

**oven
schotels**

Leesexemplaar

oven schotels



WIM BALLIEU

P E L C K M A N S



Lente

Easy lasagne	14
Pastaschotel met chorizo	16
Filotaart met erwten, munt & ingelegde citroen	18
Gratin van biet & rabarber	20
Linzencurry met kokos	22
Kip 'waterzooi-style'	24
Ovenschotel met witte asperges & beenham	28
Varkensgehakt met spinazie & zachtgekookt ei	30
Macaroni met groene groenten & kaassaus	32
Gevulde puntpaprika	34
Kip met curry, prei & ananas	36
Lamsschouder met raapjes & ratte du toquet-aardappelen	40
Ensaimada	42
Eenpersoonsschotel met selder 'in het groen'	44
Geprakte aardappel met tong-schar & groene asperges	46
Chimichurri	47
Garnalen met venkel & aardappel	48

Zomer

Groentelasagne	52
Gepofte prei met bulgur & feta	54
Panzanella van tomaten & artisjok met gegrilde berloumi	58
Kikkererwten met gegrilde groenten & burrata	60
Aubergine & mozzarella	62
Boontjes met rundergehakt & verse kaas	64
Paksoi & gehakt	66
Bloemkool & gehakt	68
Kapsalon uit de oven met cheddar	70
Cannelloni met kip, gedroogde munt, tuinbonen & saus van wortel	74
Open cheeseburger	76
Moussaka	78
Tomaat farci met kruidenpesto	80
Zalmballetjes met spinazie	82
Ovenschotel uit de Provence met verse zalm	84
Boekweitblini's	85
Caponata met gamba a la plancha	86

Herfst

Gnocchi met paddenstoelen & pompoen	90
Gnocchi: de weekendversie	92
Gepofte pompoen	93
Basilicumpesto	93
Ui-t de oven	94
'Tartiflette' met knolselder & boschampionns	96
Camembert met portobello, prei & zuurdesem	98
Polenta met knolselder, paddenstoelen & kaneel	100
Kip met pompoen & zoete aardappel	104
Kip met savooi & crumble van spek	106
Parmentier van gehakt & tomaat	108
Parmentier met wortel & pancetta	110
Couscous(kr)eten	112
Groene gevulde bloemkool & hoevekip	114
French toast-ovenshotel met worst & paprika	116
Pie van kip met dragon & doperwten	118
Het vispotje van tante Anny	120

Winter

Rösti van pastinaak met gebakken ricotta	124
Linzen met knolselder & gekonfijte ui	126
Wintergroenten met geitenkaas, honing & noten	128
Ovenrisotto met schorseneren	130
Gratin van wortel & pompoen	132
Hachis parmentier van varkensgehakt met zwarte pens & puree van aardpeer	134
Kip raclette	138
Kalkoenworstjes met veenbessen & spruitjes	140
Chicons au gratin new style	142
Stoof van varkenswang, rode ui, venkel & boerenflensjes	144
Hete bliksem met kriekjes	146
Ovenshotel met 3 soorten kool & 3 soorten kaas	148
Gratin Florentin	150
Kabeljauw met witlof, fenegriek & graanmosterd	154
Zeewolf met lardo di Colonnata, zoete aardappel & lamsoor	156

ovenshotels





Voorwoord

Een ovenschotel is vaak ‘een beetje van dit’ & ‘een beetje van dat’, wat het niet altijd makkelijk maakte om mijn favoriete recepten neer te pennen... Maar toen ik in aanloop naar dit boek een oproep lanceerde op Instagram om een aantal recepten te proefkoken, kreeg ik massaal veel reacties! En kijk, zo heeft zelfs een boek enthousiaste foodies weten te verzamelen nog voor het gedrukt was.

Het idee om groenten uit het seizoen in een schotel te schikken, lekkere laagjes toe te voegen, alles samen in de oven te schuiven & het team van 180 graden hun werk te laten doen is even geniaal als simpel. Ik heb het geluk gehad om heel veel tijd door te brengen op de boerderij van mijn metje Mariette & pepe Georges. Ze hebben mij geleerd hoe belangrijk de seizoenen zijn, maar ook getoond hoeveel arbeid er in land- & tuinbouw kruipt. En dat er flink wat ondernemerschap nodig is om elke Belg zijn buikje rond te laten eten. Boeren & ondernemers zijn mensen naar wie ik opkijk. Daarom wilde ik ze een prominente rol geven in dit boek. Na wat ideetjes over & weer zijn fotograaf Piet De Kersgieter (met wie ik al meer dan tien jaar samenwerk) & ik op stap gegaan & hebben dat ‘jong geweld’ geportretteerd. Het resultaat mag er zijn. Geniet met ons mee van het resultaat.

