





Mosselen, wàanzinnig lekker!

Tips van mama Greet:

Ik kwam in 1974 in "de blanke top" te Cadzand te weten dat ze in Philippine chapelure op de gare [mosselen](#) strooien!

Krijg je als single bezoek van 1 eter)? Verdubbel de ingrediënten!

### Dit heb je nodig voor 1 persoon:

- 100 ml château "LE FELIX" (droge witte wijn) (€4)
- 1 teentje look
- 3/4 grote ui  
1/8 **stengel bleekselder** (heb ik niet gekocht)  
1/4 takje tijm
- 1,250 kg goudmerk (volle dikke) [mosselen](#) (32 à 35/kg), in oktober het best!
- frieten (250 g pp)
- witte peper van de molen  
12,5 g boter (€1,15)  
2 eetlepels room  
& **paneermeel!**

### Werkwijze:

18 u.: open de fles wijn: -Snijdt met het lipje, dat zich aan de zijkant bevindt, het loodje door. -Neem het loodje boven de kurk weg. -Draai de kurkentrekker in de kurk. -Trek de kurk eruit. -Giet een klein beetje wijn in een glas. Proef of de wijn geen kurksmaak heeft. Meet de wijn af. Plaats de fles in de koelkast

Ajuin pellen & **fijn** snijden op een plank. Doe in een grote kookpot.

Look pellen. Snijdt door. Haal de groene kiem eruit. **Ruik of de look niet muf is!** Draai de plank om & versnipper. Doe in de grote kookpot.

(Selder **fijn** snijden & doe in de grote kookpot.)

### Friteuse voorverwarmen!

Maak de [mosselen](#) schoon:

**Spoel ze in water. (Indien ze bovendrijven zijn ze dood!)** Haal, ze uit het water.

Duw met je duim & je wijsvinger op de open schelp. Je moet **psst** horen. Gooi beschadigde schelpen weg!

Leg ze in de kookpot.

### Tip van mama Greet:

maak één van mijn liefdescocktails: Campari "LE FELIX" als aperitief : Meng pp 25 ml triple sec met 25 ml Campari & 150 ml prosecco of witte wijn.

**18.40 u:** Zet de pot op het vuur

+ tijm

+ 30 draaien peper van de molen!

+ 1dl witte wijn

deksel op de pot (om goed sappig te blijven)

**Zet het vuur op stand 12!**

**kook de mosselen 5' op = kort:** zodra de mosselen open gaan zijn ze bijna gaar & smelten in de mond (= je mag er eigenlijk niet op kunnen bijten)!

Zet het vuur uit & laat ze nog 6 à 8' opstaan (om de 2 à 3' opschudden of omscheppen met een houten lepel, opdat de mosselen overal even gaar zouden zijn)

Frietten bakken (**leg ze in de schaal voor de schelpen!**)Mosselen + room -

Zet het vuut terug op stand 12 & laat opkoken

**2x \*\*\*Tip: Laat er van het vuur een klontje boter over laten smelten & bestrooi met paneermeel.**

**Tip:** schep met een schuimspaan de ajuin uit de mosseljus & vries in!



[Mosselen](#) & saffraansaus voor singles uit de perfecte keukenagenda (waaraan **tomaat ontvellen** ontbrak in de uitzending van SOS Piet op 12/7/2009) maak ik vanavond volgens het recept van [chef van het jaar: Sergio Herman](#). Misschien haal ik ook bijna 20/20???!!!

### Dit heb je nodig voor 8 personen:

- 10 kg [mosselen](#) (ijzerbommen)
  - 3 grote uien
  - (1/2 bosje peterselie)
  - 2 takjes tijm/~~laurier~~
  - 100 g boter
  - 1 bleekselder
  - witte peper
  - 8 dl witte wijn
  - peterselie (ijzerbom)
  - 1 bol look, 1 sjalot & 10 saffraandraadjes.  
2 dl room
- 1/2 eetlepel gehakte peterselie & 1/2 geconcaseerde tomaat.**

### Werkwijze:



**tomaten ontvellen = geconcaseerde of dobbelsteentjes van tomaten van bomma Huysentruyt**

Breng in een pannetje water aan de kook.

Snijd een kruis in de tomaat. **Snijd het kontje uit de tomaat.**

Leg de tomaat in water **dat gekookt heeft**. Tel van 21 tot 31. Haal de tomaat uit het water.

**Spoel onder stromend koud water.**

Pel ze.

Snijd de tomaat in 4

Ontdoe ze **met je duim** van de pitjes

**Leg ze omgekeerd op een handdoek** en snijd **op een plank** in stukjes.

Leg ze in een kommetje.

Zet opzij.

Was de [mosselen](#) in gezouten water.

Reinig & was de selder.

En snij ze fijn.

Pel & versnipper de ui.

