



Inmaken/ wekken/ bereiden

BIETENCHUTNEY

Ingrediënten

400 gram bieten
200 ml rode wijnazijn
150 gram rietsuiker
1 el zonnebloemolie
1 tl komijnzaad
1 tl korianderzaad
½ tl kruidnagenpoeder
1 cm verse gember

Bereidingswijze

- Kook de potjes uit
- Verhit de olie en bak hierin de kruiden tot ze gaan geuren
- Voeg de rest van de ingrediënten toe tot ze gaan koken
- Deksel erop en 40 minuten zachtjes koken
- Verdeel de chutney over de schonen potjes
- Deksel erop en op de kop neerzetten
- Na 15 minuten kunnen de potjes worden omgedraaid
- Laat 1 maand de smaken zich mengen
- De chutney is 1 jaar houdbaar

BOODSCHAPPENLIJST

- Bieten
- Rode wijnazijn
- Rietsuiker
- Zonnebloemolie
- Komijnzaad
- Korianderzaad
- Kruidnagelpoeder
- Gember



PICCALILLY

Ingrediënten

200 gr bloem
150 gr basterdsuiker
350 gr bloemkool
200 gr wortelen
200 gr boontjes
1 grote ui
250 gr courgette
2 el kerrie
4 el Kurkuma
1 tl gember
6 el mosterdzaad
1,5 el zout
1300 ml azijn
500 ml water

Bereidingswijze

- Kook de potjes uit
- Snijd de groente in stukjes ½ tot 1 cm
- Doe de azijn in de pan
- Voeg de groente en suiker toe, 15 min koken
- Doe water met bloem en kruiden in een grote schaal, meng met klopper tot een glad geheel
- Voeg het sausje na 15 min toe aan de groente
- Roer alles goed door elkaar
- Nog 5 minuten zachtjes doorkoken
- Vul de potten met de picalilly
- Deksel erop en op de kop neerzetten
- Na 15 minuten kunnen de potjes worden omgedraaid
- Laat 1 maand de smaken zich mengen
- De piccalilly is 1 jaar houdbaar

BOODSCHAPPENLIJST

- Bloem
- Basterdsuiker
- Bloemkool
- Wortel
- Boontjes
- Ui
- Courgette
- Kerriekruiden
- Kurkuma
- Gemberpoeder
- Mosterdzaad
- Zout
- Azijn



RODE ZUURKOOL

Ingrediënten

2 kg rode kool
20 gr zeezout
1 el jeneverbessen
2 tl peperkorrels
2 tl komijnzaad
4 laurierbladjes
Eventueel kruiden naar smaak

Bereidingswijze

- Verwijder buitenste blad kool
- Schaaf de rode kool fijn
- Doe de helft van de kool in een bak
- Bestrooi met de helft van het zout
- Stamp de kool totdat volume afneemt
- Voeg 2^e helft kool en zout toe
- Stamp net zolang totdat er schuim ontstaat
- Voeg kruiden toe
- Stamp goed aan
- Bedek de kool met de overgebleven buitenste bladen
- Vul een zak met water en leg dit op de koolbladeren
- Het fermentatieproces kan beginnen
- Dek de pot af met een doek
- Laat de pot ongeveer 5 dagen op huiskamer temp staan
- Zet de pot nu 2-3 weken weg bij 15 gr
- Controleer met regelmaat of er voldoende vocht is
- Zet de pot hierna 3 weken in de koelkast
- Geniet ervan

BOODSCHAPPENLIJST

- Rode kool
- zeezout
- jeneverbes
- peperkorrels
- komijnzaad
- laurierbladjes
- Kruiden naar smaak



HUISGEMAAKTE

Appelstroop

Ingrediënten

Gevallen appels

Bereidingswijze

- Steriliseer de potten
- Pers de appels tot appelsap
- Zet de appelsap op een laag vuurtje zonder deksel
- Laat de sap inkoken totdat deze stroperig wordt
- Vul de potten met de stroop
- Zet de potten 10 minuten op de kop
- Je kunt de stroop voor lange tijd bewaren

BOODSCHAPPENLIJST

- potten
- appels



HUISGEMAAKTE

Appelazijn

Het procedé

De suiker verandert het fruit in alcohol en de azijnzuur bacteriën van de azijn of moeder van azijn zetten de alcohol om in azijn

Bereidingswijze

- Steriliseer bokaal
- Vul $\frac{3}{4}$ bokaal met appelschillen of stukken appel
- Los rietsuiker op in water
- Giet rietsuiker en azijn over de appelschillen tot deze volledig ondergedompeld zijn. Bij te kort voeg water toe
- Indien je moeder van azijn gebruikt voeg je die pas op het einde toe
- Dek de bokaal af met de kaasdoek of koffiefilter en zet vast met een elastiek
- Bewaar de bokaal op een donkere plaats bij kamertemperatuur. Ik zet het meestal bedekt met een keukendoek op het aanrecht zodat ik de azijn niet uit het oog verlies
- Laat dit mengsel ongeveer 3 weken staan. Controleer het om de paar dagen om er zeker van te zijn dat de appels onder water blijven en dat er geen schimmel groeit Na 3 weken ruikt het mengsel nog steeds redelijk zoet. Soms kan het ook wat langer dan 3 weken duren. Een goede indicator is dat je fruit gegist heeft en dat er een paar dagen witte belletjes aan de randen te zien waren. Eens het gisten voorbij is, mag je de appelresten eruit zeven.
- Zeef de stukken appels eruit en doe de vloeistof terug in de pot
- Zet de bokaal afgedekt weer 3-4 weken op een donkere plek en roer om de paar dagen Wanneer de azijn de gewenste zuurheid heeft bereikt, kun je er een deksel op doen of het in een andere pot met een deksel overgieten en het gaan gebruiken!

BOODSCHAPPENLIJST

- appelschillen en klokhuizen
- rietsuiker
- appelciderazijn



Fles/pot steriliseren

Fles/pot steriliseren met gekookt water

- Reinig eerst alle materiaal grondig
- Dompel de **flessen** en schroefdoppen onder in een grote kookpot met water
- Zorg dat alles volledig onder water zit. ...
- Laat het water gedurende 10 minuten koken

Fles/pot steriliseren in de oven

- Verwarm hem voor op 160°C en bekleed een bakplaat met bakpapier
- Plaats de potjes met de opening naar boven op de bakplaat
- Na 15 minuten de potjes uit de oven halen
- Het liefst de potten zo snel mogelijk gebruiken

Nawoord

Na het maken van Ons kookboek waren er veel mensen geïnteresseerd in het bereiden van voedsel op verschillende manieren. Met veel plezier schrijf ik de recepten op. Ik wens jullie veel kook plezier namens ons team.

Ilonka