Ovenschotels zijn makkelijk, of je nu met twee of met twintig aanschuift aan tafel, of lekker wat qualitytime met jezelf in de zetel & Netflix wil doorbrengen. Elke familie of vriendengroep heeft wel zijn favoriete receptje, al dan niet een twist op de klassieke parmentier, hete bliksem of lasagne. Voor mij zijn ze een haard van jeugdnostalgie... Ik denk met veel liefde terug aan de rijkelijk gevulde koeltoonbank van de ouderlijke slagerij, waar mijn moeder grote schotels zurkelpatatjes, witlof-schotels, lasagnes, moussaka's & zoveel meer klaarzette.

Tip

Dit boek zit boordevol groenten en de recepten zijn evenwichtig opgebouwd. Maar eerlijk is eerlijk: mijn lief is gek op gehakt, dus voeg ik soms wat extra gehakt toe.

Ook het veggiegehakt van mijn vriend Paul Florizoone (Greenway) staat vaak bij ons op het menu: samen met een uitje korrelig aangebakken kan je het naar smaak toevoegen aan de recepten in dit boek.

Om dan later met een groot paletmes porties af te snijden & in een aluschaaltje te 'proppen'. Maar ovenschotels zijn vooral het summum van comfortfood: een makkelijke manier om een groep vrienden te verzamelen in je keuken rond een lekkere dampende schotel. Dat kan in alle seizoenen. Blader maar eens door dit boek.

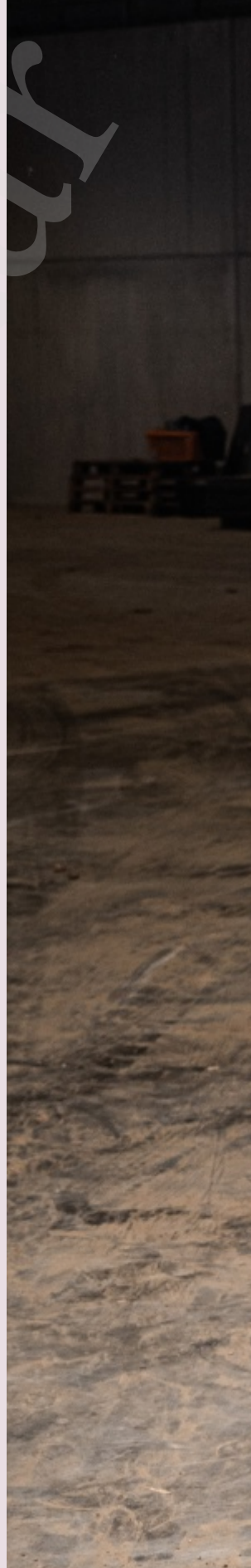
Recepten gaan vaak ook over de lekkerste ingrediënten. Daarom heb ik de vier seizoenen aangevuld met een groentekalender. Dat is alvast stap 1, want groenten zijn op hun best in die periode van het jaar & geven op die manier extra inspiratie. Piet de fotograaf & ik zijn op stap geweest om onze favoriete leveranciers in beeld te brengen, want het is hun passie & ondernemerschap die te proeven vallen in de ovenschotels. Ik ben supercontent met het resultaat: jonge & dynamische boeren die gaan voor de beste aardappel, de beste tomaat, het beste witlof, de krokantste appel... iets om fier op te zijn!

Het was een waar plezier om deze recepten te bundelen. Omar & ik hadden al een interessant receptenboekje in de keuken van Wim's Deli & vonden het superleuk om ze te kunnen 'vertalen' naar schoteltjes van vier voor je thuiskeuken. Onze familie & vrienden waren alvast enthousiast om de 'alubakskes' die we volgepropt hadden na de fotoshoots in ontvangst te nemen 😊

Nu is het aan jou! Laat je inspireren door de vier seizoenen & de schotels boordevol groenten. Je kan ze perfect op voorhand maken, want de schotels op basis van groenten & vlees kan je makkelijk zes dagen in de koelkast bewaren als ze gebakken zijn. Of vries ze in: makkelijk voor een luilekker avondje of een oplossing bij onverwacht bezoek.

