Boodschappenlijstje van kookavond 31-05-2023

Samengesteld door: Oscar Aarns

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor ***7 personen***. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippellijntjes aanpassen.

Gekaramelisseerde witte asperges met notendressing

..... 16 st witte asperges
..... 8 eetl. notenmengeling amandelnoten, pijnboompitten, hazelnoten,...
..... 2 teentje look geperst
..... 2 eetl. sojasaus
..... 4 eetl. zonnebloem olie
..... 2 eetl. honing
..... 2 eetl. olijfolie
..... 2 eetl. pistachenoten gepeld en fijn gehakt
..... 2 snuifje zwarte peper

Roodbaars met gepekelde komkommer en vissaus

..... 200 ml witte wijnazijn
..... 100 g suiker
..... 20 g mosterdzaad
..... 1 blokje visbouillon
..... 20 g bieslook (bakje à 20 g)
..... 2 komkommers
..... 60 g zout
..... 2 l water
..... 2 venkel
..... 500 ml slagroom
..... 7 moten roodbaarsfilet met huid
..... 6 eetl. olijfolie
..... 1 dunschiller
..... 1 keukenpapier

Risotto met erwtjes en munt lamskoteletten en gegrilde groene asperges

Groene asperges:
..... 1500 g groene asperges
..... scheutje olijf..... of koolzaadolie
..... 3 teentjes knoflook, uitgeperst
..... 3 eetl. vers gehakte groene kruiden: bijv. peterselie, oregano, bieslook, tijm
..... peper en fleur de sel (zout vlokken)
..... cheutje (kippen)bouillon (optioneel)
..... partjes citroen (optioneel)
..... Extra: een grillpan (of een grote koekenpan)

Lamskoteletten:
..... 21 lamskoteletten

Risotto:
..... 2 sjalotjes (gesnipperd)
..... 1 venkel (fijngesneden)
..... 3 eetl.citroensap
..... citroenschil
..... munt
..... 350 g erwten (diepvries, gekookt)
..... 90 g parmezaan (geraspt)
..... 700 g risottorijst
..... 2.19 l kippenbouillon
..... 2 eetl. boter
..... olijfolie
..... peper

Rabarber crumble met aardbei en een kleine twist

Rabarbercompote:
..... 300 g rabarber
..... 200 g aardbeien
..... 60 g suiker
..... 1 theel. maizena

Crumble:
..... 150 g bloem
..... 120 g witte basterdsuiker
..... 90 g roomboter (koud ..... in kleine blokjes gesneden)
..... 1 theel. kaneel
..... snuf zout