


SMAAK MAKERS

GUACAMOLE

OOK ZONDER AVOCADO

Asperge guacamole

 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 450 g gesneden verse of ingevroren asperges
- 1 teentje knoflook
- 2 tl limoensap
- 25 g gesneden groene pepertjes
- ½ tl zout
- ½ tl komijn
- 1 el fijngesneden uien
- 1 tomaat zonder zaadjes


MATERIAAL: keukenmachine, weckpot of schone jampot met deksel

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de asperges in een kleine hoeveelheid water totdat ze zacht zijn.
2. Laat ze goed uitlekken en koud worden.
3. Doe de asperges, knoflook, het limoensap, de pepertjes, het zout en komijn in een keukenmachine en mix het gedurende 30 seconden.
4. Schraap daarbij steeds langs de rand van de kom.
5. Haal het mengsel uit de machine en roer de uien en tomaten erdoor. .



Basisrecept guacamole

 15 minuten

Op zoek naar het perfecte recept voor guacamole? Zoek dan niet verder! Deze avocadodip is heerlijk om te serveren bij tortilla's, nacho's of een ander Mexicaans gerecht. Deze zelfgemaakte guacamole staat in een handomdraai op tafel!

DIT HEB JE NODIG:

- 2 avocado's
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- 1 bosje koriander (gehakt)
- 1 el olijfolie
- 1 tomaat (in kleine blokjes)
- ½ rode peper (in ringetjes) (optioneel)
- ½ limoen (in partjes)
- 1 zak tortillachips

MATERIAAL: keukenmachine


ZO MAAK JE HET:

1. Halveer de avocado's, verwijder de pitten en schep het vruchtvlees uit de schil.
2. Maal met een keukenmachine de ui met de koriander, olijfolie en peper tot een grove pasta.
3. Voeg het avocadovruchtvlees toe en meng tot een niet te fijn mengsel.
4. Schep in een kom.
5. Schep de tomaat erdoor en breng de guacamole verder op smaak met zout en eventueel wat rode peper.
6. Serveer met limoen.
7. Lekker met tortillachips.

TIP: Bewaar de avocadopit in de guacamole, dit vertraagt de verkleuring.



Broccomole

 30 minuten

Guacamole zonder avocado.

DIT HEB JE NODIG:

- 250 g broccoli
- 60 ml Griekse yoghurt
- ½ teentje knoflook, geperst
- ¼ rode peper, zaadjes verwijderd, fijngehakt
- 1 el rode ui, fijngehakt
- ½ el verse koriander, fijngehakt
- ½ limoen
- 1 pruimtomaat




MATERIAAL: staafmixer, weckpot of schone jampot met deksel

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de broccoli in roosjes en kook 12 minuten.
2. Giet af en doe de roosjes in een hoge kom.
3. Laat afkoelen.
4. Doe de yoghurt, knoflook, peper, rode ui en koriander erbij, knijp de limoen erboven uit en voeg ½ theelepel zout toe.
5. Mix met de staafmixer tot een gladde, romige massa.
6. Proef en breng op smaak met peper, extra zout en/of nog wat limoensap.
7. Snijd daarna de tomaat in kleine blokjes en schep erdoor.
8. Zet de broccomole tot gebruik in de koelkast, zo stijft hij verder op.

Doperwten guacamole

 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

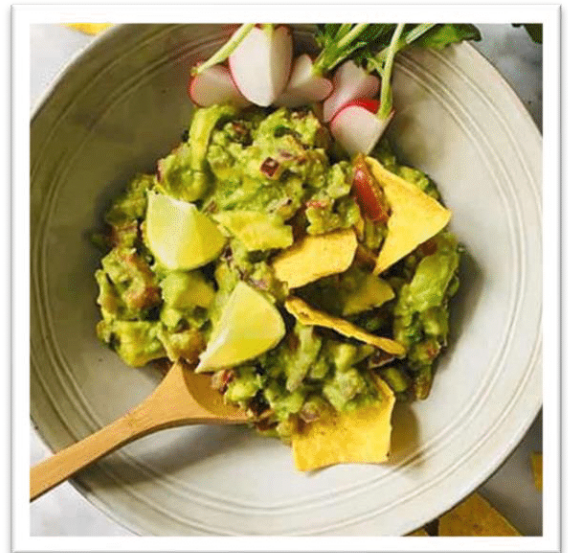
- 100 g doperwten, half ontdooid
- 1 avocado, in blokjes
- 1 limoen, sap
- 1 tomaat, in blokjes
- ½ rode ui, gesnipperd
- 1 rode peper, zonder zaadjes, fijngehakt
- handje verse koriander, gehakt
- 2 teentjes knoflook, geperst

MATERIAAL: keukenmachine, weckpot of schone jampot met deksel


ZO MAAK JE HET:

1. Doe de doperwten in een keukenmachine en maal tot een gladde massa.
2. Schep de erwten in een kom en meng met 't limoensap, tomaat, rode ui, rode peper, koriander en knoflook.
3. Voeg naar smaak een snuf zout en peper toe.
4. Roer alles door elkaar met een vork.
5. Voeg de avocado toe aan de kom en meng luchtig, pureer de avocado terwijl je roert.

TIP: Dip met radijs of ander rauwkost en tortillachips.



Groene-bananen guacamole

 15 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 3 tenen knoflook, fijngehakt
- 3 el verse peterselie, fijngehakt
- 2 el verse koriander, fijngehakt
- 1 el rietsuiker
- 1 limoen, sap en rasp
- 2 onrijpe bakbananen
- 2 el Griekse yoghurt
- ½ sjalot, gesnipperd
- 1 rode rawit peper, fijngehakt
- 1 scheut olijfolie
- zout en zwarte peper

MATERIAAL: keukenmachine of staafmixer, weckpot of schone jampot met deksel

ZO MAAK JE HET:

1. Meng de knoflook met de peterselie, koriander, rietsuiker en het sap en de rasp van de limoen.
2. Pel de bananen en prak ze in een andere kom met een vork of pureestamper fijn.
3. Voeg het kruidenmengsel, de yoghurt, sjalot, rawit en een scheutje olijfolie toe en roer goed door.
4. Breng op smaak met zout en peper.

TIP: Serveer met emping en cassavechips.



Knolselderij-groene kruiden guacamole

🕒 80 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 1 knolselderij
- 200 ml druivenpit- of lijnzaadolie
- 1 bosje bieslook
- 1 hand kervel
- 4 teentjes knoflook
- 1 liter volle hoefemelk
- 2 takjes rozemarijn
- 2 takjes tijm
- 1 kruidnagel
- peper en grof zeezout
- 1 el gemalen nori (optioneel)



MATERIAAL: ovenschaal, keukenmachine, weckpot of schone jampot met deksel

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 180°C
2. Was de knolselderij en leg hem in een schaal met grof zeezout.
3. Zet de knolselderij ongeveer een uur in de oven.
4. Snij daarna een deel ervan in grove blokken.
5. Breng de melk aan de kook samen met de knoflook, rozemarijn, tijm en kruidnagel.
6. Mix de olie samen met de fijngesnipperde bieslook en kervel tot een felgroene gladde massa.
7. Mix de stukken gegaarde knolselderij in de keukenmachine of vijzel.
8. Bewaar de grove structuur en maal niet helemaal glad.
9. Spatel hierdoor de bieslookolie.
10. Voeg peper en zout toe en optioneel de zilte smaak van de nori.