laagje olie in. Zodra de olie rond de 180 graden is, schep je met twee lepels een klein hoopje van het aardappelmengsel in de pan. Dit druk je een beetje plat, zodat het de vorm van een koekje krijgt. Bak maximaal twee per keer, zodat de olie niet te veel afkoelt. Bak ze rondom goudbruin. Als ze klaar zijn, dan haal je ze uit de pan en leg je ze op een stukje keukenpapier zodat de overtollige olie eruit kan lopen en bestrooi ze met een beetje aromaat.
- Ga zo verder totdat al het aardappelmengsel helemaal op is. Je kunt de aardappelkoekjes perfect warm houden in een voorverwarmde oven van 80 graden.
- Wanneer je klaar bent met alle aardappelkoekjes, zorg je dat je alle overige kruimels uit de olie zijn en zo nodig nog wat extra olie toevoegt. Nu voeg je ook een klontje roomboter toe. Dit doe je voor de kleur en ook voor de smaak.
- Zodra de olie rond de 180 graden is, voeg je de speklapjes toe aan de pan. Draai het vuur naar medium laag en bak deze aan beide kanten goudbruin.
- Haal ze vervolgens uit de pan en laat ze uitlekker op wat keukenpapier of een metalen rekje en strooi er een klein beetje zout overheen.
- Tot slot serveer je de aardappelkoekjes met de speklapjes. Ik vind het zelf erg lekker om nog wat citroensap over m'n speklap te doen om de smaken te balanceren, maar dat is geheel optioneel en naar eigen smaak.



Boontjes met vega spek

“Beantsjes mei (vegi)spek” van matchmaker Sonja | 4 personen

Onze beide dochters zijn geboren op het schip van de bovenstaande foto. We zeilden vanuit Harlingen over het wad en kwamen zo in aanraking met dit Terschellings gerecht. Omdat we nu geen vlees meer eten heb ik ook een vegetarische variant bedacht. Op het schip hadden we niet heel veel ruimte in ons roefje en waren daarom fan van éénpansgerechten. Doordat je het spek eerst uitbakt en daarna meekookt met de peer en de boontjes, krijg je een heerlijke zilte zoete rooksmaak aan het gerecht.

Ingrediënten

Boontjes

- 250 gram spek in plakken van een 1/2 cm
- 500 gram sperziebonen
- Zout
- Nootmuskaat
- 2 stevige handperen
- 2 dl water
- 5 of 6 aardappelen
- Boter om in te bakken

Vegi-spek

- 1 aubergine geschild en gesneden in plakken van een 1/2 cm
- 2 el Sojasaus
- 2 el Gerookte paprika poeder
- 2 el zonnebloemolie
- 2 el agave siroop
- Olie om in te bakken
- Zout en peper

Bereidingswijze

- Begin met het marineren van de aubergine. Meng de sojasaus, zonnebloem olie, agave-siroop en de gerookte paprika door elkaar, voeg dan de stroken aubergine toe en laat dat 3 minuten marineren.
- Bak de (vegi) spek uit in een beetje boter of olie. Voeg de boontjes, water, zout, nootmuskaat en de geschilde peertjes toe.
- Ik doe de aardappelen er ook direct in omdat ze dan zo lekker gaan smaken.
- Laat dan het gerecht 30 minuten zachtjes stoven. Draai zo nu en dan de peren zodat ze aan alle kanten gaar zijn.
- Gebruik het vocht lekker als jus.





Gnocci met chorizo

van thuiskok Merel | 2 personen

Dit gerecht heb ik ooit gemaakt tijdens een familieweekend. Iedereen vond het zo lekker, waardoor iedereen uit mijn familie het recept wilden hebben. Sindsdien maakt mijn moeder het ongeveer elke week.

Het is een makkelijk gerecht met veel smaak, waar makkelijk op gevarieerd kan worden. Soms doe ik er aubergine bij, net wat ik nog in de koelkast heb liggen.



