

RECIPE BOOK



1. AUTOMATISCHE PROGRAMMA'S



WAARSCHUWING!

Raadpleeg de hoofdstukken
Veiligheid.

1.1 Automatische programma's

De automatische programma's geven optimale instellingen voor elke soort vlees- of andere gerechten:

- Receptenautomaat (menu: Kook- en bakassistent) — Deze functie gebruikt voorafbepaalde waarden voor een

gerecht. Bereid het gerecht volgens het recept van dit boek.

1.2 Categorieën

In het menu Kook- en bakassistent zijn de gerechten over verschillende categorieën verdeeld:

- Ontdooien
- Koken/smelten
- Gevogelte/vlees/vis
- Quiche/stoofpotje/gratin
- Nagerecht

2. ONTDOOIEN

2.1 Vis ontdooien

Plaats de vis op een omgekeerd bord, en plaats het bord in een bakje zodat het gesmolten water binnenkant van de magnetron niet kan bevuild.

Controleer de voeding regelmatig tijdens het ontdooien en draai hem meermaals om. Als de vis tot een blok bevroren is, scheid de stukjes vis dan voorzichtig tijdens het ontdooien.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Laat na het ontdooien het voedsel op kamertemperatuur rusten, ongeveer even lang als de ontdooiduur.

2.2 Gevogelte ontdooien

Plaats de voeding op een omgekeerd bord, en plaats het bord in een bakje zodat het gesmolten water binnenkant van het apparaat niet kan bevuild.

Controleer de voeding regelmatig tijdens het ontdooien en draai hem meermaals om. Bedek blootgestelde vethoudende onderdelen, zoals poten en vleugels met aluminiumfolie.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Laat na het ontdooien het voedsel op kamertemperatuur rusten, ongeveer even lang als de ontdooiduur.

2.3 Vlees ontdooien

Plaats het vlees op een omgekeerd bord, en plaats het bord in een bakje zodat het gesmolten water binnenkant van het apparaat niet kan bevuild.

Controleer de voeding regelmatig tijdens het ontdooien en draai hem meermaals om. Als het vlees tot een blok bevroren is, scheid de stukjes dan voorzichtig tijdens het ontdooien.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Laat na het ontdooien het voedsel op kamertemperatuur rusten, ongeveer even lang als de ontdooiduur.

2.4 Brood ontdooien

Plaats het brood op een keukendoek op een bord.

Draai het brood tijdens het ontdooien regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Laat na het ontdooien het voedsel op kamertemperatuur rusten, ongeveer even lang als de ontdooiduur.

3. KOKEN/SMELTEN

3.1 Verse groenten

Doe de versneden groenten in een magnetronbestendige schotel en voeg ong. 50 ml water toe. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Draai de groenten tijdens het ontdooien regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Tip: Als de groenten zeer knapperig zijn, stel een lager gewicht in. Als de groenten te zacht zijn, stel een hoger gewicht in.

3.2 Ingevroren groenten

Doe de bevroren groenten in een magnetronbestendige schotel en voeg ong. 50 ml water toe. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Draai de groenten tijdens het ontdooien regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

Tip: Als de groenten zeer knapperig zijn, stel een lager gewicht in. Als de groenten te zacht zijn, stel een hoger gewicht in.

3.3 Uien smoren

Snij de uien in slierten en doe ze in een magnetronbestendige schotel met 1 eetlepel boter of olie. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Draai de groenten tijdens het ontdooien regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

3.4 Aardappelen in de schil

Doe de aardappelen in een magnetronbestendige schotel en voeg

ong. 100 ml water toe. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Draai de aardappelen tijdens de bereiding regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

3.5 Rijst

Doe rijst (parboiled) in een magnetronbestendige schotel en voeg water toe in een verhouding van 1:2 (=100 g rijst en 200 ml water). Kruid naar smaak. Voeg enkele klontjes boter, gestoomde uien of kruiden toe. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Draai de rijst tijdens de bereiding regelmatig om.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

3.6 Chocolade smelten

Snijd de chocolade in stukjes en doe in een schotel. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Roer de chocolade meermaals om tijdens het smelten.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

3.7 Boter smelten

Snijd de boter in stukjes en doe in een schotel. Dek af (deksel of magnetronfolie).

Roer de boter meermaals om tijdens het smelten.

