

# Index van de recepten per thema

MPK-1 = Mijn Pure Keuken 1

MPK-2 = Mijn Pure Keuken 2

PG-1 = Puur Genieten 1

PG-2 = Puur Genieten 2

PE-1 = Puur Eten 1

PE-2 = Puur Eten 2

PP = Puur Pascale

Recept	Boek	Pagina
<b>ONTBIJT</b>		
Aubergine met ei	PP	67
Banaan, gebakken met room en walnoten	MPK-2	37
Bananecake	PP	64
Basisfruitsalade	PP	56
Bosbessen met een crumble van zaden, havermout en honing	PE-1	40
Fruit in een heerlijke crème van kokosmelk	PE-1	44
Fruit in een soepje van kokosmelk	PP	60
Fruit met gember en kaneel	MPK-2	43
Fruit met yoghurt en zaden	MPK-2	49
Fruittontbijt	PE-1	38
Gaar fruit met knapperige pistachenoten	PP	61
Granola om van te snoepen	PP	63
Havermoutpap	PE-1	42
Heerlijke ontbijtcake	PP	59
Kaki met rijpe banaan, vijgen, yoghurt en granaatappel	MPK-2	44
Overnight havermout en chiazaad met bessen	PP	73
Overnight oats (haver)	PP	73
Perziken en aardbeien, gebakken met rozemarijn	PG-1	68
Perziken in de oven met mascarpone	PE-2	190
Quinoa in tomatensaus en champignons	PP	60
Quinoa met kokosmelk en chocolade	PG-2	170
Spiegelei met rode biet en spinazie	PE-1	48
Spiegelei met tomaten	MPK-2	41
Toast champignon met eierdooier	MPK-2	39
Verrassende spinazieomelet	PP	67
Vijgen met ricotta en amandelschijfjes	MPK-2	47
Brood - of beter gezegd: volle granen	PP	70

Recept	Boek	Pagina
<b>VEGETARISCH</b>		
Aardappelsalade met flageolets, olijven en avocado	PG-1	56
Artisjokken uit de oven	PE-2	156
Asperges met shiitakes en parmezaan	PP	198
Auberginekaviaar	MPK-2	71
Aubergines en courgettes met parmezaan en pijnboompitten	PG-1	166
Aubergines op drie verschillende wijzen	PG-1	52
Aubergines op z'n Marokkaans	PG-1	60
Aubergines, gekruid uit de oven	PE-2	151
Bloemkool en knolselder met linzen, hazelnoten en hazelnootolie	PG-2	62
Bloemkool met paddenstoelen	PE-1	94
Bloemkool uit de oven	PE-2	151
Briouats met groenten	MPK-2	61
Carpaccio van tomaat	MPK-1	51
Chips van nori	PE-2	56
Chips van rode biet met hummus van kikkererwten en rode biet	PE-1	86
Chips van savooikool	PE-2	160
Courgetteslierten met tomaat, champignons en een kaassausje	PE-2	130
Curry van bloemkool	PG-2	122
Dikke soep met linzen en groenten	PP	172
Eekhoortjesbrood, gebakken	MPK-2	177
Gazpacho van groene asperges met basilicum en geroosterde pijnboompitten	PP	192
Gebakken tempé met groenten	PP	206
Gebakken tofoe en bloemkoolpuree met kurkuma	PP	214
Gefermenteerde tomatensaus	PE-2	173
Groene groenten, gebakken	PE-1	98
Groentecurry met pompoen, aubergine, linzen en kikkererwten	PG-2	54
Groenten in de oven met een saus van witte bonen	PE-1	100
Groenten in de oven met verse kruiden en room	MPK-1	147
Groenten met kokosmelk en groene curry	MPK-2	171
Groenten op een stokje	MPK-2	57
Groentespies met verse rozemarijn en walnotenmayonaise	MPK-1	149
Groentetorentje met peterseliesaus	MPK-2	165
Guacamole 3 x anders	PP	28
Heerlijke kruidige burgers met linzen, quinoa en havermout	PP	178
Kikkererwten met gestoofde paprika's	PG-2	44
Kikkererwtenpuree met groenten	PE-2	162
Koekjes met zaden, noten en fruit	PE-1	64
Koekjes van havermout, banaan en kokos	PE-1	68
Komkommersglasjes met gazpacho	PG-1	40
Kriel- en zoete aardappelen met groenten en kruiden	PE-1	96
Krokant gebakken tofoe en groentedips met miso	PP	204
Kruidenballetjes met kurkuma	PG-2	120

