

STAMPPOTBIJBEL

OOK LEVERBAAR IN DE REEKS KOOKBIJBELS:

Groentebijbel
Visbijbel
Bakbijbel
BBQbijbel
Vleesbijbel
Pizzabijbel
Pastabijbel
Soepbijbel
Worstbijbel
Broodbijbel
Saladebijbel
Koekjesbijbel
Chocoladebijbel
Wildbijbel

STAMPPOTBIJBEL

VAN AARDAPPEL TOT BOERENKOOL
EN VAN POMPOEN TOT ZUURKOOL

© 2018 Werner Drent
© 2018 Uitgeverij Carrera Culinaire, Amsterdam

Tekst en receptuur Werner Drent
Omslagontwerp, vormgeving en illustraties Tijs Koelemeijer
Zetwerk Atelier van Wageningen
Culinaire redactie Lars Hamer
Redactie Mariëlle van der Goen, Milou Breunesse
Fotografie Saskia Lelieveld
Styling alexstyling

Met dank Jan Siebo Uffen

ISBN 978 90 488 4224 7
ISBN 978 90 488 4225 4 (e-book)
NUR 440

www.carreraculinaire.nl
www.kookbijbels.nl
www.overamstel.com

OVERAMSTEL
uitgevers

Carrera Culinaire is een imprint van Overamstel uitgevers bv

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden veeelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



XX **VOORWOORD**
XX **HOE GEBRUIK IK DIT BOEK**
XX **STAMPBOT**
XX **SOORTEN STAMPBOT**

XX **INGREDIËNTEN**
XX **DE STAMPBOTSTAMPER**
XX **KEUKENGEREI**

 40 HOW-TO'S	 80 OMA'S KLASSIEKERS	 130 BLADGROENTEN
 176 KOOLSOORTEN	 204 PADDENSTOELEN	 240 PEULVRUCHTEN
 274 STENDELGROENTEN	 294 VRUCHTGROENTEN	 322 WORTEL EN KNOLGEWAS
 352 KRUIDEN	 362 FRUIT	 386 BLOEMEN
 454 BUITENLANDS TINTJE	 362 VAN KROKET TOT WAFEL	XXX DANKWOORD XXX RECEPTENINDEX XXX REGISTER XXX ADRESSEN & LINKS



VOORWOORD

Nederlanders zijn van oudsher stampotteters, iedereen is ermee opgegroeid. Van hutspot tot hete bliksem, en van zuurkool met worst tot boerenkool met spek: we kennen ze allemaal. Ook in mijn jeugd stond bij moeders thuis regelmatig stampot op het menu. Dan aten we hutspot, klaargemaakt in de snelkookpan, maar wel met gebakken kabeljauw of zelfgemaakte visballetjes; mijn vader werkte op zee en nam bijna elke twee weken verse vis mee naar huis. In het weekend, als mijn broer en ik thuiskwamen van onze honkbalwedstrijd, was stampot vaste prik. Een maaltijd voor de winnaars.

Hoe verschillend stampotten ook kunnen zijn, ze lijken allemaal één ding gemeen te hebben: de aardappel. Gezond en stevig, én volgens de traditie het trouwe hoofdingrediënt van elke stampot. Vincent van Gogh maakte er zelfs een schilderij van 'De aardappeleters'. Tevens een van zijn bekendste werken, want mensen komen vanuit de hele wereld naar Nederland om dit schilderij te bekijken.

Dus in elke goede stampot zit aardappel? Nee! Met Stampotbijbel wil ik juist laten zien dat de aardappel niet altijd het hoofdingrediënt van een goede stampot hoeft te zijn. Ons voedsel wordt steeds duurzamer en moderner, en de klassieke stampotten kunnen niet achterblijven. Ze hebben een frisse blik nodig, een andere kijk. In Stampotbijbel vind je veel verschillende recepten voor stampot, klassiekers, in een modern jasje gestoken of met een buitenlandse twist.

