

Recepten

Met



*P
a
p
r
i
k
a*

Inhoudsopgave

Gele paprikasoep	3
Gele paprikasoep met mascarpone	3
Rode paprikasoep	4
Rode paprikasoep met boursin	4
Paprikasalade.....	5
Mousse van rode paprika en tomaat met mozzarella	5
Paprikasoep met tuinkruiden	6
Velouté van oranje paprika.....	6
Confituur van rode paprika.....	7
Paprikacocktail	7
Paprika's in de oven	8
Mia balletsoep	8
Paprika's in de oven met tomatensaus	9
Snack paprika's met looksaus	10
Paprika aardappelen	11
Zoetzure saus.....	12

Gele paprikasoep

Benodigdheden voor 3 liter:

- 6 gele paprika's
- 2 ajuinen
- 6 kippenbouillonblokjes



Bereiding:

Snijd de paprika's en ajuinen in stukken. Stoof alles aan in boter en voeg er de kippenbouillon aan toe. Laat gaar koken. Mix tenslotte en serveer. Versier met kleine stukjes groene of rode paprika.

Gele paprikasoep met mascarpone

Benodigdheden:

- 5 gele paprika's
- 1,5L water
- 1 grote uit
- 3 blokjes kippenbouillon
- 100 gr. Mascarpone
- 4 eetlepels broodcroutons
- Enkele blaadjes dragon om af te werken

Bereiding:

Breng het water aan de kook en er het bouillonblokje in. Verwijder de zaadlijsten met de pitjes uit de paprika's en snijd ze in grove stukken. Hou ¼ paprika apart (in kleine blokjes). Versnipper de ui en stoof deze groenten even in wat margarine. Voeg de kippenbouillon toe en laat 30 min koken. Mix de soep. Voeg de mascarpone toe en meng goed. Kruid naar smaak met peper en zout. Werk de soep af met croutons, dragon en de apart gehouden stukjes knapperige paprika.

Rode paprikasoep

Benodigdheden voor 3liter:

- 6 rode paprika's
- 1 wortel
- 2 ajuinen
- 750 gr. gepelde tomaten
- 6 groentebouillonblokjes
- Een vlotje smeerkaas bv. maredsous

Bereiding:

Snijd de paprika's, ajuinen en wortel in stukken. Stoof aan in boter. Voeg de gepelde tomaten en bouillon toe en laat koken. Alvorens te mixen voeg je de smeerkaas toe. Serveer met fijngesnipperde peterselie.

Rode paprikasoep met boursin

Sterke smaak van de boursin poivre !!

Benodigdheden:

- 10 rode paprika's
- 10 aardappelen (grote)
- 2 grote ajuinen
- 10 blokjes kippenbouillon (5L)
- 1 doosje boursin (poivre)
- 1 groot blik tomatenpuree



Bereiding:

Ajuin en paprika's stoven met boter (10 min). Aardappelen en kokend water erbij en laten zacht worden. De laatste 10 minuten de tomatenpuree en boursin erbij en niet te hard laten koken.

Mixen en klaar.

Paprikasalade

Benodigheden (4pers)

- 2 rode of gele paprika's
- 80 gr. peterselie
- 80 gr. bieslook
- Olijfolie
- Peper en zout



Bereiding

Snijd de paprika's in fijne stukjes vermeng met de kruiden en olijfolie. Laat een paar uur in koelkast staan alvorens te serveren.

Mousse van rode paprika en tomaat met mozzarella

Benodigheden

- | | |
|---------------------------|--|
| 1 sjalotje | Verse basilicum |
| 1 rode paprika | Half bolletje mozzarella met basilicum |
| 1 tomaat | Olijfolie |
| 1 theelepel verse oregano | Peper en zout |
| 1 blaadje gelatine | |

Bereiding

Snipper de sjalot fijn en stoof aan in een weinig olijfolie. Pel de tomaat en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Snijd de paprika eveneens in kleine blokjes. Voeg de tomatenblokjes en de paprika bij de sjalot. Stoof ze even mee en kruid met peper, zout en oregano. Week een blaadje gelatine in koud water. Pureer het tomaat- paprikamengsel en los hierin de uitgeknepen gelatine op. Schep vervolgens over in kleine glaasjes en laat een paar uur opstijven in de koelkast. Snijd de mozzarella in blokjes en marineer ze een paar uur in wat olijfolie met peper en zout en een paar fijngesnipperde blaadjes basilicum. Verdeel ze over de mousse en serveer

Paprikasoep met tuinkruiden

Benodigdheden (4pers):

2 rode paprika's
1 groot blik gepelde tomaten
4 sjalotjes
2 teentjes knoflook
2 eetlepels olijfolie
1 L. groentebouillon

2 koffielepels fijne suiker
1 eetlepel gehakte dragon
1 eetlepel gehakte bieslook
Citraensap
Peper en zout

Bereiding:

Schil de paprika's met een dunschiller en snijd ze in kleine blokjes. Pel en snipper de sjalotjes en de knoflook. Stoof deze groenten kort aan in olijfolie. Doe er de tomaten en de suiker bij. Kruid met peper en zout. Dek af en laat ongeveer 15 min zachtjes koken. Mix de soep. Laat ze doorkoken. Breng op smaak met citroensap en werk af met de fijngesnipperde dragon.