- Bereidingstijd in het apparaat: gewichtafhankelijk
- Roosterhoogte: 1

4. GEVOGELTE/VLEES/VIS

4.1 Kippenvleugels

Ingrediënten:

- 1 kg kippenvleugels
- Marinade:
 - 2 eetlepel olie
 - 2 eetlepels sojasaus
 - 1 eetlepel mosterd
 - 1 teentje knoflook, gekneusd
 - rozemarijn
 - thijm
 - versgemalen zwarte peper
 - maïszetmeel

Methode:

Meng de olie, sojasaus, mosterd, look en kruiden. Bedek de kippenvleugels met de marinade en laat 2 - 3 uur intrekken. Strooi dan wat maïszetmeel over het geheel.

- Bereidingstijd in het apparaat: 25 minuten
 - Roosterhoogte: 2
- Plaats een magnetronbestendige schotel op de bodem om het vet op te vangen.
- Draai om na 10 minuten.

4.2 Kip, 2 helften

Ingrediënten:

- 1 kg gehele kip, gehalveerd
 - zout
 - peper
 - kruiden volgens eigen voorkeur
 - olie om de kip te bedruipen
 - Bereidingstijd in het apparaat: 30 minuten
 - Roosterhoogte: 2
- Plaats een magnetronbestendige schotel op de bodem om het vet op te vangen.
- Draai om na 15 minuten.

4.3 Witlof met kruiden

Ingrediënten voor 4 porties:

- stukjes brood zacht maken met een beetje warm water
- 1 ui, fijngesnipperd en aanstoven in een beetje boter
- 1 teentje knoflook, gekneusd
- 250 g rundergehakt
- 250 g varkensgehakt

- 100 g gebraden kalfsvlees
- 1 ei
- 1 theelepel zout
- peper
- paprika
- 1 eetlepel gehakte peterselie
- 1 theelepel fijngehakte rozemarijn
- 1 theelepel thijmblaadjes
- 4 plakjes spek, om af te dekken

Methode:

Meng alle ingrediënten goed, vorm ze tot een gehaktbrood en plaats in een magnetronbestendige schotel. Afdekken met de plakjes spek.

- Bereidingstijd in het apparaat: 40 minuten
- Roosterhoogte: 2

4.4 Visfilet in roomsaus

Ingrediënten voor 4 personen:

- 400 g visfilet (rivierforel of regenboogforel)
- 20 g bakolie
- 250 g uien, in ringen gesneden
- 6 eetlepels crème fraîche (zure room)
- paprikapoeder, zoet
- citroen
- zout

Methode:

Stoof de uien in een pan met de olie tot ze glazig zijn. Doe deze dan in een ingeboterde bakschotel.

Reinig de visfilets, besprenkel met citroensap, zout en leg ze boven op de uiringen. Voeg de paprika naar smaak toe aan de crème fraîche en giet dit mengsel over de visfilets. Voeg een beetje zout toe.

- Bereidingstijd in het apparaat: 12 minuten
 - Roosterhoogte: 1
- Het gerecht na de helft van de bereidingstijd een keer omdraaien.

4.5 Tongstoofpotje

Ingrediënten:

- 4 tongfilets
- sap van een halve citroen
- zout, versgemalen zwarte peper

- 100 g bladspinazie, ingevrozen, ontdooid
- 1 teentje knoflook
- 2 eetlepels witte wijn
- 50 ml room
- 1 eierdooier

Methode:

Besprenkel de visfilets met het citroensap en kruid met zout en peper. Knijp de spinazie droog en kruid deze met look. Bedek de tongfilets met de

spinazie en rol ze op. Plaats ze in een beboterde bakschotel en zorg ervoor dat de dunste stukjes filets onderaan liggen. Besprenkel de rolletjes met witte wijn.

Klop de room en de eidooier op en voeg een snijfe zout toe. Lepel dit mengsel over de tongrolletjes.

- Bereidingstijd in het apparaat: 17 minuten
- Roosterhoogte: 2

5. QUICHE/STOOFPOTJE/GRATIN

5.1 Aardappelgratin

Ingrediënten:

- 1.000 g aardappelen
- 1 theelepel zout, peper en nootmuskaat
- 2 teentjes knoflook
- 200 g geraspte kaas
- 200 ml melk
- 200 ml room
- 4 eetlepels boter

Methode:

Schil de aardappelen, snijd ze in dunne plakken, droog ze af en breng ze op smaak met zout en peper.

