

KERSTRECEPTEN

E-BOOK

Natuurlijk Tammy



Voorwoord



Wat ontzettend leuk dat je dit kerst e-book in handen hebt! De feestdagen zijn voor mij de tijd van het jaar om de keuken in te duiken, heerlijke geuren door het huis te laten zweven en met liefde iets lekkers te bakken voor de mensen om me heen. In dit boekje heb ik mijn favoriete feestelijke baksels voor je verzameld – allemaal glutenvrij, lactosevrij en gezoet met natuurlijke suikers, zodat je zonder zorgen kunt genieten.

Je vindt hierin een selectie van mijn vertrouwde kerstfavorieten, maar ook twee gloednieuwe recepten die speciaal voor dit e-book zijn ontwikkeld. Denk aan een feestelijke chocoladecake met frisse bessentopping en een verrassende perencake met een vleugje munt. Stuk voor stuk recepten die zorgen voor dat warme, knusse kerstgevoel en perfect zijn voor een gezellig bakmoment.

Als extra cadeautje deel ik ook twee eenvoudige DIY-keukencadeaus: aromatisch rozemarijnzout en huisgemaakt vanille extract. Beide heerlijk om zelf te gebruiken, maar minstens zo leuk om weg te geven in een mooi potje.

En omdat bakken nóg leuker wordt met fijne muziek, vind je in dit e-book een Spotify-lijstje met mijn favoriete kerstnummers. Zet 'm lekker aan, knoop je schort om en maak van jouw keuken een klein kerstfeestje!

Ik hoop dat dit e-book je inspireert om met plezier de keuken in te gaan, nieuwe smaken te ontdekken en vooral te genieten van het moment.

Fijne, warme en heerlijke feestdagen gewenst!

Liefs,

Tammy



Carrotcake met abrikozenspread

Ingrediënten

- 150 gr zachte, plantaardige boter
- 4 eieren
- 150 gr rietsuiker en 100 gr kokosbloesemsuiker
(of in totaal 250 gr kokosbloesemsuiker en geen rietsuiker)
- 1 tl vanille extract
- 175 gr glutenvrije bloem
- 16 gr bakpoeder
- 2 tl kaneel
- 250 gr winterpeen, geraspt
- 150 gr walnoten
- 150 gr abrikozenspread zonder suiker

Eventueel voor de frosting

- 100 gr lactosevrije of plantaardige roomkaas
- 50 gr zachte, plantaardige boter
- 50 gr poedersuiker (of kokosbloesemsuiker, let op: dan wordt de kleur van de topping minder wit)
- 1 tl vanille extract

Bereiding

Verwarm de oven voor op 175 graden. Smelt de boter in een pannetje en zet het voor uit net voordat de boter volledig gesmolten is. Klop met een mixer de eieren, suiker en het vanille extract in een kom tot een luchtig geheel. Klop er vervolgens de gesmolten boter doorheen.

Zeef de bloem, bakpoeder en kaneel en spatel door het beslag. Houd 15 hele walnoten apart en hak de rest in stukjes. Meng de wortelrasp, gehakte walnoten en abrikozenspread door het beslag.

Bekleed een bakvorm (ik gebruikte eentje van 31 x 21 cm) met bakpapier en giet het beslag erin. Bak in ongeveer 50 minuten gaar. Laat volledig afkoelen.

Voor de frosting: klop de roomkaas, boter, vanille extract en (poeder/kokosbloesem)suiker door elkaar. Haal de cake uit de vorm en bestrijk de bovenkant met de frosting. Versier de bovenkant met de apart gehouden walnoten. Zet de cake in de koelkast om de frosting te verstevigen.



