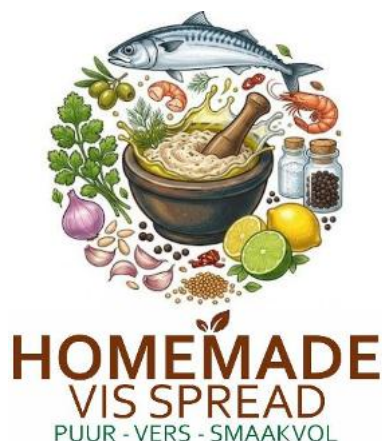




Spreads voor op brood of bij de borrel zijn smaakvolle smeersels of dips op basis van groenten, zuivel, vis, noten of peulvruchten die je gebruikt als broodbeleg of snack. Spreads zijn lekker op je brood, cracker en rijstwafel of op een stukje stokbrood bij een borrel of om lekker wat snoepgroente in te dippen. Kortom: wat is een mens zonder spreads?

Wat is het?

Een spread is een dikke, smeerbare massa die je ergens op kunt smeren of in kunt dippen.

Basis: Ze worden vaak gemaakt van gepureerde kikkererwten (zoals hummus), geroosterde groenten (zoals rode biet of paprika), roomkaas of yoghurt, noten (zoals muhammara) of vis (zoals tonijn en zalm).

Structuur: Ze variëren van heel fijn en romig tot grof en stevig.

Wat kun je ermee?

Je kunt alle kanten op met spreads, zowel doordeweeks als in het weekend:

Op brood of toast: Vervang je standaard boter of kaas door een groentespread op een boterham, bolletje of cracker.

Op de borrelplank: Zet een schaaltje neer met stokbrood, breekbrood, tortilla's of pita's die je kunt dippen.

Bij de rauwkost: Dip reepjes komkommer, wortel, paprika of bleekselderij in de spread voor een frisse snack.

Als smaakmaker: Gebruik het als sausje of laagje in een wrap, tosti of gevulde pita

Hieronder laten wij jullie allerlei lekkere **VIS SPREAD RECEPTEN** zien, dus in de aanslag met potten, pannen, messen, mixer of garde!

VIS SPREAD PAGINA'S

ANCHOIADE SPREAD	2	KREEFT LOBSTER ROLL SPREAD	25
COQUILLE SPREAD	3	KREEFT TRUFFEL SPREAD	26
FOREL SPREAD	4	MAKREEL SPREAD	27
FOREL APPEL SPREAD MET KAVIAAR	5	MAKREEL AMERICAIN SPREAD	28
FOREL HÜTTENKÄSE SPREAD	6	MAKREEL CITROEN SPREAD	29
FOREL KAPPERTJES CITROEN SPREAD	7	MAKREEL DRAGON SPREAD	30
FOREL KOMKOMMER SPREAD	8	MAKREEL KAPPERTJES CITROEN SPREAD	31
FOREL MIERIKSWORTEL SPREAD	9	NOORDZEE SPREAD	32
GARNALEN SPREAD	10	SARDINES SPREAD	33
GARNALEN AVOCADO SPREAD	11	SARDINES ERWTEN SPREAD	34
GARNALEN DILLE SPREAD	12	SARDINES LIMOEN SPREAD	35
GARNALEN HOLLANDS SPREAD	13	SARDINES TOMAAT SPREAD	36
GARNALEN KNOFLOOK SPREAD	14	TONIJN SPREAD	37
HEILBOT GEROOKT SPREAD	15	TONIJN GRIEKSE YOGHURT SPREAD	38
HEILBOT KAPPERTJES SPREAD	16	TONIJN SPREAD MEDITERRANÉ	39
HEILBOT MIERIKSWORTEL SPREAD	17	TONIJN SESAM SPREAD	40
HEILBOT VENKEL SPREAD	18	WITVIS KRUIDEN SPREAD	41
KRAB SPREAD	19	WITVIS LIMOEN SPREAD	42
KRAB KNOFLOOK SPREAD	20	WITVIS PICCALILLY SPREAD	43
KRAB SRIRACHA SPREAD	21	ZALM SPREAD	44
KRAB WHISKY SPREAD	22	ZALM AVOCADO SPREAD	45
KREEFT DRAGON SPREAD	23	ZALM DILLE SPREAD	46
KREEFT LIMOEN SPREAD	24	ZALM KAPPERTJES SPREAD	47

ANCHOÏADE SPREAD

Anchoïade is een klassieke, hartige Provençaalse spread gemaakt van ansjovis, knof ook en olijfolie. Deze ziltige smaakbom staat in een handomdraai op tafel en is perfect voor bij de borrel.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  2 blikjes ansjovisf lets in olie (ca. 90-100 gram totaal), uitgelekt
-  2 à 3 teentjes knof ook, gepeld en grof gehakt
-  100 ml extra vierge olijfolie van goede kwaliteit
-  1 à 2 el rode wijnazijn (of citroensap voor een frissere toets)
-  versgemalen zwarte peper (zout is meestal niet extra nodig vanwege de ansjovis)

optioneel:

-  handje verse peterselie of een paar blaadjes rozemarijn

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de uitgelekte ansjovisfilets, de stukjes knoflook en de rode wijnazijn (of het citroensap) in een vijzel of een kleine keukenmachine.
2. Stamp of pulseer tot er een grove, dikke pasta ontstaat.
3. Giet er nu langzaam en in een dun straaltje de olijfolie bij terwijl je blijft roeren of pulseren, totdat de spread mooi bindt en de gewenste dikte heeft.
4. Breng royaal op smaak met versgemalen zwarte peper en meng er eventueel de fijngesneden kruiden doorheen.
5. Je kunt de spread direct serveren, maar als je hem een uurtje afgedekt in de koelkast zet, trekken de smaken nog lekkerder in.

LEKKER BIJ:

-  **Brood en Toast:** Smeer het op stukjes warm, knapperig stokbrood, sneetjes gegrild zuurdesembrood of krokante toastjes.
-  **Rauwe groenten:** Gebruik het als dip voor knapperige, rauwe groenten zoals bleekselderij, wortelstokjes, radijsjes, reepjes paprika, komkommer of venkel.
-  **Warme groenten:** De spread smelt heerlijk weg over warme, gekookte jonge aardappeltjes, gestoomde sperziebonen, sugarsnaps of gegrilde artisjokken.
-  **Eieren:** Een fantastische match met hard- of zachtgekookte eieren bij de lunch of borrel.
-  **Als smaakmaker:** Roer een lepeltje anchoïade door een lauwwarme pastasalade of smeer een dun laagje op een stuk gegrilde witte vis of biefstuk direct uit de pan.



COQUILLE SPREAD

Een exclusieve en f uweelzachte sint-jacobsschelpen spread (coquille spread) is een absolute delicatessen. Omdat sint-jacobsschelpen kort gebakken moeten worden om hun zoete smaak en zachte structuur optimaal te benutten, vraagt deze spread om een net iets andere aanpak dan krab of kreeft.

Bereidingstijd: 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g coquille (vers of ontdooid, zonder rood koraal, drooggedept)
-  1 el roomboter (om in te bakken)
-  3 el roomkaas (naturel, op kamertemperatuur)
-  1½ el mayonaise
-  1 sjalotje, f interduun gesneden
-  1 tl verse citroensap
-  1 el verse bieslook of platte peterselie, f jngehakt
-  snufje gerookt paprikapoeder (voor een subtiele diepte)
-  zout en witte peper (witte peper houdt de spread mooi egaal van kleur)

MATERIAAL: schaalte of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Verhit de roomboter in een koekenpan op hoog vuur.
2. Bak de sint-jacobsschelpen 1 tot 1½ minuut per kant tot ze een mooi goudbruin korstje hebben, maar van binnen nog zacht en sappig zijn.
3. Haal ze direct uit de pan en laat ze afkoelen.
4. Hak de afgekoelde sint-jacobsschelpen met een scherp mes heel fijn.
5. Of pulseer ze heel kort in een keukenmachine als je een gladdere structuur wilt.
6. Roer in een kom de roomkaas, mayonaise en het citroensap glad.
7. Meng het fijngesneden sjalotje, de bieslook en het gerookte paprikapoeder door de basis.
8. Schep daarna de fijngehakte sint-jacobsschelpen erdoor.
9. Breng de spread op smaak met een snufje zout en witte peper
10. Zet 30 minuten in de koelkast om de spread steviger te laten worden en de smaken te laten versmelten.

LEKKER BIJ:

-  **Luxe blini's:** Serveer een klein schepje van de spread op warme blini's, eventueel getopt met een klein toefje viskuit of kaviaar voor een sterrenwaardige amuse.
-  **Brioche of desembrood:** Fantastisch op licht getoast briochebrood of een dun sneetje knapperig, neutraal zuurdesembrood.
-  **Komkommer cups:** Snijd een komkommer in dikke plakken, hol ze lichtjes uit en vul ze met de spread voor een frisse, koolhydraatarme en elegante snack.
-  **Smaakvolle crackers:** Combineer met zeezout- of rozemarijncrackers. De hartige kruiden van de cracker liften de smaak van de coquille prachtig op.



FOREL SPREAD

Een forelspread (gemaakt van gerookte forel) is een heerlijk fris, romig en elegant alternatief voor de zwaardere olijventapenade. Het is perfect voor een luxe borrel of een chique lunch en staat minstens zo snel op tafel.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelf let
-  2 el roomkaas (naturel, bijvoorbeeld MonChou of Philadelphia)
-  1 f inke el crème fraîche (of Griekse yoghurt voor een lichtere variant)
-  1 tl citroensap (vers geperst)
-  1 tl grove mosterd of dille-mosterdsaus
-  handje verse dille of bieslook (f jngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Controleer de gerookte forelfilet goed op eventuele achtergebleven graatjes en pluk de vis met twee vorken in grove stukjes.
2. Meng in een kom de roomkaas, crème fraîche, het citroensap en de mosterd tot een gladde saus.
3. Spatel de stukjes forel en de fijngehakte kruiden erdoorheen.
4. Als je van structuur houdt, prak je de vis er met een vork losjes doorheen.
5. Wil je een super gladde spread?
6. Meng het geheel dan kort in een kleine keukenmachine of met een staafmixer.
7. Proef de spread en voeg naar eigen inzicht versgemalen zwarte peper en een klein snufje zout toe.
8. Zet de spread tot gebruik afgedekt in de koelkast (de smaak wordt nóg lekkerder als hij een uurtje staat).

LEKKER BIJ:

-  **Op toast of blini's:** Smeer een gulle laag op een warm, knapperig toastje, een stukje roggebrood of op warme blini's (mini-pannenkoekjes).
-  **Bij de borrel:** Serveer als dip met zilte zeezoutcrackers, grissini (soepstengels) of schijfjes komkommer en radijs voor een frisse, koolhydraatarme snack.
-  **Op een luxe sandwich:** Heerlijk op een dikke plak zuurdesembrood met wat plukjes frisse sla, plakjes komkommer en eventueel een paar plukjes extra dille.
-  **In een wrap:** Smeer de forelspread op een wrap, verdeel er wat babyspinazie en flinterdunne ringetjes rode ui over, rol strak op en snijd in kleine rolletjes voor een borrelhapje.
-  **Als voorgerecht:** Serveer een mooi 'quenelle' (bolletje) van de spread op een bedje van carpaccio van rode biet; de combinatie van aardse biet en rokerige vis is een klassieker.



FOREL APPEL SPREAD

Een forel-appelspread met kaviaar of foreleitjes is de ultieme luxe variant op de klassieke forelsread. De frisse, knapperige appel snijdt perfect door de romige forel, terwijl de kaviaar zorgt voor een chique, zilte 'pop' in de mond.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelfilet
-  ½ zure appel (bijvoorbeeld Granny Smith, in flinterdunne, kleine blokjes)
-  2 el roomkaas of mascarpone
-  1 el mayonaise (voor een zijdezachte structuur)
-  1 tl citroensap (vers geperst, dit voorkomt ook het verkleuren van de appel)
-  handje verse bieslook of dille (fijngesneden)
-  20 à 30 g kaviaar, foreleitjes of imitatiekaviaar (om te garneren)
-  versgemalen zwarte peper
-  heel klein snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Schil de halve Granny Smith appel en snijd deze in vlijmscherpe, piepkleine blokjes (*brunoise*).
2. Besprenkel direct met het citroensap om verkleuring te voorkomen.
3. Meng in een kom de roomkaas, mayonaise en de fijngesneden kruiden (bieslook of dille) tot een gladde massa.
4. Controleer de forelfilet op graatjes en pluk de vis in kleine stukjes.
5. Spatel de forel en de appelblokjes voorzichtig door het roomkaasmengsel.
6. **TIP:** Gebruik voor dit recept liever geen staafmixer, zodat je de knapperige structuur van de appel en de textuur van de vis behoudt.
7. Proef en voeg naar smaak peper en eventueel een heel klein beetje zout toe.
8. Schep de spread in een mooi schaaltje en verdeel de kaviaar of viskuit er pas vlak voor het serveren kunstig bovenop.
9. Zo blijven de eitjes mooi heel en glanzend.