Er bestaan trouwens nóg meer misverstanden over stampot. Dat het alleen in de winter gegeten kan worden, bijvoorbeeld. Niets is minder waar; voor elk seizoen en voor elke gelegenheid is er wel een passende stampot. Nog zoiets: restjes overgebleven stampot zijn niet meer bruikbaar en kunnen de prullenbak in. Niet doen! Weggooien is zonde en in ons duurzame bestaan ook niet meer van deze tijd. Je zou het misschien niet zeggen, maar je kunt nog zoveel meer met stampot. In het hoofdstuk Van kroket tot wafel vind je lekkere recepten die je laten zien wat je met overgebleven stampot kunt doen.

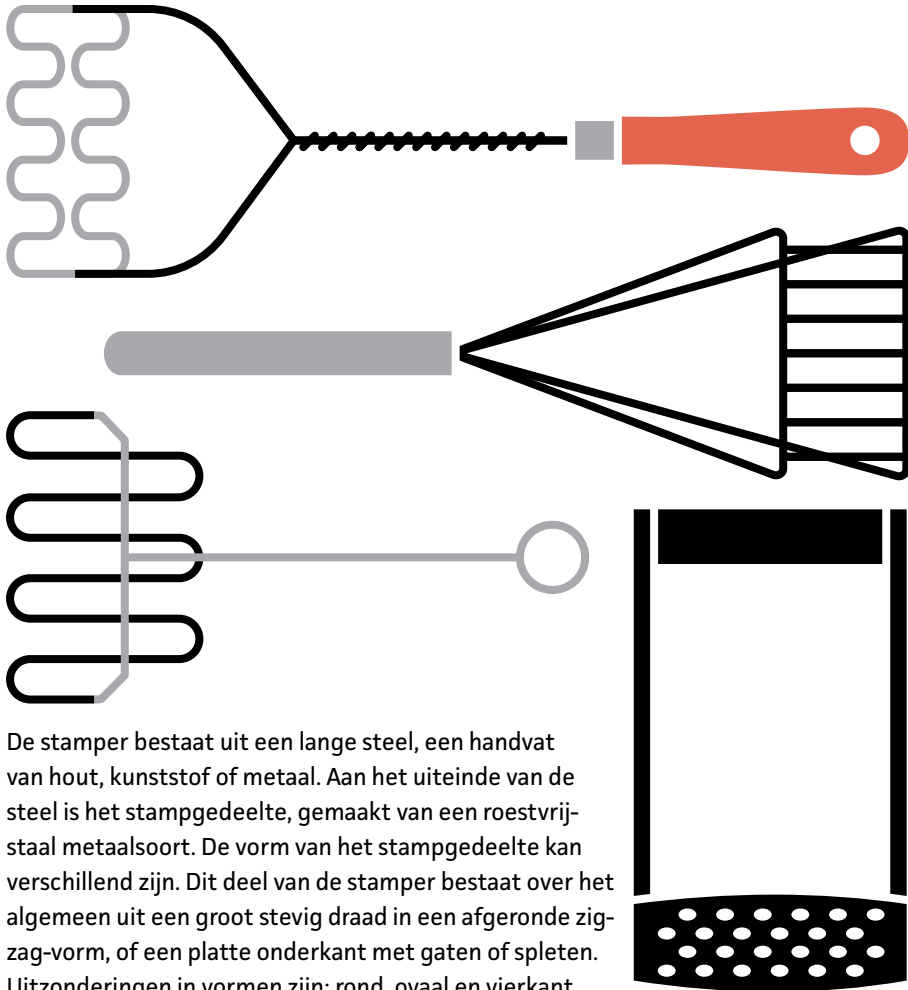
Experimenteren met voedsel vind ik heerlijk. Met mijn gezin woon ik op Aruba – waar ik in een ziekenhuis werk als chef de cuisine – en elke dag is het weer een uitdaging om mijn creatieve gedachten om te zetten in originele, maar goed uitvoerbare, gerechten. Als we op reis zijn weet mijn gezin van tevoren al dat we niet zullen vertrekken voordat ik de lokale lekkernijen geproefd heb én er zelf een gerecht mee heb gemaakt. De creaties die ik maak deel ik graag met anderen, onder andere met foto's op social media. Het maakt me dan ook ontzettend trots dat ik mijn verzamelde gerechten nu ook kan delen in een boek.

