

RENS KROES

*The Party Edition*

Spectrum

Celebrate	5
Balans	6
Koken voor gasten	8
Tafelstyling	10

Cake	12
------	----

Drinks	42
--------	----

Bites	58
-------	----

Dinner	110
--------	-----

BBQ	132
-----	-----

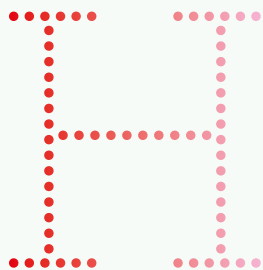
After	160
-------	-----

Spreads	180
---------	-----

Register	188
Thank you	190



# Celebrate!



**et leven mag gevierd worden!** Als klein meisje greep ik elke gelegenheid aan om een feestje te bouwen. Ik was een blij kind, hield van partijtjes en visite over de vloer en vond het heerlijk om rond te gaan met zelfgemaakte hapjes. Na afloop, tijdens de afwas, zei mijn moeder dan tegen me: 'Later komt iedereen bij jou langs voor je baksels en kookkunsten.' En, nou ja, zo geschiedde.

Nog steeds vier ik het liefst alles als ik daarvoor de mogelijkheid heb. Verjaardagen, feestdagen en successen, maar ook gewoon de seizoenen, *a sunny day* of het weekend. Van uitgebreid tafelen met vrienden en familie, tot een feestje voor twee op de bank. Omdat plezier hebben simpelweg het leven leuker maakt, je lijf ultiem ontspant door gezelligheid en de mooiste herinneringen aan tafel ontstaan. Niets fijner dan lekker dansen, bijkletsen en vooral... eten!

5

Het zal geen verrassing zijn dat lekker eten voor mij eregast is op elk festijn. Want samen eten verbindt. Het maakt ons happy. En zeker tijdens speciale gelegenheden moet je daar vol van genieten. Hoewel ik altijd rekening houd met de bewuste eetgewoonten van mijn gasten en kies voor homemade gerechten, let ik op zo'n dag echt niet op het aantal snacks dat ik in mijn mond stop. En wat mij betreft hoeft dat ook niet als je verantwoorde keuzes maakt in de ingrediënten die je gebruikt. De kunst zit 'm in het omarmen van een bewuste lifestyle, waardoor je alleen nog maar lekker en voedzaam wilt koken en eten. Oók tijdens een feestje.

En zo ontstond *The Party Edition*. In dit boek deel ik mijn favoriete partyrecepten die ook jij gemakkelijk kunt klaarmaken voor je gasten. Ik wil laten zien dat Powerfood prima past bij een feestje. Of je nu een theebransje of een BBQ organiseert. *Impress* je geliefden met geweldige taarten, heerlijke hapjes of een enorm diner. Stap uit je comfortzone en sloof je uit! Ik help je erbij. Neem vooral lekker de tijd, dan begint het feest al in de keuken.

*Let's get this party started!*

Rens Kroes



## Everybody happy

Gasten met een specifiek eetpatroon? Ik probeer rekening te houden met de bewuste leefgewoonten van mijn visite. Wel zo gastvrij, toch? In dit boek laat ik per recept zien of een gerecht vegan, gluten- of lactosevrij is. De meeste recepten zijn – op drie visgerechten na – overigens vegetarisch.



### GLUTENVRIJ

Gluten zijn bepaalde eiwitten in granen als tarwe, gerst, rogge en spelt. Sommige mensen krijgen last van hun darmen als ze (te veel) gluten binnenkrijgen. Let op: haver is glutenvrij, maar kan in aanraking komen met granen die wel gluten bevatten.



### LACTOSEVRIJ

Lactose is een suiker die voorkomt in melk van zoogdieren. Mensen die lactose-intolerant zijn, kunnen last krijgen van hun darmen. Ik geef daarom aan wanneer een recept lactosevrij is. Verder kies ik liever voor geitenkaas of -yoghurt, omdat dat wat lichter verteerbaar is.



### VEGAN

Steeds meer mensen kiezen voor een eetpatroon vrij van dierlijke producten. Ik probeer daaraan gehoor te geven door in dit boek recepten te bieden zonder vis of vlees.



### PESCOTARISCH

Hiermee bedoel ik recepten waarin ik wél vis of schaaldieren gebruik.



