

## knolseldersoep



### Ingrediënten voor 8 personen

- 2 liter water
- 700 g knolselder
- 1 ui
- 1 aardappel
- 4 kippenbouillonblokjes
- 25 gram boter
- 1 koffielepel zout
- peper
- nootmuskaat

### Werkwijze

1 Weeg de boter af

2 Maak de knolselder, ui & de aardappel schoon.

3 Snijd de groenten met een groentemes in grote stukken.

4 Smelt een klontje boter in een grote kookpot.

5 Voeg de grof gesneden knolselder, ui, aardappel en een beetje water toe. Roer om met een houten lepel. Zet een deksel op de pot. Laat een beetje stoven.

6 Voeg het water en de bouillonblokjes toe.

7 Kruid met peper en zout. Zet een deksel op de pot.

Laat een half uur koken.

8 Haal de pan van het fornuis. Mix de soep.

9 Giet de soep terug in de kookpot. Warm de soep lichtjes op.

10 Proef en breng op smaak met peper, zout & nootmuskaat.

Op de kookles voor onderlinge hulp waren diabetici aanwezig. Dit bracht mij op het idee voor **plop-pudding bij soezen**.

### **Ingrediënten voor 36 ronde soesjes**

- 30 gram solo
- 45 gram bloem
- 2 kleine eieren
- snuifje zout
- 60 ml water

### **Kookdeeg : dit deeg maak je in een pannetje klaar.**

1 Zeef de bloem.

2 Doe de boter in een pannetje en verhit samen met het water.

4 Als het mengsel in de pan gaat koken, haal je het van het vuur af en giet je alle bloem er in één keer bij.

5 Roer het mengsel tot dit glad is, en als een bal van de zijkant loslaat. Dit duurt maar 1 min.

6 Laat het mengsel afkoelen tot je jou vinger erin kan houden

7 Doe er 1 ei bij. Roer erdoor.

8 Doe er dan het tweede ei bij. Weer roeren tot je een dik smeug glanzend deeg krijgt.

9 Doe het deeg met behulp van twee koffielepels op de met solo ingevette bakplaat en schuif deze in de oven. Laat 15 min. bakken op **180°C Kijk dan in de warmeluchtoven**. De soezen moeten opgebold en goudbruin zijn. Zet de ovendeur op een kiertje zodat de soezen kunnen afkoelen. Leg ze op een rooster en maak met een mes een gaatje in de zijkant om de stoom eruit te laten.



## **Kook Plop pudding**

- 1/2 l melk
- [Plop-Pudding vanille van Dr. Oetker](#)

### **gevulde soezen of eclairs**

Maak een gat in de zijkant van de soesjes.

Snijd ze op, maar niet door en vul ze met banketbakkersroom

**Breng water aan de kook in een pan en leg het zakje suikerglazuur er ongeveer 10 minuten in.**

Haal het zakje uit het water en ze schudt het heen en weer. Als je in het zakje knijpt voel je of de chocoglazuur al helemaal gesmolten is! Knip een hoekje van het zakje af. Giet de vloeibare chocoglazuur in het pannetje en **bestrijk de soezen met een dun laagje.**

Bij het lezen van balletjes in tomatensaus in Spelen met warm & koud, Smaak Special nummer 8 van maart 2008 kwam ik op het idee om op de kookles voor Onderlinge hulp pasta met deze spaghetti-saus te serveren bij vogelnestjes.

### Ingrediënten voor 4 personen

- 2 eetlepels paneermeel
- 2 eieren of 1 ei aangelengd met wat melk
- peper & zout
- 400 g gehakt
- 4 hard gekookte eieren
- 20 g solo

### spaghettisous voor 6 personen

- 3 grote ajuinen
- p/Z
- 1 glas water
- 2 koffielepels maggi kalfsfond
- 70 g [Mutti](#) tomatenpuree of Cirio geconcentreerd of Elvea concentraat( volgens de culinaire wijzer 2007, één van de beste producten in de Match supermarkt.
- wat rozemarijn
- (scheutje worcestershiresaus)
- 1 teentje knoflook
- tijm
- 1 blik gepelde tomaten van 1 l
- 1/2 kg gehakt

### Werkwijze



Meng 2 eetlepels paneermeel + 2 eieren + peper & zout onder 400 g gehakt.  
Bedek 4 hard gekookte eieren met 100 g gehakt.  
Bol ovaal op in de vorm van een ei.



Bak af in 50g solo.  
Plaats 20 minuten in een oven op 180°C. Overgiet van tijd tot tijd met braadvocht.  
Snijd de bollen door. Schik ze op een schotel met de doorsnede naar boven.

Breng water aan de kook voor de pasta

### **Werkwijze saus:**

Pel de ui. Snijd de ui in grote stukken. Snijd de ui met het mes van de keukenmachine in snippers. Ruim het afval op.

4 Meng de uiensnippers door het gehakt.

Bak het vlees (zonder vet). Roer het los met een vork tot er geen roze vlees meer te zien is.

5 Voeg de gepelde tomaten, het water, de kalfsfond & tomatenpuree toe. Doe er zout en kruiden bij en meng alles. Zet een deksel op de pot en laat 30 minuten sudderen.

Kook 80 g pasta pp.



Op kooklessen voor Onderlinge Hulp gebruik ik Jupiler blue  
i .p.v. tafelbier, zoals Jeroen De Pauw & Achim Vandenbussche in kids in the kitchen.

### **Zet het keukengerei klaar**

- 2 soeplepels
- kleine kookpot
- maatbeker van SD200
- maatbeker
- mixer met kloppers
- pannenlikker
- 2? houten lepels
- schaar
- 5 kommetjes om op te dienen

**Dit heb je nodig voor 5 porties:**

- 2 soeplepels bloedsuiker
- 200 ml room
- 60 ml pils (4 soeplepels)
- 200 g melkchocolade

**Werkwijze:**

Breng het bier aan de kook. Laat er de chocolade in smelten. Laat afkoelen. Klop de room met de bloedsuiker half op. Schep de room met een houten lepel onder de gesmolten chocolade.



**Plaats 3/4 uur in de diepvries en klop deze lekkernij met uitgelikte-potten- garantie op met de Kenwood.**