

# TIJN VAN DE SMAAK

## spinazierecepten

### Lasagne met spinazie (4 personen)

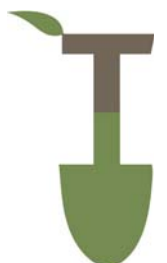
400 gr. spinazie, 1 grote ui, 2 teentjes knoflook, 350 gr. volle kwark, 300 gr. lasagna, 1 glas rode wijn, zout, peper, nootmuskaat, scheutje olijfolie.

Kook de lasagnevellen in een pan met royaal water, wat zout en een scheutje olie. Laat ze uitlekken op een schone theedoek. Snipper de ui en fruit deze samen met uitgeperste knoflook in verwarmde olijfolie, voeg de wijn toe en laat het 10 minuten pruttelen. Voeg de gewassen spinazie, zout, peper en nootmuskaat toe. Roer na 10 minuten 300 gr kwark er doorheen. Leg een deel het spinaziemengsel in een vuurvaste schaal, dek dit af met lasagnevellen, vervolgens een laag spinazie en weer een laag lasagnevellen. Bestrijk de laatste laag met 100 gr. kwark en zet de schaal ca. 10 minuten in een matig verwarmde oven.

### Spinaziepastei (4 personen)

1 kg spinazie, 1 teentje knoflook, (kruiden)zout, peper, 1 ei, 2 eetl. fijne havervlokken, 200 gr. volkorenmeel, 50 gr. gesmolten boter.

Maak een deeg van het meel, de boter, een snufje zout en net zoveel water dat een mooie samenhangende deegbal ontstaat. Bekleed de bodem en een klein randje van de springvorm met dit deeg en bak het 20 minuten voor in de oven op 200°C. Smoor ondertussen de spinazie met een beetje olie tot het geslonken is en hak het grof. Splits het ei en pers de knoflook uit. Vermeng de spinazie met de eierdooier, de havervlokken, de uitgeperste knoflook, zout en peper tot een samenhangende massa. Sla het eiwit stijf en schep het door het spinaziemengsel en vul hiermee de voorgebakken deegbodem. Bak de spinaziepastei in 50 minuten gaar bij een temperatuur van 175°C.



# TIJN VAN DE SMAAK

## spinazierecepten

### Spinaziesalade met ananas (4 personen)

200 gr. spinazie, 150 gr. ananas, 1 sjalotje, 3 eetl. (zonnebloem)olie, 1 tl. mosterd, 1 eetl. citoensap.

Spinazie wassen en grof snijden. Sjalotje fijnsnipperen en vermengen met de spinazie Dressing kloppen van de olie, het citoensap en de mosterd en door de spinazie scheppen. Garneren met stukjes ananas.

### Spinazieflensjes met kaas-tomatensaus (2 personen)

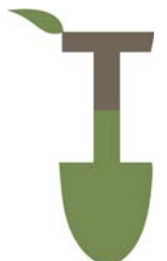
150 gr. spinazie, olie, 150 gr. bloem, zout, peper, nootmuskaat, 2 eieren, 0,5 l melk, ca. 40 gr boter, 2 plakjes ontbijtspek, 1,5 dl. tomatensaus, 0,5 tl. gedroogde basilicum, 2 eetl. creme fraiche, 50 gr. geraspte belegen kaas.

Was de spinazie, verwijder de steeltjes en snij het blad in fijne reepjes. Verhit een eetlepel olie in een koekepan en roerbak de spinazie ca. 1 minuut totdat de groente geslonken is en laat deze uitlekken. Roer van de bloem, de eieren en de melk een glad beslag en voeg wat zout, peper en nootmuskaat toe. Roer de spinazie door het beslag en laat het een half uur rusten.

Maak ondertussen de saus: Snij het ontbijtspek in smalle reepjes en bak deze in een droge koekepan zachtjes uit; voeg de tomatensaus, basilicum en creme fraiche aan het spek toe en breng de saus al roerende aan de kook. Laat de saus 3 minuten zachtjes pruttelen en houd deze warm.

Bak in een kleine koekenpan de flensjes; draai ze pas om als ze bovenkant droog is.

Roer de kaas door de saus, verdeel deze over de flensjes en rol deze op. Serveer direct.



# TIJN VAN DE SMAAK

## spinazierecepten

### Spinaziesalade (4 personen)

200 gr. spinazie, 50 gr. walnoten, 3 eetl. olie, 1 eetl. citroensap, 1 tl. honing, klein handje voorjaarskruiden (bijv., jong paardebloemblad), paar sprietjes bieslook.

Snij de spinazie, voorjaarskruiden en bieslook klein en meng deze met grof gesneden walnoten. Maak een sausje van olie, citroensap en honing en vermeng deze met de groente.

Versier de salade met enkele bloemetjes van lievevrouwebedstro.

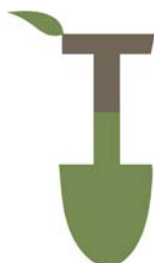
### Groententaart met noten (4 personen)

5 plakjes bladerdeeg, beetje bloem voor het uitrollen van het deeg.

