

Wilma's



Bewaarboekboekje (4)



Zomerfruit

Van eigen bodem en uit zuidelijke landen:
de zonnigste vruchten in de lekkerste gerechten!

Productie: Wilma van Hoeyen en Suzanne The. Styling: Mariëtte Maessen en Laura Jongeneel. Fotografie: De Studio. Beeldgeving:
Rens de Jonge en Trudelles Schoulen. Vormgeving: Véronique Wez. M.m.v.: de Blijenkorf, (020) 6826528. Fleur de Lys, (020)
6621737. Habitat, (020) 6764222. Hema, (020) 3114411. Het Schouwspel, (023) 5647475. Ikea, (0900) 235-6532. Intraan Hiverstun,
(035) 6663284. Jemckova, (020) 64405. Pot's Potten, Aalsmeer, (0297) 343314. Oudenhof Kookkado, (035) 6214381. Scherpen
Biergen Geluk, (020) 6406205. Studio Bazar, (020) 4714447. Trendhopper, (033) 4944944. Hoort bij Libelle nr. 31, 1998.

Suiker
maakt
mijn
zomer

SUIKER  SCHEPJE EIGEN SMAAK

Suikerstichting Nederland, Antwoordnummer 18, 3740 WB Baarn.



Inhoudsopgave

- 4** Alles over rood zomerfruit
- 6** Aardbeien: moeilijk om vanaf te blijven!
- 10** Kersen (toe of als tussendoortje)
- 12** Bessen voor het lekkerste gebak
- 14** Desserts met bramen, bessen en frambozen
- 16** Gezoet door de zomerzon: mediterraan fruit!
- 18** Perziken & Nectarines, zomerduo nr. 1
- 22** Meloenen tegen de dorst
- 24** Abrikozencombinaties (zoet én hartig)
- 26** Vijgen en dadels, vers het allerlekkerst
- 28** Een zoete zomermix van gemengd fruit
- 30** De fruitigste keukenhulpjes



tips & weetjes

Rood zomerfruit

Kersen

De Nederlandse zachtzure meikers is inmiddels een zeldzame delicatessie in ons land, maar gelukkig worden er veel andere soorten uit warme streken geïmporteerd. Kersen blijven het best bewaard met de steeltjes eraan. Wanneer de steeltjes er eenmaal af zijn, bederven ze vrij snel.

Aardbeien

Aardbeien zijn het hele jaar verkrijgbaar, maar zijn toch wel het lekkerst in de zomer. Eet of verwerk ze zo snel mogelijk na aankoop en was ze niet eerder dan dat u ze gaat gebruiken.



Spoel ze voorzichtig in een vergiet of, nog beter, dompel ze in koud water en veeg ze schoon. Verwijder de steeltjes pas ná het wassen, anders zuigen ze zich vol met water en dat gaat ten koste van de smaak.



Kruisbessen

Kruisbessen worden ook wel klapbessen genoemd en hebben zoet vruchtvlees met kleine pitjes. Ze bevatten erg veel pectine en zijn daardoor heel geschikt voor het maken van jam en gelei. Er zijn ook rode kruisbessen. Die smaken bijna hetzelfde, maar hebben een dunnere schil.

Bessen

Bessen hebben een hoog pectinegehalte en zijn daardoor goed geschikt voor het maken van jam of gelei. Ze bevatten bovendien veel vitamine C. Rode bessen zijn fris zoetzuur van smaak, witte bessen zijn iets zoeter. De mooie zwarte bes is pittiger van smaak en bevat de meeste vitamine C. Was de bessen voorzichtig en ris ze dan met een vork van de steeltjes.

Tip: Hoe minder rijp de bessen zijn, hoe meer pectine ze bevatten en hoe beter ze dus zullen geloren bij het maken van jam.



Prachtig rood tot dieppaars van kleur en met de smaak van de zon, dat is rood zomerfruit! Een overzicht van wat nú in Nederland geogst wordt. Met handige bereidings- en bewaartips.

Bramen en frambozen

De braam en de framboos zijn familie van elkaar. De framboos is heerlijk sappig en aromatisch, de braam is lekker pittig. Bramen en frambozen zijn in kleine doosjes te koop, maar vaak vrij duur. Bramen groeien echter veel in het wild en het is leuk (en goedkoop) om ze zelf te plukken. Pluk ze van struiken die niet te dicht bij drukke wegen staan (om reden van verontreiniging). Beide vruchtjes zijn heel teer. Was bramen en frambozen daarom voorzichtig of veeg ze schoon met een vochtig doekje.



Tip: Vruchten die wat flauw van smaak zijn, kunt u wat in smaak versterken met suiker, citroensap of de geraspte schil van citroen of sinaasappel.



Bosvruchten

Aardbeien, blauwe bessen, frambozen en bramen smaken uitstekend bij elkaar en worden dan ook veel samen in gerechten gebruikt. De combinatie van deze vruchten worden vaak aangeduid met de verzamelnaam 'bosvruchten'.

Rood fruit bewaren

Rood, zacht zomerfruit is heel kwetsbaar en bederft snel. Het best bewaard blijven de vruchten in de koelkast. Leg ze los van elkaar in een enkele laag op een laagje keukenpapier op een bord en dek ze losjes af met huishoudfolie. Laat de steeltjes eraan, dan blijven ze langer goed.