Fruitage Sinaasappelcake



Ingrediënten

- 100 gr zachte, plantaardige boter
- 200 gr kokosbloesemsuiker
- 1 zakje vanillesuiker of 1 tl vanille extract
- 2 el sinaasappelrasp
- 3 eieren
- 200 gr glutenvrij zelfrijzend bakmeel
- 100 ml versgeperst sinaasappelsap
- 2 el citroensap
- 1/2 tl baking soda
- 150 ml lactosevrije slagroom
- 125 gr extra pure chocolade

Bereiding

Verwarm de oven voor op 160 graden. Klop de boter, suiker, vanillesuiker of vanille extract en 2 el sinaasappelrasp met de mixer tot een luchtig geheel. Voeg een voor een de eieren toe en mix erdoorheen. Voeg dan het zelfrijzend bakmeel toe. Meng dan het sinaasappelsap, citroensap en baking soda door het beslag.

Bekleed een cakevorm met bakpapier en giet het mengsel erin. Bak de cake in ongeveer 50 minuten gaar. Laat vervolgens helemaal afkoelen. Verwarm de slagroom en chocolade au bain-marie. Roer door tot de chocolade helemaal gesmolten is. Laat een beetje afkoelen en giet dan over de cake. Decoreer eventueel met verse sinaasappelschijfjes, gepofte quinoa, sinaasappelrasp, chocolade of gevriesdroogde bessen.



Vegan aardbeientaart

Ingrediënten

- 275 gr plantaardige margarine
- 250 gr glutenvrije bloem
- 100 gr maïzena
- 50 gr amandelmeel
- 3 tl vanille extract
- 110 gm kokosbloesemsuiker
- 600 ml plantaardige melk (bijv. soja, haver, amandel, rijst)
- 500 gr verse aardbeien
- handvol amandelschaafsel
- snuf zout
- 50 ml koud water

Bereiding

Mix 200 gram koude plantaardige margarine (in blokjes) met de bloem, 25 gram maïzena, het amandelmeel, 1 theelepel vanille extract, 50 gram suiker en een snuf zout in de keukenmachine tot een kruimelig deeg. Voeg in kleine beetjes 50 ml water toe. Kneed het mengsel vervolgens tot een bal en laat afgedekt 1 uur in de koelkast rusten. Haal erna uit de koelkast en kneed nog eens goed door. Zet de oven ondertussen op 180 graden. Bestuif het werkblad met bloem en rol de bal deeg uit tot een cirkel met een doorsnede van ongeveer 35 cm. Vet een bakvorm van ongeveer 28 cm doorsnede in en bekleed met het deeg. Er mag een stuk over de rand gaan; snijd het overvloedige deeg weg. Prik gaatjes in het deeg, leg er bakpapier op en vul met bakbonen. Zet het geheel 30 minuten in de oven. Verwijder dan het bakpapier en de bakbonen en zet nog eens 15 minuten terug in de oven. Haal de taart vervolgens eruit en laat helemaal afkoelen.

Verwarm ondertussen 400 ml plantaardige melk, 2 tl vanille extract en de rest van de suiker in een steelpan (laat het niet koken!). Klop ook de rest van de plantaardige melk met de rest van de maïzena tot een papje en voeg dit toe aan het warme mengsel in de steelpan. Breng het geheel aan de kook en blijf 5 minuten roeren tot zich een dikke vla vormt.

Doe de vulling in een kom en meng met de rest van de plantaardige margarine. Blijf roeren totdat de margarine is gesmolten. Dek af en zet in de koelkast totdat het is afgekoeld.

Verdeel de vulling uiteindelijk over de taartbodem. Snijd de aardbeien in plakjes en leg ze over de vulling. Rooster kort het amandelschaafsel en strooi dit tenslotte over de taart.



Oliebollen

Ingrediënten

- 12 gr zout
- 500 gr glutenvrije bloem
- 500 ml warm water
- 7 gr instant gist
- 20 gr plantaardige margarine, zacht
- 1 el kokosbloesemsuiker
- 1 el citroensap
- 1 ei, losgeklopt
- rozijnen
- 2 l zonnebloemolie of frituurvet

Bereiding

Pak zoveel rozijnen als jij lekker vindt en laat ze in lauw water wellen.