Recept	Boek	Pagina
<b>VEGETARISCH</b>		
Lasagne van savooikool	PP	106
Linzen met wortelen en aardappelen	MPK-2	169
Linzenpaté	PE-1	62
Linzensoep met kurkuma	PG-2	124
Mayonaise	PG-1	37
Mojo rojo	PG-1	37
Mojo verde	PG-1	36
Nestje van paksoi en champignons	MPK-1	151
Olijven met verse kruiden	MPK-1	43
Olijventapenade	MPK-1	45
Omelet met boleten	PG-2	60
Ovenschotel met ui, tomaat en een krokante, kruidige parmezaankorst	PE-1	110
Overdaad aan groenten	PG-1	48
Paddenstoelen met auberginekaviaar en truffel	MPK-2	105
Paddenstoelen met wintergroenten	MPK-2	181
Pannenkoeken van linzen en rijst met verse kruiden	PE-2	164
Papas arrugadas of verrimpelde aardappelen	MPK-2	85
Quinoa met broccoli en gebakken paddenstoelen	PE-1	92
Quinoa met gegrilde groenten	PG-2	56
Quinoa met groenten	PE-1	90
Quinoa met shiitakes en een eitje	PG-2	58
Quinoa met tomaatjes, verse kruiden en nootjes	PG-1	50
Rode uien uit de oven	PE-2	150
Rolletjes van brickdeeg met tapenade van olijven en zongedroogde tomaten	PE-2	152
Salade met broccoli en avocado	PG-2	40
Salade met gare aubergine, kikkererwten en linzen	PP	177
Salade met linzen en bruine rijst	PP	175
Salade met verschillende soorten tomaten en granaatappel	PE-2	158
Salade van courgetteslierten met hiziki	PG-1	58
Salade van groenten met gemarineerde sesamzaadjes	PE-2	166
Salade van wilde rijst met venkel en kruiden	PE-2	168
Salade van wortel en rode biet met pistachenoten en granaatappel	PE-1	88
Salade zonder sla	PG-1	42
Savooikool met hartige kruidenkorst	PP	110
Schorseneer met wilde paddenstoelen, room en parmezaanschilders	MPK-2	179
Slierten van schorseneer met room en gruyère	PP	128
Sobanoedels Japanse stijl	PP	160
Sobanoedels met avocadopuree	PP	159
Sobanoedels met groenten	PP	164
Sobanoedels met selder en shiitake	MPK-1	155
Sobanoedelsoep met shittakes en kruiden	PP	163
Soep van avocado en spinazie	PG-1	44

Recept	Boek	Pagina
<b>VEGETARISCH</b>		
Soep van spinazie met gebakken tofoe	PP	208
Soepje met kikkererwten, spinazie en tomaat	MPK-2	167
Soepje van rode kool	MPK-2	163
Spaghetti met olijven	PP	188
Spaghetti met paddenstoelen, pijnboompitten en peterseliesausje	MPK-2	187
Spaghetti met snijboontjes en tomaatjes	PG-1	62
Sushi van quinoa met avocado	PE-1	56
Taartjes met tomaat	PE-2	194
Tartaar van tomaten	MPK-2	73
Tomatensalade	PG-1	46
Tomatensaus	PG-2	126
Tomatensoep, koud met gekruide kaaschips	PE-2	128
Tomatentaart met raketsla en parmezaan	PG-1	156
Tomatenvinaigrette	PG-1	36
Trostomaatjes in de oven met verse kruiden	MPK-1	157
Venkel in de oven met kleine trostomaatjes	PG-1	54
Zadengebak	PE-1	66
Zomers groenten: courgette, tomaat en aubergine	PG-1	64
Gefermenteerde wortelen	PE-2	172
Salade van boekweit en aardappelen	PE-2	154

