STERKE BAK

» XXX MINUTEN » VOOR 2 PERSONEN » ONTBIJT

NODIG

+ 1 el oploskoffie
+ 2 el cacaopoeder
+ 2 tl suiker
+ 2 dopjes whisky

Om je aan te warmen tijdens een kille avond buiten bij het vuur!

BEREIDING

1 Verdeel de ingrediënten over twee bekers en roer tot een papje. Giet hier wat kokend water op en roer goed door.

2 Maak eventueel af met ongezoete slagroom.

MAALTIJD ZONDER PIT

» XXX MINUTEN » VOOR 2 PERSONEN » ONTBIJT

NODIG

+ 200 g jonge bladspinazie
+ 100 g kleine tomaatjes, gehalveerd
+ 1 rode ui, in halve ringen
+ 1 avocado, in reepjes
+ 1 mango, in reepjes
+ 2 el dressing van p. xxx
+ 4 plakken serranoham
+ 20 g pistachenoten, gehakt
+ 50 g geitenkaas, verkruimeld
+ peper & zout
+ 1 vers broodje van de plaatselijke bakker

Soms strand je ergens waar geen vuur gemaakt mag worden. Geen pit, geen nood. Want dan biedt deze maaltijd uitkomst. Onderweg passeer je meestal wel een bakkertje. Wij kopen dan meteen een klein broodje zodat we altijd vers brood aan boord hebben. Handig voor tussendoor, voor als je eindigt op een plek waar niet veel winkels zijn of als het laat is geworden. Gaat het brood niet op, dan maken we er de volgende dag toast, wentelteven (p. xxx) of broodspiesen (p. xxx) van.

BEREIDING

1 Doe de spinazie in een ruime kom of op een groot bord. Leg hierop de tomaatjes, ui, avocado en mango.

2 Verdeel hierover de dressing en maak af met de ham, de noten en de geitenkaas. Bestrooi met een beetje zout en peper.

SALAD IN A JAR

» XXX MINUTEN » VOOR 1 XL POT » ONTBIJT

NODIG VOOR SALADE:

Gebruik alles wat je nog aan restjes hebt, eventueel aangevuld met wat verse ingrediënten. Wij gebruiken hiervoor graag:

+ restjes kip of vis van de BBQ, geplukt, in kleine stukjes
+ overgebleven rijst of pasta (gekookt)
+ fruit dat nodig op moet
+ restjes pofaardappel
+ geraspte wortel of zelfs het blad van paardenbloemen uit de berm
+ restjes kaas
+ noten, pitten, zaden
+ aangebroken blikjes bonen of maïs
+ restjes verse kruiden.

NODIG VOOR DE DRESSING:

+ 200 ml azijn (een mooie azijn uit de streek waar je bent is natuurlijk leuk)
+ 600 ml mooie zachte olijf- of zonnebloemolie
+ 2 el mosterd
+ 2 el honing
+ peper & zout

Optioneel:

+ smaakmakers zoals cayenne of baharat, gesnipperde sjalot, verse groene kruiden (peterselie, dragon en bieslook)

Bewaar tijdens het reizen een aantal glazen potten met deksel. Ze zijn handig om losse tent-elastiekjes of ander klein spul bij elkaar te houden, nootjes of zoutjes kraakvers te bewaren, dressing in te shaken én om deze salade voor onderweg in te maken. Een mooie dressing erover en alles klopt. Zo'n gevuld potje met gekleurde laagjes ziet er bovendien verpletterend uit op de picknicktafel. Stuk vers stokbrood erbij en je hebt een complete meeneemlunch. Hieronder dus geen saladerecept, maar een recept voor een goede dressing. Maak veel en bewaar 'm in een pot waar je de hele roadtrip uit kunt putten. Zo is een lunch van alle restjes binnen 5 minuten gemaakt. Ga bij het maken van een vinaigrette altijd uit van 1 deel azijn op 3 delen olie, dan kan hij eigenlijk nooit mislukken. Wil je meer zuur, dan voeg je extra azijn toe. En voor een vollere smaak gebruik je extra olie.

BEREIDING

1 Doe alles in een glazen pot en schudden maar.

2 Alle ingrediënten moeten mooi met elkaar gemengd zijn. Je kun de dressing eventueel overgieten in een schone glazen fles, dat is wat makkelijker in gebruik. Als de dressing even staat, gaan olie en azijn scheiden. Dit is niet erg, gewoon weer even schudden en je dressing is gemengd.

SNELLE PASTA

» XXX MINUTEN » VOOR 2 PERSONEN » XXXXX?