Smakelijk!

We zijn allemaal opgegroeid met de leuke 'vlees, groenten & aardappelen', & zo zijn traditioneel ook de meeste ovenschotels opgebouwd. De tijd is rijp om daar creatiever mee om te gaan, maar veel van de schotels bevatten nu eenmaal aardappel. Ik gebruik loskokende variëteiten zoals fontane, bintjes... Die van ons worden gekweekt door Frederik Deraedt in het Heuvelland.





Aardappel fontane
van
Frederik
Deraedt, Heuvelland

Lente



Groentekalender

Aardappelen	Paprika	Spinazie
Andijvie	Pastinaak	Spitskool
Asperges	Pompoen	Spruiten
Bloemkool	Prei	Uien
Doperwt	Raap	Veldsla
Groene selder	Radijs	Warmoes
Knolselder	Rammenas	Winterpostelein
Koolraap	Rode biet	Witlof
Koolrabi	Rodekool	Wittekool
Kropsla	Savooikool	Wortelen
Paddenstoelen	Schorseneren	Zoete aardappel

Easy lasagne

Deze lasagne vraagt zo goed als geen werk. Gebruik verse lasagne als het kan en anders gedroogde vellen. Als groente gebruik ik in dit recept courgettes, maar je kan net zo goed andere groenten nemen. In plakjes gesneden Parijse champignons vind ik bijvoorbeeld superlekker. Dit is een ideale lasagne om de koelkastrestjes in te verwerken.

Voor 4 personen

- 2 blikken kers-tomaatjes (400 g/stuk)
- 400 g mascarpone
- peper
- zout
- 150 g courgettes
- 2 bollen mozzarella (125 g/stuk)
- 9 à 12 lasagnevellen (bij voorkeur vers, maar kan ook gedroogd)
- 4 plakken gekookte ham (bijvoorbeeld Breydelham)
- een handvol basilicum

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Giet de kerstomaten in een zeef en laat ze uitlekken. Vang het sap op. Meng het tomatensap met de mascarpone tot een gladde saus. Kruid met versgemalen peper en een snuifje zout.

Snijd de courgettes in fijne plakken. Scheur of snijd de mozzarella ook in plakken.

Vet een ovenschaal in met olie. Schep wat tomatensaus op de bodem en maak vervolgens laagjes met lasagnevellen, ham, courgettes, kerstomaten, mozzarella en tomatensaus. Eindig met mozzarella en kruid met versgemalen peper en zout.

Zet de lasagne 25 minuten in de voorverwarmde oven. Werk af met basilicumblaadjes.



Pastaschotel met chorizo

Voor 4 personen

- 450 g penne (gedroogd) (of 1150 g koelverse pasta)
- 2 kleine uien
- 4 tenen knoflook
- olijfolie
- 3 gele paprika's
- 1000 ml gezeefde tomaten (passata)
- 150 g kaas, geraspt
- 100 g chorizo (zo vers mogelijk, of dunne worst)
- enkele blaadjes basilicum
- 3 eetlepels kappertjes
- zwarte peper

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Kook de pasta halfgaar (dus 5 minuten minder dan de aanwijzingen op de verpakking).

Pel en snipper de ui en de knoflook. Fruit ze in olijfolie. Snijd de paprika's in blokjes en doe ze samen met de kappertjes bij de ui. Giet er de gezeefde tomaten bij en breng aan de kook. Laat op een laag vuur sudderen. Kruid bij met zwarte peper en de fijngesnipperde basilicum (zout is niet nodig gezien de kappertjes en chorizo).

Roer de pasta door de saus. Vet een ovenschaal in met olijfolie. Doe er de pasta met saus in en strooi er de geraspte kaas over. Snijd de chorizo of worst in plakken en leg ze op de kaas.

Bak 15 minuten in de voorverwarmde oven. Werk af met enkele blaadjes verse basilicum en de kappertjes.