Werner Drent



DE STAMPPOTSTAMPER

STAMPPOTSTAMPERS ZIJN ONMISBAAR BIJ HET MAKEN VAN EEN GOEDE STAMPPOT. DE STAMPPOTSTAMPER OF DE AARDAPPELSTAMPER IS EEN KEUKENGEREEDSCHAP DAT BEDOELD IS OM DE GEKOOKTE AARDAPPELEN FIJN TE STAMPEN EN TE VERMENGEN MET GROENTEN: STAMPPOT. FIJNGESTAMPTE AARDAPPELEN KUNNEN OOK WORDEN VERWERKT TOT AARDAPPELPUREE.



De stamper bestaat uit een lange steel, een handvat van hout, kunststof of metaal. Aan het uiteinde van de steel is het stampgedeelte, gemaakt van een roestvrijstaal metaalsoort. De vorm van het stampgedeelte kan verschillend zijn. Dit deel van de stamper bestaat over het algemeen uit een groot stevig draad in een afgeronde zigzag-vorm, of een platte onderkant met gaten of spleten. Uitzonderingen in vormen zijn: rond, ovaal en vierkant.

KEUKENGEREI

Koksmes

Voor het snijden van je groenten is een goed mes onmisbaar!

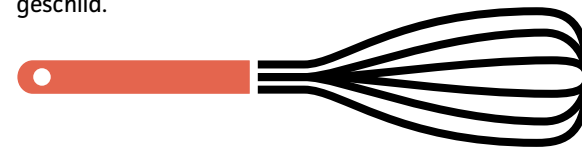
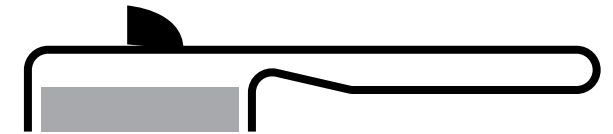


Schilmesje of aardappelschilmesje

Een schilmesje of aardappelschilmesje is een scherp stuk handgereedschap om aardappelen mee te schillen. Het mesje wordt eveneens gebruikt om bijvoorbeeld groenten en fruit mee te schillen.

Dunschiller

Een dunschiller is een mesje waarmee bijvoorbeeld aardappelen, appels en komkommers op een gemakkelijke manier dun kunnen worden geschild.



Garde

Een garde gebruik je om met de hand te kloppen. Hij functioneert zonder elektriciteit.

Pollepel

Een pollepel is een lepel van hout, metaal of kunststof met een lange steel, die in de keuken wordt gebruikt om in pannen te roeren (bijvoorbeeld bij soep en sauzen).



DE KUNST VAN HET STAMPEN



VOOR STAMPOT ZIJN OVER HET ALGEMEEN KRUIMIGE TOT ZEER KRUIMIGE AARDAPPELEN GESCHIKT, OMDAT DEZE GOED UIT ELKAAR VALLEN BIJ HET STAMPEN. JE KUNT DEZE HOW-TO GEBRUIKEN BIJ (VRIJWEL) ALLE STAMPOTRECEPTEN MET AARDAPPEL.



1 Schil de aardappelen en snijd ze in gelijke stukken.



2 Kook in water met zout in 20 minuten gaar.



3 Giet de aardappelen af in een vergiet en laat ze goed uitlekken.



4 Verwarm de melk in een steelpan op laag vuur, maar laat niet koken.



5 Snijd de boter in blokjes.

IN DEZE STAMPPOTBIJBEL ZIJN ALLERLEI RECEPTEN UIT OMA'S TIJD VERZAMELD.
HEERLIJKE, TRADITIONELE STAMPPOTTEN DIE EENVOUDIG TE MAKEN ZIJN.