LEKKER BIJ:

- **Op knapperige blini's:** De absolute klassieker. Serveer de spread op lauwwarme, mini-pannenkoekjes (blini's) voor een high-end aperitiefhapje.
- **Op briochebrood:** Geroosterd briochebrood is lichtzoet en boterzacht. De combinatie met de frisse appel en zilte kaviaar is fantastisch.
- **In witloofschuitjes (koolhydraatarm):** Schep een lepel van de spread in de holte van een blaadje witlof. Het bittere van de witlof past perfect bij het romige en frisse van de spread.
- **Als chique amuse:** Serveer een klein lepeltje van de spread in een amuseglas of op een luxe porseleinenlepel, getopt met een extra takje dille en een flinke schep kaviaar.
- **Op premium toastjes:** Kies voor dunne, neutrale toastjes (zoals melba toast of sourdough crackers) zodat de subtiele smaak van de forel en kaviaar niet wordt overstemd.



FOREL HÜTTENKÄSE SPREAD

Een forel-hüttenkäse spread is een heerlijk lichte, frisse en eiwitrijke variant op de klassieke vissmeersels. Door hüttenkäse (cottage cheese) te gebruiken in plaats van roomkaas of mayonaise, krijg je een spread die heel laag is in vetten, maar wel een fijne, korrelige structuur en een frisse smaak heeft.

Bereidingstijd: 5 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelfilet
-  150 g hüttenkäse (cottage cheese)
-  1 tl citroenrasp en een klein kneepje citroensap
-  Handje verse kruiden (een combinatie van dille en bieslook werkt het best)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje (zee)zout

optioneel voor extra frisheid:

-  ¼ komkommer (alleen het stevige buitenste deel, zonder de waterige zaadlijsten, in piepkleine blokjes)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Controleer de gerookte forelfilet op eventuele gaatjes.
2. Pluk de vis met een vork of met je handen in kleine stukjes.
3. Doe de hüttenkäse in een kom.
4. Voeg de geplukte forel, de fijngesneden kruiden (en eventueel de komkommerblokjes) toe.
5. Voeg de citroenrasp, het citroensap en een flinke snuf versgemalen zwarte peper toe.
6. Roer alles met een lepel voorzichtig door elkaar.
7. Proef de spread goed.
8. Omdat gerookte forel van zichzelf al zout is, heb je meestal maar heel weinig of geen extra zout nodig.
9. Voeg dit naar eigen smaak toe.
10. Gebruik voor dit recept geen blender of staafmixer.
11. Juist de structuur van de hüttenkäse en de stukjes vis maken deze spread zo lekker.

LEKKER BIJ:

-  **Op een rijstwafel of havercracker:** Een ideale, eiwitrijke en caloriearme snack voor tussendoor.
-  **Op stevig roggebrood of volkorendesem:** De aardse, zware smaak van roggebrood vormt een geweldig tegenwicht voor de frisse, lichte spread.
-  **Als vulling voor een avocado:** Halveer een avocado, verwijder de pit en vul het holletje met een flinke schep van deze forelspread.
-  **Op een bagel:** Heerlijk voor de lunch op een geroosterde (volkoren) bagel met wat extra plakjes tomaat en een plakje sla.
-  **Als gezonde dip:** Serveer in een schaaltje met partjes snackpaprika, wortelstengels en selderij om lekker te dippen.



FOREL KAPPERTJES CITROEN SPREAD

Deze spread is een heerlijk frisse en hartige spread. De ziltige, zurige kappertjes en het frisse van de citroen snijden perfect door de vette, gerookte forel. Dit geeft een geweldige smaakbalans die doet denken aan een mediterrane vispaté.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelfilet
-  2 el roomkaas (naturel) of mascarpone
-  1 el mayonaise of Griekse yoghurt
-  1 flinke el kappertjes (uitgelekt en grof gehakt)
-  ½ citroen (de rasp van de hele halve citroen en 1 theelepel van het sap)
-  handje verse dille of platte peterselie (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper (zout is meestal niet nodig door de zoute kappertjes en vis)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Controleer de forelfilet op eventuele achtergebleven graatjes.
2. Hak de kappertjes grof en snijd de verse kruiden fijn.
3. Rasp de schil van de halve citroen.
4. Roer in een kom de roomkaas, mayonaise (of yoghurt), het citroensap en de citroenrasp tot een glad en romig mengsel.
5. Pluk de gerookte forel in stukjes en voeg deze samen met de gehakte kappertjes en de kruiden toe aan de kom.
6. Prak het geheel met een vork losjes door elkaar zodat er een smeerbare spread ontstaat waarin nog wel wat structuur zit.
7. Breng op smaak met een flinke snuf versgemalen zwarte peper.

LEKKER BIJ:

-  **Op een crostini:** Smeer de spread op een sneetje stokbrood dat is ingesmeerd met een beetje olijfolie en kort is geroosterd in de oven of grillpan.
-  **Op een zuurdesem boterham:** Een dikke plak vers zuurdesembrood met deze spread en wat plukjes rucola is een fantastische luxe lunch.
-  **Bij de borrel:** Serveer als dip met Franse zoute crackers, grissini (soepstengels) of gezouten chips.
-  **Als vulling voor wraps:** Besmeer een tortilla met de spread, leg er plakjes gerookte zalm of komkommer op, rol stevig op en snijd in kleine rolletjes voor een feestelijk hapje.
-  **In een maaltijdsalade:** Schep een flinke lepel van deze spread op een frisse groene salade met gekookte krieltjes en sperziebonen als een snelle dressing en viscomponent in één.



FOREL KOMKOMMER SPREAD

Dit is misschien wel de meest verfrissende variant in de rij. Komkommer en gerookte vis zijn een gouden combinatie: het sappige, knapperige van de komkommer breekt perfect door het rijke en vettige van de gerookte forel.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelfilet
-  ½ komkommer
-  2 el roomkaas (naturel)
-  1 el Griekse yoghurt of zure room (voor extra frisheid)
-  1 tl citroensap (vers geperst)
-  handje verse dille of bieslook (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Was de komkommer.
2. Snijd hem in de lengte doormidden en schraap met een lepel de waterige zaadlijsten eruit (dit voorkomt dat je spread te nat wordt).
3. Snijd de komkommer daarna in piepkleine blokjes (*brunoise*) of rasp hem grof.
4. Leg de komkommerblokjes of -rasp in een zeef, strooi er een klein snufje zout over en laat dit 5 minuten staan.
5. Druk het vocht er daarna met de achterkant van een lepel of een schoon keukendoekje goed uit.
6. Meng in een kom de roomkaas, Griekse yoghurt (of zure room), het citroensap en de fijngesneden kruiden tot een gladde massa.
7. Controleer de forel op graatjes, pluk de vis in stukjes en voeg deze samen met de goed uitgeknepen komkommer toe aan de kom.
8. Prak alles met een vork door elkaar tot een mooie spread.
9. Breng op smaak met een flinke snuf versgemalen zwarte peper en eventueel nog een drupje citroensap.

LEKKER BIJ:

-  **Op sandwiches (High Tea stijl):** Smeer de spread dik tussen twee sneetjes wit casinobrood (zonder korstjes) en snijd ze diagonaal door voor klassieke, luxe theesandwiches.
-  **Op een knapperig beschuitje of cracker:** Een heerlijk lichte start van de dag of als slank tussendoortje.
-  **In een pitabroodje:** Rooster een volkoren pitabroodje, snijd open en vul hem met een flinke schep van de spread en wat extra ijsbergsla.
-  **Als dip voor naanbrood of flatbread:** Warm het brood kort op in de oven en scheur het in stukken om de spread mee op te scheppen.
-  **Op een rijstwafel met avocado:** Beleg een rijstwafel met dunne plakjes avocado en schep er een gulle lepel forel-komkommerspread bovenop.



FOREL MIERIKSWORTEL SPREAD

Dit is een absolute Zweedse klassieker. De scherpe, pittige smaak van mierikswortel (die een beetje aan wasabi doet denken) is de ultieme tegenhanger voor het vette, rokerige van de forel. Dit geeft de spread een heerlijke, volwassen kick.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g gerookte forelfilet
-  2 flinke el roomkaas (naturel)
-  1 flinke el crème fraîche
-  1 tot 2 tl mierikswortel (uit een potje, naar smaak)
-  1 tl citroensap (vers geperst)
-  handje verse platte peterselie of dille (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een kom de roomkaas, crème fraîche, het citroensap en de fijngehakte kruiden door elkaar.
2. Voeg eerst 1 tl mierikswortel toe aan het mengsel en roer goed door.
3. **TIP:** Mierikswortel kan snel overheersen, dus begin voorzichtig.
4. Controleer de forelfilet op graatjes, pluk de vis in stukjes en voeg deze toe aan de kom.
5. Prak het geheel met een vork tot een grove, smeerbare spread.
6. Proef de spread nu goed.
7. Wil je meer pit? Voeg dan de 2^e tl mierikswortel toe.
8. Breng op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een klein snufje zout.

LEKKER BIJ:

-  **Op warm roggebrood of pumpernickel:** De diepe, licht zoetzure smaak van donker roggebrood past fantastisch bij de scherpe mierikswortel en gerookte vis.
-  **Bij gepofte aardappels:** Schep een flinke klodder van deze spread op een hete, gepofte (zoete) aardappel als snelle en luxe avondmaaltijd.
-  **Op een Brezel of zoute krakeling:** De spread is heerlijk als dip of beleg op een zachte, warme Duitse pretzel.
-  **Op een bagel met rode ui:** Besmeer een geroosterde bagel met de spread en top af met flinterdunne ringetjes rode ui en een paar kappertjes.
-  **Als amuse op een chipje:** Serveer op een stevige, gezouten aardappelchip of groentechip (zoals rode biet) voor een verrassende bite tijdens de borrel.



GARNALEN SPREAD

Een garnalenspread is een heerlijk luxe, romige en zachte spread met een subtiele zeesmaak. Door de toevoeging van frisse kruiden en een klein zuurtje is dit de perfecte spread voor een feestelijke borrelplank of een uitgebreide brunch.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gekookte garnalen (bijvoorbeeld Hollandse garnalen voor een verfijnde smaak, of Noordzeegarnalen/roze garnalen)
-  2 el roomkaas (naturel) of mascarpone
-  1 el mayonaise
-  1 tl citroensap (vers geperst)
-  ½ tl tomatenpuree of ketchup (voor een mooie zachtroze kleur en een vleugje zoetheid)
-  handje verse bieslook en dille (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper, een snufje zout
-  mespuntje cayennepeper of paprikapoeder (voor een subtiele warmte)

MATERIAAL: schaalpje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Houd een paar mooie, hele garnalen apart voor de garnering.
2. Hak de rest van de garnalen met een mes grof in stukjes.
3. **TIP:** *Hak ze niet té fijn, want een beetje structuur maakt de spread extra lekker.*
4. Meng in een kom de roomkaas, mayonaise, het citroensap en de tomatenpuree (of ketchup) tot een gladde, lichtroze saus.
5. Roer de fijngehakte kruiden (bieslook en dille) en de stukjes garnaal door het sausje.
6. Voeg naar smaak versgemalen zwarte peper, een klein snufje zout en een mespuntje cayennepeper toe.
7. Roer nogmaals goed door.
8. Schep de garnalenspread in een mooi schaalpje en leg de achtergehouden hele garnalen en een klein plukje dille bovenop.

LEKKER BIJ:

-  **Op luxe toastjes of crostini's:** Smeer een royale laag op een melba-toastje of een knapperig, in olijfolie geroosterd sneetje stokbrood.
-  **In een avocado (Klassieker):** Halveer een rijpe avocado, verwijder de pit en vul de holte met een flinke schep van deze garnalenspread voor een prachtig voorgerecht.
-  **Op een feestelijke sandwich:** Besmeer wit casinobrood met de spread, leg er flinterdunne plakjes komkommer op en snijd de korstjes eraf voor chique theesandwiches.
-  **Als vulling voor kerstomaatjes:** Hol een aantal grote kerstomaatjes uit en vul ze met de garnalenspread. Dit is een fantastische, frisse borrelhap.
-  **Op een gepofte aardappel:** Schep een flinke lepel van de spread op een hete, gepofte aardappel uit de oven, samen met wat extra bieslook.