Aardbeien *koninklijk fruit!*

Aardbeien-slagroomtaart

Bekleed de bodem van een ingevette springvorm (Ø 20 cm) met bakpapier. Voeg aan 1 pak mix voor fijne cake (Honig) de geraspte schil van 1 citroen toe en bereid er met 3 eieren, 200 g boter en 1/2 dl melk een cake van

zoals op het pak staat. Snijd de afgekoelde cake in 2 lagen. Bestrijk de bodem met 1 potje *Première aardbeien* (Hero, koelvak). Klop 3 1/2 dl slagroom stijf met 2 zakjes vanillesuiker en 1 1/2 zakje slagroomversteviger en schep er 200 g aardbeien in stukjes door. Verdeel dit over de jamlag. Plaats de boven-



kant erop. Roer een glazuur van 1 eiwit en 150 g gezeefde poedersuiker en strijk dat uit over de taart. Garneer de taart met 200 g kleine aardbeien.

Aardbeien-kwark-taartjes (8 stuks)

Steek uit 16 plakken cake van 1 cm dik met een uitsteekvorm of glas 16 rondjes van Ø 6 cm. Knip van bakpapier 8 stroken van 6 cm breed en ± 20 cm lang en vorm er om 8 cakerondjes rechtopstaande kraagjes van (zet de kraagjes met paperclips vast). Klop 5 dl kwark en 2 pakjes *Yoghurt bavarois* (Bourbon) zoals op het pakje staat stijf en roer er 150 g aardbeien in stukjes door. Vul er de kraagjes tot bijna bovenaan mee en dek af met de overige cakerondjes. Zet de taartjes 1 uur in de koelkast. Verwijder de kraagjes, bestuif met poedersuiker en garneer met 150 g aardbeien in partjes en geschaafde witte chocolade.



Hier kun je niet vanaf blijven...



Aardbeiensalade met pepertjes

Snijd 500 g aardbeien in kwarten. Stroop de blaadjes van 5 takjes dragon en snijd ze wat kleiner. Wrijf 1 1/2 tl droge, roze pepertjes in een vijzel fijn en meng er met de dragon, 2 el citroensap en 1 el sinaasappelsiroop een sausje van. Schep het door de aardbeien en serveer de salade in coupes.

Snelle aardbeiensaus

Snijd 250 g aardbeien in stukjes en breng ze met 3 el basterdsuiker en het sap van 1/2 sinaasappel zachtjes tegen de kook aan. Laat ze 4 min. sudderen, wrijf ze vervolgens door een zeef of pureer ze en laat de saus afkoelen. Heerlijk met ijs, pudding of yoghurt.



Aardbeien-chocoladebonbons

Breng in een pan een laag water tegen de kook aan en zet er een vuurvaste kom op met 100 g pure chocolade in stukjes. Laat de chocolade smelten en roer 'm glad. Doop 250 g grote aardbeien in de chocolade en laat ze drogen. Lekker met kokoskoekjes erbij.



Pistolets met mozzarella en aardbei

Besmeer 4 doorgesneden pistoletjes met boter en beleg ze met blaadjes lollo verde, 1 bolletje mozzarella in plakjes en 150 g



aardbeien in plakjes. Bestrooi met peper uit de molen en garneer met basilicumblaadjes.

Hartige salade met aardbeien

Schep 1/2 krop ijsbergsla in reepjes, 200 g aardbeien in partjes, 1/2 kropje eikenbladsla kleingescheurd, 1 bosui in ringen en 100 g gerookte kipfilet in plakjes door elkaar. Maak 1 zakje kruiden-spekdressing (Knorr) aan met het sap van 1 sinaasappel



en 3 el notenolie en schep 'm door de salade. Bestrooi eventueel met 50 g gehakte hazelnoten.



Aardbeientheebowl met munt

Zet 1 l sterke (aardbeien-) thee en laat 4 takjes verse munt 5 min. meetrekken. Voeg het sap van 2 citroenen toe, zeef de thee en voeg naar smaak witte basterdsuiker toe. Laat de thee afkoelen en dan in ± 3 uur in de koelkast koud worden. Voeg 350 g aardbeien in stukjes toe met de blaadjes van 3 takjes munt. Serveer de bowl met ijsblokjes.



Kersen

Voor toe of als tussendoortje

Kersen-roomijs met witte chocolade

Laat $\frac{1}{2}$ l kersen-roomijs in de koelkast zacht worden en roer er dan 100 g fijngehakte witte chocolade en 200 g ontpitte en in stukjes gesneden kersen door. Laat het ijs in de diepvries weer bevriezen en schep er dan bollen van. Garneer met geraspte witte chocolade en geef er eventueel apart zoete kersenwijnsaus (zie hiernaast) bij.

Kersenclafoutis

Roer 4 eieren, 200 g zelfrijzend bakmeel en 4 el lichtbruine basterdsuiker glad en klop er dan beetje voor beetje 4 dl melk door tot een dik vloeibaar beslag ontstaat. Roer er eventueel 4 el sherry door. Verwarm de

oven voor op 180°C. Vet een quichevorm dik in met boter. Ontpit 750 g kersen, verdeel ze over de bodem en schenk er het beslag op. Bak de clafoutis in het midden van de oven in 40-45 min. goudbruin en gaar. Bestuif 'm voor het serveren met poedersuiker.