Recept	Boek	Pagina
<b>KAAS</b>		
Appel met mozzarella in de oven	PE-1	114
Auberginerolletjes met mozzarella en olijventapenade	PG-1	152
Aubergines met mozzarella, parmezaan en tomaten	PG-2	76
Avocado met geitenkaas en tomaat	MPK-1	143
Carpaccio van vijgen met feta	PG-2	34
Champignons met brie	PG-1	160
Courgettes en tomaten met feta	PE-1	116
Feta met Komkommersalsa	PG-1	170
Feta met tomaat en olijven	PE-2	140
Gebakken prei met feta	PP	222
Geitenkaas met gebakken noten en rode biet	PP	40
Geitenkaas met gemarineerde sesamzaadjes	PE-2	126
Geitenkaas met noten en appel	PP	48
Geitenkaas met pompoenpuree	PP	47
Geitenkaas met snijboontjes	PG-1	164
Geitenkaasje met verse kruiden	MPK-1	37
Groenten in de oven met feta	MPK-1	145
Groenten met carpaccio van kaas	PE-2	134
Groenten opgevuld met ricotta	PG-2	72
Groenten, gebakken met kurkuma en goudakaas	MPK-2	81
Halloumi met curry en komijnspinazie	PE-2	132
Halloumi met venkel in roomsaus	PP	146
Halloumi, gebakken met groene asperges en tomaatjes	PG-1	154
Kerstomaatjes met feta	PE-1	106
Lasagne van groenten met kaas	PE-2	136
Mozzarella met groenten en walnoten	PG-1	168
Olijven met feta en tomaten	PP	184
Ovenschotel met tomaat, aubergine, courgette en mozzarella	PG-2	74
Paprika's met mozzarella	PG-1	162
Parmezaanchips met zaadjes	PE-2	124
Peer, gebakken met geitenkaas	PG-2	70
Pompoen met feta	MPK-2	159
Portobello opgevuld met tomaat en mozzarella	PG-2	68
Portobello's, opgevuld	MPK-2	161
Rode biet met cottage cheese	PG-1	150
Rode biet met geitenkaas en gemengde sla	PG-2	36
Salade met ricotta en feta	PG-2	42
Schorseneren met brie	PP	132
Soepje van tomaten, paprika en mozzarella	PE-2	138
Spinazie met tomaat, kurkuma en feta	PG-2	128
Spinaziesoep met feta	PE-1	108
Tian van mozzarella, courgette, aubergine en tomaat	PE-1	118

**Recept****Boek****Pagina****KAAS**

Tian van paprika met kaas en een tomatensausje	PG-1	174
Tomaat & Mozzarella	PG-1	158
Tomaat in de oven gevuld met groenten en mozzarella	MPK-1	153
Tomaat met geitenkaas en pesto	PP	42
Tomaatjes met mozzarellabolletjes	PG-1	172
Tomaten met feta en kruiden	PE-1	112
Wraps van spitskool gevuld met geitenkaas en groenten	PE-1	58