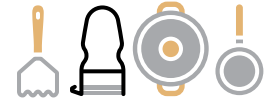
OMA'S KLASSIEKERS



HUTSPOT MET KLAPSTUK 56 BLOTE BILLETJES IN HET GRAS 59
BOERENKOOLSTAMPPOT MET GORT 60 STAMPPOT MOUS MIT SPEKJES (GRONINGS) 62
BRUINE-BONENSTAMPPOT MET SPEK EN UI 63 STAMPPOT ZUURKOOL EN CASSELERRIB 65
STIMPSTAMP 67 SIPELSTAMP 68 HETE BLIKSEM 71 PREIPOL 72
STAMPPOT SOESTERKNOLLEN 73 KAPKOOL 74 WITLOFSTAMPPOT MET HAM EN KAAS 76
RODE-BIETENSTAMPPOT MET GEBAKKEN EI 78



BLOTE BILLETJES IN HET GRAS



DEZE EENPANSMAALTIJD VAN WITTE BONEN MET GEZOUTEN SNIJBONEN EN ROOKWORST WAS IN BEPAALDE STREKEN HÉT TRADITIONELE GERECHT OP NIEUWJAARSDAG, DE EERSTE DAG DAT HET VAT MET GEZOUTEN SNIJBONEN MOCHT WORDEN OPENGEMAAKT. DE PRONKERS ZIJN GOEDE VERVANGERS VAN LIMABONEN EN HEBBEN EEN ROMIGE, BOTERACHTIGE TEXTUUR EN SMAAK.

INGREDIËNTEN

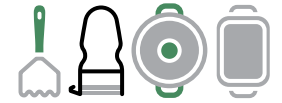
- 250 g gedroogde, grote witte pronkbonen/pronkers
- 1 kg kruimige aardappelen
- 500 g verse snijbonen
- 150 ml volle melk
- 50 g gezouten roomboter
- nootmuskaat
- zout en peper

- 1 Laat de gedroogde pronkers voor gebruik minimaal 24 uur wellen in ruim koud water.
- 2 Doe de gewelde pronkers in een pan met water en breng aan de kook met wat zout. Laat op laag vuur ongeveer 90 minuten zachtjes koken.
- 3 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.
- 4 Punt de snijbonen, was ze en snijd in kleine reepjes. Kook de snijbonen met een beetje water en zout beetgaar in 12 minuten.
- 5 Giet de snijbonen af. Giet de aardappelen af en stamp ze tot een puree. Roer dan de volle melk en boter erdoor. Meng vervolgens de snijbonen erdoor. Giet de pronkers af en meng die door de stampot. Breng de stampot op smaak met nootmuskaat en zout en peper.





STAMPPOT VAN FRISEE MET DADELS



1 Verwarm de oven voor tot 180 °C.

2 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

3 Snijd het kontje af van de krop frisee en snijd de sla fijn. Haal de muntblaadjes van de steel en was ze met de sla. Laat goed uitlekken.

4 Snijd de dadels open en stop een amandel in elke dadel. Omwikkel de gevulde dadels met de spekreepjes en leg ze in een ovenschaal. Zet de ovenschaal 10 minuten in de oven tot het spek bruin en knapperig is.

5 Giet de aardappelen af en stamp ze tot een puree. Roer de ongezoete amandelmelk en een klontje gezouten roomboter erdoor. Meng de frisee en munt door de puree en breng de stamppot op smaak met zout en peper. Serveer de dadels bij de stamppot.

INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 1 krop frisee (sla)
- 1 bosje verse munt
- 225 g dadels, zonder pit
- 100 g amandelen
- 450 g ontbijtspek, in reepjes
- 100 ml ongezoete amandelmelk
- gezouten roomboter
- zout en peper

STAMPPOT BLOEMKOO MET BLOEMKOO LSTEAK



TAHIN OF TAHINI (JE SPREEKT DE 'H' ALS 'G' UIT) IS HETZELFDE ALS SESAMPASTA.

