



## Mueslikoekjes

*voor 15 - 20 koekjes*

- 200 g Demeter-muesli (Akwarius)
- 200 g Demeter-gebuid meel (Akwarius)
- 100 g rietsuiker
- 200 g Demeter-roomboter (op kamertemperatuur)
- 1 eetl. citroensap
- 1 ei (om te bestrijken)
- 1 eetl. boter (om bakplaat in te vetten)

Vermeng de muesli met de zachte boter en laat enkele uren intrekken. Meng dan de rest van de ingrediënten erdoor. Vorm hiervan balletjes en druk deze plat op een ingevette bakplaat. Bestrijk ze met het losgeklopte ei. Verwarm de oven voor op 200°C (hete lucht). Bak de koekjes in ca. 15 min. gaar.

# Brioche

*Voor 1 groot brood of 8 kleine broodjes*

1 kg Demeter-bloem (Akwarius)

4 dl Demeter-melk (vol)

250 g Demeter-roomboter

25 g verse gist (of 12 g instant gist)

20 g zout (ca. 1 eetl.)

30 g rietsuiker

4 Demeter-eieren

1 eetl. Demeter-roomboter (om bakvorm in te vetten)

Briochevorm of een andere ronde hoge bakvorm.

Verwarm de melk tot lauwwarm en voeg hieraan de gist en de boter toe. Klop de eieren los. Doe het meel in een ruime deegkom en meng de suiker en het zout erdoor. Maak in het midden een kuil. Voeg vanuit het midden de warme melk en de eieren toe aan het meel en vermeng tot een soepel deeg. Kneed dit deeg ca. 10 minuten en laat het 10 min. (afgedekt met een vochtige theedoek) rijzen op een warme plaats. Kneed het deeg nog eens goed door en sla alle lucht eruit, laat weer 15 min. rijzen. Vorm van het deeg een mooie bal en doe deze in de ingevette bakvorm. Laat het nog een laatste keer rijzen, tot het deeg na indrukken niet meer terugveert. Bak het brood in een voorverwarmde oven van 200°C (hetelucht) (12 min. voor broodjes, 20 min. voor een brood).

# Parfait van boekweithoning, walnoten en honingkoek

ca. 6 porties

120 g rietsuiker	<i>voor de garnering</i>
180 g gehakte walnoten	6 gepelde halve walnoten
6 Demeter-aidooiers	1 eetl. gemalen kaneel
120 g boekweithoning	6 takjes citroenmelisse
75 g rietsuiker	
1 dl Demeter-melk (vol)	<i>benodigdheden</i>
2½ dl Demeter-slagroom	bakpapier, bak/cakevorm, diepvriezer
50 g honingkoek	

Doe de 120 g suiker in een pan met dikke bodem en verhit de suiker al roerend tot ze goudbruin kleurt (caramel). Voeg de gehakte walnoten toe en vermeng deze met de caramel. Laat dit mengsel afkoelen op een stuk bakpapier. Doe de eidooiers met de honing en de 75 g suiker in een kom en hang deze in een pan met kokend water (boven de stoom). Verwarm dit mengsel al roerend tot het licht verwarmd is (lichaamstemperatuur). Verhit de melk tot het kookpunt en voeg deze al roerend toe aan het eidooiermengsel. Het zal nu licht binden (karnemelkdikte). Laat het afkoelen onder voortdurend roeren. Klop de slagroom tot deze lobbijg is. Hak de (afgekoelde) walnotencaramel in stukjes. Vermeng het afgekoelde eidooiermengsel, de lobbige slagroom, de gehakte walnotencaramel en de verkrumelde honingkoek. Doe dit mengsel in een met plakjes honingkoek beklede bak en laat dit minimaal 4 uur invriezen. Serveertip: plakjes garneren met walnoot, citroenmelisse, kaneelsnuijfe en mandarijn.

