

WESTERSCHELDE FERRY

Kookboek

RECEPTEN RECEPTEN
5



WESTERSCHELDE FERRY

kookboek

**KAPITEIN FERRY'S
PANNENKOEKEN**

3



**FRIETJES VAN
STUURMAN PLUME**

4



**MACHINISTEN MACARONI
VAN KEE**

5



**MATROOS BABBELAAR
SMOOTHIE**

6



**IJSJES VAN MAATJE VAN
DE KAARTJES**

7



KAPITEIN FERRY'S PANNENKOEKEN

DIT HEB JE NODIG

- 1 liter halfvolle melk
- 2 eieren
- 500 gram tarwebloem
- boter om in te bakken
- Mixer of garde
- Beslagkom
- Pannenkoekpan of koekenpan
- Spatel om de pannenkoeken te draaien



ZO MAAK JE ZE

- Zeef de bloem boven een beslagkom. Voeg de eieren en de helft van de melk toe en klop met een garde of mixer tot een glad beslag. Schenk de rest van de melk erbij en klop opnieuw tot een glad beslag.
- Verhit een klontje boter in een koekenpan en schep er een soeplepel beslag in, maar pas op! De pan is heet. Draai de pan rond zodat de hele bodem bedekt is met beslag.
- Laat de pannenkoek 2 minuten op middelhoog vuur bakken tot de bovenkant droog is. Draai de pannenkoek om (misschien durf je hem wel in de lucht te gooien...) en bak nog 1 minuut. Herhaal met de rest van het beslag.
- Vul een pan met een bodem water en zet dit op laag vuur. Leg een bord op de pan. Leg de gebakken pannenkoeken op het bord, zo blijven ze lekker warm.



Bereiding

15 minuten



Bakken

20-40 minuten

FRIETJES VAN STUURMAN PLUME

DIT HEB JE NODIG

- 2 zoete aardappels
- 1 eetlepel bloem
- snufje zout
- snufje peper
- olijfolie
- Schilmesje
- Snijplank
- Beslagkom
- Bakpapier
- Bakplaat



ZO MAAK JE ZE

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Was de aardappels. Schil ze vervolgens en snijd ze in frietjes van ongeveer een centimeter breed.
- Doe de frietjes in de beslagkom en doe de bloem, peper en zout erbij en meng het met een lepel.
- Leg de frietjes op een met bakpapier beklede bakplaat. Sprenkel er een lepeltje olie over.
- Laat de frietjes ongeveer 20 tot 30 minuten bakken.

Tip van Stuurman Plume: Ik vind de frietjes het lekkerst met een kloddertje mayonaise!



Bereiding

15 minuten



Bakken

20-30 minuten

MACHINISTEN MACARONI VAN KEE

DIT HEB JE NODIG

VOOR 4 PERSONEN

- 320 gram vlugkokende macaroni
- 5 winterpenen
- 200 gram fijngesneden prei
- 400 gram kipblokjes
- 200 gram spekblokjes
- 2 uien
- 2 teentjes knoflook
- 2 potjes rode pesto
- olijfolie
- Parmezaanse kaas

ZO MAAK JE HET

- Verhit een wok of hapjespan en bak de spekblokjes, maar pas op! De pan is heet! Voeg de kipblokjes toe en bak ze mee.
- Snipper de knoflookteentjes en de uien (niet gaan huilen, hè?). Snijd de winterpenen in kleine blokjes.
- Bak de uien, knoflook, winterpenen en prei vijf minuten mee.
- Voeg de macaroni en 600 ml water toe. Blijf roeren, roeren, roeren tot al het water is opgenomen. Proef of de macaroni gaar is, voeg anders nog 100 ml water toe. Blijf ook nu weer roeren, roeren, roeren tot het water is opgenomen.
- Als alles gaar is, voeg je de pesto toe (nog meer roeren) en laat je het nog twee minuten sudderen.
- Strooi er Parmezaanse kaas naar smaak over.



Bereiding

20 minuten



Koken

20-30 minuten

MATROOS BABBELAAR SMOOTHIE

DIT HEB JE NODIG

- 4 broccoliroosjes
- 2 handjes spinazie
- 2 stengels selderie
- 1 banaan
- 50 gram mangostukjes
- 50 gram ananasstukjes
- Blender
- Water
- Rietje



ZO MAAK JE HET

- Snijd de selderie, mango en ananas in stukjes. Doe de groente en het fruit in de blender en mixen maar! Je smoothie is klaar als het een glad mengsel zonder stukjes is. Voeg wat water toe als de smoothie te dik blijft.
- Schenk de smoothie in een glas. Serveer met een stukje ananas op de rand van het glas en een rietje ennn... slurpen maar!



Bereiding

10 minuten

IJSJES VAN MAATJE VAN DE KAARTJES

DIT HEB JE NODIG

- Danoontje fruitkwark
- 2 handjes verse aardbeien
- 1 banaan
- Water
- Lepels
- Vriezer
- Blender



ZO MAAK JE ZE

- Maak de Danoontjes open en steek er een lepel in. Zet de ijsjes in de vriezer.
- Is je ijsje op? Gebruik de vormpjes dan om nieuwe ijsjes te maken
- Snijd de banaan en de aardbeien in stukjes.
- Blend eerst de aardbeien tot een gladde massa en schenk dit in een maatbeker.
- Spoel de kan van de blender om. Blend nu de banaan met een scheutje water tot een gladde massa.
- Schenk drie vormpjes tot de helft vol met aardbei. Schenk twee vormpjes tot de helft vol met banaan.
- Zet de ijsvormpjes, met ijsstokje of lepel erin, een halfuurtje in de vriezer.
- Schenk vervolgens banaan in de vormpjes met aardbei en aardbei in de vormpjes met banaan. Laat de ijsjes minimaal 8 uur in de vriezer.

Tip van Maatje: welke lekkere fruitcombi's kan jij bedenken?



Bereiding

5-10 minuten