- 1 Verwarm je oven voor op 220 °C.
- 2 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten. Verwijder van de bloemkolen de groene bladeren, maar zorg dat de stronk intact blijft. De stronk zorgt ervoor dat de bloemkoolroosjes bij elkaar blijven. Snijd van elke bloemkool 2 dikke plakken van 2 centimeter.
- 3 Snijd de overige bloemkool in roosjes van gelijke grootte als de aardappelen. Kook de aardappelen met de bloemkoolroosjes in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.
- 4 Meng de kokosolie met de ras el hanout en de tahin. Leg de bloemkoolsteaks op de bakplaat met bakpapier en smeer ze in met de helft van het oliemengsel. Draai de steaks om en besmeer ook de andere kant. Bak de bloemkoolsteaks goudbruin in de oven in ongeveer 10 minuten per kant.
- 5 Giet de aardappelen met de bloemkool af en stamp ze tot een puree. Roer de volle melk en een klontje gezouten roomboter erdoor. Breng de stampot op smaak met zout en peper.
- 6 Serveer de bloemkoolsteaks bij de stampot en knip er wat verse bieslook over.

INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 2 kleine bloemkolen
- 1 tl kokosolie
- 1 el ras el hanout
- 1 el tahin
- 5 g verse bieslook
- 100 ml volle melk
- gezouten roomboter
- zout en peper



ZOETE-AARDAPPEL- STAMPPOT MET PORTOBELLO'S



1 Schil en was de zoete aardappelen en snijd ze in vieren. Kook de zoete aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

2 Hak de pistachenoten fijn en meng met de geraspte pecorino.

3 Haal de binnenkant van de portobello's leeg met een lepel. Smeer de binnenkant in met wat olijfolie en zout en peper. Gril de portobello's aan beide zijden 2 minuten in een hete grillpan.

4 Giet de zoete aardappelen af en stamp ze tot een puree. Roer de volle melk, een klontje gezouten roomboter en de rucola erdoor. Breng de stamppot op smaak met zout en peper.

5 Leg de portobello's op de bakplaat met bakpapier. Vul ze met de stamppot en bestrooi met het pecorinomengsel.

6 Zet de gevulde portobello's ongeveer 10 minuten in de oven. Ze zijn klaar als de pecorino gesmolten is. Haal de portobello's uit de oven, pluk de basilicumblaadjes van de steeltjes en strooi over de portobello's.

INGREDIËNTEN

- 700 g zoete aardappelen
- 150 g gepelde pistachenoten
- 150 g geraspte pecorino
- 4 portobello's
- 250 g rucola
- 15 g basilicum
- 100 ml volle melk
- gezouten roomboter
- zout en peper



LINZENSTAMPPOT



1 Verwarm de oven voor tot 150 °C.

2 Vet de ovenschaal in. Halveer de tomaten en leg ze met de snijkant naar boven in de ovenschaal. Bestrooi met de suiker en wat zout. Besprenkel met de olie. Leg de oreganotakjes tussen de tomaten. Bak de tomaatjes 45 minuten in de oven.

3 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

4 Spoel de linzen af in het vergiet en laat ze goed uitlekken. Hak de hazelnoten in grove stukken.

5 Neem de tomaten uit de oven en verwijder de oregano. Schenk het vocht van de tomaten in een kom. Voeg de balsamicoazijn en de mosterd toe aan het tomatenvocht en klop tot een dressing.

6 Giet de aardappelen af en stamp ze tot een puree. Roer de zure room en een klontje gezouten roomboter erdoor. Meng voorzichtig de tomaatjes erdoor met de hazelnoten en de linzen. Breng de puree op smaak met zout en peper.

7 Serveer de stamppot met de dressing.

INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 1 blik bruine linzen, 400 g
- 500 g snoeptomaten, verschillende kleuren
- 2 tl kristalsuiker
- 4 el olijfolie
- 3 takjes verse oregano
- 1 el balsamicoazijn
- 1 tl grove mosterd
- 100 g gebrande hazelnoten
- 100 g zure room
- gezouten roomboter
- zout en peper





STAMPPOT VAN GEROOSTERDE UIEN EN POMPOEN



1 Verwarm de oven voor tot 200 °C.

2 Schil de pompoen, verwijder de zaden en snijd de pompoen in kleine stukken. Pel de uien en snijd ze in vieren. Pel de knoflooktenen. Giet olijfolie over de knoflooktenen, de pompoen en de uien. Meng goed.

