



*Ei-salade in een komkommer
Orzo met citroenkip en champignons
Ricottamousse*

Recepten voor 2 personen

1 el = 1 eetlepel

1 tl = 1 theelepel

Eisalade in een ring van komkommer

8 – 10 krielaardappeltjes, gekookt	½ tl mosterd
2 eieren, hardgekookt	1 sjalotje
½ grote, rechte komkommer	bieslook
1 el mayonaise	Sla en kerstomaat voor garnering
1 el Griekse yoghurt	

1. Halveer de krielaardappeltjes. Pel de eieren en prak deze fijn.
2. Roer een dressing van de mayonaise, Griekse yoghurt en de mosterd. Pel en snipper het sjalotje zo fijn mogelijk en vermeng dit met de dressing. Schep de krielaardappelen en de geprakte eieren door de dressing. Maak op smaak met zout en peper en geknipte bieslook.
3. Was de komkommer en schaaf met de kaasschaaf enkele mooie plakken in de lengte er vanaf. Zet een garneerring op een bordje en vouw de komkommerplakken aan de binnenkant. Vul de ring op met de eiersalade. Bewaar tot gebruik in de koelkast.
4. Knip voor het serveren nog wat bieslook over de eiersalade en garneer met wat sla en kerstomaatjes.



Zomerschool Senioren Workshop Koken 14 + 15 juli 2026

Orzo met citroenkip en champignons

1 kleine of ½ ui	1 tl gedroogde oregano
olijfolie	1 citroen
1 teen knoflook	250 ml kippenbouillon
150 g kippendij	150 g orzo
125 g champignons	35 g fetakaas
7 kerstomaatjes	Gehakte peterselie
½ tl gedroogde tijm	

1. Snipper de ui. Verwarm 2 el olijfolie in een braadpan en fruit de ui op laag vuur. Pel en pers de knoflook erboven uit.
2. Voeg de blokjes kippendij toe en bak deze rondom bruin. Maak de champignons schoon en snijd ze in schijfjes. Snijd de kerstomaatjes doormidden en voeg deze samen met de champignons, oregano en de tijm toe.
3. Rasp de schil van de citroen boven de pan en pers de citroen uit. Roer het sap door het kipmengsel.
4. Schenk de kippenbouillon erbij tot het mengsel net onder staat. Breng op smaak met zout en peper en laat 10 minuten zachtjes koken.
5. Voeg de orzo toe aan de pan en laat 8 minuten meekoken. Schep de orzo in het midden van een bord. Bestrooi met fetakaas en peterselie. Serveer met de toast.

Toast met tomaat

½ bruin stokbrood, gesneden	2 el tomatenpuree
olijfolie	oregano
1 teentje knoflook	

1. Verwarm de oven op 170 °C. Besprenkel de sneetjes stokbrood met olijfolie. Snijd 1 knoflookteen doormidden en bestrijk hiermee de broodjes. Zet de broodjes 15 minuten in de oven.
2. Rasp 1 teentje knoflook en roer dit door de tomatenpuree, olijfolie en de oregano. Breng op smaak met zout en peper. Besmeer de toastjes hiermee.



Zomerschool Senioren Workshop Koken 14 + 15 juli 2026

Romige mousse van ricotta met zomerfruit

100 ml slagroom	Zomerfruit, evt. gepureerd
1 zakje vanillesuiker	Takje munt voor de garnering
100 g ricotta	

1. Klop de slagroom met de vanillesuiker stijf. Schep de ricotta op de slagroom en klop nog 1 minuut door.
2. Verdeel de mousse over 2 coupes en verdeel het zomerfruit erover. Garneer met een takje munt.