GARNALEN AVOCADO SPREAD

Deze garnalen-avocadospread is een absolute winnaar op elke borreltafel of lunchplank. De f uweelzachte, romige structuur van rijpe avocado vormt een waanzinnige basis voor de stevige, licht zoetige garnalen. Een superfrisse spread die bovendien boordevol gezonde vetten zit.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gekookte garnalen (bijvoorbeeld roze garnalen of Hollandse garnalen)
-  1 grote rijpe avocado
-  1 el Griekse yoghurt of zure room (voor een frisse touch)
-  1 el citroen- of limoensap (vers geperst; essentieel om verkleuring van de avocado te voorkomen)
-  ½ rode ui of 1 bosuitje (flinterdun gesnipperd)
-  handje verse koriander of platte peterselie (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje (zee)zout
-  eventueel een mespuntje chilivlokken voor wat pit

MATERIAAL: schaalpje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Houd een paar mooie garnalen apart voor de garnering.
2. Hak de rest van de garnalen grof in stukjes.
3. Halveer de avocado, verwijder de pit en schep het vruchtvlees in een kom.
4. Voeg direct het citroen- of limoensap en de Griekse yoghurt toe.
5. Prak het geheel met een vork tot een smeulige massa (een paar kleine stukjes erin is juist lekker voor de structuur).
6. Voeg de fijngehakte rode ui (of bosui), de verse kruiden en de grof gehakte garnalen toe aan de geprakte avocado.
7. Spatel alles rustig door elkaar.
8. Breng de spread royaal op smaak met versgemalen zwarte peper en een snufje zout.
9. Houd je van een beetje pit? Roer er dan ook een mespuntje chilivlokken door.
10. Schep de spread in een schaalpje en leg de achtergehouden garnalen en een blaadje koriander of peterselie bovenop.
11. **TIP:** *Serveer direct, want avocado kan na verloop van tijd donkerder kleuren.*

LEKKER BIJ:

-  **Als dip voor tortillachips:** De ultieme borrelcombi. Gebruik gezouten tortillachips (nacho's) om deze spread gul mee op te scheppen.
-  **Op een maïscracker of rijstwafel:** Een heerlijk lichte, gezonde en eiwitrijke snack voor tussendoor.
-  **Op zuurdesemtoast:** Rooster een stevige snee brood, smeer er een dikke laag spread op en top eventueel af met een gepocheerd eitje voor een luxe brunch.
-  **Als vulling in een wrap of taco:** Smeer een tortilla in met de spread, voeg wat knapperige ijsbergsla toe en rol hem strak op.
-  **Op mini tosties:** Smeer de spread op warme, krokante crostini's uit de oven voor een elegant fingerfood-hapje.



GARNALEN DILLE SPREAD

Deze spread is een verfijnde klassieker met een uitgesproken Scandinavisch karakter. Het aromatische, frisse van de verse dille is de absolute droompartner voor de zoetige, zachte garnalen. Dit resulteert in een lichte en elegante spread die perfect past bij een feestelijke gelegenheid.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gekookte garnalen (Hollandse garnalen zijn hierbij erg lekker, maar roze garnalen werken ook uitstekend)
-  2 flinke elroomkaas (naturel) of crème fraîche
-  1 el mayonaise
-  1 tl citroensap (vers geperst)
-  ½ tl Dijonmosterd (voor een subtiele diepte in de smaak)
-  ruim handje verse dille (fijngesneden, zonder de harde steeltjes)
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Houd een klein plukje dille en een paar hele garnalen apart voor de afwerking.
2. Hak de rest van de garnalen grof met een scherp mes.
3. Hak de dille fijn.
4. Meng in een kom de roomkaas (of crème fraîche), mayonaise, het citroensap en de Dijonmosterd tot een egale, gladde saus.
5. Voeg de fijngehakte dille en de stukjes garnaal toe aan de saus.
6. Spatel alles rustig door elkaar zodat de garnalen mooi bedekt zijn.
7. Proef de spread.
8. Voeg naar eigen smaak versgemalen zwarte peper en een klein snufje zout toe.
9. Schep de spread in een schaaltje en garneer met de achtergehouden garnalen en het takje dille.
10. Laat de spread een half uurtje afgedekt in de koelkast op smaak komen, dan trekt de dille er nog lekkerder in.

LEKKER BIJ:

-  **Op Scandinavisch knäckebröd:** Kies voor een stevig, ambachtelijk knäckebröd (bijvoorbeeld met zeezout of pompoenpitten) voor een heerlijke, knapperige textuur.
-  **Op een zachte brioche:** Het licht zoete van getoost briochebrood vormt een fantastisch contrast met de frisse dillespread.
-  **Bij een High Tea:** Smeer een dunne laag op wit casinobrood, leg er eventueel flinterdunne plakjes komkommer op, snijd de korsten eraf en snijd in elegante vierkantjes.
-  **Op blini's:** Serveer een klein schepje van de spread op lauwwarme blini's als chique borrelhapje.
-  **Als vulling voor een gepofte aardappel:** Net als in Zweden (waar ze dol zijn na *skagenröra*, een soortgelijke spread), is dit waanzinnig lekker als vulling in een hete gepofte aardappel.



GARNALEN SPREAD OP Z'N HOLLANDS

Een Hollandse garnalenspread brengt de absolute nostalgie van de klassieke garnalencocktail naar een smeerbare vorm. Gemaakt met de kenmerkende, kleine en intens smaakvolle Hollandse grijze garnalen en een romige saus met een subtiel drupje whisky. Dit is Hollands glorie op zijn best: rijk, romig, licht zoet en ontzettend feestelijk.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  **150 g** verse Hollandse garnalen (grijze Noordzee garnalen)
-  **2 el** roomkaas (naturel)
-  **1 flinke el** mayonaise
-  **1 tl** tomatenketchup (voor die klassieke zachtroze cocktailkleur)
-  **½ tl** echte whisky (bijvoorbeeld Schotse of Ierse)
-  **enkele druppels** vers citroensap
-  **handje** verse bieslook (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  heel klein snufje zout
-  snufje (gerookt) paprikapoeder.

MATERIAAL: schaalpje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Meng in een kommetje de roomkaas, mayonaise, ketchup, whisky en het citroensap met een lepel tot een egale, gladde roze saus.
2. Roer de fijngesneden bieslook en een snufje paprikapoeder door de sausbasis.
3. Houd een klein plukje garnalen apart voor de garnering.
4. Spatel de rest van de Hollandse garnalen voorzichtig door het romige mengsel.
5. **Let op:** de garnalen hoeven niet gesneden of gemalen te worden; ze zijn klein genoeg van zichzelf.
6. Proef de spread goed.
7. Voeg naar wens versgemalen zwarte peper en eventueel een klein snufje zout toe (de garnalen zijn vaak al van nature ziltig).
8. Schep de spread in een mooi schaalpje en strooi de achtergehouden garnalen en nog wat extra bieslook over de bovenkant.

LEKKER BIJ:

-  **Op wit casinobrood (getoost):** Dé ultieme retro-ervaring. Smeer de spread op warm, knapperig witbrood dat diagonaal in driehoekjes is gesneden.
-  **In kleine pasteibakjes (als amuse):** Koop mini-pasteibakjes (of bladerdeegbakjes), warm ze kort op in de oven en vul ze vlak voor serveren met een gulle schep spread.
-  **Op een klassiek hardwener- of melbatoastje:** Perfect voor de borrelplank; de neutrale krokante cracker laat de smaak van de garnalen volledig spreken.
-  **In blaadjes witlof of 'Little Gem' sla:** Voor een frisse, koolhydraatarme variant schep je de spread direct in een stevig, hol slablaadje. Het bittere van witlof of het frisse van de sla vult de romige spread geweldig aan.
-  **Op een luxe kerst- of paasbrunch:** Serveer de spread in een glazen schaalpje naast een mandje met verse croissants, brioche of warm afgebakken pistolets.



GARNALEN KNOFLOOK SPREAD

Een garnalen-knof ookspread haalt de heerlijke smaken van *gambas al ajillo* (Spaanse knof ookgarnalen) naar een koude, romige spread. De combinatie van zoetige garnalen en de intense, hartige kick van knof ook maakt deze spread een absolute hit op elke borrelplank.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gekookte garnalen (bijvoorbeeld roze garnalen of grofgehakte grote gamba's)
-  2 flinke el roomkaas (naturel)
-  1 flinke el mayonaise (voor extra smeugheid)
-  1-2 teentjes knoflook (geperst of heel fijn geraspt, naar smaak)
-  enkele druppels vers citroensap (om het geheel op te frissen)
-  handje verse platte peterselie of bieslook (fijngesneden)
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zout
-  mespuntje paprikapoeder of chilivlokken (voor een subtiele Spaanse touch)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Houd een paar mooie garnalen apart voor de garnering.
2. Hak de rest van de garnalen grof in stukjes zodat je dadelijk een spread hebt met een fijne bite.
3. Meng in een kom de roomkaas, mayonaise, het citroensap en de geperste knoflook.
4. **TIP:** *Begin met één teentje knoflook; rauwe knoflook kan in een spread snel erg krachtig worden.*
5. Voeg de fijngehakte peterselie (of bieslook), het paprikapoeder en de grof gehakte garnalen toe aan de kom.
6. Spatel alles goed door elkaar.
7. Proef de spread goed.
8. Breng op smaak met versgemalen zwarte peper en een snufje zout.
9. Voeg naar wens het tweede teentje knoflook toe voor extra pit.
10. Schep de spread in een schaaltje en garneer met de achtergehouden hele garnalen, een paar chilivlokken en een extra plukje peterselie.

LEKKER BIJ:

-  **Op warm, geroosterd stokbrood:** Smeer de spread op een schuin afgesneden sneetje stokbrood dat warm en krokant uit de grillpan of oven komt.
-  **Bij een mediterrane borrelplank:** Serveer als dip naast olijven, zongedroogde tomaatjes, Serranoham en soepstengels.
-  **Op een Turks brood:** Scheur stukken warm Turks brood af en gebruik ze om de romige knoflookspread mee op te scheppen.
-  **Als vulling voor wraps:** Besmeer een wrap met de spread, leg er een handje rucola en eventueel wat flinterdunne ringetjes rode ui op, rol stevig op en snijd in dikke plakken voor een borrelhapje.
-  **Op premium gezouten crackers:** Een snelle, knapperige drager die de ziltige en hartige smaken perfect ondersteunt.



HEILBOT SPREAD

Een romige gerookte heilbotspread is een heerlijk, elegant alternatief voor de klassieke zalmsalade. Heilbot heeft van zichzelf een zachte, verfijnde rooksmak en een fijne textuur.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gerookte heilbotfilet
-  100 g roomkaas (naturel)
-  2 el crème fraîche of zure room
-  1 tl citroensap (en een beetje rasp voor extra frisheid)
-  1 el verse dille, fijngehakt
-  1 klein sjalotje of bosuitje, heel fijn gesnipperd
-  Versgemalen zwarte peper
-  snufje cayennepeper (zout is meestal niet nodig omdat de vis al zout is)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de gerookte heilbot in heel fijne stukjes of pluk de vis met een vork uit elkaar.
2. Roer in een kom de roomkaas, crème fraîche, het citroensap en de citroenrasp glad.
3. Meng de fijngesneden heilbot, de dille en het sjalotje erdoor.
4. Breng op smaak met de versgemalen zwarte peper en cayennepeper.
5. Je kunt de spread direct serveren, maar als je hem een half uurtje afgedekt in de koelkast zet, trekken de smaken nog lekkerder in.

LEKKER BIJ:

-  **Op knapperig brood:** Smeer de spread op vers afgebakken baguette, getoost zuurdesembrood of krokante crostini's.
-  **Bij de borrel:** Serveer de spread in een mooi schaaltje met luxe zeezoutcrackers, bagelchips of pretzels om te dippen.
-  **Als fris voorgerecht:** Schep een mooie lepel van de spread op een bedje van flinterdunne schijfjes komkommer of rol het op in bladen van witlof (als een schuitje).
-  **Tijdens de lunch:** Smeer een royale laag op een vers getooste bagel, eventueel afgetopt met een paar extra plukjes dille en wat kappertjes.



HEILBOT KAPPERTJES SPREAD

Een heilbotspread met kappertjes geeft een heerlijke, frisse en ziltige twist aan de romige vis. De kappertjes snijden perfect door het vette van de heilbot en de roomkaas heen.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gerookte heilbotfilet
-  100 g roomkaas (naturel)
-  1½ el mayonaise (voor een extra romige, volle smaak)
-  2 el kappertjes, fijngehakt (plus een paar extra voor de garnering)
-  1 tl citroensap
-  1 l verse bladpeterselie of dille, fijngehakt
-  versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd of pluk de gerookte heilbot in hele fijne stukjes.
2. Hak de kappertjes fijn.
3. Dit zorgt ervoor dat de smaak goed door de hele spread wordt verdeeld.
4. Meng in een kom de roomkaas, mayonaise en het citroensap tot een gladde massa.
5. Roer de heilbot, de fijngehakte kappertjes en de verse kruiden erdoor.
6. Breng op smaak met flink wat versgemalen zwarte peper.
7. Garneer de spread vlak voor het serveren met een paar hele kappertjes en een plukje groen.

LEKKER BIJ:

-  **Op roggebrood of toast:** De stevige, diepe smaak van donker roggebrood of een ambachtelijke toast past perfect bij het frisse van de kappertjes.
-  **Bij een vishapje:** Serveer de spread op partjes hardgekookt ei of rol een schepje spread in een plakje gerookte zalm voor een luxe visbonbon.
-  **Als dipsaus:** Heerlijk om rauwe groenten in te dippen, zoals bleekselderij, radijsjes of reepjes komkommer.
-  **Op een zuurdesem sandwich:** Combineer de spread op een sandwich met wat flinterdunne ringen rode ui en een handje rucola voor een luxe lunch.



HEILBOT MIERIKSWORTEL SPREAD

Een heilbotspread met mierikswortel heeft een heerlijke, pittige kick. De scherpe, frisse smaak van mierikswortel is een klassieke combinatie met gerookte vis en tilt de zachte heilbot naar een hoger niveau.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gerookte heilbotf let
-  100 g roomkaas (naturel)
-  2 el crème fraîche
-  1-2 tl mierikswortel (uit een potje, voor de gewenste pittigheid)
-  1 tl citroensap
-  2 el verse bieslook, f ingehakt
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd of pluk de gerookte heilbot in zeer fijne stukjes.
2. Roer in een kom de roomkaas, crème fraîche, het citroensap en de mierikswortel glad.
3. **TIP:** begin met 1 tl mierikswortel, proef, en voeg extra toe als je van meer pittigheid houdt.
4. Meng de fijngesneden heilbot en driekwart van de bieslook door het roomkaasmengsel.
5. Breng op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een klein snufje zout.
6. Garneer met de achtergehouden bieslook.