NODIG

- 300 g pasta olijfolie
- 1 blikje ansjovis, fijngesneden
- 2 tenen knoflook
- 2 uien, gesnipperd
- 4 rijpe tomaten, in stukjes
- ½ glas rode wijn
- handje zwarte olijven zonder pit, in plakjes
- 1 el kappertjes, afgespoeld en uitgelekt
- gehakte oregano of vers basilicum
- peper & zout

Soms strand je ergens waar geen vuur gemaakt mag worden. Geen pit, geen nood. Want dan biedt deze maaltijd uitkomst.

BEREIDING

1 Kook de pasta beetgaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en houd het pannetje pasta met het deksel erop warm in een slaapzak.

2 Vijzel de knoflook samen met de ansjovis tot pulp met een steen (of snijd alles heel fijn).

3 Fruit de ui in een scheut olie tot hij glazig is en voeg dan het knoflookmengsel toe. Bak op laag vuur al roerend tot de ansjovis begint te smelten.

4 Voeg de tomaten en rode wijn toe en laat op laag vuur zachtjes koken tot er een mooie saus ontstaat.

5 Voeg olijven, kappers en oregano toe en breng de saus op smaak met peper en zout. Scheur als laatste de basilicumblaadjes en roer ze door de saus.

6 Schep de pasta door de warme saus en serveer.

TIP!
HEB JE GEEN PASTA OF HEB JE MAAR 1 PAN, DAN KUN JE DEZE SAUS OOK PRIMA MET EEN STUK BROOD ETEN. OF GEBRUIK DE SAUS VOOR DE NACHO

ONTBIJT-BURRITO'S

» XXX MINUTEN » VOOR 2 PERSONEN » ONTBIJT

NODIG VOOR SALADE:

- 2 wraps
- 4 eieren
- scheutje melk peper & zout olijfolie
- 1 avocado, in blokjes
- handje kerstomaatjes, gehalveerd
- 1 flinke el crème fraîche
- snufje cayennepeper
- limoensap
- 1 el gehakte koriander of bladpeterselie

Snel, smakelijk, voedzaam en gezond. Een goed begin van de dag wanneer je een lange reis voor de boeg hebt. Eigenlijk kun je elke gewenste vulling kiezen voor deze wraps. Maak op wat je nog hebt liggen, zodat je het niet hoeft mee te sjouwen als je verder rijdt. Of verzin een eigen variant met je favoriete ingrediënten. Het recept hieronder is een denkrichting.

TIP!
VAN OVERGEBLEVEN WRAPS KUN JE PIZZA'S MAKEN. JE KUNT ZE OOK IN STUKJES SNIJDEN EN BAKKEN IN WAT OLIE ZODAT JE KNAPPERIGE CHIPS

BEREIDING

1 Verwarm de wraps kort boven een vuurtje of in een droge koekenpan.

2 Roer de eieren met melk, zout en peper los in een kom.

3 Verwarm wat olie in een pannetje en giet het eimengsel erin. Zet het vuur laag en blijf roeren tot het ei baveux (smeuïg) is.

4 Verdeel het roerei, de avocado, tomaatjes en crème fraîche over het midden van de wraps. Bestrooi naar smaak met cayennepeper en druppel een klein beetje limoensap over de avocado.

5 Bestrooi met de kruiden. Vouw de onderkant van de wrap naar binnen en rol de rest strak op.

GESMOORDE CANNELLINIBONEN

» XXX MINUTEN » VOOR 1 PORTIE » ONTBIJT

NODIG

+ olijfolie
+ 2 tenen knoflook, geplet
+ 2 takjes rozemarijn
+ 1 blik cannellinibonen (cira 400 g), afgespoeld en uitgelekt
+ 1 el rodewijnazijn
+ 4 plakjes pancetta

De Italiaanse cannelliniboon is dé boon onder de bonen vinden wij. Heerlijk vol en romig van smaak en te gebruiken in heel veel verschillende gerechten. Je eet deze gesmoorde bonen met brood. Lekker als lunch, maar ook goed bij de borrel of als bijgerecht bij een stevige BBQ. De combinatie met knoflook, rozemarijn en knapperig (op een steen) gebakken pancetta is zó ongelooflijk lekker, daar maak je gegarandeerd nieuwe roadtrip-vrienden mee.