Ingrediënten

- 400 gr gnocchi
- 60 gr chorizo
- 250 gr cherrytomaten
- 200 gr verse spinazie
- Parmezaanse kaas (naar smaak)
- 1 burrata
- Verse basilicum (naar smaak)

Bereidingswijze

- Chorizo in kleine blokjes snijden en bakken.
- Na een paar minuten de gnocchi toevoegen en even mee bakken.
- Cherrytomaten halveren en dan meebakken met de rest.
- Voeg de spinazie toe tot het geslonken is.
- Scheutje water toevoegen en in laten koken.
- Rasp de parmezaanse kaas er overheen.
- Serveer met een halve burrata en wat basilicum.



Italiaanse Ragù

van thuishok Myrthe | 4 personen



Al jong begon ik met koken. Heerlijk pruttelen in de keuken met allerlei ingrediënten. Ik genoot in het bijzonder van de Italiaanse keuken, want die is eenvoudig en enorm smaakvol. Hoewel ik al goed en lang bekend was met de Bolognesesaus, leerde ik in Italië pas de echte Ragù maken. De smaak is zoveel voller. En het geheime ingrediënt hiervan is aandacht en liefde!

De Italianen zijn over één ingrediënt niet eens: in bepaalde delen van Italië zweren ze bij het geheim van witte wijn als ingrediënt. In andere delen van het land moet het rode wijn zijn. Ik heb het allebei geprobeerd, het is hoe dan ook zalig.

Op momenten, wanneer ik thuiswerk, staat er 's morgens een stoofschotel in de oven. Bijvoorbeeld boeuf bourguignon, een tajine, of deze favoriet: de traditionele ragù. Ik maak hiervan soms twee grote pannen, want de ragù gebruik ik naast een traditionele versie met tagliatelle, ook voor een groentelasagne of bolognesesaus.

Ingrediënten

- 500 gr rundergehakt
- 250 gr pancetta
- 1 grote winterpeen
- 4 stengels bleekselderij
- 1 grote ui
- 1 literfles passata
- 1 glas goede rode wijn
- Roomboter
- Olijfolie
- Tijd aandacht en liefde

Bereidingswijze

- Warm een stoofpan op half vuur op.
- Doe wat olijfolie en roomboter in de stoofpan.
- Bak hier vervolgens de pancetta in tot deze goed aangebakken is.
- Doe hierna de ui, dan bleekselderij en dan de wortel erbij.
- Laat dit een minstens vijf minuten bakken tot de ui goed glazig is.
- Voeg dan het gehakt toe, en laat dit minstens 10 minuten meebakken.
- Doe er hierna de wijn bij en laat deze langzaam in 5 minuten verdampen.
- Daarna de tomatensaus toevoegen.
- En dan: minstens anderhalf tot twee uur met deksel op de pan stoven in de oven op 180 graden. Af en toe even omroeren.

Tip: serveer met tagliatelle en hiernaast een frisse salade en een mooi glas rode wijn. Eet smakelijk!



Pizza Pesto e Pomodori

van thuiskok Thijs | 3-4 personen

Vroeger maakten mijn ouders in het weekend pizza en dat was altijd feest. Nu maak ik het vrijwel wekelijks, ook altijd in het weekend. Ik hou er enorm van om pizza te bakken. Het is altijd lekker. Het is het enige gerecht waarbij we met het gezin bij de televisie eten. Enerzijds omdat het gemakkelijk te pakken is, en anderzijds omdat een deel van het gezin vegetarisch is en we met pizza dan alle kanten op kunnen.

Aan alle stappen van het maken van pizza heb ik plezier: het kneden, het versieren van de bodem (ik leg de groenten vaak in vormpjes) tot het serveren. Daar heb ik een aantal grote, ronde houten planken voor waardoor de pizza er nog aantrekkelijker uitziet. Iedereen kan een punt pakken of de plank op schoot trekken.