Zoete kersenwijnsaus

Ontpit 500 g kersen en laat ze in 1 dl kersensap (of blauwe druivensap), $\frac{1}{2}$ dl halfdroge witte wijn (of calvados) en 1 zakje vanillesuiker tegen de kook aan 10 min. stoven. Roer $2\frac{1}{2}$ el custardpoeder met iets kersensap los en bind er de saus mee. Serveer de saus warm of koud bij pudding, ijs, gebak of flensjes.



Kersen-chocoladetaart

Laat 3 blaadjes witte gelatine 10 min. in ruim koud water weken. Ontpit 500 g kersen. Verwarm $\frac{1}{2}$ dl appelsap met 2 el gezeefd citroensap en laat er 3 el suiker in oplossen. Knijp de gelatine goed uit en los die van het vuur af op in het hete appelsap. Laat het mengsel tot lobbij afkoelen en schep het door $\frac{1}{2}$ l stijgeklopte slagroom. Snijd 1 chocoladecake horizontaal in 3 even dikke lagen en besprenkel ze met wat kirsch. Bedek de lagen met elk $\frac{1}{3}$ van de vulling en verdeel er de ontpitte kersen over. Stapel de lagen op elkaar. Laat de taart in de koelkast afgedekt opstijven. Bestrooi 'm met grofgeraspte melkchocolade en serveer de taart direct.



Bessen



Kwarkcake met rode bessen

Vet een cakevorm (inh. ± 1 l) in met *boter* en bestuif hem met *bloem*. Verwarm de oven voor op 165°C. Klop 100 g *zachte boter* met 200 g *witte basterdsuiker* en de geraspte

schil van 1 *sinaasappel* romig. Klop er een voor een 3 *eieren* door en schep er 250 g *kwark* door. Zeef 350 g *bloem* met 2 tl *bakpoeder* en schep het in delen door de massa. Meng er 300 g *rode bessen* door en doe alles over in de vorm. Trek met een zigzagbeweging een

*blauw & rood
in gebak*



mes door het beslag. Schep 150 g *gehakte walnoten* om met 4 el *suiker* en 2 tl *kaneel* en verdeel dit over de cake. Bak de cake in het midden van de oven in 60 min. *goudbruin* en gaar. Laat de cake in de geopende oven nog 15 min. staan, en laat 'm daarna verder buiten de oven afkoelen.

Blauwe bessen-muffins

Vet 12 muffinvormpjes dun in met *boter* of gebruik 12 papieren cakevormpjes. Roer 250 g *cake-meel*, 60 g *lichtbruine basterdsuiker*, 3 *eieren*, 100 g *gesmolten boter* en 1½ dl *melk* tot een dik beslag. Schep 250 g *blauwe bessen* met 1 el *custardpoeder* en 1 tl *kaneel* om en spatel ze door het beslag. Verdeel het beslag over de vormpjes. Bak de muffins in het midden van de oven in 35-40 min. *goudbruin* en gaar.



Bramen, bessen en

Rode suikerbessen met dikke yoghurt

Ris 350 g rode aalbessen, schep ze om met suiker naar smaak en laat die 1 uur in de koelkast intrekken. Leg een vochtige schone theedoek in een vergiet

en laat hierin 1 1/2 l yoghurt 6 uur uitlekken. Schraap de yoghurt uit de doek, roer er 2 el melk

door en zoet naar smaak met poedersuiker. Schep de bessen in 4 glazen en verdeel de yoghurt erover.

Blauwe bessen-pancakes

Klop van 1/2 pak American pancakemix, 2 dl karnemelk en 1 ei een dik beslag zoals op het pak staat beschreven. Roer er



200 g blauwe bessen en de geraspte schil van 1 citroen door en bak er volgens de beschrijving in olie dikke pannenkoekjes van. Bestrooi ze met poedersuiker en serveer er nog 50 g bosbessen bij.

Fruitsalade van appel en bramen

Was 2 Granny Smith-appels en snijd ze in smalle partjes. Stroop de blaadjes van 2 takjes munt en snijd ze in dunne



reepjes. Roer 2 el citroensap, 2 el grenadine limonadesiroop en 1/4 tl piment door elkaar en schep er de appel, munt en 250 g bramen door. Verdeel de fruitsalade over 4 schaaltes en garneer met een takje munt.

Frambozengelei

Breng 1/4 l water aan de kook.

Roer met een garde 1 pakje jelly puddingpoeder met zwarte bessensmaak

(Trixy) door het water totdat het is opgelost. Voeg 1/4 l ijskoud water toe en laat tot lobbige afkoelen. Schep er dan 250 g frambozen door.

Vul 4 hoge glazen met de massa en laat in de koelkast opstijven. Garneer de gelei met lobbige geklopte slagroom.



frambozen

Diep van kleur en zo verleidelijk



Bramencrumble

Verwarm de oven voor op 185°C. Roer 1 1/2 el custardpoeder glad met 3 el suiker en 2 el citroensap, meng er 500 g bramen door en schep alles in een quichevorm (Ø 24 cm). Wrijf 100 g koude boter in stukjes door

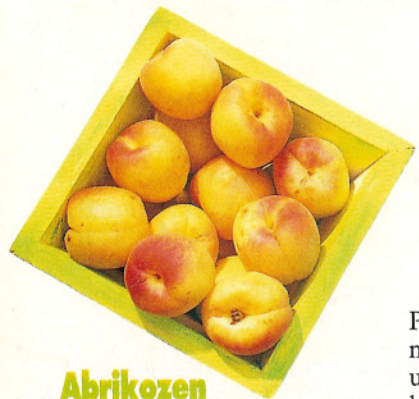
75 g bloem met 75 g gemalen hazelnoten en 75 g suiker tot een kruimelig deeg ontstaat. Verdeel dit gelijkmatig over de bramen. Bak de crumble in het midden van de oven in 35-40 min. goudbruin. Strooi er ter garnering nog wat bramen over.