Voor de vulling: 0,5 kg. spinazie, 2 courgettes, 250 gr. champignons, 250 gr. volle kwark, 2 eieren, 100 gr. geraspte belegen kaas, 60 gr. boter, 100 gr. fijngehakte hazelnoten, 2 eetl. havermout, zout, peper, mespunt cayennepeper.

Verwarm de oven voor op 200°C. Laat de plakjes bladerdeeg naast elkaar ontdooien. Leg de plakjes op elkaar en rol ze uit op een met bloem bestoven werkblad tot een ronde lap van ca. 28 cm. Bekleed een taartvorm van 24 cm hiermee en snij de randen netjes bij en prik gaatjes in de bodem.

Rooster de havermout met de hazelnoten kort in een droge koekenpan. Laat de spinazie in ca. 5 minuten slinken en goed uitlekken. Snij de champignons in plakjes en bak ze goudbruin in wat boter, neem ze uit de pan en bak de in plakjes gesneden courgettes snel goudbruin. Leg achtereenvolgens het havermoutmengsel, de spinazie, de champignons en de courgetteplakjes erin. Klop de kwark, eieren, kaas, zout, peper en cayennepeper door elkaar en giet dit mengsel over de groenten. Bak de taart in het midden van de oven in ca. 35 minuten gaar en goudbruin.



# TIJN VAN DE SMAAK

## spinazierecepten

### Spinazie met champignons, knoflook en pijnboompitten (4 personen)

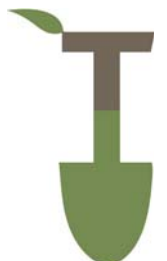
1 kg spinazie, 1 grote ui, 2 teentjes knoflook, 250 gr. champignons, 50 gr. pijnboompitten, 2 eetl. olijfolie, 2 theel. citroensap, snufje verse of gedroogde thijm, kruidenzout, vers gemalen peper.

Was de spinazie en laat hem goed uitlekken. Snipper de ui en de knoflook. Snij de schoongeborstelde champignons in plakjes. Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan onder voortdurend roeren en laat ze op een bord afkoelen. Verhit de olie in een braadpan en fruit de ui glazig. Bak de champignons kort mee tot ze beginnen te kleuren. Bak de knoflook en thijm ook even mee. Voeg de spinazie toe en roerbak de groente op een hoog vuur totdat het blad begint te slinken. Breng de groente op smaak met citroensap, zout en peper en strooi de pijnboompitten erover.

### Kruidenomelet met spinazie en blauwschimmelkaas (4 personen)

300 gr. spinazie, 4 eieren, 2 eetl. melk, 2 eetl. boter, 50 gr. blauwschimmelkaas, 2 takjes peterselie, paar sprietjes bieslook, 0,5 tl. majoraan, 1 tl. Italiaanse kruiden, zout, peper.

Blancheer de gewassen de spinazie met aanhangend water ca. 5 minuten en laat hem uitlekken in een vergiet. Knip de peterselie in een kopje fijn. Breek de eieren boven een kom en klop ze los met melk. Voeg peterselie, bieslook, majoraan, bieslook, Italiaanse kruiden, zout en peper toe. Verhit de boter in een koekenpan en giet het eimengsel erin. Bak de omelet zachtjes tot de bovenkant bijna droog is. Haal de pan van het vuur en verkruimel de blauwe kaas erover. Leg de omelet op een schaal en schep de spinazie erop. Rol de omelet op en snij hem in brede repen. Lekker met gekookte rijst.



# TIJN VAN DE SMAAK

## spinazierecepten

### Spinazie-uientaart met noten (4 personen)

1 kg spinazie, 3 uien, 2 eieren, 100 gr. geraspte oude kaas, 4 eetl. crème fraîche, 2 eetl. boter, 2 eetl. bloem, 150 gr. gezouten cashewnoten, 5 eetl. paneermeel, 2 tl. provencaalse kruiden, 7 plakjes bladerdeeg.

Bekleed een springvorm met 5 bladerdeegplakjes, zorg ervoor dat de rand ca. 4 cm hoog is. Strooi 1 eetl. paneermeel over de bodem en zet de springvorm tot gebruik in de koelkast. Was de spinazie, laat hem uitlekken, doe hem met aanhangend water in de pan en laat hem ca. 5 minuten slinken. Leg de spinazie in een vergiet en druk het vocht eruit. Pel en snipper de ui. Verhit de boter in de koekenpan en fruit de ui. Verwarm de oven voor op 200°C. Hak de cashewnoten grof. Klop de eieren los met de kruiden. Voeg de ui, spinazie, noten, kaas en crème fraîche toe, schep de rest van de paneermeel erdoor en breng het op smaak met peper. Verdeel het mengsel over de deegbodem. Snij van de overgebleven bladerdeegplakjes smalle repen en leg deze in ruitvorm over de spinazievulling. Bak de taart gaar in ca. 35 minuten onderin de oven gaar. Lekker met komkommersalade.