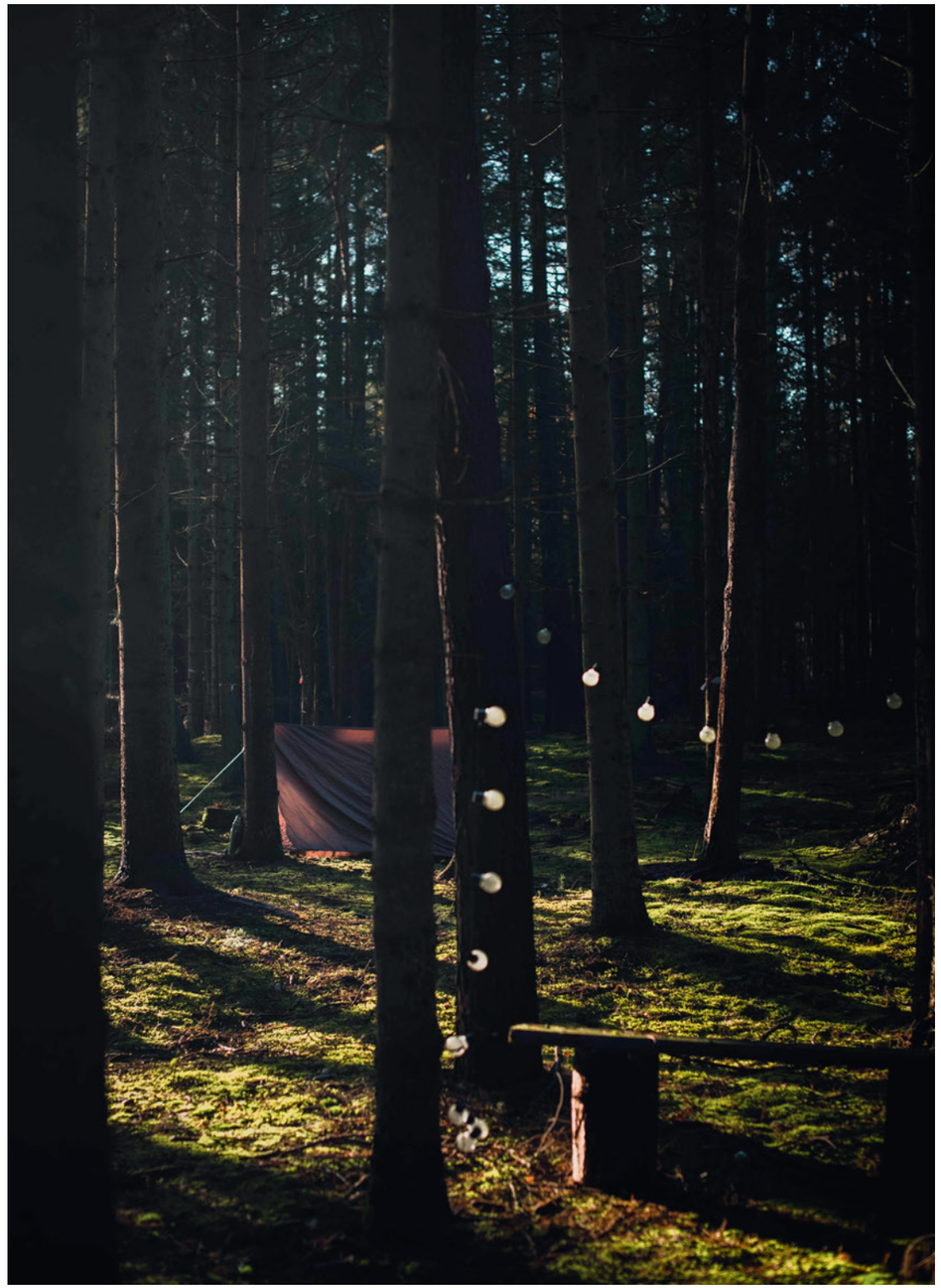
BEREIDING

1 Maak een vuur en zet hierboven een rooster waar een pan op gezet kan worden.

2 Verwarm een flinke scheut olijfolie in een gietijzeren pan en leg hierin de knoflook en de rozemarijn. Zorg dat de olie niet te heet wordt en gaat borrelen, het is de bedoeling dat de smaken van knoflook en rozemarijn rustig in de olie trekken.

3 Roer de bonen erdoor en laat het geheel 15 minuten smoren. Roer af en toe.

4 Gebruik de heet geworden stenen rond het vuur om de pancetta op uit te bakken (kan natuurlijk ook gewoon in een pan, maar op een steen is veel leuker).

5 Haal de bonen van het vuur en prak ze met een vork tot een grove puree. Breng op smaak met peper en zout en maak af met een paar druppels rodewijnazijn. Steek hier en daar een stukje uitgebakken pancetta in de geprakte bonen en serveer met brood dat je even roostert boven het vuur.

ENJOY
MORNING
SILENCE