

Artikel DPG Media nav Verspillingsvrije week 2021
Samen tegen voedselverspilling

Wil je weten wat je met je oude boterhammen kunt doen? Nel Schellekens, die al een kwart eeuw kookt met zo min mogelijk afval, weet wel raad. Zeker in de Verspillingsvrije Week (die begint op 7 september 2021) wil zij helpen miljoenen boterhammen te redden van de vuilnisbak. Geen verspilde moeite, zo blijkt uit het feit dat we in Nederland in één week tijd ruim 60 miljoen boterhammen kunnen besparen, gemiddeld vier 'bammietjes' per Nederlander, per week. Door op drie miljoen broden een sticker met de tekst 'Eet jij ook elke boterham?' te plakken, is het de bedoeling mensen hier bewust van te maken en ze aan te moedigen om oud brood niet weg te gooien, maar te gebruiken.

Nel Schellekens heeft een lijst vol tips, die ze de 'Goud van Oud'-broodlijst noemt. De chefkok kookt en leeft vanuit het motto: '0 procent waste, 100 procent taste!' Schellekens: „En met oud brood bedoel ik alles aan baksels: croissants, stokbrood, bolletjes en kadetjes, peperkoek, ontbijtkoek, cake...noem maar op. Alles is lekker, tot aan de laatste kruimel.”

Haar beste tips:

Brownies van oud brood

Ingrediënten

200 gram pure chocolade

250 gram boter

80 gram cacao poeder

65 gram oud brood

30 gram bloem

1 theelepel bakpoeder

360 gram suiker

4 eieren

60 gram gedroogde cranberry's of andere bessen, krenten etc.

Bereiding

Verwarm de oven voor op 160°C. Smelt de pure chocolade en de boter au bain-marie.

Snijdt het brood in stukken en vermaal met een keukenmachine tot broodkruim.

Meng de cacao, broodkruim, bloem, bakpoeder en suiker. Meng vervolgens door de chocolade-botermassa. Roer de eieren los en meng ook door de massa.

Schep tot slot de gedroogde cranberries er doorheen. Doe de massa in een ingevet bakblik of flexivorm. Bak in 25 minuten af in de voorverwarmde oven. Laat afkoelen alvorens te serveren.

Broodsaus

In het Verenigd Koninkrijk wordt dit gegeten bij gebraden kip of kalkoen maar het is bij zoveel gerechten een heerlijke side dish.

Ingrediënten

120 g oudbroodkrumels (wit of bruin maakt niet uit)

1 grote witte ui, fijngesneden

10 kruidnagels

1 laurierblad

50 g boter

½ liter melk

zout en versgemalen zwarte peper

snufje nootmuskaat (optioneel) en/of beetje mosterd

Bereiding

Fruit in een pan met boter de gesneden ui, met de kruidnagels en de laurier tot ze zacht zijn. Voeg de melk toe en breng het aan de kook. Laat het 10 minuten zachtjes trekken. Haal de laurier en kruidnagels eruit en voeg het brood toe.

Breng het mengsel terug aan de kook. Blijf roeren tot alle broodkrumels vocht hebben opgenomen. Laat ca. 10 minuten trekken. Als de saus iets te dun is naar jouw smaak, voeg dan meer broodkruim toe om de gewenste textuur te krijgen.

Passatelli

Een Italiaanse pasta die niet gemaakt wordt van deeg, maar van oud broodkruim

Ingrediënten

4 middelgrote eieren

200 gram (oud) broodkruim

200 gram geraspte Parmigianokaas

vers geraspte nootmuskaat

wat citroenschilrasp

¼ theelepel fijn zout

vers gemalen zwarte peper

groenten- of vleesbouillon om de pasta in te koken

Bereiding

Meng in een kom eerst het broodkruim, de Parmigiano en de eieren. Voeg vervolgens wat citroenschilrasp, veel nootmuskaat, het zout en versgemalen zwarte peper toe.

Meng en kneed het mengsel tot een elastisch deeg. Vorm een bal van het deeg en wikkel die in huishoudfolie. Laat minimaal een uur op keukentemperatuur rusten. Dit voorkomt dat de passatelli tijdens het koken breekt en afbrokkelt.