# Salade Mesclun met oude geitenkaas, shiitakes en mosterdressing

6 personen

*voor de salade:*

100 g peultjes  
1/2 chinese kool,  
fijngesneden  
100 g waterkers  
100 g veldsla  
150 g taugé  
1 dunne prei  
100 g shiitakes  
100 g Demeter-oude  
geitenkaas (Loverendale)  
100 g cashewnoten  
(gebrand)

*voor de dressing:*

4 eetl. citroensap  
2 eetl. walnootolie (of  
olijfolie)  
2 eetl. shoyusaus (of  
tamari)  
1 eetl. zeekruidentosterd  
(Waddendelicatessen)  
1 eetl. honing  
2 teentjes knoflook  
chilipoeder (naar smaak)  
verse gemberwortel (naar  
smaak, stukje van 1/2 cm)

Haal de peultjes af. Was de groenten en laat ze uitlekken. Maak de shiitakes schoon. Snijd de prei in uiterst dunne ringetjes. Verhit de olijfolie en bak hierin de shiitakes 2 min. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Verhit de geperste knoflook 1 min. in de achtergebleven olie (zorg dat ze niet bruin kleurt). Voeg - van het vuur af - de mosterd, honing, citroensap, shoyusaus en (evt.) chilipoeder toe en klop deze met een garde of staafmixer tot een gladde dressing. De liefhebber kan hier nog een stukje verse, geperste gemberwortel aan toevoegen. Meng in een kom de taugé en de peultjes. Marineer deze groenten 20 min. in de dressing. Schaaf met de kaasschaaf de geitenkaas in dunne schilfers. Vlak voor het serveren: vermeng de gemarineerde groenten met de waterkers, de gesneden kool en de veldsla. Schik de salade op de borden. Verdeel hierover de preiringetjes, kaasschilfers, shiitakes en cashewnoten. Serveer direct. Lekker met Demeter-zuurdesembrood.

# Brownies

*ca. 8 stuks*

200 g Demeter-roomboter

275 g bittere chocolade (175 g in grove stukjes)

1/2 vanillestokje

6 Demeter-eieren

300 g rietsuiker

100 g pecannoten (grof gehakt)

200 g Demeter-bloem (Akwarius)

8 g wijnsteenbakpoeder (1 1/2 afgestreken eetl.)

175 ml Demeter-slagroom

1 persoons cakevormpjes (8 stuks) of een beboterd bakblik

Smelt 100 g van de chocolade met de boter. Snijd het vanillestokje in de lengte open en schraap met de punt van een mesje de zwarte vanillezaadjes uit de peul. Klop de eieren met de suiker en de vanillezaadjes luchtig (met de mixer). Rooster de grof gehakte pecannoten in een droge koekenpan. Klop de chocolade-boter, de grof gehakte chocolade en de noten door het eiernmengsel en schep tenslotte de gezeefde bloem en wijnsteenbakpoeder er luchtig (met een spatel) door. Vul met dit beslag de cakevormpjes of een beboterd bakblik. Bak de brownies 20 min. in de oven op 175°C (hete lucht). De cakejes zijn gaar als een op het dikste punt ingestoken breinaald er droog uitkomt.

Laat de cakejes afkoelen. Sla de slagroom lobbij (yoghurtdikte). Serveer de brownies met een stevige schep slagroom erbij. Lekker met vers (zomer)fruit.

# Salade met bietjes, wortel en rode kool

4 - 6 personen

200 g jonge bietjes  
200 g winterwortel  
200 g rode kool  
1 eetl. fenegriekzaad (Blauwe Huis)  
1 dl olijfolie  
1 dl aceto balsamico  
1 eetl. mosterd  
sap van 1/2 citroen  
2 sjalotjes (gesnipperd)  
2 dl Demeter-kwark (vol)  
peper en zout  
evt. verse basilicum, kervel, bieslook

Was de groenten, schil de winterwortel en verwijder evt. lelijke buitenste bladeren van de rode kool.