Wrijf een ovenbestendige bakschaal in met een teentje knoflook en vet de schaal daarna in met boter.

Verspreid de helft van de gezouten aardappelplakjes in de schaal en strooi er wat geraspte kaas over. Leg de overige aardappelschijfjes er bovenop en strooi de rest van de kaas eroverheen.

Pers het tweede teentje knoflook en vermeng dit met de melk en de room. Giet het mengsel over de aardappels en verspreid de rest van de boter in kleine stukjes over de gratin.

- Bereidingstijd in het apparaat: 45 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.2 Witlofgratin

Ingrediënten:

- 8 middelgrote stronken witlof
- 8 plakken gekookte ham
- 30 g boter

- 1,5 eetlepel bloem
- 150 ml groentebouillon (van de witlof)
- 5 eetlepels melk
- 100 g geraspte kaas

Methode:

Snij het witlof doormidden en verwijder de bittere kern. Was de witlof en kook het 15 minuten in water.

Neem de witlofhelften uit het water, spoel ze af met koud water en doe de twee helften weer tegen elkaar. Rol elk stronkje in een plakje ham en leg ze op een ingevette bakplaat.

Laat de boter smelten en voeg de bloem toe. Even fruiten en vervolgens de groentebouillon en melk toevoegen en aan de kook brengen.

Roer 50 g kaas door de saus en schenk het over het witlof. Strooi de rest van de kaas over het gerecht.

- Bereidingstijd in het apparaat: 19 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.3 Gevulde canneloni

Als voorgerecht voor 4 personen

Als hoofdgerecht voor 2 personen

Ingrediënten:

- 1 ui, fijngesneden
- 1 theelepel margarine
- 1 teentje knoflook
- 1 pakje diepvriespinazie (300 g)
- 100 g geraspte kaas
- 1 blikje tomaten, in stukjes gesneden (400 g)
- 10 cannellonibuisjes (ongekookt)
- bouillonblokjes

- zout
- witte peper
- oregano
- paprika
- nootmuskaat

Methode:

Stoof de uien in de margarine in een pan. Voeg de spinazie toe en roer regelmatig om tot de spinazie gereduceerd is. Laat 5 minuten stoven, voeg 50 g geraspte kaas, witte peper, bouillonblokjes, look en nootmuskaat toe. Breng aan de kook en laat 3 - 4 minuten koken. Vul de cannelloni met het mengsel.

Voor de tomatenbasis, giet de inhoud van het blik in een lange bakschaal, plet de tomaten met een vork, kruid met zout, witte peper, oregano en paprika.

Plaats de gevulde cannelloni op de tomatenbasis en bestrooi met de rest van de kaas.

- Bereidingstijd in het apparaat: 30 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.4 Gevulde champignons

Ingrediënten voor 3 personen:

- 6 grote champignons
- 1 eetlepel boter
- zout
- peper
- citroensap
- 1 kleine vleestomaat, in stukjes gesneden, circa 150 g
- 1/2 bosje peterselie, fijngehakt
- meerdere blaadjes basilicum, fijngehakt
- 1 witte boterham, in stukjes verdeeld
- 75 g gorgonzola, in blokjes
- 3 eetlepels room

Methode:

Maak de champignons schoon. Draai de steeltjes er af en snijd in kleine blokjes. Kruid met zout en peper en besprenkel met het citroensap.

Meng de gekruide champignonssteeltjes met de tomaat, peterselie en basilicum, brood, gorgonzola en room en kruid dan af met zout en peper. Vul de hoedjes van de champignons en plaats ze in een beboterde ovenschaal.

- Bereidingstijd in het apparaat: 15 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.5 Gevulde tomaten

Ingrediënten voor 2 personen:

- 4 grote tomaten, elk circa 300 g
- 1 kleine courgette, circa 80 g
- 60 g champignons
- 1 sjalot
- 2 eetlepels olie
- 100 g gekookte rijst
- 50 ml groentebouillon
- 75 g mozzarella
- 1 eetlepel gehakte peterselie
- zout
- versgemalen zwarte peper

Methode:

Snijd de bovenkant van elke tomaat af. Schep m.b.v. een theelepel het vruchtvlees weg en laat een rand van circa 1 cm. Hak het vruchtvlees fijn. Reinig de courgette en snijd ze in blokjes. Snijd de champignons in plakjes. Schil de sjalotten en hak ze fijn.