Zeef de bloem en meng in een kom met het zout. Voeg de gist eraan toe en giet het warme water eroverheen. Dit activeert de gist. Roer alles met een garde door elkaar tot een beslag.

Zorg ervoor dat de boter goed zacht is. Meng de boter, suiker, het citroensap en het losgeklopte ei door het beslag. Voeg tenslotte de rozijnen toe.

Dek de kom met een theedoek af en laat het deeg op een warme plek ongeveer 60 minuten lang rijzen.

Zet ondertussen de frituurpan aan of verwarm 2 liter zonnebloemolie in een pan. Maak met lepels of een ijslepel bolletjes van het beslag en laat deze in de olie zakken. Draai ze regelmatig om en bak ze in ongeveer 5 à 6 minuten gaar.

Laat ze uitlekken op keukenpapier en strooi er eventueel poedersuiker overheen.



Chocoladecake met bessentopping

Ingrediënten

- 200 ml amandelmelk
- 300 gr zelfrijzend amandelbakmeel
- 3 eieren
- 225 gr kokosbloesemsuiker
- 4 el pure cacao-poeder
- 225 gr plantaardige boter + extra om in te vetten
- 150 ml lactosevrije slagroom
- 125 gr (extra) pure chocolade
- diverse soorten bessen (blauwe bessen, rode bessen, frambozen, bramen, etc.)
- handje amandelschaafsel en gepofte quinoa
- evt. gehakte nootjes of munt om te garneren



Bereiding

Verwarm de oven voor op 180 graden. Mix de boter met de suiker in een kom. Klop in een ander kommetje de eieren los en voeg deze beetje bij beetje aan het mengsel toe. Zeef het bakmeel en de cacao-poeder boven de kom. Voeg steeds een beetje melk toe en mix alles door elkaar.

Vet de springvorm (Ø 20 cm) in, giet het mengsel erin en bak in ongeveer 50 minuten gaar. Laat hierna een beetje afkoelen voordat je de springvorm verwijdert en nog eens verder afkoelen op een rooster.

Breek de chocolade in stukjes. Verwarm de slagroom met de chocolade au-bain marie. Roer door tot de chocolade helemaal gesmolten is. Laat een beetje afkoelen en giet over het baksel heen. Decoreer met de diverse soorten bessen en strooi er amandelschaafsel en gepofte quinoa overheen. Je kunt uiteraard variëren in de toppings.

Tip: hak nog extra chocolade in kleine stukjes en meng deze door het beslag voor nóg meer chocoladesmaak en textuur!



Perengebak met munt

Ingrediënten

- 50 gr plantaardige boter + extra om in te vetten
- 150 gr kokosbloesemsuiker
- 1 zakje vanillesuiker (bijv. van rietsuiker) of 1 tl vanille extract
- 200 gr glutenvrije bloem
- 3 eieren
- 2 conference peren
- handje amandelschaafsel
- blaadjes verse munt



Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden. Mix de boter en suiker door elkaar en voeg er een voor een de eieren aan toe. Meng alles tot een romig geheel en voeg dan beetje bij beetje de bloem erbij.

Vet de springvorm of ronde bakvorm (Ø 23 cm) in en bekleed deze met het deeg.

Schil de peren, snijd deze in de lengte in vier kwarten en snijd deze kwarten vervolgens nog eens allemaal in drie parten. Leg de peren in waaivorm op het deeg (smalle delen in het midden met de punten tegen elkaar) en druk zachtjes aan.

Zet het geheel in de oven en bak in ongeveer 30 minuten gaar. Haal het gebak uit de oven, strooi er wat suiker overheen en zet dan nog 1 à 2 minuten onder de ovengrill om het te laten karamelliseren.

Laat het perengebak een beetje afkoelen en strooi er amandelschaafsel overheen. Hak een paar blaadjes verse munt klein en/of pluk de kleinste blaadjes van de takjes af en verdeel deze over het gebak.



