



Andijvie, suggesties en recepten

Van andijvie kun je natuurlijk een heerlijke stampot maken of ze kort stoven in boter of olijfolie (en afmaken met een beetje citroensap). De gele kern van andijvie is heerlijk in een caesarsalade. En de grote bladeren lenen zich bijvoorbeeld heel goed voor het maken van gevulde rolletjes.

Hierbij weer een paar recepten en suggesties van de kookploeg.

Gevulde andijvierolletjes basisrecept

Neem per persoon twee grote bladeren, spoel ze goed af en blancheer de bladeren 1 minuut in gezouten kokend water. Je kunt de bladeren nu vullen met een mengsel van gehakt met verse kruiden of met gebakken champignons fijngesneden met verse kruiden en een eitje voor de stevigheid. Leg de andijviebladeren met de bladpunt naar beneden gericht op het werkblad, schep een flinke eetlepel van je vulling op het blad en vouw de bladpunt erover heen. Vouw de zijkanten naar binnen toe en rol verder op om stevige pakketjes te

bekomen. Schik de andijvierolletjes in een geoliede ovenschaal. Verwarm de oven voor op 180° en gaar de andijvierolletjes in 15 min. in de oven. Serveer eventueel met een salade van jonge andijvieblaadjes en gekonfijte kerstomaatjes.

Een paar andere suggesties:

- <https://njam.tv/recepten/cannelloni-van-andijvie-met-ricotta-en-pistache-aioli>
- <https://njam.tv/recepten/gevulde-andijvierolletjes-met-champignon-gehakt-en-sesammayonaise>

Andijvie & bataviasla met gegrilde kipfilet eenvoudig en fris

Was de andijvie en bataviasla en dep ze droog. Snijd de andijvie in dunne reepjes en scheur de bataviasla in stukken. Pers een citroen uit en meng het sap met olijfolie. Breng op smaak met zout en peper. Bestrijk kipfilets aan beide zijden met wat van het citroen-olijfoliemengsel. Grill de kipfilets in een grillpan tot ze gaar zijn en een mooie grillmarkering hebben. Laat ze een paar minuten rusten en snijd ze in plakjes. Voeg de plakjes kip toe aan de kom met andijvie en bataviasla. Giet het overgebleven citroen-olijfoliemengsel over de salade en meng alles zodat de dressing de salade goed bedekt. Serveer direct. Eventueel wat geraspte Parmezaanse kaas over de salade strooien voor extra smaak.

Andijvie-chips ... of ben je in voor een experiment?

1. Meng olie /zout /peper /knoflookpoeder /paprikapoeder /cajunpoeder (kies je eigen smaak) in een kom.
2. Was en droog de andijvie. Haal het bladgroen per blad van de nerf en vermeng het met de gekruide olie. Kneed de massa tot een deegachtig geheel.
3. Rol het deeg heel dun uit op bakpapier op een bakplaat (zo dun als papier) en bak het op 150 graden circa 25 minuten tot het knapperig is.
4. Gebruik de crispy chips in een salade, als snack, op risotto etc. Smakelijk 'crunchy' eten!