Kruisbessen-roomdessert

Breng 400 g kruisbessen met 3 el water en 75 g suiker langzaam aan de kook en laat ze 15 min. pruttelen. Pureer de bessen of wrijf ze door een zeef en laat de puree afkoelen. Klop 1/4 l slankroom met 1 zakje vanillesuiker en 4 el poedersuiker stijf en spatel de puree erdoor. Verdeel de kruisbessenroom over 4 coupes en garneer met een paar kruisbessen en een takje munt.



Door zomerzon gezoet: mediterraan fruit



Abrikozen

Verse abrikozen zijn vaak maar kort verkrijgbaar en heel kwetsbaar. Rauw zijn ze soms wat melig en flauw van smaak. Het lekkerst zijn ze daarom als u ze warm verwerkt. Goede abrikozen hebben een mooie bloes en voelen stevig aan.

Nectarines en perziken

De perzik is oorspronkelijk afkomstig uit China. De Romeinen, die de vrucht leerden kennen in

Ze komen nu volop uit de landen rond de Middellandse Zee: sappige perziken, abrikozen en nectarines, geurige meloenen, exotische vijgen en dadels.

Geniet ervan!

Perzië, gaven de perzik haar naam. De nectarine is ontstaan uit een kruising van verschillende perzikrassen en heeft een gladde glanzende schil. Goede perziken en nectarines zijn gaaf en hebben stevig en sappig vruchtvlees. Bij perziken geldt vaak: hoe lichter de kleur van het vruchtvlees, hoe beter de smaak.



Dadels

Verse dadels zijn minder zoet en iets fruitiger van smaak dan gedroogde dadels. Ze zijn echter moeilijk verkrijgbaar en vaak vrij kostbaar; in recepten kun je ze goed door gedroogde

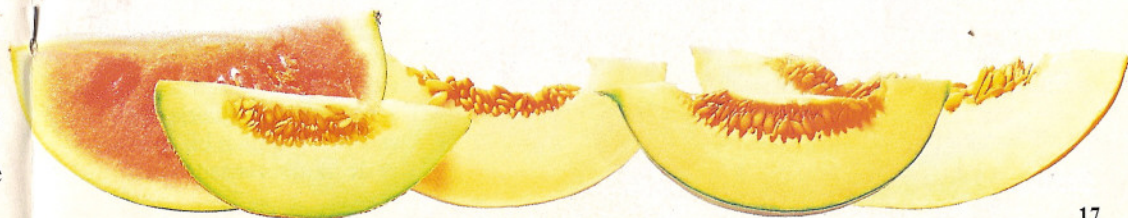
Ontvellen:

Dompel perziken of abrikozen een paar seconden in kokend- en dan direct in koud water. De schil is dan gemakkelijk met een mesje te verwijderen.

vervangen. Dadels bestaan maar liefst voor de helft uit suiker, waardoor zich soms een licht gekristalliseerd suikerlaagje op de vruchten heeft gevormd. Verse dadels kunnen het best bewaard worden in de koelkast. Invriezen kan ook goed.

Meloenen

De meeste meloenen die bij ons te koop zijn, worden geïmporteerd uit tropische en subtropische landen, al worden meloenen ook wel bij ons in kassen gekweekt. Een meloen is rijp als 'ie zoet en aromatisch ruikt. Watermeloenen zijn rijp als ze hol klinken wanneer je op de buitenkant klopt. Bewaar meloenen op een koele plaats buiten de koelkast. Ze zijn dan 4 dagen tot 1 week houdbaar.



Verse vijgen

Verse vijgen zijn een echte delicatessie. Ze zien er prachtig uit met hun paarse schil en donkerroze vruchtvlees met lichte pitjes. Verse vijgen smaken heel anders dan gedroogde: lichtzoet en honingachtig. Vijgen zijn rijp als ze zacht zijn. Overrijpe vijgen hebben een lichtzure geur.

Perziken & Nectarines



als zonnetjes in een nagerecht, of...