Recept	Boek	Pagina
<b>VLEES</b>		
Asperges in omelet en ham gerold	PE-1	52
Aubergine opgevuld met lamsgehakt	PG-2	164
Avocado met champignons en gedroogde parmaham	MPK-2	95
Avocado met spek en boontjes	PP	32
Carpaccio van hert met gebakken rode biet	PE-1	166
Chateaubriand met gebakken bloemkool	PE-1	180
Chateaubriand op de grill met volledige groenten	PG-1	140
Courgette met rauwe ham	PG-2	146
Curry van rode biet met kip	PE-1	170
Currysoep met kip en courgette	PE-2	102
Eendenborst met kersen	PE-2	108
Eendenbout met wortelen en sesamzaadjes	PP	122
Filet pur gemarineerd in truffelolie met pompoenpuree	MPK-2	129
Filet pur met chiliolie	MPK-1	129
Filet pur met couscous van bloemkool en tomaat in de oven	PG-2	166
Gebakken eendenborst met oesterzwammen en noten	PP	118
Gebakken eendenborst met witlof en sinaasappel-gembersaus	PP	120
Gehakt met bloemkoolpuree en tomaten	PE-2	114
Gehaktballen met groenten	PE-1	60
Gehaktballetjes in bouillon	PE-2	116
Gekookte kip met groenten	PP	92
Groenteschotel met gehakt	PE-2	112
Hapje met rauwe ham, noten, paddenstoelen en bladpeterselie	PG-2	144
Heerlijk gehakt met prei	PP	226
Hutsepot	MPK-2	139
Ibericoham met een tomatensausje	PG-1	138
Kalkoen, gevuld met groenten en champignons	MPK-2	97
Kip met citroen, olijven en tomaten	MPK-1	125
Kip met curry	PE-1	174
Kip met heerlijke tijmkorst, venkel, sjalot en tomaat	PE-2	106
Kip met kurkuma en granaatappel	PG-2	138
Kip met mosterd en tomaat	MPK-2	130
Kip met mosterd, spek en tomaten	PE-1	178
Kip met olijven en champignons	PP	186
Kip met pompoen en tomaten	PG-2	158
Kip met shiitake, spinazie en gember	PE-1	176
Kip met spek, champignons en rode wijn	MPK-2	127
Kip met verse kruiden en een venkelsalade	PG-1	144
Kip met vijgen in een wijnsaus	PG-2	160
Kip uit Bresse met kaneel, appels en walnoten	PG-1	146
Kip, gelakt met boontjes	PG-2	46
Kipballetjes met knolselder en witloof	MPK-2	133

Recept	Boek	Pagina
<b>VLEES</b>		
Kipfilet opgevuld met spinazie, kruiden en tomaat	PG-1	142
Konijn met groenten en olijven	MPK-2	135
Koolrolletjes gevuld met gehakt van kip en kruiden met een oosters sausje	PE-2	98
Kwartel met appel op de grill	PG-2	154
Kwartel met gebakken wortelen en hazelnotensaus	PG-2	156
Kwartel met granaatappel	PE-1	184
Kwartel met rode biet, ajuin en worteltjes	MPK-1	127
Lamsbout met tomaat, wortelen en pompoen	MPK-2	83
Lams carré met rode biet in een currysous	PG-2	162
Lamsfilet met gebakken venkel en groente asperges	PP	148
Lamsgehakt met kruiden op stokjes en tomatensaus met curry	PG-2	148
Lamskoteletten met rode curry	MPK-1	133
Lamsvlees met groenten	PE-1	168
Lamsvlees met kruiden, tomaat en gebakken wortelen	PE-2	110
Magret de canard met veenbessen en granaatappel	PG-2	152
Meloen met parmaham en truffelolie	PG-1	72
Millefeuille van aubergines met gedroogde ham	MPK-1	135
Olijven met gehakt en tomaten	PP	184
Paddenstoelen met spekreepjes	MPK-2	183
Paprika's opgevuld met kippengehakt en kruiden	PE-2	104
Paté van kippenlever met avocado en walnoten	PP	94
Pikante currysoep met kip en groenten	PG-2	136
Pittige salade met biefstuk en granaatappel	PG-2	150
Pompoen met bacon	MPK-2	93
Ragout met slierten van courgette	PE-1	164
Ratatouille van konijn	PE-1	182
Ree met spruiten en kurkuma	MPK-2	137
Rosbief met spinazie en wortelsausje	PE-1	160
Salade met kip, cajun en guacamole	PE-2	100
Savooikool met gehaktvulling	PP	114
Sla, gebakken met krokante ham en knoflookchips	PE-1	162
Soep met kip en avocado	PP	32
Soep van kip met groene curry en savooikool	PP	100
Tournedos van rundvlees met broccoli	MPK-1	131
Trostomaatjes met spek	PG-1	136
Uien opgevuld met gehakt en tomatensaus	PE-1	172
Wortel-preisoep met gember en kipsaté	PG-2	134