### ALCOHOL

Bij een feestje hoort een lekker drankje, maar het is natuurlijk helemaal aan jou óf en hoeveel alcohol je daaraan toevoegt. Bij een aantal drinks in dit boek is een scheutje wodka of rum een lekkere optie.



*Tip: Heel lekker met de romige karameldip van de poffertjes!*

# Appeltaart

Een klassieke appeltaart kán bijna niet ontbreken op mijn verjaardag. Ik houd van een heel dikke bodem, dus ik maak altijd extra veel deeg. Liever een dunnere korst? Gebruik dan de helft van de ingrediënten.

**BEREIDINGSTIJD 25 MINUTEN / BAKTIJD CA. 1 UUR**

## INGREDIËNTEN (1 TAART)

### Deeg

- 250 g volkoren speltmeel
- 200 g amandelmeel
- 50 g havermeel
- 100 g kokosbloesemsuiker
- 2 tl zuiveringszout (baking soda)
- snufje zeezout
- 2 eieren
- 15 g ghee of kokosolie, gesmolten
- 250 ml appelmoes, ongezoet
- 1 tl appelazijn
- ghee of kokosolie, voor het invetten

### Vulling

- 60 g rozijnen
- 5 zoete appels
- 6 medjouldadels, ontpit
- 1 tl kaneel
- mespuntje vanillepoeder
- $\frac{1}{2}$  tl kardemom
- 3 el appelmoes, ongezoet

## HOUDBAARHEID

- 3 dagen onder een stolp

## BENODIGDHEDEN

- 2 kommen
- springvorm ø 28 cm

## BEREIDING

- Week de rozijnen 10 minuten in heet water. Vet de springvorm in met wat olie. Doe alle droge ingrediënten voor het deeg in een kom en roer door elkaar. Kluts vervolgens de eieren in een andere kom luchtig, maar houd een beetje ei over om de taart later mee te bestrijken. Voeg de gesmolten olie, appelmoes en azijn aan de eieren toe en roer. Meng nu beide mengsels. Je zult zien dat dit een smeug deeg wordt. Laat het deeg even rusten.
- Verwarm de oven voor op 180 °C.
- Snijd de dadels in kleine stukjes. Schil de appels, snijd in kwarten en verwijder het klokhuis. Snijd de appels in kleine stukjes en meng ze met de uitgelekte rozijnen, dadels, kaneel, vanillepoeder, kardemom en appelmoes in een tweede kom. Verdeel driekwart van het deeg over de bodem en de zijkant van de taartvorm en druk stevig aan. Doe nu de vulling in de taartvorm en druk stevig aan. Rol het overgebleven deeg uit, snijd in repen en leg deze als een raster over de taart. Druk de randen goed aan en bestrijk het deegraster met de rest van het ei.
- Bak de taart in circa 1 uur goudbruin en gaar. Laat de taart een beetje afkoelen. Warm vind ik de taart het allerlekkerst!







*karameldip p. 30*

# Iced Herbal Tea

Met verschillende verse kruiden maak ik de allerlekkerste kruidenijsthee. Kies voor lavendel, rozemarijn, citroenmelisse en salie voor lekker veel smaak.

## BEREIDINGSTIJD 10 MINUTEN

---

### INGREDIËNTEN (CA. 2 LITER)

- \* 2 handjes citroenmelisse (of munt)
- \* 12 blaadjes salie
- \* 5 stengeltjes lavendel
- \* 6 takjes rozemarijn
- \* 30 ml ahornsiroop of honing naar smaak
- \* 1 citroen, in schijfjes
- \* ijsblokjes
- \* extra kruidentakjes voor serveren
- \* 5 bloemetjes driekleurig viooltje, optioneel

### HOUDBAARHEID

- \* 5 dagen in de koelkast

### BENODIGDHEDEN

- \* vergiet
- \* hittebestendige kan van 2,5 liter
- \* zeef

### BEREIDING

- \* Pluk de verse kruiden uit de tuin, van je terras of balkon en doe ze in een vergiet. Spoel schoon met koud water en doe de kruiden in de hittebestendige kan. Breng 1,5 liter water aan de kook en laat afkoelen tot 80 °C, want dan blijft het aroma beter behouden. Schenk het hete water op de kruiden in de kan. Doe er naar smaak ahornsiroop bij en roer even door.
- \* Laat afkoelen en zet de drank met kruiden een nacht in de koelkast. Zeef de kruiden uit de iced tea en giet in een mooie kan.
- \* Doe citroenschijfjes met wat verse kruidentakjes en bloemen in de kan en vul af met ijsblokjes.