Amerikaanse cobbler van nectarines

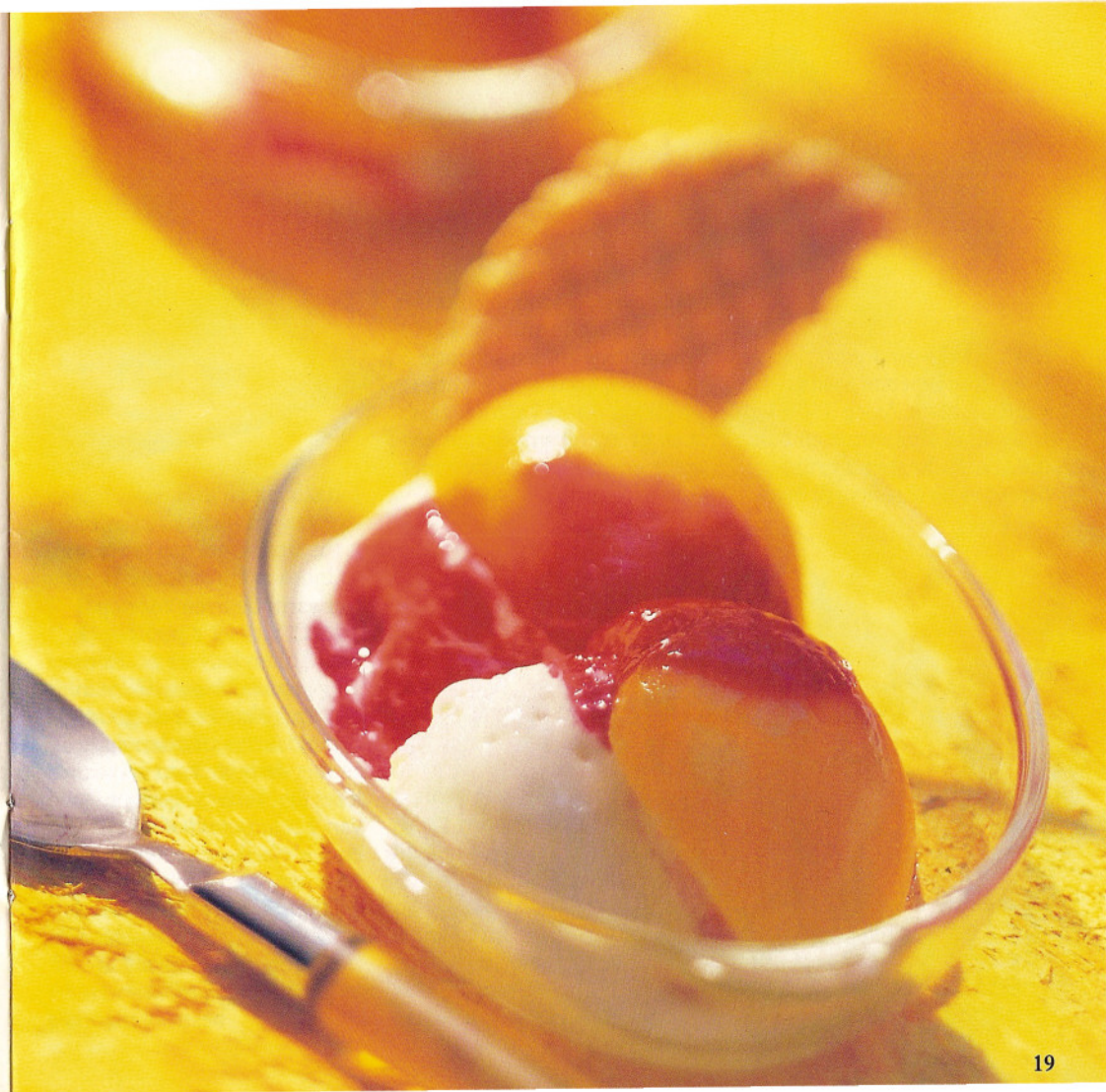
Verwarm de oven voor op 200°C. Meng 125 g bloem met 60 g suiker en 2 tl bakpoeder. Snijd 60 g boter in stukjes en kneed alles snel tot een kruimelig deeg. Giet al roerend 2½ dl

melk erbij, zodat een soepel beslag ontstaat. Verdeel 60 g boter over de bodem van een (niet te hoge) ovenschaal en laat die in 7 min. in de oven smelten. Giet het beslag in de schaal. Ontpit 7 rijpe nectarines, snijd ze in dikke parten en leg ze nonchalant in het beslag. Meng 40 g suiker

met ½ tl kaneel en strooi over de cobbler. Bak de cobbler in het midden van de oven in 45 min. goudbruin. Serveer 'm met slagroom of ijs.

De originele Pêche Melba

Laat 120 g suiker al roerend oplossen in 2½ dl water met ½ vanillestokje. Breng dit aan de kook en laat het 2 min. zachtjes doorkoken. Maak 4 perziken schoon, halveer ze en laat ze in de siroop tegen de kook aan bijna gaar worden. Laat de vruchten in de siroop afkoelen en in de koelkast koud worden (± 2 uur). Pureer 250 g frambozen met 50 g poedersuiker en 2 tl citroensap (of gebruik frambozendessertsaus). Zeef de saus en zet koel weg. Schep steeds 2 bolletjes vanilleijs in een coupe of schaal, leg er 2 perzikhelften bij en schep er de frambozensaus over.





Nectarines & Perziken

Kruidige kalkoen met perzik

Bak in 3 el boter 1 gesnipperde ui en 2 uitgeperste teentjes knoflook zacht. Voeg 350 g kalkoenfilet in stukjes toe en bak die al omscheppend bruin. Strooi er $\frac{3}{4}$ tl gedroogde roze-

marijn over en voeg $2\frac{1}{2}$ el tomatenpuree, 2 schoongemaakte rijpe perziken in stukjes, 2 el gembersiroop en een scheutje water toe. Laat alles zachtjes pruttelen tot de kalkoen gaar is en breng op smaak met ketjap, zout en peper. Lekker met gekookte rijst.



Gevulde perzik uit de oven

Verwarm de oven voor op 180°C . Ontvel 4 perziken (zie pag. 16) en halveer ze. Rooster 75 g geschaafde amandelen in een droge koekenpan goudbruin, laat ze afkoelen en druk ze met de bolle kant van een lepel fijn. Roer de geraspte schil van 1 sinaasappel, 45 g suiker en 2 el vloeibare honing door de amandelen. Vul de perzik-helften met het mengsel.