Verhit de olie in een pan. Bak de sjalotten aan. Voeg de courgette en champignons toe en laat kort meebakken. Voeg de rijst, gehakte tomaat en bouillon toe en laat 5 minuten sudderen. Snijd de mozzarella in kleine blokjes. Voeg de mozzarella en peterselie toe aan de rijst en kruid met zout en peper. Vul de tomaten met de rijst en plaats de bovenkanten terug op de tomaten. Plaats de tomaten in een beboterde ovenschaal.

- Bereidingstijd in het apparaat: 15 minuten
 - Roosterhoogte: 1
- Het gerecht na de helft van de bereidingstijd een keer omdraaien.

5.6 Groentenspaetzle

Ingrediënten voor 2 personen:

- 250 g verse spaetzle
- 2 middelgrote stokken selder, circa 100 g
- 1 grote wortel, circa 150 g
- 1 eetlepel boter
- 50 ml bouillon

- 100 g gewone roomkaas of roomkaas met kruiden (bijvoorbeeld Cantadou)
- zout
- versgemalen zwarte peper
- 1 / 2 bosje bieslook
- 30 g geraspte kaas, bijvoorbeeld Sbrinz of Parmezaan
- 100 ml room

Methode:

Doe de spaetzle in een beboterde bakshotel.

Reinig de selder en wortel en snijd ze in blokjes. Stoof even aan in boter in de braadpan. Voeg de bouillon toe, dek af en laat de groenten 5 minuten koken. Haal de pan van de kookplaat. Roer er de roomkaas door. Kruid de groenten met zout en peper.

Giet het groentenmengsel over de spaetzle. Knip met een schaar de bieslook over het gerecht. Bestrooi met geraspte kaas en besprenkel met room.

- Bereidingstijd in het apparaat: 12 minuten
- Roosterhoogte: 2

5.7 Aardappel-courgettegratin

Ingrediënten voor 2 personen:

- 250 g aardappelen
- 200 g courgettes
- zout
- versgemalen witte peper
- 130 g gemengde geraspte kaas (bijvoorbeeld pizza mix)
- 1 klein blikje anchovis, 60 g
- 1 teentje knoflook, gekneusd
- 1 sjalot, fijngesneden
- 150 ml volle room
- verse kruiden (bijv. basilicum, marjolein, oregano, thijm) of een kruidenmix
- een beetje olijfolie

Methode:

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakjes.

Was de courgettes en droog ze met een keukendoek. Snijd deze nu in dunne plakjes. Vet een ovenschaal in met een scheutje olijfolie.

Meng de aardappel- en courgetteplakjes samen en kruid ze met zout en peper.

Meng er 100 g kaas, de look en de sjalotten door en leg de anchovisfilets in de ovenschaal.

Meng de room met de rest van de kaas. Voeg de fijngehakte kruiden of kruidenmix toe. Voorzichtig mengen en over het gerecht verdelen.

- Bereidingstijd in het apparaat: 30 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.8 Kaasgratin

Ingrediënten voor 3 personen:

- 8 witte boterhammen
- 100 ml witte wijn
- 1 ui, in dunne ringen
- 100 g geraspte kaas (Gruyere of alpenkaas)
- 400 ml melk
- 3 eieren
- zout
- versgemalen zwarte peper
- nootmuskaat, versgemalen
- 100 g spekblokjes, gerookt
- 40 g stukjes boter
- 1 bosje bieslook

Methode:

Snijd het brood diagonaal in beide richtingen om 32 driehoekjes te bekomen. Doe afwisselend laagjes brood en uiringen in een platte ovenschaal. Besprenkel met witte wijn.

Meng de kaas met de melk en de eieren. Kruid volgens eigen smaak en giet over het brood. Verdeel de spekblokjes gelijkmatig over het gerecht en doe dan de boterblokjes over het geheel.

Strooi de bieslook er op alvorens het gerecht te serveren.