Recept	Boek	Pagina
<b>VIS</b>		
Albacoretonijn met pittige aubergines	PE-1	152
Carpaccio van zalm met slierten van groene asperges en een heerlijk oosters sausje met pindanoten	PE-1	130
Ceviche van zalm	PG-1	114
Dorade in volle glorie, gegrild	MPK-1	53
Dorade, geroosterd met spinazie, geraspte kokos en kurkuma	PE-1	148
Doradefilet met gember	PG-2	92
Eitje met kaviaar	MPK-2	115
Forel, gegrild met champignons	PG-2	82
Gebakken savooikool met zeebaars	PP	112
Gebakken schorseneren met kabeljauw en een oosters sausje	PP	130
Gehakt van zalm met kruiden en wasabimayonaise	PG-2	86
Geroosterde sproutfilet met aubergine	PP	82
Heilbot, rauw met sesamololie en koriandersausje	PE-1	134
Inktvis in gekruide soep van tomaten	PE-2	38
Inktvis opgevuld met garnalen, groenten en kruiden	PG-1	126
Inktvisslaasje	MPK-1	169
Kabeljauw met dikke erwtensoep en groene curry	MPK-1	79
Kabeljauw met groene curry en kerstomaatjes	MPK-1	113
Kabeljauw met hoorn des overvloeds en rode wijn	MPK-2	184
Kabeljauw met lamsoor en gare tomaatjes	PE-2	40
Kabeljauw met miso, balsamico en gebakken paksoi met venkel	PP	210
Kabeljauw met mosterd-sojasaus en tomaten	PG-2	96
Kabeljauw met pittige erwtenpuree	PP	138
Kabeljauw met rode wijn en knoflook	MPK-1	81
Kabeljauw, rauw met tomaat en olijventapenade	MPK-1	87
Kabeljauwhaasje met zeekraal en tomaatjes	PG-2	98
Kruidig soepje met kabeljauwwangen	PP	85
Maatjes met groenten en kruiden	PG-1	108
Makreel in de oven met mosterd en kleine trostomaatjes	PG-2	94
Makreel, gestoomd met courgetteslierten en tomaatjes	PG-2	38
Paling, krokant gebakken met groene kruiden	PE-2	48
Pittige zalm met in de oven gegaarde spinazie	PG-2	88
Prei, gestoofd met gegrilde-gerookte rivierpaling	MPK-1	55
Rauwe makreel met granaatappel en geroosterde sesamzaadjes	PP	81
Rillettes van makreel	PE-1	136
Rog met dikke tomatensaus en kappertjes	PG-2	132
Rog met gebakken venkel	MPK-1	89
Rog met kappertjes, spinazie en tomaat	PG-2	130
Rolletjes van courgette, gerookte zalm en nori	PG-1	96
Roodbaars met groene asperges	PE-2	46
Roodbaarshaasje met ratatouille	PE-1	142
Rougets, gegrild met tomaten en olijven	MPK-1	167

Recept	Boek	Pagina
<b>VIS</b>		
Sardines in de oven met een ratatouille	MPK-1	107
Sardines met kruiden in de oven	MPK-1	61
Sashimi van vis	PE-2	58
Schelvis, gebakken met zeekraal	MPK-1	165
Schelvishaasje met gebakken zaden en noten, asperges en schuimmayonaise	PP	196
Schorseneren met zeebaars	PE-1	150
Slaatje van zalm met krokant gebakken zalmvel	PE-1	140
Slierten van prei met roodbaars en tapenade van prei	PP	228
Spie van gegrilde paling en staartvis	PG-1	122
Sprot, gegrild	MPK-1	35
Tartaar van maatjes met lente-ui	PE-2	30
Tartaar van tomaten met ansjovis	PP	82
Tomaatjes gevuld met rauwe zeebaars, sesamzaadjes en lompviseitjes	PP	78
Tomaatjes opgevuld met kruiden en ansjovis	PE-2	150
Tomaatjes opgevuld met lompviseitjes	MPK-1	41
Tongfilets, gekruid, rond citroengras	PE-2	34
Tongrolletjes met groenten, nori en wasabi	MPK-2	109
Tonijn met fluweelachtige spinazie	MPK-1	91
Tonijn uit blik met zachte ui in tomatensaus	MPK-2	153
Tonijn, kort gebakken met sojasaus en koriander	MPK-1	171
Tonijn, rauw met pijnboompittentapenade	MPK-1	59
Torentje van rauwe zeebaars en gefrituurde nori	MPK-1	103
Vis en mosselen met een salade van tomaten	PG-1	118
Vis en schelpdieren met tomaatjes en zeesla	PE-2	62
Vis in bakpapier met venkel	MPK-1	101
Vis in klei	MPK-2	145
Vis met kruiden, kokosmelk, limoen en tomaatjes	PG-1	128
Vis verpakt in nori met prei, arame en een oosters sausje	PE-2	60
Vis verpakt in savooikool met verse kruiden	MPK-2	75
Vis, gemarineerd met groenten	MPK-1	39
Vissoep	PE-2	80
Vissoepje met shiitake en zeewier	MPK-2	189
Vistajine met tomaten en sperziebonen	MPK-2	151
Wrap van nori met zalm, avocado, tomaat en garnaal	PE-1	54
Zalm met aubergines en tomaten	PG-1	130
Zalm met een tijmkorstje, tomaatjes en groene asperges in de oven	PG-2	90
Zalm met en soepje van pomelmoes- en tomatensap	PG-1	124
Zalm met olijven-pistachetapenade en tomaatjes	PE-2	50
Zalm met salade van erwten en knoflook	PP	140
Zalm met sesamzaadjes en zeewier met wortelen	MPK-2	149
Zalm met warme olijven en tomaatjes	MPK-2	77
Zalm met zwarte sesamzaadjes en wakame	PP	86