Zet ze in een ovenschaal, besprenkel met 1 dl amandellikeur en bestrooi met 50 g

Nectarines & Perziken

...de friszoete basis voor borrelhapjes, drankjes én hoofdgerechten

poedersuiker. Bak de perziken 10 min. in de oven en serveer direct met een lepel mascarpone (Italiaanse dikke room).

Perzikhkshake

Pureer 250 g perziken in stukjes met $\frac{1}{2}$ dl melk, 4 bolletjes vanilleijs en 4 el grenadine- of frambozenlimonadesiroop in de blender of keukenmachine tot een gladde drank. Schenk de milkshake in 4 hoge glazen en zet er dikke rietjes in.



Nectarinehapjes met 2 kazen

Snijd 4 grote nectarines tot op de pit rondom in en maak de helften los. Verwijder de pitten. Snijd elke helft in drie partjes. Roer in de keukenmachine of met een vork 150 g zachte geitenkaas los met 75 g zachte gorgonzola en wat versgemalen peper. Hak 50 g ge-

pelde pistachenoten. Vul elk nectarinepartje met 1 tl van het kaasmengsel en druk het in de pistachenoten. Steek in elk hapje een cocktailprikker.



Meloenen

Meloensorbet

Pureer het vruchtvlies van 1 Charentais- of Galiameloen met het sap van 1 citroen en 4 el poedersuiker. Laat de puree in de koelkast door en door koud worden (3 uur). Klop 1 eiwit tot zachte pieken en spatel die door de puree. Draai in de ijsmachine sorbet van de massa of laat het in 3 uur bevriezen en klop het om het uur (2 keer in totaal) goed door.

Broodje meloen met rauwe ham

Snijd 4 mini-ciabatta's open en bestrijk de snijkanten met olijfolie. Maak 1/2 zakje waterkers



(35 g) aan met een dressing van 1 el olijfolie, 2 tl mosterd, 2 tl honing, citroensap en peper. Beleg de onderste broodhelften met elk een pluk waterkers en 2 dunne schijven rijpe Galiameloen en 2 plakjes rauwe ham. Dek af met de overige broodhelften.



Meloen met port en basilicum

Snijd het vruchtvlies van 1 Cantaloupe en 1 Galiameloen in blokjes. Schep de meloen om met 1 dl witte port en zet 'm koel weg. Snijd de blaadjes van 3 takjes basilicum in reepjes en schep ze door de meloen. Verdeel de salade over 4 coupes en serveer als voorgerecht.



Koude meloensoep

Pureer 1 Cantaloupe meloen met 125 ml crème fraîche of yoghurt, 1 el honing, 1 1/2 el gembersiroop en 1 tl citroensap tot een gladde massa. Laat de soep goed koud worden in de koelkast. Schep met een meloenboor bolletjes uit nog 1/2 Cantaloupe of snijd het vruchtvlies in blokjes. Verdeel de soep over 4 bordes en garneer met de meloenbolletjes en reepjes munt.

Meloensalade met garnalen

Roer van het sap van 1 limoen, 2 tl olie, 2 el zoute ketjap, peper en 3 fijngesneden takjes basilicum of koriander een sausje, schep er 175 g cocktailgarnalen door en laat 1 uur intrekken in de koelkast. Schep met een meloenboor

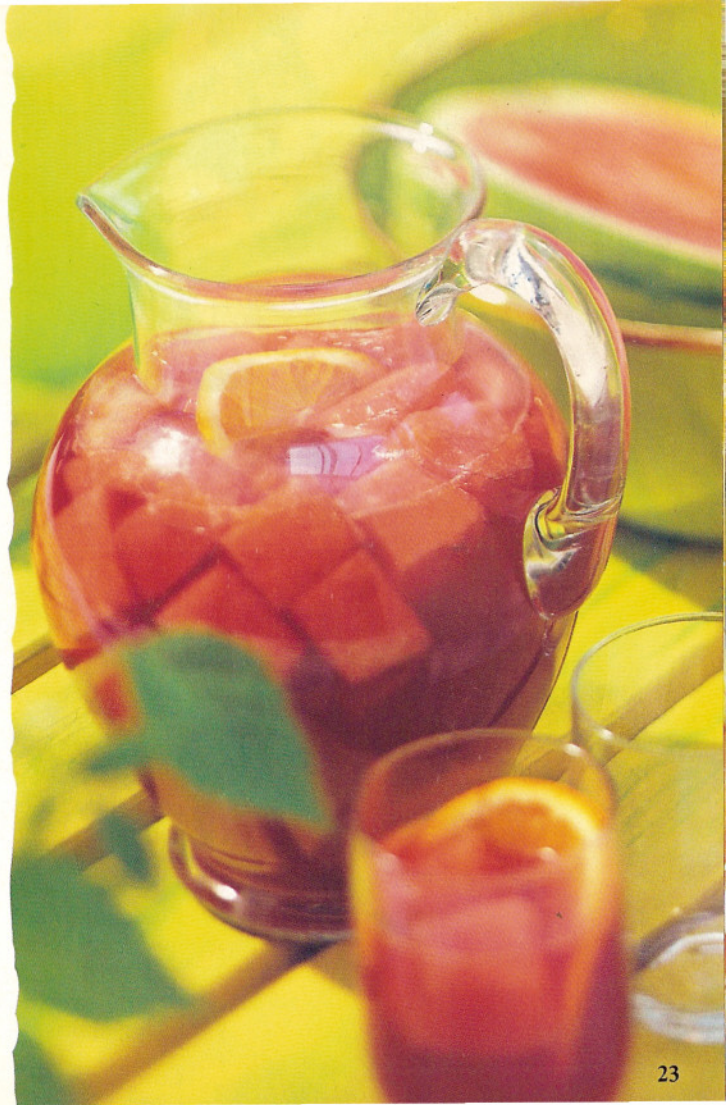
prima dorstlessers!