Velouté van oranje paprika

Benodigdheden:

- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- 3 oranje paprika's
- 1 aardappel
- 1 L. melk
- 1 L. culinaire room (20%vet)
- 1 kippenbouillonblokje
- Olijfolie
- Peper en zout



Bereiding:

Snijd de ui en de look fijn, de paprika's in stukjes en de aardappel in kleine blokjes. Fruit de ui aan in olijfolie, maar laat niet kleuren. Voeg de look, de paprika's en de aardappelblokjes toe. Kruid met peper en zout. Laat de groenten samen met het kippenbouillonblokje gaarkoken in de helft van de melk. Mix de soep en zeef. Werk af met de rest van de melk. Voeg op het einde de room toe. Breng op smaak.

Confituur van rode paprika

Benodigdheden:

- 2 rode paprika's
- Geleisuiker (2 in 1)
- 2 koffielepels paprikapoeder
- Mestpunt cayennepeper

Bereiding:

Verwijder zaden en zaadlijsten. Snij de paprika's in kleine blokjes en weeg. Doe in een kookpot met de helft van hun gewicht aan geleisuiker en 2 koffielepels paprikapoeder en een mestpunt cayennepeper. Breng aan de kook en roer zonder ophouden gedurende 7 min. Doe in een uitgekookte confituurpot. Draai er het deksel op, draai om en laat afkoelen. Serveer als hapje met een stukje paté.



Kan ook met gele en groene paprika.

Gele paprikaconfituur

2 gele paprika's, geleisuiker (2 in 1), 1 koffielepel gemberpoeder

Groene paprikaconfituur

2 groene paprika's, geleisuiker (2 in 1), 3 steranijs

Paprikacocktail

Benodigdheden 4 pers:

- 8 paprika's (rood, geel of oranje)
- Sinaasappelsap,
- Citroenlikeur
- Passievruchtsiroop

Bereiding:

Snijd de paprika's in stukken en doe deze in een mixer. Als alles gemixt is doe het mengsel door een fijne zeef (gemakkelijk hierbij is een lepel om zoveel mogelijk sap uit de pulp te kunnen duwen). Eenmaal het sap is opgevangen kan het sinaasappelsap, de citroenlikeur en passievruchten-siroop eraan toegevoegd worden. De hoeveelheid is afhankelijk van de hoeveelheid sap.

½ van de hoeveelheid paprikasap sinaasappelsap toevoegen

¼ tot 1/5 van de hoeveelheid paprikasap citroenlikeur toevoegen

¼ tot 1/5 van de hoeveelheid paprikasap passievruchtsiroop

Zet alles koel weg alvorens in te schenken!



Paprika's in de oven

Benodigheden voor 4 pers:

- 1kg gemengd gehakt
- 8 paprika's
- 1 ei
- Paneermeel of broodkruim

Bereiding:

Meng het gehakt met het ei en voeg paneermeel of broodkruim toe. Snijd de paprika's in het midden door en verwijder de zaadlijsten. Leg ze in een ovenschaal en vul ze op met het gehakt. Verwarm de oven voor op 175graden. Stop de ovenschaal dan 45 min in de oven.



Van het sap dat in de ovenschaal aanwezig is kan je saus maken door het toevoegen van groentebouillon en een klein doosje tomatenconcentraat of beetje room (naar eigen smaak).

Mia balletsoep

Ingrediënten:

½ groene paprika
¼ kg tomaten
½ wortel
10gr. Boter
½ eierdooier

1 rode paprika
1 ui
¾ Liter bouillon
Peper & zout
¼ dl. Room

Bereiding:

Was de paprika's, snijdt ze in de lengte door, verwijder de zaadjes en snij in schijfjes.

Snijft de ui & de wortel fijn.

Stoof de fijn gesneden groenten in vetsof, voeg de stukken gesneden tomaten & de bouillon toe.

Laat gaar koken.

Steek de soep door en breng op smaak.

Werk verder af als roomsoep.

Paprika's in de oven met tomatensaus

Ingrediënten voor 4 kleine eters

500 gr gehakt	1 zakje rijst 125gr.
6 middelgrote paprika's	2 ajuinen
Chilipeper (mag ook cayennepeper zijn)	2 teentjes knoflook
Peterselie	500 ml tomatenpasata
Basilicum	200ml witte wijn
Peper	zout

Bereiding:

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Laat de rijst eerst gaarkoken.
- Halveer de paprika's en verwijder de zaadjes & zaadlijsten.
- Meng het rauwe gehakt met de rijst, chilipeper & knoflook, voeg daarna de peterselie toe en kruid naar smaak met peper & zout. Je mag best wat peterselie gebruiken.
- Vul de paprika's met de rijstvulling.
- Snij de ajuinen in middelgrote stukken en laat deze bakken in olijfolie. Eens de ajuinen gebakken zijn voeg je de witte wijn toe. Laat de alcohol er wat uitkoken en voeg daarna de pasata toe, voeg dan ook de basilicum toe. Laat het geheel wat inkoken.
- Giet daarna de saus in de ovenschaal & leg de paprika's erin.
- Steek het geheel in de oven voor 30 minuten.