3 Zorg dat in de ovenschaal alles zo veel mogelijk naast elkaar ligt. Strooi er wat zout over en voeg de takjes tijm toe. Zet de ovenschaal circa 30 minuten in de oven. Check of alle groenten gaar zijn.

4 Verwijder de tijm, schep alles in een grote kom en stamp tot een puree. Roer de zure room en een klontje gezouten roomboter erdoor. Breng de stamppot op smaak met zout en peper.

INGREDIËNTEN

- 1 kg flespompoen
- 2 rode uien
- 2 witte uien
- 1 bosje lente-ui
- 3 knoflooktenen
- 1 bosje verse tijm
- olijfolie
- 100 g zure room
- gezouten roomboter
- zout en peper

TOMATEN GEVULD MET STAMPPOT



1 Verwarm de oven voor tot 180 °C.

2 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

3 Snijd de bovenkantjes van de tomaten en hol ze uit door het vruchtvlees voorzichtig los te snijden en het eruit te lepelen. Het vruchtvlees leg je op de aardappelen. Strooi een beetje zout in de holle tomaten en zet ze 5 minuten omgekeerd op een bordje, zo haal je nog wat van het vocht eruit.

4 Was de spinazie en laat goed uitlekken. Pel de knoflooktenen en hak fijn. Bak het knoflook met de spinazie 5 minuten in een scheut olie op laag vuur tot de spinazie geslonken is.

5 Giet de aardappelen af en stamp ze tot een puree met een klontje gezouten roomboter. Meng de spinazie erdoor en breng de stamppot op smaak met zout en peper.

6 Vul de tomaten met de stamppot, schep op elke gevulde tomaat en 1 eetlepel rode pesto en leg de dekseltjes erop. Leg de gevulde tomaten in de ovenschaal en bak ze 20 minuten in de oven.

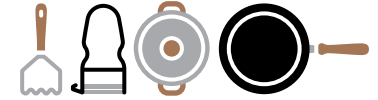
INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 8 vleestomaten
- 250 g verse spinazie
- 2 knoflooktenen
- 8 el rode pesto
- olijfolie
- gezouten roomboter
- zout en peper





STAMPPOT VAN KOOLRABI MET FETA-GEHAKTBALLETJES



1 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Schil de koolrabi en snijd in vieren. Kook de aardappelen en de koolrabi in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

2 Verwijder de muntblaadjes van de steeltjes en snijd de blaadjes in dunne reepjes. Bewaar wat munt als garnering. Meng een handje munt, komijn en peper door het gehakt. Roer vervolgens het paneermeel en de eieren door het mengsel en verbreek de feta erover en meng er ook doorheen. Breng het gehakt op smaak met zout en peper.

3 Maak kleine balletjes van het gehaktmengsel. Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak de balletjes in 8 tot 10 minuten rondom goudbruin en gaar.

4 Giet de aardappelen en de koolrabi af en stamp ze tot een puree. Roer de volle melk en een klontje gezouten roomboter erdoor. Breng de stamppot op smaak met zout en peper.

5 Serveer de gehaktballetjes bij de stamppot en garneer met de overgebleven munt.

INGREDIËNTEN

- 1 kg aardappelen
- 1 koolrabi
- 1 bosje munt
- 2 tl gemalen komijn
- 750 g rundergehakt
- 6 el paneermeel
- 1 eieren
- 175 g feta
- 4 el olijfolie
- 100 ml volle melk
- gezouten roomboter
- zout en peper

STAMPPOT VAN AVOCADO EN KORIANDER MET FLATBREAD



1 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen in 15 tot 20 minuten beetgaar in water. Verwijder de schil en de pit van de avocado's. Was de koriander en hak fijn.

2 Doe de yoghurt, het zelfrijzend bakmeel en een snufje zout in een kom. Kneed het geheel tot je een mooi deegje hebt. Is het nog iets te droog, voeg dan wat extra yoghurt toe. Is het te nat, voeg dan wat extra zelfrijzend bakmeel toe. Strooi wat bloem over het aanrecht of een snijplank.