1. Voeg look-ajuin-(peterselie)-selder-tijm, ~~laurier~~ toe.  
Doe de mosselen in een pot. Doe er peper & witte wijn bij.  
Zet de pot op een hoog vuur. Schud de mosselen op.  
5 minuten wachten.  
Voeg 2 dl room toe. Laat opkoken  
Laar er van het vuur af de boter over smelten.  
Houd de mosselen warm onder deksel.  
Of
2. Giet 1 dl witte wijn in een kookpot  
Voeg 2 dl gezeefd mosselsap toe. Laat 1/2 inkoken.  
Doe er een beetje look, sjalot & een beetje saffraandraadjes bij.
3. Voeg 2 dl room toe  
Laat terug 1/2 inkoken.  
Houd de mosselen warm onder deksel.

Doe de mosselen in een bord.

Versier **de saus** met **peterselie & geconcasseerde tomaat.**

**Overgiet met de saus**



Sukade & gebakken patatjes

Hollands stoofvlees van buurtslagers vergeleek ik met [hertenragout](#) van Jeroen of [Stoofpotje van everzwijn](#) uit SOS Piet. Confit de canard werd in [www.ROUGE-PASSION.EU](#) geserveerd met puree erop, bordelaise & morieltjes in een saus.



Ik dien het op zoals in Sergio thuis: met gebruneerde nicola-aardappelen of cêlavita ribelschijfjes of Spaanse kazakken & compote van materne.

### Dagschema 1200 kcal via de voedingsdriehoek:



**Ontbijt:** 140 g grof brood- 20 g vetstof-jam- 150 ml koffie-200 ml melk

**Elfuurtje:** 200 g magere yogurt + **tussendoortje:** 1/2 hotdog

**middagmaal** 250 g stoofvlees uit Gent -250 g aardappelen

**Avondmaal:** 140 g grof brood- dun besmeerd-1/2 hard gekookt ei-100 g gekookte ham-100 g tomaat-1 Waffle "Aunt Rose"

### Ingrediënten voor 3 à 4?personen

- 500 g varkensstoofvlees
- 500 g rundskarbonaden of rundstoofvlees, witblauw Belgisch rundvlees (of Mechelse koekoek (ras Mechels hoen))
- 3 ajuinen
- 1 l bruine chimay (trappist)
- 2 eetlepels mosterd
- 2 blaadjes laurier
- 1 takje tijm
- mespunt nootmuskaat
- 1 snede brood
- 1 eetlepel bloem
- 10 ml azijn/zout/ peper
- 1/2 bosje peterselie
- 1 eetlepel Candico cassonade=bruine suiker
- 50 ml olijfolie of 50 gram boter maizenaexpress of plus

## Werkwijze

1. Pel de ajuinen



& versnipper. **Hak de peterselie!**



2. Verhit genoeg boter op stand 9 tot ze stopt met zingen, dan is de boter warm genoeg.



Braad het vlees mooi naast elkaar in 4 à 5 keer 6 ' af op stand 9.  
Keer het om & bak de andere kant 5 à 6' op stand 6.



kruid met peper



& zout.



3. Doe in een grote kookpot de ajuin bij het vlees.



Verminder het vuur!



4. Voeg de bloem toe en roer alles goed om.
5. Voeg bruin bier, laurierblaadjes, tijm en muskaatnoot, **gehakte** peterselie, azijn en bruine suiker toe. Laat 1 keer opkoken op stand 7



6. Laat 1 uur sudderen ZONDER DEKSEL op stand 4.
7. Besmeer een snede brood met **2 eetlepels** mosterd.



8. Doe dit erbij.



Laat nog 1 uur sudderen ZONDER DEKSEL.

9. kruiden met peper



en 1/2 koffielepel - **4g?** zout



10. Breek de maizena plus met water.



11. De saus ermee binden of gebruik **een klein beetje** maizenaexpress.



Doperwttenmousse

Op het [zomerfeest 19.7.2010 namiddag](#) verbeterde ik Cappuccino of crème van jonge doperwtjes uit Sergio thuis, die in ['t convent](#) op het gouden jubileummenu van mijn ouders stond, of erwtjespuree = mousse de petits pois, die ik als amuse bij het aperitief kreeg in [Château du Mylord](#).

### Dit heb je nodig:

- 1/2 (1 kleine) ui
- 1 à 2 dl kippenbouillon van 250 ml water + 1/2 **kippenbouillonblokje**
- **100ml room of melk**
- **200-250 g** erwtjes uit diepvries (**1 doosje = 450 g**)
- 2 draaien van de **pepermolen**
- 1/4 koffielepel **zout, tijm, nootmuskaat**
- (1 hand spinazie)-olijfolie
  
- 1/2 teentje knoflook-roomboter

### Werkwijze

Pel de ui & snipper fijn.

Smelt een klontje boter & fruit de ui + look.

Breng op smaak met peper & zout.

Voeg gezouten koud water+ kippenbouillonblokje+ room toe.

Zet een deksel op de pot & laat 6' garen.

Wanneer de ui half gaar is: voeg de ontdooide erwtjes, ~~tijm & nootmuskaat~~ toe. Zet het vuur hoger & breng aan de kook.

Laat de erwtjes **nog 4'** garen

(Voeg de spinazie toe & roer even) Giet ze af. **Bewaar het kookvocht!**

Mix de erwtjes: voeg beetje bij beetje het kookvocht toe (mag niet te vloeibaar zijn).