BONUS: DIY Rozemarijnzout

Ingrediënten

- 5 takjes rozemarijn
- 250 gr zeezout
- Afsluitbaar glazen potje



Bereiding

Laat de rozemarijntakjes goed drogen aan de lucht (hang ze bijv. een aantal dagen op een droge plek in een bosje op). Ris de blaadjes van de takjes en hak met een mes in kleinere deeltjes. Maak het zeezout evt. in een keukenmachine of vijzel nog iets fijner als je het te grof vindt. Doe het vervolgens in een kommetje en meng de rozemarijnblaadjes er doorheen. Stop het mengsel in een potje, sluit af en gebruik het zelf of geef cadeau! Je kunt het maandenlang gebruiken als je de blaadjes goed gedroogd hebt.

Wil je er een cadeautje van maken? Hieronder geef ik je een paar decoratietips:

- kies een leuk glazen potje of flesje uit. Er zijn in diverse winkels (Xenos, Action, Dille & Kamille) leuke exemplaren te vinden.
- doe er een klein houten schepje bij.
- bindt rustiek touw of lint eromheen.
- voeg takjes groen toe: rozemarijn past natuurlijk prima, maar denk ook eens aan eucalyptus of een dennentakje.
- maak een label vast met bijv. "Home made", "Rozemarijnzout" of de naam van de ontvanger. Je kunt het label opleuken met een mooi lettertype, stickers of stempels.



BONUS: DIY Vanille Extract

Ingrediënten

- 0,5 l wodka
- 8 tot 10 vanillestokjes
- schone glazen fles

Houd per 100 ml wodka 1,5 tot 2 vanillestokjes aan.

Bereiding

Schraap het merg uit de vanillestokjes en stop zowel het merg als de opengesneden stokjes in de fles. Giet hier de wodka bij en vul de fles. Laat minstens 1 maand staan om goed in te trekken.

Tip:

Je kunt de stokjes ook opensnijden en dan het merg en opengesneden stokjes direct in de wodka fles doen. Haal van tevoren dan een beetje wodka uit de fles zodat deze niet overloopt. Je hebt in dit geval dus geen aparte lege fles nodig.

Wil je er een cadeautje van maken? Hang een leuk label met een touwtje of lint aan de fles. Kijk ook eens naar de decoratietips bij het rozemarijnzout voor meer inspiratie!



Veel bakplezier!