Ingrediënten

Voor 3 pizzabodems:

- 500 gram 00 bloem (extra fijn);
- 275 ml lauwwarm water
- 1 zakje gist a 9 gram
- Italiaanse gedroogd kruiden (tijm, oregano, basilicum)
- zwarte peper
- 3 flinke eetlepels olijfolie

Topping:

- 1 pakje tomato frito
- knoflook, uitgeperst
- 3 tomaten
- buffelmozzarella
- strooikaas
- rode ui
- (verse) groene pesto
- tijm
- zwarte peper
- verse basilicumblaajdes

Tip: op [mijn instagram](#) 'pizzadipappa' zie je hoe ik mijn pizza's maak



Bereidingswijze

Voor de pizzabodem:

- Doe het water in een grote bak met het gist. Laat even een minuutje staan.
- Doe dan de kruiden, het pak bloem en de olie erbij en roer met een grote lepel en kneed het deeg tot het een bal wordt.
- Strooi zelfrijzend bakmeel op je aanrecht en draai de bak met bloem hierop om. Kneed de bal met bloem nog wat door het zelfrijzend bakmeel tot het een mooie ronde bal is geworden. Spoel de bak met water om.
- Draai wat olijfolie door de bak (even met een kwastje de hele bak insmeren). Vervolgens de bodem weer terug in de bak.
- Theedoek natmaken en over de bak heen zetten en minimaal voor 1,5 uur laten rijzen.
- Als de bodem goed gerezen is, is deze minimaal 2 keer zo groot geworden.

Topping:

- Verwarm de oven op 230 graden. Pizzabodem insmeren met tomato frito en knoflook. Strooikaas erover, dunne plakjes tomaat langs de rand. Plakjes buffel-mozzarella ertussen. Rode ui in halve ringen.
- Verse groene pesto, een beetje tijm en zwarte peper erover en afbakken maar (13 minuten).
- Na het afbakken kun je er ook nog verse basilicumblaadjes over strooien. Dan is helemaal af.



Kaiserschmarren

van thuiskok Christine | 4 personen

Toen ik opgroeide, stelde mijn moeder altijd voor om een Kaiserschmarren te maken als mijn gezin en ik op reis waren en later dan gepland naar huis kwamen of er gebeurde iets anders waardoor ze geen fatsoenlijke maaltijd kon koken. Als kinderen waren dat de meest geruststellende woorden die we konden horen. Hoewel het bedoeld was als een snel alternatief voor een "echte maaltijd", was het ons ideaal.

Vroeger waren er altijd melk, bloem, eieren en rozijnen in huis, dus binnen 15 minuten had mijn moeder een heerlijk ruikende portie Kaiserschmarren op tafel staan, en we aten het in slechts 5 minuten op. Als resultaat bleven we allemaal achter met een tevreden glimlach en de hoop op een andere onvoorziene gebeurtenis in de nabije toekomst met het vooruitzicht op "even snel maar een Kaiserschmarren".

Ingrediënten

- 4 eieren
- 125 g (patent)bloem
- 125 ml melk
- 1 snuffje zout
- 1 tl bakpoeder
- 40 g fijn kristalsuiker
- 80 g rozijnen
- 4 el roomboter
- 1 el poedersuiker

Bereidingswijze

- Splits de eieren en zet apart.
- Meng de melk met bloem, bakpoeder en suiker tot een glad beslag en voeg aan het einde de eidooiers toe.
- Laat 10 minuten rusten.
- Klop de eiwitten met een snuffje zout stijf en spatel ze voorzichtig door het beslag.
- Voeg vervolgens de rozijnen toe.
- Doe de roomboter in een pan en bak een dikke pannenkoek op middelhoog vuur. Draai de pannenkoek om en scheur de pannenkoek met 2 vorken in stukken als hij bijna gaar is.
- Schep regelmatig om en zorg ervoor dat hij niet te donker wordt.
- Serveer op een bord en bestrooi hem met poedersuiker.



Tip: Lekker met kersencompote!



Dit was het kookboek 'De Smaak van Vroeger'. We bedanken alle thuishoks, matchmakers, partners en onze ambassadeur voor ieders mooie persoonlijke verhaal en overheerlijke recept. Hopelijk beleef je veel plezier aan het lezen van dit kookboek én haal je er smakelijke kookinspiratie uit.

Meer weten over Stichting Thuisgekookt? Ga dan naar onze website thuisgekookt.nl, of vind ons op [Instagram](#) en [Facebook](#).

