

# TIJN VAN DE SMAAK

## aardappelrecepten

### Vegetarische aardappelgoulash (4 personen)

Lekker met een bietensalade of gekookte groente (zuurkool); eventueel kan bij deze stoofpot een omelet of roerei worden geserveerd.

Nodig:

1 tot 2 eetlepels olie

1 ui, grof gehakt

1 stuk prei (ongeveer 100 gram), van het lichtgroene gedeelte, in ringen gesneden.

Anderhalve theelepel karwijzaad

100 gram champignons, grote exemplaren in vieren gesneden

1 eetlepel meel

3 dl water of bouillon

1 tot 1,5 kg aardappelen, geschild gewogen, in blokje gesneden

1 tot 2 laurierbladeren

1 tot 1,5 eetlepels milde paprikapoeder

2 tot 3 theelepels zout

2 tomaten, in schijven gesneden

1 theelepels oregano

10 tot 20 g boter of 1 eetlepel olie

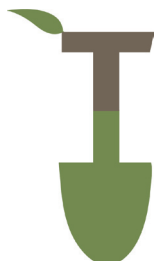
eventueel wat fijngeknipte peterselie

Verwarm op een matig vuur de olie met de ui, prei en karwijzaad en smoor de ui glazig. Laat op het laatst ook de champignons even meesmoren.

Voeg het meel toe en roer het geheel goed door.

Voeg aardappelen, paprika, laurier en zout toe en kook de goulash 15 minuten.

Als laatste kunnen de tomaten en oregano er doorgeroerd en kan de goulash nog 5 minuten doortrekken. Voeg de boter of olie toe en bestrooi de goulash met wat peterselie.



# TIJN VAN DE SMAAK

## aardappelrecepten

### Rösti met kaas op de bakplaat

Dit gerecht is gebaseerd op 4 personen en een bakplaat van ongeveer 30x40 cm.

Dit gerecht is razendsnel te maken en bijzonder voedzaam. Deze rösti hoeft niet omgeschept te worden en toch wordt ze knapperig. Op de bakplaat gebakken rösti is veel minder vet dan in de pan gebakken.

Nodig:

1 kg aardappelen, geen bloemige, geschild gewogen

125 g Emmentaler, Gruyère of Maasdammer

2-3 theelepels zout (afhankelijk van het zoutgehalte van de kaas)

geraspte nootmuskaat

peper

Rasp en droog de aardappelen. Het drogen kan gewoon in een theedoek. Rasp de kaas op dezelfde grove rasp. Meng aardappelen, kaas en zout in een kom, met de handen, goed door elkaar. Vervarm de oven voor en laat de bakplaat een beetje warm worden. De warm geworden bakplaat royaal insmeren met een stuk harde boter. Verdeel het aardappel kaasmengsel over de bakplaat, tot aan de opstaande rand. Maak de laag aardappelen overal even dik. Strooi het zout erover. Bak het geheel ongeveer een half uur bij 210 graden op de onderste richel.

### Zuppa de patate - Patattensoep

Aardappelen snijden in stukjes van 2 a 3 centimeter. water bijdoen.

2 eetlepels extra olijfolie, beetje selder, peterselie, 2 blaadjes laurier, een takje verse rosemaryn, 1 ajuin in enkele grote sukken, look en 2 blokjes groentebouillon. Peper en zout.

20 a 30 min zacht koken. Niet plat koken. Niet mixen !!!