balletjes uit 1 honingmeloen en 1 avocado. Verwijder de harde steeltjes van 50 g waterkers. Meng alles door elkaar en verdeel de salade over 4 bordjes.



Sangria met watermeloen

Snijd 1250 g watermeloen zonder schil in blokken en verwijder de zaadjes. Doe de stukken in een bowlschaal of grote kom en schenk er 1 fles koude rode rioja, 1/2 l koud koolzuurhoudend mineraalwater, het sap van 2 sinaasappels en 1/2 dl sinaasappellikeur bij. Breng op smaak met 60 g suiker (of meer).





Lamsstoofschotel met abrikozen

Snijd 750 g uitgebeende lamsbout- of filet in blokken van 3 1/2 cm. Fruit in 3 el olijfolie 1 gesnipperde ui en 1 uitgeperst teentje knoflook en bak het vlees al omscheppend mee bruin. Voeg zout, peper, 1/2 tl gemberpoeder, 1 tl kaneel, 1/2 tl saffraanpoeder, 1/2 tl paprikapoeder en 3 tomaten in stukjes toe. Schenk er zoveel water bij dat het vlees net onder staat. Sudder het vlees in een gesloten pan in ± 1 uur zachtjes gaar. Snijd 750 g abrikozen in kwarten. Voeg ze met 1 1/2 el honing toe aan het vlees en laat nog 15 min. doorstoven. Lekker met gekookte rijst.

Snelle abrikozenlofjes

Verwarm de oven voor op 200°C. Roer 200 g amandelspijs los met 3 el van 1/8 l slagroom.

Abrikozen

van confiture tot stoofschotel

Ontvel 8 abrikozen (zie pag. 17) en halveer ze. Bestrijk 8 ontdooide lapjes bladerdeeg met eierdooier. Leg diagonaal over het midden op elk lapje 1 1/2 el spijs en leg er 2 abrikooshelften op. Druk de deeghoeken aan weerszijden van de vulling over de vulling samen, zodat een 'slofje' ontstaat. Bak de slofjes in ± 15 min. goudbruin. Verwarm 5 el gezeefde abrikozenjam en bestrijk er de gebakjes mee. Klop de rest van de slagroom stijf met 1 el suiker en leg op elk slofje een toef.

Abrikozenconfiture

Gebruik iets onrijpe abrikozen en meet per kg 750 g suiker af. Ontvel de abrikozen (zie pag. 17) en snijd ze in kwarten. Doe de kwarten in een r.v.s. pan en strooi er de suiker

over. Laat de abrikozen zo 2 uur staan. Breng de abrikozen dan langzaam aan de kook en laat ze net zo lang sudderen tot ze er transparant uitzien. Schep de confiture in schone potten en sluit ze goed af.

Gekaramelliseerde abrikozen met ijs

Halveer 8 ongeschilde abrikozen. Smelt 1 1/2 el boter in een koekenpan, strooi er 120 g suiker over en leg er de abrikozen met de snijkant naar onderen in. Bak de abrikozen op middelhoog vuur tot de suiker begint te bruinen (± 4 min.). Bak nog ± 5 min. terwijl u de vruchten af en toe bedruipt met de siroop. Keer de abrikozen en bak nog 2 min. Laat de abrikozen afkoelen of serveer ze warm met vanille-ijs.



Dadels en vijgen



vers toch echt
het allerlekkerst!



Vijgen met amandelschuim

Verwarm de grill of oven voor op de hoogste stand. Rooster in een droge koekenpan 4 *el amandelschaafsel* goudbruin. Houd 2 *el* apart en druk de rest fijn. Klop 1 *eiwit* stijf met 2 *el witte basterdsuiker*. Spatel er het amandelkruim en 2 *verkruidelde amaretti- of bitterkoekjes* door. Snijd 12 *vijgen* kruislings in en vul ze met het schuim. Bestrooi met de rest van de amandelen. Bak de vijgen ± 2 min. in de oven of laat ze onder de grill goudbruin kleuren. Verdeel ze over 4 bordjes, schep er 1 *bolletje vanille-ijs* naast en versier met een straaletje *vloeibare honing*.

Gevulde dadels

Roer 80 g *verse roomkaas* los met 1/2 *el sinaasappellikeur*, de geraspte schil van 1/2 *sinaasappel* en 1 *el poedersuiker*. Snijd 16 *verse of gedroogde dadels* open, verwijder de pit en vul ze met roomkaasmengsel. Hak 3 *el gepelde ongezouten pistachenoten* fijn en druk er de dadels met de vulling in.