Spotify kerstlijst

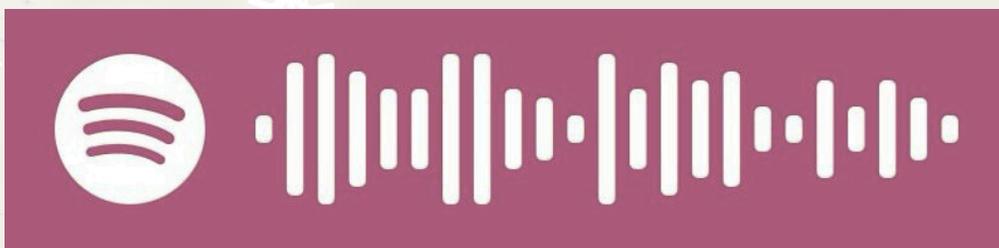


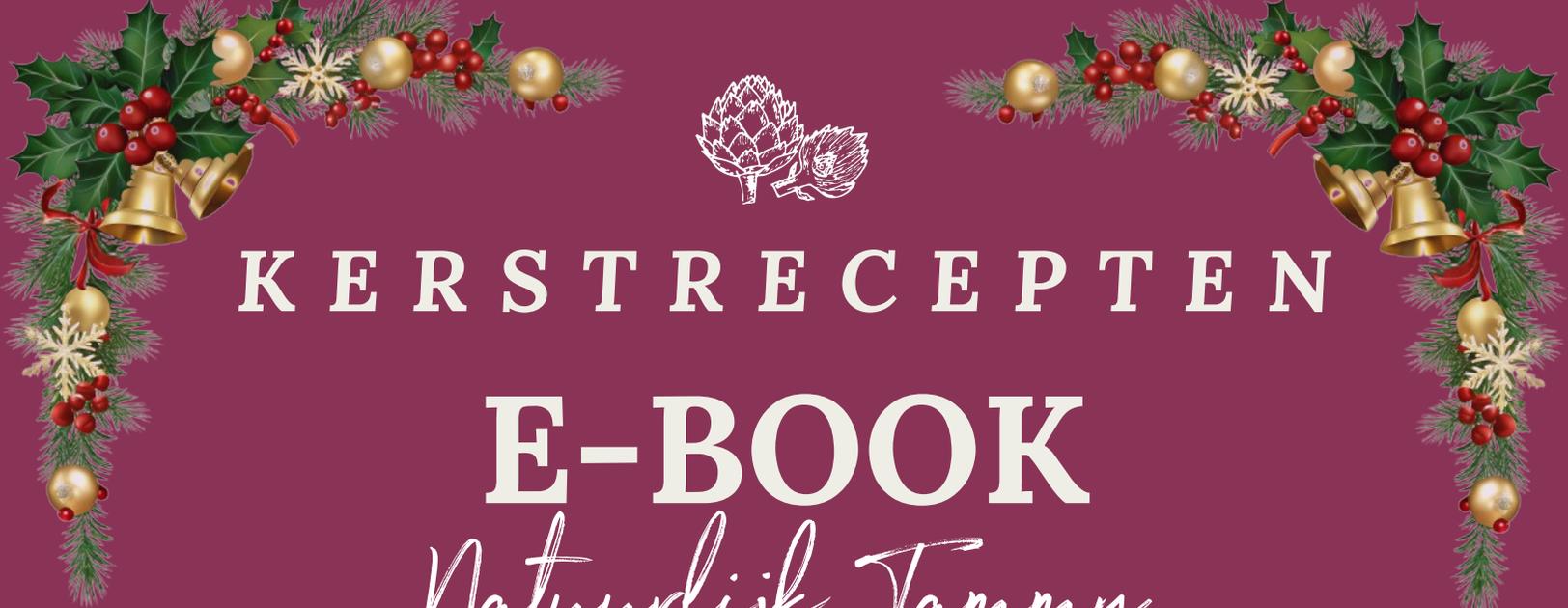
Hier vind je mijn persoonlijke kerst-bakplaylist: de liedjes waar ik zelf het liefst naar luister wanneer ik in december de oven aanzet. Heerlijke feel-good muziek die je meteen in de feeststemming brengt. Zet 'm aan, pak je mixer erbij en geniet van het kerstgevoel!

- 🎄 Fairytale of New York - The Pogues, Kirsty MacColl
- 🎄 White Christmas - Michael Bublé, Shania Twain
- 🎄 A Christmas Song - Shawn Phillips
- 🎄 Merry Christmas - Ed Sheeran, Elton John
- 🎄 You Make It Feel Like Christmas - Gwen Stefani, Blake Shelton
- 🎄 Mistletoe - Nick & Simon
- 🎄 Merry Christmas Everyone - Shakin' Stevens
- 🎄 2000 Miles - Pretenders
- 🎄 Stop The Cavalry - Jona Lewie
- 🎄 Winter Wonderland - Eurythmics
- 🎄 Christmas Lights - Coldplay
- 🎄 Mistletoe and Wine - Cliff Richard
- 🎄 It's Gonna Be a Cold, Cold Christmas - Dana
- 🎄 Let It Snow! Let It Snow! Let it Snow! - Andy Williams
- 🎄 The Christmas Song - Nat King Cole
- 🎄 Have Yourself a Merry Little Christmas - Michael Bublé.



Scan in spotify





KERSTRECEPTEN

E-BOOK

Natuurlijk Tammy

Kijk voor meer recepten op:
www.natuurlijktammy.nl