3 Verdeel het deeg in vieren en rol elk stuk uit tot het ongeveer 1 centimeter dik is. Smeer het deeg daarna in met een beetje olijfolie. Gril de flatbread in een grillpan een paar minuten per kant tot het gaar is en een beetje bruin.

4 Giet de aardappelen af en stamp ze met de harisa, de avocado en de koriander tot een stampot. Breng de stampot op smaak met zout en peper.

5 Serveer de stampot met flatbread.

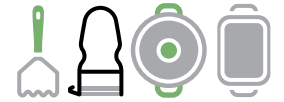
INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 2 avocado's
- 15 g koriander
- 220 ml yoghurt
- 250 g zelfrijzend bakmeel
- 1 tl harisa
- olijfolie
- zout en peper





PERENSTAMPOT MET RUCOLA EN VIJGEN



INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 400 g stoofperen
- 8 vijgen
- 8 plakjes harde geitenkaas
- honing
- 500 g rucola
- 100 g walnoten, in stukjes
- gezouten roomboter
- zout en peper

1 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Schil de peren en snijd doormidden. Doe de peren in de pan met een flinke bodem water. Kook de peren 30 minuten. Leg de aardappelen op de peren en kook ze nog 20 minuten tot de peren en de aardappelen beetgaar zijn.

2 Verwarm de oven voor tot 180 °C.

3 Was de vijgen en snijd het bovenste puntje eraf. Snijd vervolgens een kruis in de vijg en doe dit nogmaals, zodat de vijg open gaat staan als een bloem. Zorg dat de onderkant van de vijg intact blijft. Doe een paar stukjes geitenkaas in de vijg en wat stukjes walnoot en maak naar smaak af met de honing. Zet de vijgen in een ovenschaal 10 tot 15 minuten in de oven tot de geitenkaas en de honing lekker zacht zijn geworden.

4 Giet de aardappelen en de peren af en vang het kookvocht op in een kommetje. Stamp de aardappelen en de peren met een klontje gezouten roomboter tot een puree. Voeg om de puree smeüiger te maken wat kookvocht toe. Breng de stampot op smaak met zout en peper. Was de rucola en meng vervolgens door de stampot.

5 Serveer de vijgen met geitenkaas bij de stampot.



COURGETTEBLOEMEN GEVULD MET VENKELSTAMPPOT



1 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Kook de aardappelen met de venkel in 15 tot 20 minuten beetgaar in water. Giet de aardappelen af en stamp ze met de crème fraîche en een klontje gezouten roomboter tot een puree. Breng de stampot op smaak met zout en peper en laat afkoelen.

2 Verwarm de oven voor op 180 °C en vet een ovenschaal in met boter.

3 Was de prei en snijd in heel dunne, lange slierten. Maak de courgettebloemen schoon en knip of pluk voorzichtig de stampers eruit. Spoel de bloemen voorzichtig schoon onder stromend koud water en laat uitlekken op keukenpapier. Keer de bloemen een keer om, zodat ze goed kunnen drogen.

4 Vul met behulp van een theelepeltje de bloemen met stampot. Knijp voorzichtig aan tot de stampot gelijkmatig verdeeld is. Draai de uiteinden van de bloemen dicht. Knoop er een dungsnesden preisliert omheen. Leg de gevulde courgettebloemen in de ingevette ovenschaal en zet de schaal 20 minuten in de hete oven.

INGREDIËNTEN

- 500 g kruimige aardappelen
- 250 g gesneden venkel
- 8 courgettebloemen
- 1 kleine prei
- 250 g bramen
- 50 g suiker
- 1 zakje vanillesuiker
- 25 g crème fraîche
- gezouten roomboter
- zout en peper

Zie de volgende pagina
voor het vervolg van
dit recept.