LEKKER BIJ:

- **Op crackers en toast:** Uitstekend op robuuste crackers, zoals Zweeds knäckebröd, havercrackers of getoost donker (waldkorn)brood.
- **Met aardappel:** Mierikswortel en vis zijn waanzinnig lekker in combinatie met aardappel. Serveer een schepje van deze spread op warme aardappelrösti, op een warme gepofte aardappel, of op een dikke aardappelchip als luxe amuse.
- **Als aperitiefhapje:** Vul er holle mini-tomaatjes (cherrytomaatjes) mee of serveer op schijfjes rauwe bindingen zoals radijs en rammenas.
- **Luxe wrap of sandwich:** Bestrijk een tortilla-wrap met de spread, leg er wat bladspinazie op, rol strak op en snijd in kleine rolletjes voor een pittige borrelhap.



HEILBOT VENKEL SPREAD

Dit is een verrassende, aromatische combinatie. Het lichte anijsachtige aroma van de venkel past perfect bij de zachte rooksmak van de heilbot en geeft de spread een heerlijke, subtiele crunch.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gerookte heilbotf let
-  100 g roomkaas (naturel)
-  2 el Griekse yoghurt (voor een frisse, lichtere structuur)
-  ¼ venkelknol, extreem fijn gesnipperd of geraspt (bewaar het groene venkelgroen!)
-  1 tl citroensap + een beetje citroenrasp
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zeezout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de gerookte heilbot in fijne stukjes.
2. Snijd het kwart van de venkelknol in flinterdunne reepjes en snipper deze daarna zo fijn mogelijk (of gebruik een rasp). Bewaar de fijne plukjes groen die bovenop de venkel zitten (het venkelgroen) voor de garnering.
3. Roer in een kom de roomkaas, Griekse yoghurt, het citroensap en de citroenrasp glad.
4. Meng de heilbot en de fijngesnipperde venkel door het mengsel.
5. Breng op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een klein snufje zout.
6. Hak het venkelgroen fijn en strooi dit over de spread als garnering

LEKKER BIJ:

-  **Op knapperig stokbrood of ciabatta:** Besprenkel plakjes ciabatta met een beetje olijfolie, gril ze kort en besmeer ze royaal met de spread.
-  **Als frisse dipsaus:** De spread is door de yoghurt heerlijk licht. Gebruik hem als dip voor soepstengels (grissini), platbrood of pitachips.
-  **In een venkelschuitje:** Haal de buitenste, grotere bladeren van een extra venkelknol los. Deze hebben de vorm van een schuitje. Schep hier een lepel spread in voor een koolhydraatarm en super elegant hapje.
-  **Bij gegrilde groenten:** Serveer een flinke klodder van de spread naast lauwe, gegrilde courgette of asperges als verfijnd voorgerecht.



KRAB SPREAD

Deze romige dip is perfect in balans door de combinatie van fris citroensap en zachte zuivel.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g krabvlees (uitgelekt blikje of surimi/imitatie krab, f jngehakt)
-  3 el roomkaas (zacht, op kamertemperatuur)
-  1½ el mayonaise
-  1½ el Griekse yoghurt of zure room (voor een frisse touch)
-  1 el verse dille, f jngehakt
-  1 sjalotje, heel f jn gesneden
-  ½ tl citroensap
-  snufje paprikapoeder, peper en zout

MATERIAAL: schaalpje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Klop de roomkaas, mayonaise en Griekse yoghurt in een kommetje glad.
2. Roer het citroensap, het fijngesneden sjalotje en de verse dille door het mengsel.
3. Schep het krabvlees er voorzichtig doorheen zodat de structuur mooi blijft.
4. Breng op smaak met een snufje paprikapoeder, zout en versgemalen zwarte peper.
5. Zet nog 30 minuten in de koelkast om de smaken extra goed te laten intrekken.

LEKKER BIJ:

-  **Op de borrelplank:** Smeer de spread op knapperige toastjes, een vers stuk stokbrood of een getoaste baguette.
-  **Frisse groentendip:** Heel lekker en koolhydraatarm in combinatie met plakjes komkommer, reepjes bleekselderij of uitgeholde mini-paprika's.
-  **Luxe lunch:** Gebruik het als rijke vulling voor een sandwiches of luxe zachte broodjes met een blaadje sla.
-  **Op crackers:** Een fantastische, snelle snack op zoute of romige crackers



KRAB KNOFLOOK SPREAD

Deze heerlijke krab knof ook spread maak je in slechts korte tijd klaar. Door de toevoeging van verse knof ook en een vleugje bieslook krijgt de klassieke krabsalade een heerlijke, hartige kick.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g krabvlees (uitgelekt uit blik of f ingesneden surimi)
-  1 à 2 teentjes knof ook, geperst of heel f jn geraspt (naar smaak)
-  3 el roomkaas (naturel)
-  2 el mayonaise
-  2 el verse bieslook, f jngeknijpt
-  1/2 tl citroensap (voor de frisheid)
-  snufje cayennepeper (voor een subtiel pittige toets)
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaalpje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een kom de roomkaas en mayonaise glad.
2. Meng de geperste knoflook, het citroensap, de bieslook en de cayennepeper door het romige mengsel.
3. Schep het fijngemaakte krabvlees erdoor en roer goed om tot alles gelijkmatig verdeeld is.
4. Proef de spread en breng verder op smaak met zout en versgemalen zwarte peper.
5. Zet nog 30 minuten in de koelkast om de smaken extra goed te laten intrekken.

LEKKER BIJ:

-  **Warme broodjes:** Onweerstaanbaar op versgebakken ciabatta, warm stokbrood of een getoaste bagel.
-  **Borrelplank:** Perfect om te smeren op gezouten crackers, pretzels of stevige chips (zoals tortillachips).
-  **Groenten met een bite:** De sterke knoflooksmaak past heel goed bij frisse, neutrale groenten zoals reepjes komkommer, wortel of radijsjes.
-  **Bij de barbecue of gourmet:** Een heerlijke, luxe variatie op de standaard kruidenboter of knoflooksaus voor op een stukje stokbrood.



KRAB SRIRACHA SPREAD

Deze spread combineert het zoete van de krab perfect met het romige van de mayonaise en de pittige, licht zuurzoete kick van sriracha.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g krabvlees (uitgelekt uit blik of f ingesneden surimi)
-  1-2 el sriracha (naar smaak, afhankelijk van hoe pittig je het wilt)
-  2 el mayonaise
-  2 el Griekse yoghurt
-  1 bosuitje, in f interdunne ringetjes
-  ½ tl limoensap (dit past perfect bij de sriracha)
-  ½ rode peper in ragf jne plakjes gesneden

optioneel:

-  1 tl sesamzaadjes (voor een Aziatische touch en een lekkere crunch)
-  snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Meng in een kom de mayonaise, de sriracha en het limoensap tot een egale, lichtroze saus.
2. Roer de dunne ringetjes bosui, peper en eventueel de sesamzaadjes door de saus.
3. Schep het krabvlees erdoor en meng alles voorzichtig tot de krab volledig bedekt is met de pittige saus.
4. Proef de spread en voeg naar wens een snufje zout of nog wat extra sriracha toe.
5. Zet nog 30 minuten in de koelkast om de smaken en de pittigheid goed te laten samenkomen.

LEKKER BIJ:

-  **Aziatische snacks:** Geweldig als dip voor kroepoek, cassavechips of gefrituurde mini-loempia's.
-  **Sushi-style toast:** Smeer het op een rijstwafel of getoast witbrood en top het af met wat extra sesamzaadjes en dunne plakjes avocado.
-  **Loaded fries of nacho's:** Gebruik het als luxe, pittige topping op warme frietjes of een schaal tortillachips.
-  **Wrap of sandwich:** Heerlijk als pittige basissmeersel op een wrap met krokante ijsbergsla, geraspte wortel en komkommer.



KRAB WHISKY SPREAD

Een klassieke en elegante krab whisky spread (geïnspireerd op de bekende whiskysaus of cocktailsaus) maak je in slechts korte tijd. De spread is heerlijk romig, zacht en krijgt door de whisky en een vleugje tomatenpuree een diepe, luxe smaak.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g krabvlees (uitgelekt uit blik of fijngesneden surimi)
-  3 el mayonaise
-  1 el Griekse yoghurt of zure room (voor een frisse balans)
-  1 flinke tl whisky (bijvoorbeeld een smooth blend of Schotse whisky)
-  1 tl tomatenpuree of ketchup (voor de kleur en smaak)
-  ½ tl paprikapoeder (mild of gerookt)
-  paar druppels tabasco of worcestersaus (voor een subtiele diepte)
-  1 el verse platte peterselie, fijngehakt
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Meng in een kom de mayonaise, Griekse yoghurt, whisky en tomatenpuree (of ketchup) tot een egale, zachtroze saus.
2. Roer het paprikapoeder, de peterselie en eventueel de tabasco of worcestersaus door het mengsel.
3. Schep het krabvlees er voorzichtig doorheen, zodat de structuur van de krab mooi behouden blijft.
4. Proef de spread en breng op smaak met zout en versgemalen zwarte peper.
5. Zet nog 30 minuten in de koelkast hierdoor trekken de smaken van de whisky en kruiden nog beter in.

LEKKER BIJ:

-  **Feestelijke amuses:** Serveer een schepje van de spread in kleine chicoreischuitjes (witlofblaadjes) of uitgeholde cherrytomaatjes.
-  **Luxe toastjes:** Onweerstaanbaar op melba toastjes, pasteibakjes of warm, getoast briochebrood.
-  **Visplankje:** Een perfecte aanvulling op een borrelplank met andere vissoorten, zoals gerookte zalm of Hollandse garnalen.
-  **Als voorgerecht:** Verdeel wat spread over een bedje van fijngesneden ijsbergsla en serveer met een partje citroen en een stukje warm stokbrood als snelle krabcocktail.



KREEFT DRAGON SPREAD

De combinatie van het zoete, zachte kreeftenvlees en het anijsachtige, frisse aroma van verse dragon zorgt voor een absolute restaurantsmaak bij je thuis.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g kreeftenvlees (gekookt, uitgelekt, f jngehakt – vers, diepvries uit blik)
-  3 el zachte roomkaas of crème fraîche
-  1½ el goede mayonaise
-  1 el verse dragon, heel f jngehakt (liefst vers, gedroogd is te dominant)
-  1 tl citroenrasp en een paar druppels citroensap
-  1 klein sjalotje, f interdun gesneden
-  snufje cayennepeper of witte peper
-  snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer de roomkaas (of crème fraîche) en de mayonaise in een kom tot een glad en romig mengsel.
2. Meng de fijngehakte verse dragon, het sjalotje, de citroenrasp en het citroensap door de basis.
3. Schep het fijngehakte kreeftenvlees er voorzichtig doorheen.
4. Zorg dat er nog een beetje structuur in het vlees blijft zitten voor een luxe mondgevoel.
5. Breng de spread op smaak met een heel klein snufje cayennepeper en zout.
6. Zet nog 30 minuten in de koelkast om de specifieke smaak van de dragon goed te laten intrekken.

LEKKER BIJ:

-  **Luxe broodsoorten:** Fenomenaal op warm getoast briochebrood (zoals een mini lobster roll), croissants of knapperig wit zuurdesembrood.
-  **Verfijnde toastjes:** Smeer de spread op neutrale melba toastjes of dunne zeezout-crackers zodat de kreeft de hoofdrol behoudt.
-  **Chique amuses:** Serveer een lepeltje spread in witlofschuitjes, op dunne plakjes komkommer of in kleine blini's voor een feestelijk voorgerecht.
-  **Gepofte aardappel:** Gebruik het als rijke, koude topping op een warme gepofte aardappel of zoete aardappel rechtstreeks uit de oven.



KREEFT LIMOEN SPREAD

Het zuurzachte en aromatische karakter van limoen snijdt perfect door het romige van de spread heen en laat het zoete kreeftenvlees prachtig tot zijn recht komen.

Bereidingstijd: minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g kreeftenvlees (gekookt en fijngehakt – vers, diepvries of uit blik)
-  3 el Griekse yoghurt (voor een extra frisse structuur)
-  2 el mayonaise
-  1 tl limoenrasp (biologisch)
-  1 tl limoensap
-  1 bosuitje, alleen het groene deel, heel fijn gesneden
-  1 l verse koriander of platte peterselie, fijngehakt
-  snufje chilivlokken (voor een subtiele warmte)
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Meng de Griekse yoghurt, mayonaise, limoenrasp en het limoensap in een kom tot een gladde, frisse saus.
2. Roer de fijngesneden bosui, de verse kruiden en een klein snufje chilivlokken door het yoghurtmengsel.
3. Voeg het fijngehakte kreeftenvlees toe en schep het voorzichtig om tot alle stukjes bedekt zijn met de limoendressing.
4. Proef de spread en maak het af met een snufje zout en versgemalen zwarte peper naar smaak.
5. Zet nog 30 minuten in de koelkast om de frisse limoensmaak goed te laten trekken.

