

BASIS

DIPS

DIPS EN SAUSJES

OOST-INDISCHE KERS PESTO

🕒 10 MIN.

JE HEBT NODIG:

- 50 g jonge Oost-Indische kers-bladeren
- 35 g hazelnoten, licht geroosterd
- ½-1 teentje knoflook
- olijfolie extra vierge, mild
- Keltisch zout en peper, naar smaak

BEREIDING:

- Pureer de Oost-Indische kers, hazelnoten en knoflook met de staafmixer met wat zout en peper.
- Laat de keukenmachine langzaam draaien en voeg langzaam de olijfolie toe tot de gewenste smeuïgheid.
- Proef steeds of er nog iets bij moet.
- Breng naar eigen inzicht op smaak.

VARIATIE:

- Gebruik andere noten voor een andere smaak.

BOERENKOOLPESTO

🕒 10 MIN.

JE HEBT NODIG:

- 80 g gekookte boerenkool (5 à 10 min. gekookt tot zacht)
- 35 g pompoenpitten, licht geroosterd
- ½-1 teentje knoflook
- 1-2 fijngesneden uitje of bosui (*lenteui*)
- olijfolie extra vierge
- Keltisch zout en peper, naar smaak

💡 TIP:

- Gebruik het als saus door je salade of op gekookte groenten. Of in een kom soep.

BEREIDING:

- Laat de gekookte boerenkool goed uitlekken.
- Hak de boerenkool, pompoenpitten en knoflook in de keukenmachine of met de staafmixer.
- Laat de keukenmachine langzaam draaien en voeg langzaam de olijfolie toe tot de gewenste smeuïgheid.
- Proef steeds of er nog iets bij moet.

BIETENDIP

🕒 5 MIN. 🍲 15 MIN.

JE HEBT NODIG:

- 50 g hazelnoten, licht geroosterd
- 200 g gekookte bietjes, in stukken gesneden
- 1 el tahin (*sesampasta*)
- 1 teen knoflook, gesneden
- sap van 1 citroen
- 1 tl komijnzaad, gekneusd en licht geroosterd
- olijfolie extra vierge, mild
- Keltisch zeezout en versgemalen peper

BEREIDING:

- Doe de hazelnoten en bieten bij elkaar en pureer.
- Voeg naar smaak meer citroensap, knoflook, tahin en/of knoflook toe.
- Pureer dit en voeg eventueel meer olijfolie toe om het smeuïg te maken.
- Breng de dip met zout en versgemalen peper op smaak.
- Gebruik deze dip voor groenten zoals rauwe witlofschuitjes, geblancheerde bloemkool of broccoli.
- Of smeer de dip als beleg op de kleinere en dunnere variant van de OERcrackers (zie pagina 24).

OLIJVENTAPENADE

🕒 10 MIN.

JE HEBT NODIG:

- 150 - 200 g zwarte olijven zonder pit
- 15 g kappertjes
- 5 ansjovisfilets op olie
- 1 teentje knoflook
- 3 eetlepels olijfolie extra vierge

BEREIDING:

- Giet de kappertjes af. Spoel gezouten kappertjes onder de koude kraan.
- Laat de ansjovisfilets uitlekken.
- Doe de knoflook, ansjovis, kappertjes en olijven in de keukenmachine en draai dit kort.
- Voeg nu de olijfolie toe en hak tot een grove puree.
- Breng op smaak met peper en bewaar in de koelkast tot het serveren.

VARIATIE:

- Voeg gebakken paddenstoelen met tijm toe.

