

INHOUD

HFDST-01	DAAR GAAN WE	6
WELKE PAN HEB JE NODIG?		8
DE POOTJESKWESTIE		8
HET DEKSEL ALS PAN		8
HOE GROOT MOET HIJ ZIJN?		8
SCHOONMAKEN EN ONDERHOUD		10
INBRANDEN OF JUIST NIET		10
LANGZAAM WENNEN		10
ZO WORDT JE PAN SCHOON		10
BELANGRIJKE ACCESSOIRES		11
NU WORDT HET HEET		12
KOLEN, BRIKETTEN OF OPEN VUUR?		12
BIJZONDERE BRIKETTEN		12
HOEVEEL BRIKETTEN HEB IK NODIG?		14
VUISTREGELS EN TIPS		14
BRIKETTENTABEL		15
BRIKETTEN LATEN DOORGLOEIEN		16
GERECHTEN MET MEERDERE ONDERDELEN		16
GEBRUIK VAN DE GASGRILL		18
ONDERVUUR		18
BOVEN-/ONDERVUUR		18
BAKKEN EN GRATINEREN		18
DENK OM DE POOTJES		18
VERKLARING VAN DE SYMBOLEN		19

HFDST-02	KALKOEN & KIP	22
HFDST-03	RUNDEVLEES	40
HFDST-04	VARKENSVLEES	58
HFDST-05	LAM & WILD	84
HFDST-06	GEHAKT	92
HFDST-07	VIS & ZEEVRUCHTEN	108
HFDST-08	VEGGIE	122
RECEPTENOVERZICHT		136
NUTTIGE INFORMATIE		140

COWBOYKIP

BUD SPENCER ZOU ERVAN SMULLEN

VOOR 4 PERSONEN

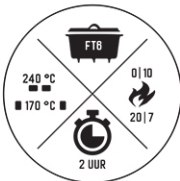
- 2 uien
- 2 tenen knoflook
- 500 g wortels
- 1 blik witte bonen (ca. 850 g)
- 1,5 kg drumsticks
- zout
- peper
- 2 el olie
- 100 g spekreepjes
- 500 ml groentebouillon
- 500 g tomatenblokjes uit blik
- 2 tl zoet paprikapoeder
- 1 tl gerooktepaprikapoeder
- 1 el suiker
- 2 el appelazijn
- 1 blik witte bonen in tomatensaus (ca. 400 g)
- 1 bosje peterselie, fijngehakt

VOORBEREIDEN: 20 BRIKETTEN LATEN DOORGLOEIEN

1 Pel de uien en knoflook en hak beide fijn. Schrap de wortels en snijd ze in plakjes. Doe de witte bonen in een vergiet en vang een deel van het vocht op. Dep de drumsticks droog en bestrooi ze met zout en peper.

2 Verhit de Dutch oven op hoog ondervuur (ca. 240 °C). Plaats hiervoor 20 gloeiende briketten onder de pan. Verhit de olie in de pan en braad de drumsticks rondom aan; neem ze uit de pan als ze goudbruin zijn. Bak de spekreepjes krokant in de pan en schep ze eruit. Bak vervolgens de uien, knoflook en wortels kort. Blus af met bouillon en de tomatenblokjes, breng aan de kook en breng goed op smaak met zout, peper, paprikapoeder, suiker en azijn. Voeg tot slot de witte bonen met het vocht, de witte bonen in tomatensaus, de drumsticks en de spekreepjes toe.

3 Doe het deksel op de pan en verhit de Dutch oven bij gematigd boven-/ondervuur (ca. 170 °C): leg 10 van de briketten op het deksel, laat 7 onder de pan liggen en leg de rest opzij. Laat het geheel ca. 1 uur opstaan. Garneer met de peterselie en serveer.



TIP

Geef grof witbrood bij deze heerlijke kip met bonen.





VARKENSVLEES MET ASPERGES

VAN DE TWEEDE DONDERDAG VAN APRIL TOT 24 JUNI

VOOR 4 PERSONEN

2 varkensfilets

1-2 tl zout

2 tl peper

1 tl suiker

2 tl zoet paprikapoeder

2 tl gedroogde majoraan

1 tl uienpoeder

1 tl knoflookpoeder

1 kg witte asperges

6 grote aardappels (liefst vastkokend)

1 milde ui

500 g bacon

500 ml kant-en-klare hollandaisesaus

1 bosje gladder peterselie, fijngehakt

VOORBEREIDEN: VLEES 1 UUR MARINEREN; 18 BRIKETTEN LATEN DOORGLOEIEN

1 Dep het vlees droog en verwijder de zenen en eventueel vlies. Meng de kruiden en specerijen en wrijf het vlees er zorgvuldig mee in. Laat het vlees 1 uur afgedekt in de koelkast marineren.

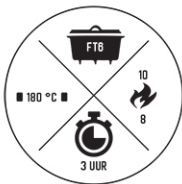
2 Schil de asperges en snijd de houtige uiteinden af. Schil de aardappels en snijd ze in blokjes. Pel de ui en snijd hem ringen.

3 Leg de bacon op de bodem van de Dutch oven. Verdeel de ui en aardappels erover. Leg de asperges erop. Schenk de hollandaisesaus over de groenten en leg de varkensfilets erbovenop.

4 Verhit de Dutch oven op gematigd boven-/ondervuur (ca. 180 °C). Plaats hiervoor 8 van de gloeiende briketten onder de pan. Doe het deksel op de pan en leg de overige 10 gloeiende briketten daarop. Laat het geheel ca. 90 minuten opstaan. Bestrooi voor het serveren met de peterselie.

TIP

In plaats van kant-en-klare hollandaisesaus: smelt 50 g boter, roer er 50 g bloem door en bak kort. Schenk al roerend 500 ml melk erbij en breng langzaam aan de kook. Breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat.





BONEN-PAPRIKAPOT

HELEMAAL IN DE BONEN!

VOOR 4 PERSONEN

2 rode uien

1 teen knoflook

500 g sperziebonen

1 gele en 1 rode paprika

1 rode peper

5 takjes tijm

250 g kerstomaten

3 el olijfolie

2 tl zout

1 tl peper

2 tl kerriepoeder

2 tl zoet paprikapoeder

200 ml groentebouillon

100 ml kokosmelk

1 bosje peterselie, fijnegehakt

VOORBEREIDEN: 11 BRIKETTEN LATEN DOORGLOEIEN

1 Pel uien en knoflook en hak beide fijn. Was de sperziebonen en snijd ze overdwars doormidden. Was de paprika's en snijd ze in lange repen. Was de rode peper, verwijder de zaden en hak de peper fijn. Ris de naaldjes van de takjes tijm en hak ze fijn. Kruis de kerstomaten in.

2 Verhit de Dutch oven op gematigd ondervuur (ca. 180 °C). Plaats hiervoor de 11 gloeiende briketten onder de pan. Verhit de olie in de Dutch oven en bak de sperziebonen en paprika hierin ca. 3 minuten. Voeg de uien, knoflook, rode peper, tijm en specerijen toe en roerbak kort. Blus af met bouillon en kokosmelk en voeg de kerstomaten toe.

3 Doe het deksel op de pan en verhit de Dutch oven op gematigd boven-/ondervuur (ca. 160 °C): leg 5 van de briketten op het deksel en laat 6 briketten onder de pan liggen. Laat de groente ca. 30 minuten pruttelen. Garneer met peterselie en serveer.