Kook de bietjes ca. 20 min. in de schil. Laat ze afkoelen. Pel ze (bij hele jonge bietjes is dat meestal niet nodig). Snijd de bietjes, de rode kool en de winterwortel in dunne reepjes. Kneus het fenegriekzaad met de lepel. Verhit de olijfolie licht in een koekenpan en laat het fenegriekzaad hierin even "trekken" (niet kleuren). Zeef het fenegriekzaad uit de olie. Vermeng deze olie met de mosterd, het citroensap, de sjalotjes en de aceto balsamico. Giet dit mengsel over de groenten en laat ze hierin een uur marinieren. Klop de kwark luchtig met wat peper en zout naar smaak. Desgewenst kunnen hier verse groene kruiden aan toegevoegd worden. Serveer de kwark apart bij de salade.

# Soepje van koolraap met kerrie en laurier

4 - 6 personen

50 g Demeter-roomboter

1 kg koolraap (geschild en in stukjes gesneden)

2 theel. kerrie

2 laurierblaadjes

2 eetl. Demeter-bloem

1 liter bouillon (groente- of vleesbouillon, vers bereid of kant-en-klaar)

2 dl Demeter-crème fraîche

1 eetl. gedroogde dragon (Blauwe Huis)

3 zongedroogde tomaten (in olie)

## *benodigdheden*

staafmixer of keukenmachine

Smelt de boter in een ruime soeppan en smoor hierin de koolraap zachtjes gaar met het deksel op de pan.

Voeg de bloem toe met de laurier en de kerrie. Bak dit zachtjes 1 min. Schenk, al roerend, de bouillon erbij en laat ca. 30 min. zachtjes trekken.

Voeg de crème fraîche toe en pureer de soep met staafmixer of keukenmachine. Voeg dragon en naar smaak zout en peper toe. Snijd de zongedroogde tomaten in dunne reepjes. Garneer hiermee de soep.

# Zacht gegaarde varkensfilet met poffertjes van knolselderij en tijm

4 personen

600 g Demeter-varkensfilet of varkenshaas (aan een stuk)	<i>voor de poffertjes:</i>
2 eetl. tijm (gedroogd)	250 g knolselderij
2 teentjes knoflook	150 g Demeter-bloem
75 g Demeter-roomboter	1½ tot 2 dl Demeter-melk
1 eetl. juspoeder (aanmaken tot 3 dl jus)	6 g verse gist (of 3 g instant-gist)
peper, zout	1 Demeter-ei
	25 g Demeter-roomboter
	1 theel. zout
	poffertjespan

Kruid het vlees met zout en peper. Laat de boter in een braadpan smelten tot het schuim wegtrekt. Laat de filet hierin ca. 7 min. **zacht** bakken, terwijl u het vlees zo nu en dan keert. Doe het deksel op de pan en zet het vuur uit. Laat de filet zo rustig nagaren.

## *De poffertjes:*

Schil de knolselderij en snijd deze in blokjes. Kook de blokjes gaar in water met wat zout. Giet de knolselderij af, stoom ze een minuut droog op een laag pitje en pureer de blokjes. Doe de bloem met het zout in een kom. Maak in het midden een kuiltje. Los de gist op in de lauw-warme melk en giet deze melk in het kuiltje. Roer alles vanuit het midden tot een mooi glad beslag en meng hier het ei door. Vermeng dit beslag met de knolselderij-puree en de helft van de tijm. Het beslag moet zo dik zijn als yoghurt (evt. verdunnen met melk of dikker maken met bloem). Bak hiervan de poffertjes.

Neem het vlees uit de pan en houd het warm. Verhit het braadvet op het vuur, voeg de geperste knoflook toe en de rest van de tijm. Laat dit even bakken en voeg daarna de jus toe. Roer goed. Laat iets inkoken, Zeef de jus. Snijd het vlees in mooie plakken, schenk de jus (gedeeltelijk) over het vlees en serveer met de poffertjes.