Recept	Boek	Pagina
<b>VIS</b>		
Zalm, gegrild met groenten en nori	PE-1	144
Zalm, gegrild met heerlijke courgetterolletjes	PE-1	146
Zalm, gelakt en gewokte snijboontjes met gember en knoflook	PE-2	42
Zalm, gerookt met tomatensalade en lompviseitjes	PG-1	104
Zalm, kort gebakken met krokant vel en groenten	PG-1	112
Zalm, opgevuld met krab, zalmeitjes, groenten en dillesaus	PE-1	132
Zalm, rauw met garnalen en lamsoor	MPK-1	105
Zalm, rauw met lompviseitjes	PE-2	32
Zalm, rauw met spaghetti van courgette	MPK-1	111
Zalm, rauw met warme roze pomelmoes	MPK-1	109
Zalm, rauw met zalmeitjes en avocado	PG-1	100
Zalm, rauw met zalmeitjes en tomaten	PG-2	84
Zalmforel met groene asperges	MPK-1	179
Zeebaars in zoutkorst met venkel in tomatensaus	PE-2	36
Zeebaars met ansjovis, tomaten en ui	PE-2	52
Zeebaars met courgette en zeekraal	PE-2	44
Zeebaars, op vel gebakken met asperges en tomaat	MPK-1	85
Zeebaars, rauw met avocado en kruiden	PG-1	106
Zeeduivel met gebakken asperges en dikke saus van waterkers	PP	194
Zwaardvis met tomaatjes en een sausje van ansjovis en kappertjes	MPK-2	79