LEKKER BIJ:

-  **Zomerse taco's of wraps:** Gebruik de spread als vulling voor mini-taco's of kleine wraps met wat geraspte witte kool en avocado.
-  **Knapperige crackers:** Heerlijk op flaxseed crackers, rijstwafels of dunne toastjes met zeezout.
-  **Groenten met een bite:** Serveer het als dip bij radijsjes, bleekselderij of schijfjes komkommer voor een koolhydraatarme snack.
-  **Getoast brood:** Een absolute winnaar op een warm getoast sneetje maïsbrood of een gegrilde ciabatta ingesmeerd met een heel klein beetje olijfolie.



KREEFT (LOBSTER ROLL) SPREAD

Een authentieke kreeft lobster roll spread brengt de iconische smaak van de Amerikaanse oostkust naar je eigen keuken. Deze spread bootst de vulling van een klassieke New England lobster roll na: rijk aan sappige kreeft, licht romig, fris door citroen en met een knapperige bite.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g kreeftenvlees (gekookt, uitgelekt en in grove stukken gehakt)
-  3 el goede mayonaise (bij voorkeur een volvette, romige variant)
-  1 stengel bleekselderij, f interdun gesneden of heel f jn gehakt (essentieel voor de traditionele crunch)
-  1 el verse bieslook, f jngeknijpt
-  1 tl vers citroensap
-  1½ el roomboter (gesmolten, om door de spread te roeren óf om je brood in te bakken)
-  snufje paprikapoeder of cayennepeper
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een ruime kom de mayonaise, het citroensap, de bieslook en het snufje paprikapoeder of cayennepeper door elkaar.
2. Meng de heel fijngehakte bleekselderij door de saus.
3. Schep de grove stukken kreeftenvlees erdoor en giet de gesmolten roomboter erbij.
4. Schep alles voorzichtig om zodat het kreeftenvlees mooi heel blijft en bedekt wordt met een glanzend laagje.
5. Breng de spread op smaak met zout en versgemalen zwarte peper naar wens.
6. Zet 30 minuten in de koelkast zodat het mengsel steviger wordt en de smaken goed intrekken.

LEKKER BIJ:

-  **Brioche broodjes (The Classic):** Snijd zachte brioche hotdogbroodjes aan de bovenkant open. Bestrijk de zijkanten met roomboter en bak ze in een koekenpan goudbruin en krokant. Vul ze royaal met de koude kreeftspread.
-  **Getoaste witte boterhammen:** Smeer de spread dik tussen twee dikke, in boter gegrilde sneetjes wit casinobrood voor een luxe sandwich.
-  **Zoute chips of pretzels:** Serveer de spread in een kom met een schaal dikke, gezouten aardappelchips (kettle chips) ernaast om te dippen. De combinatie van zout, vet en het friszure van de spread is fantastisch.
-  **Sla-bootjes:** Schep de spread in stevige bladeren van Romeinse sla (little gem) voor een frisse, koolhydraatarme variant.



KREEFT TRUFFEL SPREAD

Een decadente en aardse kreeft truf el spread combineert het beste van twee werelden: het zoete, zachte kreeftenvlees en het diepe, luxueuze aroma van truf el. Omdat truf el snel kan overheersen, is deze spread perfect in balans gebracht met een milde zuivelbasis.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g kreeftenvlees (gekookt, uitgelekt en fijngehakt)
-  3 el roomkaas (naturel) of mascarpone (voor extra romigheid)
-  1½ el mayonaise
-  1-1½ tl truffeltapenade of goede truffelolie (naar smaak)
-  1 el verse platte peterselie, heel fijngehakt (voor een frisse tegenhanger)
-  ½ tl citroensap (om de zware truffelsmaak licht te breken)
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een kom de roomkaas (of mascarpone), mayonaise, het citroensap en de truffeltapenade (of truffelolie) tot een egale, romige crème.
2. Meng de fijngehakte platte peterselie door de truffelbasis.
3. Schep het fijngehakte kreeftenvlees er voorzichtig doorheen.
4. Probeer de stukjes kreeft een beetje heel te laten voor een luxe structuur.
5. Breng de spread op smaak met een snufje zout en een royale hoeveelheid versgemalen zwarte peper.
6. Zet 30 minuten in de koelkast, hierdoor trekt het truffelaroma nog dieper in het kreeftenvlees.

LEKKER BIJ:

-  **Warm briochebrood:** De licht zoete en boterachtige smaak van getoast briochebrood sluit fantastisch aan bij het truffelaroma.
-  **Paddenstoelen-toast:** Smeer de spread op een sneetje gegrild landbrood en top het af met een paar in boter gebakken bospaddenstoelen of cantharellen.
-  **Luxe zoutjes:** Heerlijk op neutrale zeezout-crackers of dunne, krokante bruschetta.
-  **Aardappelgerechten:** Gebruik de spread als koude topping op een warme gepofte aardappel of op kleine aardappelrösti-rondjes (ideaal als amuse).



MAKREEL SPREAD

Een gerookte makreel spread is een absolute klassieker die barst van de smaak. Omdat gerookte makreel van zichzelf heerlijk vet en hartig is, maken we de spread extra lekker door een frisse basis van yoghurt en citroen te gebruiken.

Bereidingstijd: minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g gerookte makreelfilet (schoongemaakt, graatjes en vel verwijderd)
-  2 el mayonaise
-  2 el Griekse yoghurt of zure room (voor een frisse balans)
-  1 tl Dijonmosterd
-  1 el vers citroensap
-  2 el verse bieslook of dille, fijngeknipt
-  ½ rood uitje of sjalotje, fijn interduin gesneden
-  snufje paprikapoeder,
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Pluk de gerookte makreelfilet met twee vorken (of je handen) in fijne stukjes in een kom.
2. Controleer hierbij extra goed op achtergebleven graatjes.
3. Voeg de mayonaise, Griekse yoghurt, dijonmosterd en het citroensap toe aan de makreel.
4. Prak het geheel met een vork door elkaar.
5. Je kunt de spread zo grof of zo glad maken als je zelf lekker vindt.
6. Roer het fijngesneden uitje en de verse bieslook of dille erdoor.
7. Breng op smaak met een snufje paprikapoeder, een beetje zout en lekker veel versgemalen zwarte peper.
8. Zet 30 minuten in de koelkast om de smaken goed te laten samenkomen.

LEKKER BIJ:

-  **Robuust brood:** Onweerstaanbaar op een dikke plak vers roggebrood, stevig volkorenbrood of getoast zuurdesembrood.
-  **Frisse zuurwaren:** Top de spread op een toastje af met plakjes augurk, zilveruitjes of zoetzure rode ui. Dit snijdt perfect door het vette van de makreel.
-  **Borrelplank:** Serveer met knapperige toastjes, gezouten crackers of pretsels.
-  **Gezonde lunch:** Smeer de spread op een volkoren wrap met een flinke hand rucola en dunne linten komkommer.



MAKREEL AMERCAIN SPREAD

Een fantastische makreel americain spread maak je in slechts korte tijd helemaal zelf. Deze populaire spread is de perfecte visvariant op de klassieke f let americain: kruidig, licht pikant en heerlijk hartig door de combinatie van gerookte makreel, ketchup, mosterd en paprikapoeder.

Bereidingstijd: 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  250 g gerookte makreelf let (vel en graten zorgvuldig verwijderd)
-  1 sjalotje, f interdund gesnipperd
-  3 el mayonaise
-  1 el tomatenketchup (of tomatenpuree)
-  2 tl paprikapoeder
-  1 tl scherpe mosterd
-  ½ tl cayennepeper (of een paar druppels tabasco voor extra pit)
-  paar druppels Worcestershire saus
-  1 kleine augurk of 1 tl kappertjes (heel f jngehakt voor een frisure bite)
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Pluk de gerookte makreel uit elkaar en controleer nogmaals op eventuele kleine graatjes.
2. Doe de vis in een kom en prak deze met een vork helemaal fijn.
3. Tip: Voor de échte gladde filet americain-structuur kun je de makreel ook kort pulseren in een keukenmachine.
4. Voeg de mayonaise, ketchup, mosterd, het fijngesnipperde sjalotje en de fijngehakte augurk of kappertjes toe aan de vis.
5. Meng het paprikapoeder, de cayennepeper (of tabasco) en de Worcestershire saus door het geheel.
6. Roer alles krachtig door elkaar tot een egale, smeulge en lichtrode spread ontstaat.
7. Proef de spread en breng eventueel extra op smaak met een snufje zout en zwarte peper
8. Zet 30 minuten in de koelkast, zodat de typerende kruidige 'americain' smaak nog beter intrekt.

LEKKER BIJ:

-  **Als luxe broodbeleg:** Smeer een dikke laag op een verse pistolet, een zacht wit bolletje of een getoast sneetje zuurdesembrood. Lekker met wat extra flinterdunne ringetjes rode ui of een gekookt eitje erop.
-  **Op de borrelplank:** Een absolute hit op krokante melba toastjes, zoute crackers of sneetjes stokbrood.
-  **Koolhydraatarms snack:** Schep een toefje makreel americain op plakjes komkommer of gebruik stevige bladeren van little gem (Romeinse sla) als schuitjes.
-  **Martino style:** Zin in extra pit? Smeer de spread op een broodje en top het af met extra mosterd, tabasco, augurkjes en een snufje extra cayennepeper (net als een broodje Martino!)



MAKREEL CITROEN/LIMOEN SPREAD

Omdat gerookte makreel van nature een vette en stevige vis is, vormt het frisse en zuren van citroen of limoen de ultieme tegenhanger. Dit zorgt voor een lichte, perfect gebalanceerde spread.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 gram gerookte makreelfilet (schoongemaakt, vel en graatjes zorgvuldig verwijderd)
-  2 el Griekse yoghurt of zure room (houdt het lekker fris)
-  1½ el mayonaise
-  1 tl citroenrasp (van een bio citroen/limoen)
-  1-1½ el vers citroen/limoensap (naar smaak)
-  2 el verse dille, fijngehakt (citroen en dille zijn een gouden combinatie)
-  1 klein sjalotje, flinterdun gesnipperd
-  zout en lekker veel versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Pluk de gerookte makreelfilet met je vingers of twee vorken helemaal uit elkaar in een kom.
2. Controleer goed op achtergebleven graatjes.
3. Voeg de Griekse yoghurt, mayonaise, de citroenrasp en het citroensap toe aan de makreel.
4. Prak het geheel met een vork door elkaar tot de gewenste structuur (grof of juist lekker glad).
5. Roer het fijngesnipperde sjalotje en de verse dille door de makreelspread.
6. Proef de spread goed.
7. Breng op smaak met een klein snufje zout en een royale hoeveelheid versgemalen zwarte peper voor een lekkere pittige kraak.
8. Zet 30 minuten in de koelkast om de fris zure smaak extra diep in de vis te laten trekken.

LEKKER BIJ:

-  **Knapperig brood:** Heerlijk op een warm getoast sneetje zuurdesembrood, een vers afgebakken pistolet of robuust volkorenbrood.
-  **Radijsjes en komkommer:** Smeer de spread op plakjes komkommer of gebruik het als dip voor knapperige radijsjes. Het pittige van de radijs past perfect bij de citroenmakreel.
-  **Scandinavische stijl:** Serveer op traditioneel Zweeds knäckebröd of roggebrood, eventueel getopt met een paar extra takjes dille en wat plukjes rucola.
-  **Borrelhapje:** Een frisse verschijning op de borrelplank in combinatie met zeezout-crackers of dunne toastjes.



MAKREEL DRAGON SPREAD

Een verfijnde makreel dragon spread staat binnen korte tijd op tafel. De krachtige, rokerige smaak van gerookte makreel krijgt door de frisse, anijsachtige tonen van verse dragon een verrassend chique en lichte upgrade.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g gerookte makreelfilet (schoongemaakt, vel en graatjes zorgvuldig verwijderd)
-  2 el crème fraîche of Griekse yoghurt (voor een frisse structuur)
-  1½ el mayonaise
-  1 el verse dragon, heel fijngehakt (vers; gedroogde dragon is te dominant)
-  1 tl Dijonmosterd
-  ½ tl citroensap (om het vet van de vis te breken)
-  1 klein sjalotje, flinterdun gesnipperd
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Pluk de schoongemaakte makreelfilet met twee vorken in fijne stukjes uit elkaar in een kom.
2. Controleer extra goed op verborgen graatjes.
3. Meng de crème fraîche (of Griekse yoghurt), mayonaise, dijonmosterd en het citroensap door de makreel.
4. Prak het geheel met een vork tot een smeuijge spread.
5. Roer het fijngesnipperde sjalotje en de fijngehakte verse dragon door het mengsel.
6. Proef de spread en breng op smaak met een klein snufje zout en versgemalen zwarte peper
7. Zet 30 minuten in de koelkast om de specifieke dragonsmaak diep in de vis te laten trekken.

