



## Eerste nieuwsbrief

Beste volgers van Caatjes Kitchen.

Met veel plezier deel ik met jullie mijn recepten en kookkunsten.

De website onderhoud ik met veel plezier. Steeds meer mensen weten de website te vinden, maar het aantal bezoekers blijft nog wat laag. In januari 2015 werd de website gemiddeld 600 keer bezocht, door 120 unieke bezoekers. Een jaar later wordt de website gemiddeld 2200 keer bezocht, door zón 800 unieke bezoekers. Ook via Instagram groeit het aantal bezoekers.

Speciaal voor de volgers



Hartige taart met veel groenten en kaas

via Facebook deze nieuwsbrief met een aantal recepten van februari. Ook zijn de andere recepten van deze maand snel te bekijken via de snelkoppelingen op pagina 4.

In de maand februari veel aandacht voor vegetarische recepten.

Veel kook en eetplezier.

### In dit nummer:

- De eerste nieuwsbrief 1
- Ottolenghi 1
- Zoete aardappel pannenkoekjes 2
- Cottage cheese pannenkoekjes 3
- Recepten van februari 4

## Yotam Ottolenghi

Veel van de recepten van de maand februari zijn gebaseerd op de recepten van Yotam Ottolenghi.

Ottolenghi en Ramael Scully hebben onder andere het kookboek Nopi uitgegeven.

Hierin staan recepten van gerechten die zij ook in hun restaurant Nopi hebben geserveerd.

Ik geef toe, de recepten zijn over het algemeen niet voor een beginnende kok. Maar met wat geduld moet

het iedereen lukken deze recepten te maken.



Zoete aardappel pannenkoekjes

Deze maand het volledige recept van de zoete aardappel pannenkoekjes

## Zoete aardappel pannenkoekjes

### Ingrediënten

voor 6 stuks

2 zoete aardappelen (400 gram)

100 gram zelfrijzend bakmeel

1 zakje vanillesuiker

2 eierdooiers

80 ml melk

25 gram gesmolten boter

1 eetlepel honing

½ theelepel kaneel

½ theelepel nootmuskaat  
snufje zout uit de molen

2 eiwitten

olie om te bakken

ter garnering

(Griekse) yoghurt

stroop naar keuze

Overige benodigdheden

1 garde

evt. handmixer of keukenmachine

## Bereidingswijze

### Van te voren

Leg de aardappelen met schil op een stuk bakpapier op een bakplaat. Verwarm de oven op 220°C en rooster de aardappelen in ongeveer 50-60 minuten gaar. Laat ze goed afkoelen en verwijder de schil. Deze kun je er gemakkelijk aftrekken. Als het goed

is, zijn de aardappelen boterzacht geworden. Breek/ prak in kleine stukjes. Je kunt de aardappelen de avond tevoren al roosteren.

### Het beslag

Je kunt het beslag een paar uur van te voren maken. Meng het zelfrijzend bakmeel, vanillesui-

ker, kaneel, nootmuskaat en zout door elkaar in een kom. Voeg vervolgens de eierdooiers, melk, gesmolten boter en de honing toe. Meng alles met een garde goed door elkaar. Spatel de zoete aardappel door het beslag en zet weg, totdat je de pannenkoeken gaat bakken.

## En dan nu genieten

### Het bakken

Voordat je de pannenkoeken kunt bakken klopt je eerst 2 eiwitten schuimig met de garde of keukenmachine. Spatel het eiwitschuim, in drie delen, voorzichtig door het beslag. Verhit een klontje

boter in een koekenpan. Gebruik per pannenkoek 2 eetlepels beslag en vorm ze een beetje met de achterkant van de lepel. De pannenkoeken moeten een doorsnede hebben van ongeveer 10 cm. Je kunt 2 tot 3 pannenkoeken tegelijk bak-

ken. Bak de pannenkoeken ongeveer 2 tot 3 minuten per kant op een matig vuur. Voorzichtig tijdens het omdraaien, ze kunnen dan nog erg zacht zijn. Meteen serveren met yoghurt en stroop naar keuze.

# Cottage cheese pannenkoekjes

Ingrediënten	kaas
voor 6 stuks (2 personen)	peper en zout naar smaak
200 gram cottage cheese	boter om te bakken
2 eidooiers	
100 ml melk	Overige benodigheden
80 gram zelfrijzend bakmeel	1 mixer/ keukenmachine
2 eiwitten	
60 gram verse spinazie grof gehakt	
3 eetlepels Parmezaanse	



Heerlijk om mee te nemen naar je werk. Alleen nog even opwarmen in de magnetron.

## Bereidingswijze

Meng de cottage cheese, melk en eidooiers goed door elkaar.

Voeg het bakmeel toe en roer goed door. Voeg de spinazie toe en meng door het beslag, samen met de Parmezaanse kaas. voeg wat peper en zout uit de molen toe.

Klop de eiwitten net zolang tot er een luchtig schuim ontstaat. Spatel het eiwit door het beslag.

Doe een beetje boter in een hete koekenpan. Doe per pannenkoekje 2-3 eetlepels beslag in de pan. Druk met de achterkant van de lepel een beetje aan. De pannenkoekjes moeten ongeveer

één cm hoog zijn en een diameter van ongeveer 10cm hebben. Je kunt er 2-3 tegelijk bakken. Draai de pannenkoekjes na ongeveer 2-3 minuten om en laat nog 32 minuten gaar en goudbruin worden. Lekker als lunchgerecht, eventueel met een groene salade..

## Gestoofde sjalotjes in rode wijnjus

Wanneer je vegetarisch wilt koken, loop ik er nog wel eens tegenaan dat ik een lekkere jus mis. Deze jus met sjalotjes en rode wijn kun je al van te voren maken en een paar dagen in de koelkast bewaren.

De bereidingstijd is meer dan een uur, maar je hebt er tijdens het koken weinig omkijken naar. Maak de jus gerust in de avond, wanneer je aan de koffie zit. Zet een kookwekker en kijk af en toe even of alles nog goed gaat.

Het volledige recept is via deze link te bekijken.

<http://caatjes-kit-chen.webnode.nl/news/gestoofde-sjalotjes-in-rode-wijnjus/>



Bijschrift bij afbeelding.



Caatjes Kitchen

E-mail: [caatjeskitchen@gmail.com](mailto:caatjeskitchen@gmail.com)

Lekker eten en genieten hoeft niet moeilijk te zijn.

De recepten van de maand februari, terug te vinden op onze website

- [Thaise linzensoep](#)
- [Omelet met spinazie en feta](#)
- [Garnalen Curry](#)
- [Gestoomde sjalotjes in rode wijnjus](#)
- [Groententaart met kaas](#)
- [Salade van groene boontjes en makreel](#)
- [Geroerbakte spruitjes met granaatappel](#)
- [Cottagecheese pannenkoekjes](#)
- [Zoete aardappel pannenkoekjes](#)

De recepten zijn terug te vinden op de website.

<http://caatjes-kitchen.webnode.nl/>