

Bietensoep met geitenkaas

Dit heb je nodig:

- 1 el olijfolie
- 2 ui, in grove stukken
- 3 tenen knoflook, geperst
- 2 tl tijm
- ½ tl chilipoeder
- 2 tl balsamico azijn
- 4 tl groentebouillon poeder
- 2 tl komijn
- 2 pakjes gekookte rode bietjes (circa 500 gram), in grove stukken
- Zachte geitenkaas naar smaak
- Staafmixer



Bereidingswijze:

1. Verhit in een soeppan de olijfolie en fruit hierin de ui en knoflook gedurende 5 minuten.
2. Voeg bietjes, tijm, chilipoeder en komijn toe en bak een paar minuten mee.
3. Voeg azijn en de bouillonpoeder toe en 600 ml water. Laat dit ongeveer 10 minuten zachtjes koken.
4. Pureer de soep met de staafmixer. Kijk dan of er misschien nog wat extra water bij moet. Warm dit dan nog even goed op voor je de soep serveert.
5. Verdeel de soep over 4 soepkommen en schep er en een flinke eetlepel geitenkaas in.

Zalmfilet met geitenkaas uit de oven

Dit heb je nodig:

Voor de zalm:

- 4 moten verse zalm
- 1 rolletje geitenkaas, in plakjes
- 2 el. olijfolie
- ½ tl. chilipoeder
- 1 el. Italiaanse kruiden
- 2 el. citroensap
- Versgemalen peper en zout

Voor de aardappeltjes:

- 1 zak voorgekookte krieltjes (à 600 gram)
- 3 eetlepels olijfolie
- 2 tl paprikapoeder
- 2 el. Italiaanse kruiden
- Zout

Voor de broccolisalade:

- 2 stronken broccoli (circa 800 gram), in kleine roosjes
- Citroensap
- 1 el. zongedroogde tomaatjes, in reepjes
- 5 zwarte olijven zonder pit, in kleine stukjes gesneden
- Peper en zout
- Extra: bakpapier, bakplaat, ovenschaal



Bereidingswijze aardappeltjes:

1. Verwarm de oven voor op 225 °C.
2. Doe de olijfolie in een schaal en meng hier de Italiaanse kruiden, paprikapoeder en wat zout doorheen.

3. Hussel de krieltjes erdoor zodat ze rondom gemarineerd worden.
4. Leg bakpapier op de bakplaat en verdeel de krieltjes hierover.
5. Zet de krieltjes in de oven gedurende 30 minuten. Na 15 minuten even doorscheppen.
6. Schep de aardappeltjes in een schaal.

Bereidingswijze zalmfilets:

1. Roer het citroensap, de kruiden en de olijfolie door elkaar in een klein schaaltje.
2. Leg de zalmfilets in een ingevette ovenschaal. Bestrooi met wat verse peper en zeezout.
3. Verdeel de plakjes geitenkaas over de zalmfilets. Verdeel het citroensapmengsel er overheen.
4. Zet de schaal in het midden van de oven gedurende 10-15 minuten. De zalm is gaar als hij lichtroze is en de geitenkaas begint te kleuren.

Bereidingswijze broccolisalade

1. Kook de roosjes broccoli gaar in 5 minuten.
2. Spoel ze af in een vergiet en laat uitlekken.
3. Meng de broccoli met wat citroensap en olijfolie en schep ze om met de olijven en de zongedroogde tomaatjes. Strooi er naar smaak wat peper en zeezout overheen.

Chocolademousse

Dit heb je nodig:

- 200 ml slagroom
- 12 druppels stevia
- 180 gr pure chocolade (>72% cacao)
- 6 eiwitten
- muntblaadjes voor decoreren
- flesje citroensap



Bereidingswijze:

1. Klop de slagroom licht op en roer voorzichtig de stevia erdoor.
2. Hak met een mes de chocolade in kleine stukjes en doe in een vuurvaste kom.
3. Breng in een steelpannetje water aan de kook en zet het kommetje met chocolade erop. Laat de chocolade smelten. Of: smelt de chocola in de magnetron gedurende een minuut of 2. Let op: roer de chocola even door om te bepalen of de chocola al helemaal gesmolten. Chocola smelt namelijk van binnenuit. Het lijkt daardoor nog niet gesmolten terwijl het dat wel is!
4. Klop intussen de eiwitten stijf in een **vetvrije** kom. (Je maakt een kom vetvrij door een scheutje citroensap in de kom te doen en dit met een keukenpapiertje door de hele kom te wrijven.)
5. Haal het kommetje met gesmolten chocolade van de pan en spatel de eiwitten door de chocolade. Schep dan voorzichtig de slagroom erdoor.
6. Verdeel over glazen of kleine bakjes en zet in de koelkast tot het stevig is.
7. Garneer vlak voor serveren met een blaadje munt.