Recept	Boek	Pagina
<b>SCHAAL- EN SCHELPDIEREN</b>		
Vis en mosselen met een salade van tomaten	PG-1	118
Vis en schelpdieren met tomaatjes en zeesla	PE-2	62
Zalm, opgevuld met krab, zalmeitjes, groenten en dillesaus	PE-1	132
Zalm, rauw met garnalen en lamsoor	MPK-1	105
Artisjok met garnalen en gebruikte pijnboompitten	PG-1	86
Avocado met krab en lompviseitjes	PP	31
Avocado met paprika en scampi	PG-1	82
Bisque van garnalen met knolselderravioli	MPK-1	71
Bouillabaisse van schaaldieren	PG-2	116
Butterfly Prawns	PP	152
Carpaccio van langoustines met hete sesamzaadolie	MPK-2	147
Carpaccio van sint-jakobsvruchten met truffelolie	MPK-1	75
Courgette, gaar met krabsalade en zalmeitjes	PG-1	102
Courgetteslierten met krab	PE-2	74
Garnaalstaarten met wortelpuree	PP	154
Garnalen met boontjes en zelfgemaakte mayonaise	PG-1	84
Garnalen met gepureerde bloemkool	MPK-1	77
Garnalen met guacamole	MPK-1	115
Garnalen met truffel en knolselderspaghetti	MPK-2	117
Garnalen op grof zeezout	PG-1	78
Garnalen, gemarineerd op een stokje met een tomaatje	PG-1	88
Garnalenkoekjes	PE-2	72
Gebakken rolletjes van savooikool gevuld met garnalen en kruiden	PP	104
Grote garnalen met aubergine en een oosters sausje	PP	157
Hapje van garnalen met frisse erwtenmix	PP	136
Knolselder en witlof met garnalen en hazelnoten	PG-2	106
Kokkels met groenten	PE-2	76
Krab met rauwe zalm en zalmeieren	MPK-1	173
Krab opgevuld met groenten, kruiden en noten	PE-2	68
Kreeft uit de oven met een superlekkere salade	PE-2	82
Langoest 'Grenada style'	MPK-2	119
Langoustines met groenten	MPK-2	107
Langoustines, kort gegrild met zachte tomaten	PE-2	84
Meli-Melo van schelpen en schaaldieren	MPK-1	83
Messchedes (couteaux) in de oven	MPK-1	57
Mosselen marinera	PG-2	110
Mosselen met curry op de grill	PG-1	120
Mosselen met een kruidenvinaigrette	MPK-2	63
Mosselen met lente-uitjes en een mayonaise-mosterdsausje	PG-1	110
Mosselen met venkel en zongedroogde tomaten	PP	144
Onweerstaanbare messcheden	PP	85
Prei met sint-jakobsvruchten	PP	224

Recept	Boek	Pagina
<b>SCHAAL- EN SCHELPIEREN</b>		
Puree van bloemkool met garnalen en truffel	PG-2	108
Reuzengamba's met tomaten en kruidensaus	PG-1	92
Reuzengarnalen op de grill, met kruiden ingespoten	MPK-1	117
Scampi met tapenade in de oven	PG-2	112
Scampi op een stokje	PG-1	80
Scampiballetjes met verse kruiden	MPK-2	59
Scampi's met rijke tomatensaus	MPK-1	65
Sint-jacobsvruchten in 1 minuut gegaard	PG-2	102
Sint-jacobsvruchten met avocado en een pittige vinaigrette	MPK-2	103
Sint-jacobsvruchten met tomaat en zalmeitjes	PG-1	98
Sint-jacobsvruchten met zeekraal	PE-2	70
Slaatje met garnalen, zalm en boontjes	MPK-1	175
Slaatje van kreeft	MPK-1	63
Soepje van garnalen, champignons en lente-uitjes	PE-1	138
Tijgergarnalen met groentesalsa	PG-1	90
Tijgergarnalen met tomaten, kruiden en hazelnoten	PG-2	114
Tomaat-garnaal	PE-2	78
Venusschelpen in een peterseliesoepje	MPK-1	177
Venusschelpen in een soepje van sojasaus, gember en knoflook	PG-2	104

Recept	Boek	Pagina
<b>DESSERT</b>		
Appeltaartje	MPK-2	111
Avocado-chocoladetaart	PP	34
Blauwebessencake	PE-2	184
Brownies zonder bloem	PE-2	192
Cake met peer en gember	PG-2	174
Cake van blauwe bessen	PE-2	182
Chocolade met fleur de sel	PE-2	188
Chocolade met noten	PE-1	190
Chocolade met smeugig fruit	PE-1	192
Chocolade moelleux zonder meel	PE-1	194
Chocolade zacht en warm	MPK-2	121
Chocolademousse met een sausje van Grand Marnier	PE-1	198
Chocolademousse op speculaas	PG-2	172
Citrusvruchten met ricotta en pistachenoten	PE-1	46
Crumble van geraspte kokos	PE-2	186
Dessert met speculaas	MPK-2	99
Fruitsalade met kokosmelk en gemengde zaden	PG-2	50
Fruitsalade met kokosmelk, zaden en een sausje van bessen	PG-1	70
Fruittaart met ricotta	PG-2	176
Koekjes van sesamzaadjes en vijgen	PE-2	188
Perziken in de oven met mascarpone	PE-2	190
Tarte tatin met witlof	PE-1	196