# Gevulde eieren

Een borrelhap uit grootmoeders tijd. Origineel wordt eigeel gemixt met mayo en gaat er paprikapoeder overheen. Ik heb het recept iets meer van deze tijd gemaakt, met geitenkaas, spinazie, tamari, sambal en tijm.

BEREIDINGSTIJD CA. 20 MINUTEN

---

## INGREDIËNTEN (VOOR 24 STUKS)

- \* 12 eieren
- \* 50 g harde geitenkaas, jong
- \* 1 bosui
- \* 2 handjes spinazie
- \* 1 handje blanke amandelen
- \*  $\frac{1}{2}$  tl paprikapoeder
- \* 2 tl tamari
- \* 2 tl appelazijn
- \* 1 tl sambal (zie p. 186)
- \* 2 tl tijmblaadjes, (fijn)gesneden
- \*  $\frac{1}{2}$  tl zwarte peper
- \* zeezout naar smaak
- \* 80 g aioli
- \* kokosolie of ghee, voor het bakken

## HOUDBAARHEID

- \* 2 dagen in de koelkast

## BENODIGDHEDEN

- \* vijzel, spuitzak (optioneel)

## BEREIDING

- \* Breng de eieren in een pannetje aan de kook. Doe dan de deksel op de pan, haal de pan van het vuur en laat de eieren 10-12 minuten in de pan liggen. Haal dan de eieren uit het water en laat ze afkoelen.
- \* Rasp de geitenkaas fijn, snipper de bosui en snijd de spinazie fijn. Zet weg tot gebruik. Rooster de amandelen met wat olie. Daarna stamp je ze fijn in de vijzel.
- \* Pel de eieren en snijd ze in de lengte doormidden. Haal het eigeel eruit en meng dit met de geitenkaas, het paprikapoeder, 1 theelepel tamari, appelazijn, sambal, tijm, zwarte peper en eventueel wat zout. Meng tot een glad geheel.
- \* Roerbak de ui en spinazie in wat olie in de pan totdat de spinazie zacht is en roer er een theelepel tamari door. Vul elk half ei (eventueel met spuitzak) met het eidooiermengsel en garneer met wat van het spinaziemengsel en nootjes.







*Crackers p. 77*

*Sid's Ceviche p. 73*







# Pastasalade à la Rens

Een klassieker voor bij de BBQ, maar ook voor een picknick met vriendinnen in het park. Ik maak 'm het liefst met broccoli, tomaatjes, olijven, rucola en mijn speciale cashewpesto. Homemade, *of course!*

**BEREIDINGSTIJD CA. 25 MINUTEN / WACHTTIJD MINSTENS 2 UUR**

## INGREDIËNTEN (6-8 PORTIES)

### Pesto

- \* 125 g rauwe cashewnoten
- \* 30 g basilicumblaadjes
- \* 2 avocado's
- \* 2 el olijfolie, extra vierge
- \* 2 teentjes knoflook
- \* 1 el tamari
- \* sap van  $\frac{1}{2}$  limoen of citroen
- \*  $\frac{1}{2}$  tl zeezout
- \* 1 tl zwarte peper

### Voor de pastasalade

- \* 1 kleine broccoli
- \* 300 g glutenvrije korte pasta, bijv. penne
- \* 400 g cherrytomaatjes
- \* 150 g zwarte olijven
- \* 2 grote handenvol rucola

## HOUDBAARHEID

- \* op de dag zelf het lekkerst

## BENODIGDHEDEN

- \* keukenmachine of blender
- \* grote kom

## BEREIDING

- \* Week de cashewnoten minimaal 2 uur.
- \* Kook de broccoli en de pasta beetgaar, giet beide af in een vergiet en spoel af met koud water. Laat allebei uitlekken en helemaal afkoelen.
- \* Doe de geweekte en uitgelekte cashewnoten samen met de andere ingrediënten voor de pesto in de blender of keukenmachine en maal fijn tot een smeugige saus.
- \* Halveer de tomaatjes en snijd de broccoli klein. Doe de pasta in een grote kom en schep de pesto erdoor. Voeg de overige salade-ingrediënten ook toe en hussel door elkaar.
- \* Serveer in een mooie saladeschaal.