LEKKER BIJ:

-  **Getoast brioche- of suikerbrood:** De licht zoete, boterachtige smaak van warm getoast briochebrood is een fantastische tegenhanger voor de kruidige dragon en vette makreel.
-  **Knapperig zuurdesem:** Smeer een royale laag op een gegrild sneetje zuurdesembrood met een plukje rucola.
-  **Witlof- of komkommerschuitjes:** Schep de spread in blaadjes witlof of op dikke plakken komkommer. Het bittere en frisse van deze groenten matcht geweldig met de anijstoon van dragon.
-  **Zweedse oat crackers:** Heerlijk op stevige haver- of roggecrackers tijdens de borrel.



MAKREEL KAPPERTJES CITROEN SPREAD

Een heerlijke en hartige makreel kappertjes citroen spread staat binnen korte tijd op tafel. De gerookte makreel is van nature lekker vet en vol van smaak, waardoor de friszure combinatie van citroen en de zoute, pittige kappertjes de ultieme tegenhanger vormt.

Bereidingstijd: 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g gerookte makreelfilet (schoongemaakt, vel en graatjes zorgvuldig verwijderd)
-  2 el mayonaise
-  2 el Griekse yoghurt of zure room (voor een frisse balans)
-  1 flinke el kappertjes, grof gehakt (als ze erg groot zijn)
-  1 tl citroenrasp (van een biologische citroen)
-  1 el vers citroensap
-  2 el verse platte peterselie of dille, fijngehakt
-  1 sjalotje, flinterdun gesnipperd
-  zout en lekker veel versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Pluk de schoongemaakte makreelfilet met je vingers of twee vorken helemaal uit elkaar in een kom.
2. Controleer extra goed op achtergebleven graatjes.
3. Voeg de mayonaise, Griekse yoghurt, de citroenrasp en het citroensap toe aan de makreel.
4. Prak het geheel met een vork door elkaar tot een smeùge massa.
5. Roer het fijngesnipperde sjalotje, de (gehakte) kappertjes en de verse kruiden door de spread.
6. Proef de spread goed.
7. Omdat kappertjes al zout zijn, heb je waarschijnlijk weinig extra zout nodig.
8. Voeg wel een royale hoeveelheid versgemalen zwarte peper toe voor een pittige kraak.
9. Zet 30 minuten in de koelkast, hierdoor trekken het zuur van de citroen en het zoute van de kappertjes nog lekkerder in de vis.

LEKKER BIJ:

-  **Scandinavische lunch:** Smeer een dikke laag op traditioneel Zweeds knäckebröd of een stevige plak roggebrood met wat extra dille.
-  **Getoast landbrood:** Heerlijk op een dikke, gegrilde snee zuurdesembrood met een handje pittige rucola.
-  **Borrelhapje:** Een absolute hit op krokante melba toastjes, zoute crackers of schijfjes stokbrood tijdens een feestje.
-  **Frisse groentedip:** Schep een toefje op plakjes komkommer of gebruik het als vulling in witlofschuitjes. Het bittere en frisse van de groenten snijdt prachtig door de rijke spread.



NOORDZEE SPREAD

Een luxe en rijkgepulde Noordzee spread (geïnspireerd op de bekende ambachtelijke Noordzeesalade) brengt het beste van onze eigen wateren samen. Door de combinatie van milde witvis, zoute Hollandse garnalen en gerookte zalm krijgt deze spread een fantastische diepte.

Bereidingstijd: minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  100 g gekookte witvis (kabeljauw of schelvis, afgekoeld en geplozen)
-  100 g Hollandse garnaaltjes (Noordzeegarnalen)
-  50 g gerookte zalm, in fijne reepjes of blokjes gesneden
-  3 el mayonaise
-  1 fijne el crème fraîche of Griekse yoghurt
-  1 tl vers citroensap
-  2 el verse dille of bieslook, fijngehakt
-  1 klein sjalotje, fijn interduin gesnipperd
-  ½ hardgekookt ei, heel fijngehakt (voor binding en structuur)
-  zout en versgemalen witte of zwarte peper

MATERIAAL: schaal of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Breng een kleine laag water met een scheutje witte wijn net tegen de kook aan.
2. Leg de witvisfilet erin en laat deze in 4 tot 5 minuten op laag vuur zachtjes gaar pocheren.
3. Haal de vis eruit en laat volledig afkoelen op een bord, dit gaat sneller als je de vis met een vork alvast in grove stukjes maakt.
4. Roer in een kom de roomkaas, mayonaise en crème fraîche met het citroensap glad.
5. Meng de fijngehakte dille, het sjalotje en de gerookte zalmreepjes door de basis.
6. Schep de afgekoelde, gepluisde witvis en de Hollandse garnalen er voorzichtig doorheen.
7. Houd de structuur een beetje grof voor de ultieme textuur.
8. Proef goed en breng op smaak met versgemalen zwarte peper, een eventueel snufje zout (let op: de zalm is al zout!) en cayennepeper.
9. Zet 30 minuten in de koelkast om de vismaken en verse kruiden optimaal te laten samenkomen.

LEKKER BIJ:

-  **Op warm zuurdesembrood:** Smeer een dikke laag op een dikke snee geroosterd zuurdesembrood of roggebrood.
-  **Bij de luxe borrel:** Serveer in een mooi schaal of op een vis-borrelplank (Seacuterie) omringd met zoute crackers, bagelchips en Franse minitoastjes.
-  **Als amuse of voorgerecht:** Vul mini-pasteibakjes of serveer een bolletje spread op een bedje van knapperige botersla met wat partjes citroen.
-  **Op een chic feestje:** Schep een klein lepeltje van de spread op een blini en garneer met een extra garnaaltje of plukje dille.



SARDINES SPREAD

Deze mediterrane sardinespread met zongedroogde tomaat is romig, fris en in enkele minuten klaar. Het is de ideale manier om snel een gezonde en eiwitrijke spread op tafel te zetten

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje sardines in olijfolie (ca. 120 gram)
-  2 f inke eetlepels roomkaas of Griekse yoghurt
-  1 eetlepel mayonaise (lekker met citroenmayonaise)
-  3 zongedroogde tomaten, f jngesneden
-  ½ sjalotje, heel f jn gesnipperd
-  1 eetlepel citroensap (plus wat rasp voor extra frisheid)
-  1 theelepel kappertjes (voor een ziltig accent)
-  handje f jngesneden dille, peterselie of bieslook
-  een snufje (gerookt) paprikapoeder
-  peper en zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Laat de sardines uitlekken.
2. Haal eventueel de grotere graatjes weg als je dat prettiger vindt (de kleine graatjes zijn zacht en kun je gewoon eten).
3. Doe de sardines samen met de roomkaas, mayonaise, het citroensap, sjalotje en de zongedroogde tomaatjes in een mengbeker.
4. Zet de staafmixer er kort op voor een gladde spread.
5. Houd je meer van een grove structuur?
6. Prak alles dan simpelweg stevig door elkaar met een vork.
7. Roer de verse kruiden en de kappertjes erdoor.
8. Breng op smaak met het paprikapoeder, versgemalen zwarte peper en een klein snufje zout.
9. Je kunt de spread direct serveren, maar als je hem een uurtje afgedekt in de koelkast zet, trekken de smaken nog lekkerder in!

LEKKER BIJ:

-  **Geroosterd brood & baguettes:** Smeer een dikke laag op een knapperig stuk geroosterd zuurdesembrood, een Franse baguette of warme crostini's.
-  **Crackers & Toastjes:** Ideaal als snelle borrelhap op zoute crackertjes, roggebrood of rijstwafels.
-  **Gezonde dip:** Gebruik de spread als dip voor frisse, rauwe groenten zoals bleekselderij, komkommerstokjes, worteltjes of radijsjes.
-  **Gepofte aardappel:** Schep een flinke lepel van de spread op een warme, gepofte aardappel voor een snelle en vullende avondmaaltijd.
-  **In een wrap of sla-schuitje:** Smeer het in een wrap met wat rucola, of schep het in stevige bladeren van kropsla een koolhydraatarme lunch.



SARDINES ERWTEN SPREAD

Deze frisse sardines-erwtenspread combineert het hartige en ziltige van sardines met het zoete en romige van doperwten. Binnen enkele minuten zet je een groene, gezonde en eiwitrijke spread op tafel.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje sardines in olijfolie of water (ca. 120 gram), uitgelekt
-  150 gram doperwten (diepvries, kort gekookt of ontdooid)
-  1 flinke eetlepel Griekse yoghurt of roomkaas (voor binding)
-  1 eetlepel citroensap (plus een beetje citroenrasp)
-  1 klein teentje knoflook, geperst
-  handje verse munt of dille (munt past perfect bij doperwten)
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de diepvries doperwten 2 tot 3 minuten in kokend water.
2. Spoel ze direct af met koud water zodat ze hun mooie, felgroene kleur behouden.
3. Laat goed uitlekken.
4. Doe de doperwten, de uitgelekte sardines, de Griekse yoghurt (of roomkaas), het citroensap en de knoflook in een keukenmachine of mengbeker van de staafmixer.
5. Pureer het geheel tot een smeuijge spread.
6. Mag het wat textuur hebben? Pureer dan iets korter, zodat er nog wat hele erwtjes zichtbaar blijven.
7. Roer de fijngesneden munt of dille erdoor.
8. Breng de spread op smaak met lekker veel zwarte peper en een snufje zout.

LEKKER BIJ:

-  **Op (rogge)brood en toast:** Heerlijk op een stevige snee volkorenbrood, zuurdesembrood of een knapperige volkoren cracker.
-  **Bij gegrilde vis of kip:** Gebruik het als een frisse 'relish' of bijgerecht naast een stukje gebakken zalm of gegrilde kipfilet.
-  **Als dip:** Doordat de spread lekker stevig is, leent hij zich perfect om te dippen met reepjes paprika, komkommer, wortel of radijs.
-  **Op een gepofte (zoete) aardappel:** Schep een royale lepel op een warme gepofte zoete aardappel voor een complete, lichte maaltijd.
-  **Als basis voor een sandwich:** Smeer op een boterham, beleg met plakjes komkommer en wat rucola voor een frisse lunch.



SARDINES LIMOEN SPREAD

Deze pittige sardines-limoenspread is superfris, een beetje pittig en klaar in slechts 5 minuten. De limoen snijdt perfect door het vette van de sardines, wat zorgt voor een heerlijk lichte en zomerse smaak.

Bereidingstijd: 5 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje sardines in olijfolie (ca. 120 gram), uitgelekt
-  1 bio limoen (zowel de rasp als het sap)
-  2 el mayonaise of crème fraîche
-  ½ rode peper, heel fijn gesneden (minus de zaadlijst voor minder pit)
-  1 bosuitje, in dunne ringetjes
-  handje verse koriander of platte peterselie, fijngehakt
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zeezout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de uitgelekte sardines in een diep bord of kom.
2. Prak ze met een vork helemaal fijn.
3. Rasp de groene schil van de limoen boven de kom en pers daarna de helft van de limoen uit.
4. Voeg de rasp en het sap toe aan de sardines.
5. Roer de mayonaise (or crème fraîche), de fijngesneden rode peper en het bosuitje door het mengsel tot er een smeuijge spread ontstaat.
6. Meng de verse koriander of peterselie erdoor.
7. Breng de spread op smaak met een flinke draai zwarte peper en een snufje zout.
8. Voeg naar wens nog wat extra limoensap toe

LEKKER BIJ:

-  **Mexicaanse tortilla chips:** Gebruik het als een verrassende, visachtige dip naast de guacamole tijdens een borrel.
-  **Knapperige tacoschelpen of wraps:** Smeer een laagje onderin een taco of wrap, en vul aan met sla, tomaat en maïs.
-  **Geroosterd witbrood of ciabatta:** De frisse spread past perfect op warm, knapperig brood dat net uit de broodrooster of oven komt.
-  **Komkommerschijfjes:** Snijd een komkommer in dikke plakken en schep op elk schijfje een toefje spread voor een koolhydraatarm en fris borrelhapje.
-  **Bij Aziatische viskoekjes:** Deze spread doet het ook geweldig als frisse dipsaus naast warme, Aziatisch gekruide viskoekjes of krabkoekjes.



SARDINES TOMAAT SPREAD

Deze hartige sardines-tomaatspread is vol van smaak, mediterrane gekruid en is zo klaar. Door de combinatie van tomatenpuree en zongedroogde tomaat krijgt de spread een diepe, rijke umami-smaak die perfect past bij de sardines.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje sardines in tomatensaus óf in olijfolie (ca. 120 gram), uitgelekt
-  1 f inke el tomatenpuree
-  3 zongedroogde tomaten (op olie), f jngehakt
-  1 el roomkaas, mayonaise of Griekse yoghurt (voor de smeuïgheid)
-  ½ sjalotje of plakje rode ui, heel f jn gesnipperd
-  1 tl citroensap (voor een frisse tegenhanger)
-  handje verse basilicum of oregano, f jngehakt
-  ½ tl knoflookpoeder
-  snufje pikant paprikapoeder (of chilivlokken voor pit)
-  peper en zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de uitgelekte sardines in een kom en prak ze fijn met een vork.
2. Wil je een heel gladde spread?
3. Gebruik dan een staafmixer of kleine keukenmachine.
4. Roer de tomatenpuree, de fijngehakte zongedroogde tomaatjes, de roomkaas (of mayonaise/yoghurt), het gesnipperde sjalotje en het citroensap door de sardines.
5. Meng de verse basilicum of oregano erdoor.
6. Breng het geheel op smaak met het knoflookpoeder, paprikapoeder, versgemalen zwarte peper en een snufje zout.