# Pannegies van rundvlees en portobella-paddestoelen

4 personen

200 g Demeter-runder-  
stoofvlees (in blokjes)  
100 g Demeter-roomboter  
1 liter vleesbouillon (vers  
of kant-en-klaar)  
2 eetl. Demeter-bloem  
1 dunne prei  
1 ui  
1 pastinaak

1 teentje knoflook  
(geperst)  
1 theel. kerrie  
1 kleine koolraap  
1 theel. tijm (Blauwe Huis)  
1 theel. rozemarijn  
(Blauwe Huis)  
1 portobella-paddestoelen  
1 eetl. olijfolie

Schil, was en snijd de ui, prei, pastinaak en de koolraap in grove stukken. Smelt de boter in een ruime braadpan, bak het rundvlees hierin aan en voeg na 10 min. de knoflook en de gesneden groentes toe. Laat nog 5 min. zachtjes bakken en voeg dan de bloem en de kerrie toe. Schenk, al roerend, de warme bouillon erbij. Voeg de tijm en

rozemarijn toe. Laat dit ca. 2 uur zachtjes sudderen met het deksel op de pan. Bestrijk de portobella's met de olijfolie en grill ze ca. 3 min. aan beide zijden onder de hete grill. Bestrooi naar smaak met zout. Serveer de paddestoelen apart bij de pannegies.

Deze pannegies smaakt lekker met couscous en knolselderijpuree.



## Schorseneren in het groen

4 personen

2 kg schorseneren

1 dl Demeter-melk

sap van 1 citroen

2 dl Demeter-slagroom

100 g vers kruid: peterselie, kervel, basilicum, rozemarijn  
zout en peper

20 g Demeter-roomboter (om te bakken)

50 g oude, grof geraspte Demeter-kaas

Leg de schorseneren vijf minuten in een ruime bak met water om het zand wat los te weken. Boen ze schoon onder de kraan. Schil de schorseneren (met een dunschiller). Snijd de uiteinden eraf. Breng het water met de melk, zout en citroensap aan de kook en kook hierin de schorseneren beetgaar in ca. 10 minuten. Laat ze afkoelen in het kookvocht. Kook de room in tot ca.  $\frac{3}{4}$  van het oorspronkelijke volume, breng op smaak met peper en zout, en voeg van het vuur af de groene kruiden toe. Schep de schorseneren uit het kookvocht en laat ze uitlekken. Smelt de boter in een koekenpan, bak hierin de schorseneren op een matig vuur goudbruin. Serveer de schorseneren met de saus en de grove geraspte kaas.



## Couscous-timbaal van bloemkool, aubergine en guacamole

4 personen

1 bloemkool  
1 ui (fijngesneden)  
1 dunne prei  
peper en zout  
100 g Demeter-roomboter  
1/2 dl olijfolie  
1 theel. kerrie  
2 teentjes knoflook  
1/2 Spaans pepertje  
2 dl kokosmelk (santen)

2 aubergines  
3 eetl. olijfolie  
1 eetl. Demeter-roomboter

*voor de guacamole*  
3 avocado's (goed rijp)  
1/2 Spaans pepertje  
1/2 bosje korianderblad  
sap van 1/2 citroen  
peper en zout

Was de bloemkool en snijd de roosjes in stukjes ter grootte van maïskorrels. Verhit de olijfolie en bak ui en geperseerde knoflook 1 min. Voeg de bloemkool, kerrie en het Spaanse pepertje toe, bak weer 1 min. Blus af met de kokosmelk. Laat 5 min. zachtjes garen. Snijd de aubergines in de lengte in plakken (ca. 1/2 cm). Bestrijk ze aan weerszijden dun met de olijfolie. Grilleer ze in de oven onder de grill. Snijd de avocado's in de lengte open, verwijder de pit en schep het zachte vruchtvlees eruit. Pureer dit vruchtvlees met het citroensap, de fijngesneden koriander, Spaanse peper, peper en zout.

Besmeer vuurvaste kopjes aan de binnenzijde met boter. Bekleed de wanden van de kopjes met de aubergineplakken en vul ze met de bloemkoolcouscous. Aandrukken met de bolle kant van een lepel. Bak ze 5 min. in een oven van 175°C. Leeg de kopjes op een bord en schep de guacamole op de timbaaltjes. Garneer met kruiden, bv. koriander. Lekker met Demeter-zuurdesembrood.