Enkele tips:



- Bij de tomatensaus kan je ook wortelen en tomatenstukjes toevoegen.
- Je kan op de gevulde paprika's gemalen kaas doen, dit geeft een krokant korstje.



Snack paprika's met looksaus

Ingrediënten

1 potje yoghurt (125 gr)
2 eetlepels mayonaise
Snuifje cayennepeper
2 paprika's

1 teentje look (naar smaak)
citroensap
snuifje zout
2 stengels bieslook

Bereiding:

1. Neem een mengschaal en voeg de yoghurt & mayonaise samen
2. Pel de look en plet deze tot pulp.
3. Roer de lookpulp doorheen de mayonaise & de yoghurt. Voeg daarna ook het zout & de cayennepeper toe. Overdrijf zeker niet met de cayennepeper.
4. Voeg daarna wat citroensap toe (dit ook naar smaak, 1 eetlepel is meestal voldoende). Snijdt de bieslook in korte stukjes en voeg deze ook toe aan de saus.
5. Ontpit de paprika & snijdt deze in lange stukjes.
6. Je kan de looksaus in een klein potje doen en samen met de paprika's op een bord dresser.

Enkele tips:



Je kan in plaats van een klein potje ook een kleine paprika gebruiken om de saus in te doen. Dit maakt het plaatse dan compleet.

Je kan de paprika's ook zo serveren zonder de saus.



Paprika aardappelen

Ingrediënten voor 2 personen

5 à 6 aardappelen

1 teentje knoflook

2 paprika's (rood of geel)

Peper & zout

Oregano, tijm of rozemarijn

1 ajuin

2 courgetten

Bereiding:

1. Plaats een pot met water op het vuur. Schil de aardappelen & snijdt deze daarna in blokjes.
2. Als het water kookt doe de aardappelen in de kom & voeg er wat zout aan toe.
3. Snipper de ajuin, snijdt de courgettes in blokjes (mogen wat grote blokken zijn ±3 cm). Snijdt de paprika ook in blokjes, dit mogen wat kleinere stukken zijn van ongeveer 1 cm. Snijdt daarna ook de knoflook in stukjes
4. Neem de aardappelen van het vuur als deze gaar zijn. Giet ze af & laat ze daarna wat afkoelen.
5. Doe olijfolie in een pan, als deze warm in voeg je de aardappelen toe, strooi er wat rozemarijn op (dit naar smaak, mag ook oregano of tijm zijn). Voeg na ongeveer 5 minuten de ajuin, knoflook & courgettes toe.
6. Voeg na no eens 3 minuten wachten de paprika aan het gerecht toe.
7. Roer regelmatig in de pan tot alles gaar is.

Zoetzure saus

Ingrediënten voor 3 tot 4 personen

1 ajuin	1 rode paprika
Halve rode chili peper	1 groene paprika
2 eetlepels suiker	100ml rode wijnazijn
300ml groentebouillon	anassen (op sap, 225gr)
Arachideolie	maïszetmeel
Peper	zout

Bereiding:

1. Laat de ananasblokjes uitlekken & bewaar het sap.
2. Pel & snipper de ui. Verwijder de zaadlijsten van de paprika's & snij deze in blokjes. Haal de zaadlijsten uit de peper & hak deze fijn.
3. Stoof de ui glazig in de olie. Voeg de paprikablokjes & de chili peper toe. Roerbak 3 à 5 minuten & bestrooi met de suiker en laat lichtjes karamelliseren. Suiker doe je erin naar smaak. Indien de saus niet stroperig genoeg is kan je er achteraf nog wat bij doen.
4. Blus daarna met de azijn & laat de vloeistof inkoken tot $\frac{1}{3}$ van het volume. Voeg daarna de bouillon & het ananassap toe. Laat opnieuw inkoken tot de saus stroperig wordt. Indien de saus niet dik genoeg is kun je eventueel wat maïszetmeel toevoegen. Breng daarna op smaak met peper & zout.
5. Roer de blokjes ananas door de saus & laat nog even doorwarmen.

Enkele tips:



Indien je geen wijnazijn hebt kun je ook dragon azijn nemen. Dit geeft de saus ook een goede smaak.



Je hoeft niet per sé arachide olie te gebruiken, gewone olijfolie is ook goed om de ajuin te bakken.



Voor de groentebouillon kan je ook een blokje nemen. Gebruik dan wel 200ml water.

Je mag ook 2 rode paprika's gebruiken.