

PAAS WORKSHOP RECEPTEN 2015

WORKSHOP RECEPTEN

Konijnenbroodjes

Zweedse kaneelbroodjes

Minion eieren

Hartig taartje

Mini frittata

Lieveheersbeestjes

Fruitspiesje

FOOD REVOLUTION CURACAO

Als ambassadeur van Jamie Oliver's Food Revolution, zet ik me in om meer bewustwording te creëren van echt eten: Real Food. Dit doe ik onder meer door middel van kookworkshops te geven, om zo de kennis van het koken te bewaren en te creëren. En interesse voor verschillende ingrediënten op te wekken.

Dankzij Schroederschool Curaçao en BAS is het mogelijk dat we gebruik kunnen maken van de faciliteiten.

Voor meer informatie over Food Revolution Curaçao, ga dan snel naar:

www.Facebook.com/FoodRevolutionCuracao

Voor meer recepten kan je een kijkje nemen op:

www.MyMunchies.nl

Het was super om met je te koken!!!

Hopelijk tot snel!

-x- Muriel

Konijnenbroodjes

12 broodjes | 60 MINUTEN
Het deeg heeft even tijd nodig om te rijzen, maar als dat eenmaal gebeurd is, heeft dit recept niet zo heel veel tijd meer nodig om een mooie indruk te maken op je Paastafel.

BENODIGHEDEN:

- mengkom
- bakplaat
- bakpapier

INGREDIENTEN:

- 500 gram (volkoren-)bloem
- 1 zakje (7 gram) gist
- 2 eetlepels poedersuiker
- 1 theelepel zout
- 300 ml water

Zo maak je de konijnenbroodjes:

1. Doe de bloem, gist, poedersuiker en zout in de mengkom. Voeg beetje bij beetje het water toe en kneed het tot een mooie bal deeg. Als het deeg te nat is, kan je prima een beetje bloem toevoegen, en als het te droog is natuurlijk een beetje water.
2. Verdeel de bal in 12 kleinere stukjes deeg, en rol deze weer in balletjes. Leg elk balletje op de met bakpapier bekleedde bakplaat en laat het rijzen tot ze verdubbeld zijn in grootte.
3. Verhit de oven voor op 200 Celsius.
4. Knip aan elk balletje twee oortjes en bak de broodjes voor ongeveer 15 minuten, of totdat ze goudbruin zijn.

Zweedse kaneelbroodjes

8 BROODJES| 50 MINUTEN

De geur van kaneel in de keuken zorgt voor gegarandeerde gezelligheid!

INGREDIENTEN:

Voor het deeg :
- 100 gram ongezouten boter
- !/2 liter lauwe melk
- 5 eetlepels gist
- 120 gram suiker
- 1 eetlepel gemalen kardemom
- 1/2 theelepel zout
- 900 gram bloem

Vulling
- 80 gram suiker
- 2 theelepels kaneel
- 100 gram zachte ongezouten boter

Voor het glazuur:
- 1 ei, losgeklopt
- als je het lekker vindt een beetje (kandij-) suiker

BENODIGHEDEN:

- mengkom
- bakplaat
- bakpapier
- keukenkwastje

Zo maak je de kaneelbroodjes:

1. Voeg de boter, suiker en het gist bij de lauwe melk.

2. Doe de bloem, kardemom en zout in een mengkom en voeg het melk mengsel toe. Kneed het tot een mooie bal deeg, als het te plakkerig is kan je altijd nog een beetje bloem toevoegen. Bestrooi het een beetje met bloem en laat het rijzen voor ongeveer 30 minuten of totdat het verdubbeld is in grootte.

3. Kneed het deeg nog een keer en rol het met een deegroller tot ongeveer een rechthoek van 1cm dik.

4. Mix de kaneel, suiker en boter met elkaar en smeer het over het deeg.
Rol het deeg op (naar je toe rollen) en snij er 2 -3 cm dikke plakken van. Leg de plakken op een met bakpapier bekleedde bakplaat en laat het nog een keer rijzen.

5. Verwarm je oven voor op 220 Celsius, smeer de broodjes nog even in met een losgeklopt ei en als je het lekker vindt kan je er nog wat (kandij-)suiker over strooien. Bak de broodjes voor ongeveer 10 minuutjes.

Minion eieren

Paaseieren schilderen wie wil dat nou niet? Deze gekke rare en lollige eieren maken je Paastafel tot een gezellig geheel.