# Parfait van boekweithoning, walnoten en honingkoek

*ca. 6 porties*

120 g rietsuiker	<i>voor de garnering</i>
180 g gehakte walnoten	6 gepelde halve walnoten
6 Demeter-eidooiers	1 eetl. gemalen kaneel
120 g boekweithoning	6 takjes citroenmelisse
75 g rietsuiker	
1 dl Demeter-melk (vol)	<i>benodigheden</i>
2½ dl Demeter-slagroom	bakpapier, bak/cakevorm, diepvriezer
50 g honingkoek	

Doe de 120 g suiker in een pan met dikke bodem en verhit de suiker al roerend tot ze goudbruin kleurt (caramel). Voeg de gehakte walnoten toe en vermeng deze met de caramel. Laat dit mengsel afkoelen op een stuk bakpapier. Doe de eidooiers met de honing en de 75 g suiker in een kom en hang deze in een pan met kokend water (boven de stoom). Verwarm dit mengsel al roerend tot het licht verwarmd is (lichaamstemperatuur). Verhit de melk tot het kookpunt en voeg deze al roerend toe aan het eidooiermengsel. Het zal nu licht binden (karnemelkdikte). Laat het afkoelen onder voortdurend roeren. Klop de slagroom tot deze lobbijg is. Hak de (afgekoelde) walnotencaramel in stukjes. Vermeng het afgekoelde eidooiermengsel, de lobbige slagroom, de gehakte walnotencaramel en de verkruimelde honingkoek. Doe dit mengsel in een met plakjes honingkoek beklede bak en laat dit minimaal 4 uur invriezen. Serveertip: plakjes garneren met walnoot, citroenmelisse, kaneelsnuifje en mandarijn.

# Terrine van wentelteefjes met kaneelbavarois

4 personen

8 sneetjes oud Demeter-brood (wit of lichtbruin)	<i>voor de bavarois</i>
50 g rietsuiker	1/2 liter melk
2 1/2 dl Demeter-melk (vol)	1 kaneelstokje
1 Demeter-ei	3 Demeter-eidooiers
1 theel. kaneel	100 g rietsuiker
100 g Demeter-roomboter	1/4 liter Demeter-slagroom
	1 vanillestokje
	12 g gelatine (of 4 g agar-agar)

Kluts de melk met het ei, kaneel en de suiker tot de suiker is opgelost. Snijd de korsten van het brood en doop ze in het ei-melk mengsel. Verhit een koekenpan en laat hierin de boter uitbruisen. Bak de wentelteefjes aan weerszijden goudbruin en laat ze uitlekken op keukenpapier. Week de gelatine in een beetje koud water (voor agar-agar, volg de instructies op de verpakking). Snijd het vanillestokje in de lengte open. Breng de melk met het kaneelstokje en het vanillestokje aan de kook. Laat op een zacht vuur de melk nog ca. 20 min. trekken. Giet het door een zeef. Klop de eidooiers met de suiker los. Schenk hierop de warme melk, roer goed en laat op een zacht vuur licht binden (niet koken!). Los hierin al roerend de geweekte, uitgeknepen gelatine op. Laat dit mengsel afkoelen, onder af en toe roeren. Bekleed de bodem van een vorm met helft van de wentelteefjes. Sla de slagroom half stijf (yoghurtdikte). Zodra het melk-ei-gelatine mengsel gaat geleren de slagroom er luchtig doorscheppen (met een spatel). Schep dit mengsel in de vorm op de wentelteefjes en dek af met de rest van de wentelteefjes. Laat dit verder in de koelkast opstijven (enkele uren). Voor het serveren kunt u de bavarois voorzichtig losmaken uit de vorm en storten op een schaal. Serveer in punten, met sinaasappelpartjes en warme vanillesaus.