OOSTERSE STAMPPOT



1 Schil en was de aardappelen, verwijder de pitten en snijd de aardappelen in vieren. Maak de wittekool schoon en verwijder de lelijke bladeren. Snijd de kool in fijne reepjes. Kook de aardappelen met de wittekool in 15 tot 20 minuten beetgaar in water.

2 Verwijder de uiteinden van de paksoi en snijd de paksoi fijn. Was de paksoi met de taugé en laat uitlekken in het vergiet.

3 Pel de rode ui en de knoflooktenen en hak fijn. Bak ze aan in de koekenpan met een scheut olijfolie. Was de Spaanse peper en verwijder de zaden. Snijd de helft van de Spaanse peper fijn en voeg toe aan de koekenpan. Borstel de champignons schoon en snijd ze in vieren en bak nog 5 minuten mee met het uimengsel in de koekenpan. Giet de sojasaus erbij en schep daarna ook de paksoi en taugé erdoor. Bak alles nog ongeveer 2 minuten tot de groenten gaan slinken.

4 Giet de aardappelen met de wittekool af en stamp ze tot een puree. Roer de kokosmelk en een klontje gezouten roomboter erdoor. Meng het groentemengsel erdoor en breng de stamppot op smaak met zout en peper. Snijd de rest van de Spaanse peper in dunne ringentjes en strooi met de cashewnoten over de stamppot.

INGREDIËNTEN

- 1 kg kruimige aardappelen
- 1 kleine wittekool
- 200 g paksoi
- 150 g taugé
- 1 rode ui
- 2 knoflooktenen
- 1 Spaanse peper
- 150 g champignons
- 3 el sojasaus
- 100 g cashewnoten
- olijfolie
- 150 ml kokosmelk
- gezouten roomboter
- zout en peper



OM RESTJES STAMPPOT IN ANDERE GERECHTEN TE VERWERKEN, MOETEN ZE EERST GOED BEWAARD WORDEN. LAAT DE STAMPPOT DAAROM EERST GOED AFKOELEN VOOR JE HEM IN DE KOELKAST ZET, ANDERS LOOPT DE TEMPERATUUR IN DE KOELKAST TE HOOG OP EN KUNNEN ANDERE ETENSWAREN SNELLER BEDERVEN. WIL JE NIET TE LANG WACHTEN TOT JE ETEN IS AFGEKOELD? VERDEEL JE MAALTJE DAN IN KLEINERE PORTIES OF ZET DE BAK MET STAMPPOT IN EEN KOM MET KOUD WATER EN IJSBLOKJES. BEWAAR RESTJES STAMPPOT NIET TE LANG, HOOGUIT ÉÉN OF TWEE DAGEN.

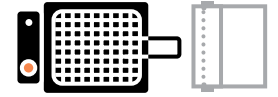
VAN KROKET TOT WAFEL



WAFELS VAN BOERENKOOLSTAMPPOT [429](#) STAMPPOT DAUPHINE [430](#) STAMPPOT-PANNENKOEKEN [431](#)
GNOCCHI VAN STAMPPOT [434](#) MINI-LOEMPJA'S MET STAMPPOT [435](#) STAMPPOTSOEP [436](#)
SMOOTHIE VAN ZOETE-AARDAPPELSTAMPPOT [438](#) STAMPPOT-BITTERBALLEN [441](#) STAMPPOTBROOD [442](#)
CHIPS VAN STAMPPOT [444](#) STAMPPOTMUFFINS [445](#)



STAMPPOT-BITTERBALLEN



- 1 Verwarm de frituurpan tot ongeveer 170 °C.
- 2 Maak je handen iets vochtig en maak balletjes van de, bij voorkeur niet te grove, stamppot ter grootte van een bitterbal. Splits de eieren.
- 3 Rol de balletjes eerst door de bloem, daarna door het eiwit en vervolgens door het paneermeel. Laat ze even rusten.
- 4 Frituur de bitterballen 5 minuten in de frituur tot ze mooi bruin en heet zijn. Laat de stamppot-bitterballen uitlekken op keukenpapier.

INGREDIËNTEN

- 500 g stamppot naar keuze
- 2 eieren
- Bloem
- Paneermeel