

Boodschappenlijstje van kookavond 21-03-2005

Samengesteld door: Richard Hovens

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor **8 personen**. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippellijntjes aanpassen.

Gehaktballetjes met tzatziki

- 1 snackkomkommer
- zout
- 50 g pistachenoten
- 4 eetlepels olie
- 4 takjes munt
- 500 gr. rundergehakt
- 1/2 theelepel gemberpoeder
- versgemalen peper
- 2 teentjes knoflook
- 2 bakjes Griekse roomyoghurt (á 150gr.)
- 8 cocktailprikkers

Spinazie salade met sliptongfilets en sinaasappeldressing

- 2 perssinaasappels
- 4 teentjes knoflook (geperst)
- 2 eetlepel grove mosterd
- 16 eetlepels olijfolie
- bloem
- 8 sliptongen
- 2 zakken panklare spinazie (300 g)
- 2 zakjes amandelschaafsel (45 g)

Romige paprikasoep met tilapia

- 2 zakken gemengde paprika's
- 6 tomaten
- 4 teentjes knoflook
- 6 eetlepels olijfolie
- 2 liter visbouillon
- 4 schaaltes tilapiafilet (a ca. 200 g)
- 2 zakjes verse basilicum (15 g)
- 1 ciabattabrood

Gebakken kabeljauw met zuurkool, aardappelsaus, puree en gedroogd spek

- 4 aardappels
- 2 eetlepel roomboter
- 800 ml visbouillon (van tablet) of 1 pot visfond (a 380 ml)

- 150 g dingesneden Zeeuws spek
- 2 sjalotjes
- 12 eetlepels olijfolie
- 800 ml runderbouillon (van tablet)
- 800 ml appelsap
- 32 olijven zonder pit
- 2 theelepels gembersiroop (of vocht uit potje gemberbolletjes)
- 2 eetlepel appelciderazijn
- 600 g zuurkool naturel (pak a 500 g)
- 2 laurierblaadjes
- 2 jeneverbessen
- 4 eetlepels bloem
- 4 kabeljauwhaasjes (of 500 g kabeljauwfilet in 4 gelijke stukken)

Gefrituurd roomijs met warm stroopfruit

Roomijs:

- 5 eidooiers
- 140 gr. witte basterdsuiker
- 0,4 liter melk
- 3 dl. slagroom
- kokosrasp

Stroopfruit:

- 4 handperen
- 4 appels
- 2 eetlepels boter
- 10 eetlepels fruitstroop rinse appel (pot a 340 g)
- 6 eetlepels rozijnen
- 1 zakje hazelnoten (a 75 g)
- 1 sinaasappel (uitgeperst)