Gemengd fruit

probeer zo'n
zoete zomermix



Fruitsalade

Snijd dekseltjes van 4 kleine meloentjes en hol ze uit met een meloenboor. Snijd eventueel een sierrand aan de meloentjes. Houd de helft van de meloen apart (de rest wordt niet gebruikt). Doe 150 g frambozen, 75 g blauwe bessen en 3 in partjes gesneden vijgen in een kom en schep er 1 dl rode port, 2 el citroensap en 1 el poedersuiker door. Geef er apart losgeroerde vanillekwark bij.



Engelse zomerfruitpudding

Laat 500 g rode bessen, bramen en blauwe bessen met 125 g witte basterdsuiker 12 min. zachtjes stoven. Schep af en toe om. Schep er van het vuur af 125 g frambozen en 125 g halve aardbeien door en laat alles afkoelen. Laat de vruchten uitlekken en vang het vocht op. Ontkorst 6-10 sneden wit casinobrood. Bekleed de bodem en zijanten van een puddingvorm met het brood, schep er de helft van de compote in en dek af met een laag brood. Schep het overige fruit erop en dek af met de rest van het brood. Leg een passend schoteltje op de pudding in de vorm en zet er een gewicht (500 g) op. Zet de pudding 1 nacht in de koelkast. Stort de pudding en schenk er het achtergehouden vocht over. Lekker met crème fraîche.

Vruchtenplaatkoek

Verwarm de oven voor op 200°C. Bekleed een ingevet en met bakpapier bekleed bakblik (± 28 x 18 cm) met 6 plakjes diepvriesbladerdeeg. Snijd nog 2 deegplakjes in repen van 2 cm dik en vorm hiermee een rand. Bestrijk de bodem met eierdooier, prik in met een vork en bak in ± 15 min. gaar. Klop 2 eierdooiers met 2 el bloem en 60 g suiker dik en licht van kleur. Breng 2 dl melk met 1 dl slagroom tegen de kook aan. Klop van het vuur af de melk door de geklopte eierdooiers. Breng alles roerend weer aan de kook tot het dik wordt. Laat iets afkoelen en bestrijk er de bodem mee. Vul de bodem met 500 g gemengd zomerfruit naar keuze.

Compote van rode vruchten

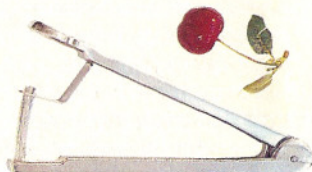
Laat op laag vuur 125 g suiker oplossen in 1½ dl water. Laat de siroop 2 min. koken. Voeg 250 g bramen en de geraspte schil van ½ sinaasappel toe en laat 12 min. sudderen. Neem de bramen uit de siroop, doe ze in een kom en schep er 125 g aardbeien, 65 g frambozen (of aardbeien) en 65 g blauwe bessen door. Breng de siroop opnieuw aan de kook. Maak 1 el maïzena aan met 2 el sinaasappelsap en bind hiermee de siroop. Roer er eventueel 1 el rode port door en schenk de siroop over de vruchten. Serveer de koude compote met dungslagen slagroom.



De fruitigste keukenhulpjes

Tegen zuur bestand

Het zuur in vruchten kan een verbinding aangaan met metaal en dat kan een bijmaak geven aan de gerechten. Gebruik daarom voor het bereiden van vruchtengerechten roestvrijstalen pannen, niet-metalen kommen en houten lepels.



Zonder pit!

Met dit handige knijptangetje verwijdert u in een ommezien de pitten uit verse kersen. Was de kersen en ontdoe ze van de steeltjes. Schuif de vruchtjes in de opening en knijp de tang samen. Het stangetje drukt de pit er voor u uit!

Lekker vers citroensap

Met deze originele handpers perst u snel een verse citroen of limoen uit. Het sap geeft een extra frisse smaak aan verse vruchten en helpt bovendien tegen het verkleuren van het vruchtvlees van bijvoorbeeld appel, perzik of avocado.



Koninkjes ontgrond

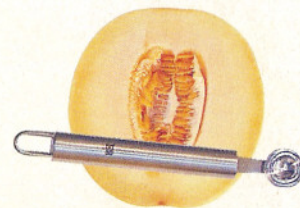
Hardnekkig vastzittende steeltjes trekt u gemakkelijker uit aardbeien met deze onttroner. Draai het steeltje er met een ronddraaiende beweging uit zodat ook de steelaanzet mee



komt. Verwijder de steeltjes nooit voor u de aardbeien heeft gewassen, anders zuigen de vruchtjes zich vol met water en dat gaat ten koste van de smaak.

Voor mooie meloenballetjes

De meloenboor heeft een rond lepeltje waarmee u mooie balletjes kunt uitscheppen. Druk het boortje goed in het vruchtvlees, draai het een halve slag en schep dan het balletje eruit.



U kunt de boor ook gebruiken voor andere zachte vruchten als mango of avocado of voor het uitsteken van courgettes, wortel en bijvoorbeeld boterballetjes.

Citroentrekker

(ook voor sinaasappel en limoen!)

De geraspte schil van citrusvruchten geeft een gerecht met vruchten een heerlijke frisse smaak en accentueert de smaak van vers fruit. Boen de citroen, sinaasappel of limoen altijd schoon voor u ze afraspt en droog 'm goed af. Gebruik alleen het gekleurde deel van de schil; het witte deel heeft een bittere smaak. Met deze handige citroentrekker trekt u mooie sliertjes van de schillen waarmee u gerechten ook kunt garneren.