LEKKER BIJ:

-  **Bruschetta & Crostini:** Rooster plakjes baguette onder de grill met een beetje olijfolie en smeer er een dikke laag spread op. Garneer met een extra blaadje basilicum.
-  **Italiaans brood:** Smaakt fantastisch op een stevig stuk focaccia of ciabatta.
-  **Grissini (soepstengels):** Zet een schaaltje van deze spread op tafel met een bosje Italiaanse soepstengels om heerlijk in te dippen.
-  **Als pastasaus-verrijker:** Heb je spread over? Roer het de volgende dag door een simpele warme tomatensaus voor een snelle, rijke pastasaus.
-  **Op een sandwich met mozzarella:** Smeer het op een boterham en beleg met plakjes tomaat, mozzarella en wat rucola.



TONIJN SPREAD

Hier is een heerlijk en fris recept voor klassieke tonijnspread die binnen korte tijd op tafel staat. Deze spread is romig, vol van smaak en perfect voor verschillende gelegenheden.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje tonijn (ca. 160 gram, bij voorkeur op waterbasis, goed uitgelekt)
-  1 el mayonaise
-  1 el zure room of crème fraîche (voor een frisse touch)
-  ½ rode ui of 1 sjalotje (fijngesnipperd)
-  2 kleine augurken (in fijne blokjes)
-  1 tl kappertjes (voor extra pit)
-  een scheutje citroen- of limoensap
-  verse bieslook of dille (fijngehakt)
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zout

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de goed uitgelekte tonijn in een kom en trek de stukjes met een vork los.
2. Roer de mayonaise, zure room, citroensap, fijngesnipperde ui, augurkjes en kappertjes door de tonijn.
3. Meng de verse kruiden erdoor en breng de spread royaal op smaak met zwarte peper en een beetje zout.
4. Je kunt de spread direct serveren, maar als je hem een uurtje afgedekt in de koelkast zet, trekken de smaken nog lekkerder in elkaar.
5. Houd je van een super gladde spread?
6. Pureer alle ingrediënten dan kort met een staafmixer of in een kleine keukenmachine.

LEKKER BIJ:

- 🟢 **Op de borrelplank:** Smeer de spread op knapperig stokbrood of toastjes. Het combineert ook uitstekend met soepstengels of zoute crackers.
- 🟢 **Als lunch:** Heerlijk als dikke laag broodbeleg op een stevige pumpernickel, een hard broodje of verwerkt in een luxe tuna melt sandwich (met gesmolten kaas uit de oven of pan).
- 🟢 **Gezonde dipsnack:** Gebruik de spread als dipsaus voor rauwkost. Denk aan schijfjes komkommer, reepjes paprika, bleekselderij of worteltjes.
- 🟢 **Als maaltijdvuller:** Schep een flinke lepel van de spread door een frisse groene salade of gebruik het als vulling voor een wrap met extra sla en tomaat



TONIJN GRIEKSE YOGHURT SPREAD

Dit is een heerlijk recept voor een gezonde en frisse tonijnspread met Griekse yoghurt. Door de mayonaise te vervangen door Griekse yoghurt is deze spread een stuk lichter, eiwitrijk, maar nog steeds heerlijk romig.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje tonijn (ca. 160 gram, op waterbasis en goed uitgelekt)
-  3 flinke el Griekse yoghurt (0% of 5% vet voor extra romigheid)
-  ½ rode ui (zeer fijn gesnipperd)
-  1 stengel bleekselderij (in hele kleine blokjes, voor een lekkere crunch)
-  1 tl mosterd (Dijon of grove mosterd)
-  kneepje vers citroensap
-  verse dille of bieslook (fijngehakt)
-  versgemalen zwarte peper en een snufje zout naar smaak

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de goed uitgelekte tonijn in een kom en prak deze met een vork helemaal los.
2. Voeg de Griekse yoghurt, mosterd en het citroensap toe aan de tonijn en roer tot een samenhangend, romig geheel.
3. Schep de fijngesnipperde rode ui en de blokjes bleekselderij erdoor.
4. Meng de verse kruiden erdoor en breng de spread royaal op smaak met versgemalen zwarte peper en zout.

LEKKER BIJ:

-  **Gezonde lunch:** Smeer het op een volkoren boterham, een volkoren wrap (lekker met extra spinazie en tomaat) of vul er een volkoren pitabroodje mee.
-  **Low-carb snack:** Deze spread is ideaal als dip voor rauwkost. Schep het op schijfjes komkommer, minipaprika's of gebruik bleekselderijstengels als eetbare lepels.
-  **Gevulde groenten:** Gebruik de spread om uitgeholde tomaten of een halve avocado mee te vullen voor een eiwitrijke gevulde avocado met tonijn.
-  **Op een rijstwafel of cracker:** Perfect als snelle, proteïnerijke snack na het sporten op een volkoren cracker of rijstwafel.



TONIJN SPREAD MEDITERRANÉ

Dit is een heerlijk recept voor een mediterrane tonijnspread, boordevol zongerijpte smaken zoals zongedroogde tomaatjes, olijven en kappertjes. Deze variant is vaak op basis van een goede olijfolie in plaats van mayonaise, wat hem heerlijk kruidig en verfrissend maakt.

Bereidingstijd: minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje tonijn (ca. 160 gram, bij voorkeur op olijfolie-basis voor de smaak)
-  4 zongedroogde tomaten (op olie, fijngehakt)
-  6-8 zwart of groene olijven (bijv. Kalamata, in ringetjes)
-  1 el kappertjes (grof gehakt)
-  ½ rode ui of sjalot (zeer fijn gesnipperd)
-  1 teentje knoflook (geperst)
-  1 el extra vierge olijfolie (of de olie van de zongedroogde tomaten)
-  kneepje vers citroensap
-  verse basilicum of oregano (fijngehakt)
-  versgemalen zwarte peper (zout is vaak niet nodig vanwege de olijven en kappertjes)

MATERIAAL: schaalte of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de tonijn, met een klein beetje van de eigen olie voor de smeugheid, in een kom en prak de stukjes los met een vork.
2. Voeg de zongedroogde tomaatjes, olijvenringetjes, kappertjes, rode ui en de geperste knoflook toe.
3. Besprenkel het geheel met de extra vierge olijfolie en een kneepje citroensap.
4. Roer alles goed door elkaar.
5. Meng de verse Italiaanse kruiden erdoor en breng op smaak met lekker veel zwarte peper.
6. Voor een nog romigere mediterrane variant kun je er ook 1 el groene of rode pesto doorheen roeren!

LEKKER BIJ:

-  **Ciabatta of focaccia:** Smeer de spread op een warm, knapperig stuk ciabatta of versgebakken focaccia met wat extra olijfolie.
-  **Bruschetta:** Rooster sneetjes stokbrood met wat knoflookolie in de oven en schep hier een gulle lepel van de mediterrane spread op als luxe borrelhapje.
-  **Griekse of Italiaanse salade:** Gebruik de spread als rijke vulling in een maaltijdsalade met rucola, komkommer, feta of mozzarella.
-  **Gevulde groenten:** Deze spread leent zich uitstekend om uitgeholde, zoete snoeppaprika's of gegrilde courgetterolletjes mee te vullen.
-  **Pastasalade:** Meng deze spread koud door een gekookte en afgekoelde penne of fusilli voor een supersnelle, mediterrane pastasalade.



TONIJN SESAM SPREAD

Dit is een verrassende en smaakvolle variant: een Aziatisch geïnspireerde tonijn-sesamspread. De combinatie van hartige sojasaus, aromatische sesamolie en knapperige sesamzaadjes geeft de spread een heerlijke umami smaak.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  1 blikje tonijn (ca. 160 gram, op waterbasis, goed uitgelekt)
-  1½ el mayonaise (Kewpie mayonaise is lekker, maar gewone kan ook)
-  1 tl geroosterde sesamolie (let op: dit is erg sterk van smaak)
-  1 tl sojasaus (of tamari)
-  1 stengel bosui / lente-ui (in f interdunne ringetjes)
-  1 el sesamzaadjes (zwart, wit of een mix, kort geroosterd in een droge pan)
-  ½ tl verse gember (heek f jn geraspt)

optioneel voor wat pittigheid:

-  paar druppels sriracha of een snufje chilivlokken

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Doe de goed uitgelekte tonijn in een kom en trek de stukjes met een vork los.
2. Voeg de mayonaise, sesamolie, sojasaus en geraspte gember toe aan de tonijn.
3. Meng dit tot een smeug geheel.
4. Roer de dunne ringetjes bosui en driekwart van de sesamzaadjes door de spread.
5. Breng eventueel extra op smaak met een drupje sriracha voor wat pit.
6. Garneer de spread vlak voor het serveren met de achtergehouden sesamzaadjes en nog wat extra ringetjes bosui

LEKKER BIJ:

-  **Op een rijstwafel of zeewiersnack:** Smeer de spread op een rijstwafel met wat plakjes avocado of schep plukjes op krokante nori (zeewier) vellen.
-  **Aziatische wraps of taco's:** Smeer de spread in een wrap of mini-tortilla en vul deze met geraspte wortel, komkommer en koriander voor een soort 'vietnamese banh mi' twist.
-  **Als dip voor groenten:** Perfect bij knapperige rauwkost. Vooral schijfjes komkommer, radijsjes en reepjes peultjes of sugarsnaps passen hier fantastisch bij.
-  **Op geroosterd brood of crackers:** Heerlijk op een stevige volkorencracker of een sneetje geroosterd briochebrood.
-  **Sushi bowl of poké bowl:** Gebruik een flinke schep van deze spread als proteïne-topper op een zelfgemaakte poké bowl met sushirijst, edamame boontjes, mango en avocado.



WITVIS KRUIDEN SPREAD

Een heerlijke witvis kruiden spread (geïnspireerd op de klassieke Franse *brandade de morue*) is een romige, hartige spread op basis van gepocheerde witvis, aardappel en verse kruiden

Bereidingstijd: 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  300 g stevige witvis f let (zoals kabeljauw, schelvis of koolvis)
-  150 g kruimige aardappelen (geschild en in blokjes)
-  2 el roomkaas of crème fraîche (voor extra romigheid)
-  2 el goede olijfolie
-  1 teentje knof ook (f jngewreven of geperst)
-  2 el f jngehakte peterselie
-  1 el f jngehakte dille
-  ½ bio citroen, sap en rasp
-  snufje cayennepeper,
-  zout en versgemalen zwarte peper
-  300 ml water met een ½ visbouillontablet

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de aardappelblokjes in gezouten water in ca. 10 minuten gaar.
2. Breng in een andere pan de visbouillon tegen de kook aan. L
3. eg de witvis in de bouillon en laat deze op laag vuur in 5 à 6 minuten zachtjes gaar pocheren.
4. Giet de aardappelen af en stamp ze fijn tot een droge puree.
5. Schep de vis met een schuimspaan uit de bouillon en voeg deze toe aan de aardappelen.
6. Voeg de olijfolie, roomkaas (of crème fraîche) en de geperste knoflook toe.
7. Roer het geheel krachtig door met een houten lepel (of vijzel) tot een smeuke spread.
8. Gebruik geen staafmixer, dan wordt het elastisch.
9. Spatel de verse peterselie, dille, citroenrasp en het citroensap erdoor.
10. Breng op smaak met cayennepeper, zout en flink wat zwarte peper.

LEKKER BIJ:

-  **Borrel & Tapas:** Warm of koud geserveerd op een knapperig, ingesmeerd crostini of geroosterd stokbrood. Ook heerlijk als dip voor soepstengels of rauwkost (zoals komkommer en bleekselderij).
-  **Lunch:** Dik gesmeerd op een ambachtelijke bruine boterham of een warm afgebakken pistoletje, eventueel getopt met een paar plakjes rijpe tomaat of wat rucola.
-  **Voorgerecht:** Serveer een mooie bol van de spread op een bedje van verse salade met een vinaigrette en serveer met flatbread.
-  **Als bijgerecht:** Warm is de spread ook fantastisch als alternatief voor aardappelpuree, bijvoorbeeld naast gegrilde groenten.



WITVIS LIMOEN SPREAD

Deze frisse witvis limoen spread is een heerlijk zomers alternatief voor de klassieke vispaté. Door het gebruik van verse limoen, een subtiel pepertje en koriander krijgt de milde witvis een heerlijk frisse, tropische kick.