Mix tot een gladde puree met enkel druppels olijfolie

Zeef

Houd warm.



Farfalle alle Scampi

Gerechten met [puttanesca \(soort pastasaus met zwarte olijven & kappertjes\)](#), ne voltrefter met volgens Jeroen weinig werk & waar hij geen woorden voor heeft, worden in eten in Italië van Carluccio nooit met kaas opgediend! Ik herinner mij nog levend dat we in Zeeland wannekes gingen steken! In restaurant Caruso kwam ik te weten dat vongole voor [Hongaarse scampi à L'esprit de latuc](#) haantjes zijn.

In DE KEUKEN VAN ONS MOEDER vond ik als tip dat kokkels gekookt verkrijgbaar zijn. Linguine met Zeeuwse kokkels uit Sergio thuis, bracht mij op een héél héél lekker idee, dat ik gewoon voorbereid in 1.45 u!

### Dit heb je nodig voor 4 personen:

- 1 kg vongole (haantjes) of (geen vieze gamba's!) maar scampi's van winny of Aldi
- 250 g fetucelli of vlinderpasta.
- 1 eetlepel boter (25 g)
- peper, zout en cayennepeper
- (pecorino)
- 6 tomaten (all day long)
- 1/2 sjalot
- 1 teentje knoflook
- extra vergine olijfolie.
- peper, 1 koffielepel zeezout
- 3 laurierblaadjes
- 1 eetlepel ph kreeftenbouillon
- pili pili
- 2 appelsienschilletjes

### Werkwijze op voorhand:

Laat de scampi's 1 à 1,5 uur ontdooien op 2 bakplaten.

Pel (**in 20'**) **1 kg** (half ontdooide rauwe scampi's van winny of Aldi).

Geef een insnede in de rug of snijd ze op een plank open en trek (**in 40'**) het darmkanaal eruit **met keukenpapier!** Mijn dochter: "Hebben scampi's darmen?, wist ik niet!")

Leg de scampi's in een kom waarin een rooster ligt.

Zet een deksel op de kom.

Plaats de kom in de koelkast.



**6 tomaten ontvelen = geconcasseerde of dobbelsteentjes van tomaten van bomma Huysentruyt in 30'**

Breng in een pannetje water aan de kook.

Snijd een kruis in de tomaat. **Snijd het kontje uit de tomaat.**

Leg de tomaat in water **dat gekookt heeft**. Tel van 21 tot 31. Haal de tomaat uit het water.

**Spoel onder stromend koud water.**

Pel ze.

Snijd de tomaat in 4

Ontdoe ze **met je duim** van de pitjes

**Leg ze omgekeerd op een handdoek** en snijd **op een plank** in stukjes.

Leg ze in een kommetje.

Zet opzij.

### **Zie fotorecept supertomatensaus!**

1. Pel de sjalot & versnipper  
pel 1 teentje look (**Niet versnipperen!**)

Verhit de olijfolie op stand 7.

2. Haal 2 schilletjes van een sinaasappel met een dunschiller
3. Fruit de sjalot.
4. Voeg look toe
5. Voeg de geconcentreerde tomaten,  
sinaasappelschil,
6. 15 draaien peper
7. & 1 koffielepel zout toe.  
+ **1 eetlepel kreeftenbouillon**, 3 laurierblaadjes & **mespunt pili-pili** toe



Laat op een zacht vuurtje (stand 4) 15 minuten sudderen **ZONDER DEKSEL**, zodat het vocht kan verdampen. Verwijder **het teentje knoflook**, **schil** & de laurierblaadjes.

8. **Breng 2,5 l water aan de kook voor de pasta**  
Voeg **zout als het water voor de pasta kookt** toe.  
Doe de **pasta in de pot als het water terug kookt**, roer en **zet een deksel op de pot tot het water terug kookt**.  
**Kook 250 farfalle = vlinderpasta beetgaar zonder deksel.** (Kijk op de verpakking hoelang de pasta moet koken.)  
Zet de pan van het vuur en laat 1 minuut rusten.  
Laten uitlekken in een vergiet.  
**Niet spoelen.**

Saus heropwarmenDep de scampi's droog

Smelt 25 g boter & laat tot licht bruinkleuren in een **wijde kleefpan** op stand 7.

9. Kruid de scampi's langs beide kanten met 15 draaien peper, 20 draaien van de zoutmolen. Leg de scampo in de pan en laat 90 seconden sudderen tot ze mooi roze zijn. **Omdraaien en bak nog 90 seconden.**

**Voeg cayennepeper toe. Goed omroeren.**

Doe de tomatencompote in de pan van de scampi's.

Goed omroeren.

Voeg (de haantjes) & de pasta toe.

(Bestrooi met de kaas)

*Geef er MARIANNE, SAUVIGNON BLANC 2006, cuvée l'escapade (wit)  
of Penfolds Koonunga Hill 2005 **Sémillon en Sauvignon** blanc, South-Eastern  
Australia  
of Cèdre Héritage, vin de pays du Lot bij.*