INGREDIENTEN:

- 12 witte eieren
- blauwe en gele kleurstof
- scheut azijn
- kleine plak oogjes

BENODIGHEDEN:

- Grote steelpan
- 2 bakjes
- eierdopjes

Zo maak je Minion eieren:

1. Doe de eieren in de pan en zet ze met koud water en een beetje zout op het vuur. Laat ze voor 5 minuten koken. Voorzichtig afgieten en laten schrikken met koud water en laat ze afkoelen
2. Voeg een paar druppels kleurstof toe aan een bakje water en een scheutje azijn.
3. Dompel de helft van een ei in het ene bakje kleurstof en laat het drogen in een eierdopje. Als de ene helft droog is, kan je de andere helft om dompelen en ook weer laten drogen.
4. Als beide kanten droog zijn kan je er een oogje op plakken, een brilletje erop tekenen en misschien wel een krulletje.

Hartig taartje

4 PERSONEN | 20 MINUTEN

Lekker knapperig en licht voor bij de Paas brunch.

INGREDIENTEN:

- 4 plakjes bladerdeeg
- 2 eieren en 1 eidooier, geklopt
- 200 gram ricotta
- beetje tijm
- handvol kleine tomaatjes doormidden gesneden
- 1 kleine courgette in linten.

BENODIGHEDEN:

- bakplaat
- bakpapier
- dunschiller
- mengkommetje

Zo maak je een hartig taartje:

1. Verwarm de oven voor op 180 Celsius.
2. Druk het bladerdeeg in het midden een beetje plat zodat er een mooie rand vormt, prik een paar gaatjes in het deeg met een vork.
3. Meng de ricotta met een groot deel van de geklopte eieren, tijm en zout en peper in een kom. Bestrijk het binnenste van het bladerdeeg hiermee en verdeel de courgette en tomaatjes over de plakjes.
4. Bestrijk de randjes met de rest van het bladerdeeg en bak in de oven voor ongeveer 20 minuutjes.

Mini frittata

4 PERSONEN | 20 MINUTEN

Super makkelijk en perfect voor een paasbrunch, maak je eigen combinaties met deze fritatta's.

INGREDIENTEN:

- 6 eieren
- 2 eetlepels melk
- klontje boter
- lekkere vullingen zoals, halve tomaatjes, stukjes voorgebakken champignon, kaas, bacon.

BENODIGHEDEN:

- cup cake vorm
- mengkom

Zo maak je de frittata:

1. Verwarm de oven voor op 180 Celsius
2. Klop de eieren met de melk, zout en peper los in een mengkom.
3. Verdeel het eiermengsel over de 12 cup cake vormpjes en voeg de vulling toe.
4. Bak de frittata's voor ongeveer 10 minuten of tot ze goudbruin zijn.

Lieveheersbeestjes

4 PERSONEN

Bijna te schattig om op te eten!

INGREDIENTEN:

- 12 kleine tomaatjes doormidden gesneden
- 1 pakje verse basilicum blaadjes
- zwarte olijven
- verse mozerella in plakken gesneden

BENODIGHEDEN:

- dikke stae prikker
- snijplank
- mes

Zo maak je de lieveheersbeestjes:

1. Neem 1 helft van een tomaatje en prik er met een dikke stae stok gaatjes waar je de stippen wilt hebben.
2. snij een olijf doormidden en dan nog een keer over dwars, dat wordt een hoofdje, de andere helft kan ja in kleine stukjes snijden voor de stippen.
3. Stop voorzichtig de kleine stukjes olijf in de gaatjes als stippen.
4. Maak een kleine inkeping in het midden van het lijfje
5. Leg het basilicum blaadje op een plakje mozerella en leg daar weer het lijfje van het lieveheersbeestje op.
6. Leg het hoofdje dicht tegen het lijfje aan en je lieveheersbeestje is klaar!

Fruit spies

4 PERSONEN

Vitamientjes zijn ook belangrijk als het Pasen is! Gebruik je fantasie om deze fruitspiesjes zo leuk mogelijk te maken.

INGREDIENTEN:

- 1 ananas
- 1 meloen
- 1 tros blauwe druiven
- 2 kiwi's

BENODIGHEDEN:

- saté prikkers
- mes
- snijplank

Zo maak je leuke fruitspiesjes:

1. Schil de ananas door het in vieren te snijden, dan elk deel in partjes te snijden en dan met je me langs de schil de partjes los te snijden. Nu heb je leuke driehoekvormige stukjes ananas en als het goed is niet zoveel van die nare pitjes.
2. Van de meloen kan je met een special lepeltje, hele leuke balletjes scheppen. De overgebleven stukjes meloen kan je prima gebruiken in een smoothie.
3. Was de blauwe druiven voordat je ze gaat gebruiken of eten.
4. Van een kiwi kan je hele mooie plakjes snijden.
5. Prik alle vruchten op een stokje en als je wilt kan je er altijd nog iets leuks bovenop prikken.

VROLIJK PAASFEEST!