- Bereidingstijd in het apparaat: 30 minuten
- Roosterhoogte: 2

5.9 Lasagne met ham

Ingrediënten voor 2 - 3 personen:

- 2 eetlepels olijfolie
- 1 kleine ui, fijngesneden
- 300 g gepelde tomaten in blokjes (in blik)
- 300 g champignons, in schijfjes

- 1 theelepel gedroogde kruiden, bijv. oregano of thijm
- zout
- versgemalen zwarte peper
- 200 g gekookte ham, in slierten gesneden
- 300 g verse of voorgekookte lasagnebladen
- 250 ml crème fraîche
- 50 g geraspte Parmezaanse kaas
- boter voor het gerecht

Methode:

Verwarm de olijfolie in een pan. Bak de champignons en ui. Voeg de tomatenblokjes en de kruiden toe en stook ongeveer 5 minuten. Kruid af met peper en zout.

Boter een bakschotel in. Bedek de bodem met een laag lasagnebladen. Creëer afwisselende lagen met tomatensaus, ham, crème fraîche, parmezaan en lasagnebladen. Eindig met de Parmezaanse kaas.

- Bereidingstijd in het apparaat: 22 minuten
- Roosterhoogte: 1

5.10 Preistoofpotje

Ingrediënten voor 2 - 3 personen:

- 500 g prei

- 250 g kwark (halfvet)
- 50 ml crème fraîche
- 1 ei
- 50 g geraspte kaas, bijv. Parmezaanse kaas
- 1 teentje knoflook
- zout
- versgemalen zwarte peper
- 2 - 3 plakjes ham
- 1 volle eetlepel broodkruimels
- blokjes boter

Methode:

Snijd de prei in stukken van 1 cm en kook ze 5 minuten in gezouten water. Giet het water weg en laat goed uitdruipen. Snijd de ham in reepjes.

Roer de kwark, crème fraîche, eieren en 2/3 van de kaas samen. Knijp de look in het mengsel en roer om. Voeg tenslotte de prei en ham toe. Kruiden met peper en zout. Doe deze dan onmiddellijk in een beboterde bakschotel.

Meng de rest van de kaas en de broodkruimels en strooi over het gerecht. Doe er dan flink wat blokjes boter overheen.

- Bereidingstijd in het apparaat: 20 minuten
- Roosterhoogte: 1

6. NAGERECHT**6.1 Abrikozenroom**

Ingrediënten voor 2 personen:

- 250 g abrikozen
- 100 ml witte wijn
- 2 - 3 eetlepels suiker
- 150 g mascarpone of kwark (roomkaas)
- 250 ml room
- 2 eetlepels abrikozenlikeur of kersenbrandy

Methode:

Meng de abrikozen met de witte wijn en de suiker in een kom en selecteer het programma Abrikozenroom. Laat het afkoelen.

Klop de abrikozencompote door het te mixen of maak er puree van met een

blender. Meng de mascarpone of kwark lepel voor lepel met de puree.

Klop de room stijf en meng het voorzichtig met de abrikozenroom. Voeg de abrikozenlikeur toe zodat de abrikozenroom lekker gaat ruiken.

Zet de room op een koele plek.

- Bereidingstijd in het apparaat: 6 minuten
- Roosterhoogte: 1

Na het bakken:

Verwarm de abrikozenjam en verspreid het over de taart met een borsteltje, vervolgens af laten koelen. Meng de poedersuiker, kaneel en het warme water met elkaar en smeer het op de taart. Strooi de amandelsnippers onmiddellijk op het glazuur van de taart.

6.2 Perziken in Amaretto

Ingrediënten voor 2 personen:

- 4 halve perziken uit blik
- 50 g amaretti
- 1 volle eetlepel suiker (1)
- 1 eetlepel cacaopoeder
- 1 eetlepel Vin Santo (Italiaanse dessertwijn) of Grand Marnier
- blokjes boter
- 100 ml crème fraîche
- 1 eetlepel suiker (2)

Methode:

Drenk de perziken en doe ze in een ingevette bakvorm. Breek de amaretti-koekjes en meng ze met de suiker (1) en het cacaopoeder. Voeg Vin Santo toe voor een dikke pasta. Maak er 4 balletjes van en doe ze in de halve perziken.

Serveer de warme perziken met crème fraîche gezoet met suiker (2).

- Bereidingstijd in het apparaat: 4 minuten
- Roosterhoogte: 1

www.aeg.com/shop



867335844-B-172017



AEG