Bereidingstijd: 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  300 g stevige witvis f let (kabeljauw, schelvis, tilapia of heilbot – gerookte makreel kan ook voor een diepere smaak)
-  3 el mayonaise of dikke Griekse yoghurt (voor een slankere versie)
-  2 el roomkaas (zorgt voor een stevige en smeerbare structuur)
-  1 f inke limoen (zowel de f ingeraspte schil als het sap)
-  1 bosuitje, f interdun gesneden
-  2 el f ingehakte koriander (of platte peterselie/dille als je niet van koriander houdt)
-  ½ rode peper (zeer f jn gesneden, zonder zaadjes),
-  snufje gemalen komijn (djinten)
-  zout en versgemalen zwarte peper

om te pocheren (indien rauwe vis):

-  1 bouillonblokje (vis of groente)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Kook een kleine laag water met het bouillonblokje.
2. Draai het vuur laag, leg de witvisfilet erin en laat in ca. 6 tot 8 minuten zachtjes gaar pocheren.
3. Schep de vis eruit en laat deze volledig afkoelen op een bord.
4. Gebruik je kant-en-klare gerookte of gestoomde vis? Dan sla je deze stap over en pluk je de vis direct uit elkaar.
5. Meng in een kom de mayonaise (of yoghurt), roomkaas, de rasp en het sap van de limoen tot een gladde saus.
6. Pluk de afgekoelde witvis met twee vorken in fijne stukjes.
7. Voeg de vis, de bosui, de fijngesneden rode peper en de verse kruiden toe aan de kom.
8. Roer alles met een vork goed door elkaar.
9. Druk de vis hierbij gerust een beetje fijn, zodat er een mooie spread ontstaat met nog wel wat structuur.
10. Breng de spread op smaak met een snufje komijn, zout en peper.
11. Zet tot gebruik afgedekt in de koelkast zodat de limoensmaak goed kan intrekken

LEKKER BIJ:

-  **Borrelhapje:** Smeer de spread rijkelijk op een knapperig zadencracker of Melba toast. Het combineert ook fantastisch met tortillachips of gezouten nacho's.
-  **Zomerse Lunch:** Heerlijk op een vers getoast rustiek brood of in een zachte wrap met wat babyspinazie en plakjes avocado.
-  **Frisse Dip:** Gebruik de spread als dip voor frisse rauwkost zoals komkommerlinten, radijsjes of reepjes paprika.
-  **Taco topping:** Schep een lepel van deze spread als frisse 'vis-salsa' op zelfgemaakte Mexicaanse taco's of burrito's.



WITVIS PICCALILLY SPREAD

Deze witvis piccalilly spread is een heerlijke, verrassende combinatie. Het zacht-ziltige van de witvis past perfect bij het frisse, zuurzoete en licht pittige karakter van piccalilly. Een Hollandse twist op een vispaté!

Bereidingstijd: 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  300 g stevige witvis f let (kabeljauw, schelvis of koolvis)
-  **TIP:** Gestoomde makreel of warm gerookte zalm werkt hier ook fantastisch bij
-  3 à 4 el piccalilly (naar smaak, f ingesneden als er grote stukken in zitten)
-  2 el mayonaise of stevige kwark (om het romig te maken)
-  1 el verse bieslook, f ingesneden
-  1 klein sjalotje, f interdun gesnipperd
-  drupje citroensap
-  snufje kerriepoeder (versterkt de piccalilly)zout en versgemalen zwarte peper

om te pocheren:

-  1 visbouillonblokje

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Breng een kleine laag water met het visbouillonblokje tegen de kook aan.
2. Leg de witvisfilet erin en laat op laag vuur in ca. 6 tot 8 minuten zachtjes gaar pocheren.
3. Schep de vis met een schuimspaan uit de pan en laat deze op een bord afkoelen.
4. Gebruik je kant-en-klare gerookte of gestoomde vis? Pluk deze dan direct uit elkaar en sla deze stap over.
5. Meng in een kom de piccalilly, mayonaise (of kwark) en het fijngesnipperde sjalotje door elkaar.
6. Pluk de afgekoelde witvis met twee vorken in fijne stukjes.
7. Voeg de vis en de verse bieslook toe aan de kom.
8. Roer alles goed door elkaar.
9. Druk met de vork de vis wat fijner om een smeerbare structuur te krijgen, maar behoud gerust een beetje textuur.
10. Voeg een klein snufje kerriepoeder toe voor extra diepte.
11. Proef de spread en breng eventueel verder op smaak met een paar druppels citroensap, zout en peper.
12. Zet de spread tot gebruik afgedekt in de koelkast zodat de smaken goed kunnen intrekken.

LEKKER BIJ:

-  **Op de borrelplank:** Geweldig op een stevige roggebrood-tapas of toastjes. Ook heerlijk op een stukje warm, krokant stokbrood.
-  **Luxe Lunch:** Dik gesmeerd op een boerenbruine boterham of een waldkornbol, eventueel gegarneerd met wat extra plukjes bieslook en dunne schijfjes zure augurk.
-  **Bij de vismaaltijd:** Deze spread doet het ook heel goed als een soort 'tartaarsaus-plus' naast gebakken kibbeling, lekkerbekjes of vissticks.



ZALM SPREAD

Een klassieke zalm spread is vol, romig en heeft door de combinatie van warm gerookte en verse (of gerookte) zalm een heerlijk gelaagde smaak. Ideaal voor feestjes of een luxe lunch.

Bereidingstijd: 15 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g warm gerookte zalm (geeft een lekkere stevige structuur en diepe smaak)
-  100 g gerookte zalm (in plakjes, voor een ziltig accent)
-  of 100 g gekookte verse zalm
-  3 el roomkaas (naturel)
-  1 el mayonaise of Griekse yoghurt (voor het romige zuurtje)
-  2 el f ingehakte verse dille
-  1 el f ingesneden bieslook
-  ½ bio citroen, sap
-  1 tl kappertjes (f ingehakt)
-  zout en versgemalen zwarte peper

optioneel:

-  1 klein sjalotje, f interdun gesnipperd

MATERIAAL: schaalte of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Meng in een kom de roomkaas, mayonaise (of Griekse yoghurt) en het citroensap tot een gladde, romige saus.
2. Pluk de warm gerookte zalm met twee vorken in fijne stukjes (verwijder eventueel het huidje).
3. Snijd de gerookte zalmplakjes met een mes in heel fijne reepjes of blokjes.
4. Voeg beide soorten zalm, de fijngehakte dille, bieslook en de kappertjes toe aan de kom.
5. Roer alles met een vork stevig door elkaar.
6. Druk de zalm hierbij een beetje kapot tegen de rand van de kom zodat het een mooie, smeerbare spread wordt.
7. Proef de spread en breng op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een snufje zout (let op: de gerookte zalm en kappertjes zijn al zout).
8. Laat de spread bij voorkeur een uurtje afgedekt in de koelkast opstijven

LEKKER BIJ:

-  **De absolute klassieker:** Dik gesmeerd op een vers afgebakken bagel met roomkaas en eventueel een paar extra ringetjes rode ui.
-  **Luxe lunch of brunch:** Heerlijk op geroosterd zuurdesembrood of knapperig Frans stokbrood.
-  **Borrel & Hapjes:** Presenteer de spread in een kommetje op een borrelplank met blini's, Melba toastjes, of roggebrood.
-  **Fris & Koolhydraatarm:** Gebruik de spread als vulling voor halve snackkommers of schep een flinke lepel op een partje witlof als slank feesthapje.



ZALM AVOCADO SPREAD

Deze zalm avocado spread is de ultieme combinatie van het romige, gezonde vet van avocado en het ziltige van gerookte zalm. Door het gebruik van avocado heb je nauwelijks tot geen mayonaise of roomkaas nodig, wat het een heerlijk frisse en voedzame spread maakt.

Bereidingstijd: 10 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  150 g gerookte zalm (in plakjes)
-  1 grote, rijpe avocado (of 2 kleine)
-  1 el Griekse yoghurt of zure room (optioneel, voor extra romigheid)
-  ½ limoen of citroen, sap (dit voorkomt tevens dat de avocado bruin kleurt)
-  1 bosuitje, f interdun gesneden
-  2 el f jngehakte verse dille of koriander
-  snufje chilivlokken (voor een subtiele pit)
-  zout en versgemalen zwarte peper

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Halveer de avocado, verwijder de pit en schep het vruchtvlees in een kom.
2. Voeg direct het limoensap toe.
3. Prak het vruchtvlees met een vork helemaal fijn (of laat juist wat textuur achter als je dat lekker vindt).
4. Snijd de plakjes gerookte zalm met een scherp mes in heel fijne blokjes of reepjes.
5. Voeg de fijngesneden zalm, de bosui, de verse kruiden en eventueel de Griekse yoghurt toe aan de geprakte avocado.
6. Roer alles met een vork goed door elkaar tot een homogene spread.
7. Breng de spread op smaak met een snufje chilivlokken, zwarte peper en een klein beetje zout (pas op, de zalm is al ziltig).
8. **TIP:** *Consumeer deze spread bij voorkeur direct of binnen een paar uur, omdat avocado na verloop van tijd van kleur verandert.*

LEKKER BIJ:

-  **De ultieme lunch:** Dik gesmeerd op een geroosterde snee zuurdesembrood
-  of een knapperige volkoren cracker. Top eventueel af met een gepocheerd eitje.
-  **Borrel & feestjes:** Perfect als dip voor tortillachips, gezouten crackers of op kleine blini's.
-  **Gezonde snack:** Schep een lepel van de spread in het holte van een halve stengel bleekselderij of gebruik het als vulling voor snacktomaatjes.
-  **Wraps & sandwiches:** Gebruik het als frisse basislaag op een wrap met rucola en komkommerlinten, en rol deze strak op.



ZALM DILLE SPREAD

Een klassieke zalm dille spread is een absolute favoriet. De frisse, anijsachtige smaak van verse dille snijdt perfect door het vette en romige van de zalm. Dit zorgt voor een elegante spread die het altijd goed doet.

Bereidingstijd: 103 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g gerookte zalm (in plakjes)
-  of warm gerookte zalm voor een vollere structuur
-  3 el roomkaas (naturel)
-  1 el crème fraîche of mayonaise (voor een fris zuurtje)
-  1 f inke bos verse dille (ca. 3 à 4 el f jngehakt)
-  ½ bio citroen, rasp en sap
-  1 klein sjalotje, f interdun gesnipperd
-  versgemalen zwarte peper
-  snufje zout (optioneel)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een kom de roomkaas, crème fraîche (of mayonaise), de citroenrasp en het citroensap tot een glad en romig mengsel.
2. Snijd de gerookte zalm in heel fijne stukjes.
3. Hak de verse dille fijn (houd een paar plukjes achter voor de garnering).
4. Voeg de fijngesneden zalm, de gehakte dille en het gesnipperde sjalotje toe aan het roomkaasmengsel.
5. Roer alles met een vork stevig door elkaar.
6. Druk de zalm hierbij een beetje kapot tegen de zijkant van de kom zodat het een mooie, smeerbare eenheid wordt.
7. Breng royaal op smaak met versgemalen zwarte peper.
8. Proef eerst voordat je zout toevoegt, want de vis is vaak al zout genoeg.
9. Garneer met de achtergehouden dille.

LEKKER BIJ:

-  **Luxe lunch:** Niet te missen op een vers getoaste bagel met extra kappertjes of op een sneetje ambachtelijk zuurdesembrood.
-  **Feestelijk voorgerecht:** Spuit met een spuitzak mooie torentjes van de spread op plakjes komkommer of op kleine blini's.
-  **Op de borrelplank:** Ideaal als dip voor soepstengels, gezouten crackers of stukjes knapperig stokbrood.
-  **Gezonde wrap:** Besmeer een volkoren wrap met deze spread, beleg



ZALM KAPPERTJES SPREAD

Deze zalm kappertjes spread is de perfecte balans tussen romig, ziltig en fris. Het zachte van de zalm combineert fantastisch met het zurige, zoute accent van de kappertjes, wat deze spread een heerlijke hartige diepte geeft.

Bereidingstijd: 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  200 g gerookte zalm (plakjes of snippers)
-  of 1 blikje rode zalm (wilde zalm, goed uitgelekt)
-  2 el kappertjes (goed uitgelekt en grof gehakt)
-  150 g roomkaas (naturel)
-  1 el mayonaise of crème fraîche (voor extra smeugheid)
-  1 kleine rode ui of sjalot, f interdun gesnipperd
-  ½ bio citroen, sap
-  2 el f jnghakte verse dille of bieslook
-  versgemalen zwarte peper
-  een drupje worcestersaus (voor een extra hartige kick)

MATERIAAL: schaaltje of potje

ZO MAAK JE HET:

1. Roer in een kom de roomkaas, mayonaise (of crème fraîche) en het citroensap met een vork glad.
2. Snijd de gerookte zalm in heel fijne stukjes.
3. Hak de kappertjes grof (zo verspreiden ze hun smaak beter door de spread, maar behoud je toch een fijne beet).
4. Voeg de zalm, de gehakte kappertjes, de fijngesnipperde rode ui en de verse kruiden toe aan de kom.
5. Roer alles met een vork stevig door elkaar.
6. Druk hierbij de vis een beetje fijn tegen de rand van de kom om een mooie, homogene spread te vormen.
7. Breng royaal op smaak met versgemalen zwarte peper en eventueel een drupje worcestersaus.
8. **Let op met zout:** zowel de gerookte zalm als de kappertjes zijn al erg zout van zichzelf.

LEKKER BIJ:

-  **Borrel & hapjes:** Geweldig op een knapperige crostini van stokbrood met knoflookolie of klassieke Melba toastjes.
-  **Brunch:** De absolute favoriet op een vers getoaste bagel of een dikke plak zuurdesembrood, eventueel met wat extra ringetjes rode ui en een plukje sla.
-  **Fris & koolhydraatarm:** Schep een lepel van de spread in halve witloofblaadjes of presenteer het op schijfjes komkommer als elegant en slank feesthapje.
-  **Zoute crackers:** Combineert uitstekend met zoute TUC-koekjes of crackertjes met zeezout.



De foto's bij de recepten zijn gegenereerd door AI