

Zoe's recepten



het-boekje.nl

Ringelboom anders werkt!

Dit boekje is opgedragen aan mijn lieve vriendin Zoe.
Ik mis haar nog elke dag!

© 2014 copyright by:

ITTS - International Text and Translation Services

Julianalaan 54

3851 RD Ermelo

The Netherlands

T: + 31.(0)341.554979

M: + 31.(0)6.22501731

E: anneke@het-boekje.nl

www.itts.nu

www.het-boekje.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie of microfilm of op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van ITTS.

Tekst: Zoe Lapi en Anneke Kamerling

Vertaling: Anneke Kamerling

Foto's: ITTS

Cover: ITTS

Uitgave 2018

Inhoud

Zoe's recepten	2	Pasticcio	36
Tzatziki	4	Gemista	38
Tonosalata	6	Kotopoulo sto fourno	40
Fava	8	Lachano dolmades	42
Salata Choriatiki	10	Avgolemono	44
Saganaki	12	Bekri meze	46
Feta psiti kafteri	14	Papoutsakia	48
Spanakopites	16	Chorino skordato	50
Revithokeftedes	18	Rizi me feta kai menta	52
Laganika figanita	20	Koulouria	54
Gigantes	22	Baklava	56
Fakès	24	Kourabiedes	58
Kokkinisto	26	Ingemaakte mandarijnen	60
Patates me dendrolivano	28	Citroen likeur	64
Makaronia me kima	30	Frapès	66
Mousaka	32	Freddoccino	68
Bechamèlsaus	34		



Zoe's recepten

De Griekse keuken wordt wel de gezondste keuken van Europa genoemd en biedt een ruime variatie aan uiteenlopende gerechten. Elke streek en elk eiland heeft zo zijn eigen specialiteiten.

Deze verzameling recepten heb ik gekregen van mijn Griekse vriendin Zoe, die ze op haar beurt weer heeft gekregen van haar moeder, enz., enz.. In 1989 leerde ik Zoe kennen. Een spontane Atheense, die, net als ik, van lekker kokkerellen en van lekker eten hield. Ze had de fijne kneepjes van haar moeder geleerd en vervolgens heeft ze mij de recepten gegeven. Zoe is in 2005 overleden. Daarom heb ik dit boekje aan haar opgedragen.

De opbrengst van dit boekje gaat naar dierenopvangorganisaties op verschillende Griekse eilanden.

De recepten zijn eenvoudig te bereiden met in Nederland verkrijgbare ingrediënten. Ik heb ze hier en daar iets aangepast, omdat niet alle originele ingrediënten in Nederland verkrijgbaar zijn. Ik hoop dat u net zo van deze recepten zult genieten als Zoe en ik, zowel bij de bereiding als bij het nuttigen ervan!

Καλή σας όρεξη - Eet smakelijk!

Anneke Kamerling



Φακές - Linzensoep

Spoel de linzen met koud water in een zeef. Doe ze in een diepe pan met water zodat ze onder staan. Breng aan de kook en laat ca. 10 minuten doorkoken. Laat de linzen vervolgens uitlekken in de zeef. Hak de ui fijn en snijd de wortel in ronde schijfjes. Fruit de ui tot hij glazig is in de schoongemaakte diepe pan in wat olijfolie. Voeg de linzen, de wortel, de teentjes knoflook (niet fijnmaken), de tomatenpuree, de laurierblaadjes, een scheutje olijfolie en een scheutje azijn toe. Voeg water toe zodat de linzen net onderstaan. Breng nogmaals aan de kook en laat het geheel ca. 20 minuten doorkoken op laag vuur tot de soep is ingedikt. Maak op smaak met peper en zout. Zet de balsamico op tafel zodat iedereen naar smaak nog wat azijn kan toevoegen.

Serveer met ciabatta brood.

Benodigdheden

500 gram linzen
1 ui
1 grote wortel
2-3 teentjes knoflook
2 laurierblaadjes
1 blikje tomatenpuree
peper en zout
olijfolie
azijn (balsamico)
zeef
diepe pan

Dit handzame kookboekje bevat een aantal heerlijke Griekse recepten, die generaties lang van moeder op dochter zijn overgeleverd en in de loop der tijd zijn aangepast aan de technieken van de moderne tijd. Van eeuwenoude, vertrouwde gerechten en gebak tot nieuwe, spannende drankjes.

De recepten zijn eenvoudig te bereiden met in Nederland verkrijgbare ingrediënten.

Kook, eet, drink en geniet zoals de Grieken dat doen.

Καλή σας όρεξη !

hèt-boekje.nl

Bezigden anders volk?