Snijd vervolgens een stuk deeg ter grootte van een tennisbal. Doe die deegbal in een aardappelpers met grote gaten en druk hem erdoor. Snijd de passatelli af als de slierten ongeveer 8 cm lang zijn en leg ze op een licht met bloem bestoven bakplaat. Kook passatelli heel kort in kokende bouillon. Het is gaar als ze gaan drijven. Ongekookte passatelli is in te vriezen.

Brooddipsaus

Een heerlijke traktatie bij onder andere crudité en mezze

Ingrediënten

100 gram oud brood

130 gram yoghurt

1 theelepel komijn
1 teen knoflook
40 gram eidooier = 2 stuks
60 gram water
300 ml (zonnebloem) olie
zout en peper naar smaak

Bereiding

- Snijd het brood in stukjes en bak het in de oven of pan. Blend het afgekoelde brood, de yoghurt, komijn, knoflook, eidooier en water met een staafmixer of keukenmachine tot een gladde massa.
- Voeg deel voor deel olie toe en blend net zo lang tot het een smeug, samenhangend mengsel is. Breng op smaak met zout, peper en kruiden naar wens.

Oud brood-pesto

Lekker met pasta en gegrilde groenten

Ingrediënten

100 gram oud brood
2 tenen knoflook
200 gram basilicum
60 gram munt
250 ml olijfolie
zout en peper

Bereiding

Rooster het brood 5 minuten in een voorverwarmde oven op 180°C. Rasp de knoflook met een fijne rasp. Draai alle ingrediënten fijn in een keukenmachine. Breng op smaak met zout en peper.

Broodpudding of broodtaart

Voor dit gerecht is het essentieel om oud brood te gebruiken: vers brood geeft een te slappe versie. Laat, voor het beste resultaat, het brood een nachtje weken, dit zorgt voor een betere opname van de custardmix. Naast oud brood, kun je hier overigens ook gekneusde of overrijpe bananen voor gebruiken

Ingrediënten

200 gram oud brood zonder korst
350 ml melk
3 eieren
100 gram appelmoes
100 gram rozijnen
100 gram suiker
1 theelepel kaneelpoeder
eventueel vanille

Bereiding

Snijd het brood in kleine stukjes. Kluts de eieren in een grote kom. Voeg daar de melk, appelmoes, rozijnen, suiker, kaneel en eventueel het merg van vanille aan toe.

Meng en voeg dan het gesneden brood toe. Laat dit mengsel minimaal 15 minuten weken, hoe langer het weekt, hoe lekkerder. Verwarm de oven op 180 graden. Stort het mengsel in een ingevette (taart)vorm, druk het aan en bak 45 minuten.

Oudbrood-taartbodem

Dit is één van de 'Waste tot Taste'-recepten die op Gastronomixs staan. Gastronomixs is dé online ideeëngenerator voor koks. Bij de duizenden inspiratiebereidingen staan er ook heel veel verspillingenvrije ideeën en recepten

Pangratatto (oftewel geroosterde, gemalen broodkruimels)

In Italië wordt dit 'Parmezaanse kaas voor armelui' genoemd. Het kan dus als vervanger van deze kaas worden gebruikt over pastagerechten, in de soep of op een tomatensalade. Bak het grove broodkruim in olie met wat knoflook en kruiden zoals gehakte tijm, rozemarijn of oregano

Broodkontjespizza

Als je het kontje een kapje noemt mag dat natuurlijk ook. Hoe dan ook; beleg het als een pizza, bak het als een pizza, eet het als een pizza.

Wentelteefjes

In de oud-Nederlandse keuken al een hit, maar over de hele wereld wordt wel een variant van het wentelteefje gegeten. In Amerika wordt het French Toast genoemd en in Frankrijk pain perdu (verloren brood). Overigens hoeft een wentelteefje niet altijd zoet te zijn. Het kan ook hartig, met wat geraspte kaas en kruiden als paprikapoeder of gehakte bieslook. Lekker als ontbijt of als lunch.

Tosti of toast

Iedereen houdt ervan, en het is supersnel klaar. Een tosti hoef je trouwens echt niet te maken met (vette) kaas. Ga bijvoorbeeld voor een veggie variant met pesto en gegrilde groenten.

Croutons/crostini

De onbetwiste nummer een van het oud broodlijstje is echter de goede oude crouton of crostini. Dit is toch wel de populairste manier om oud brood een nieuw leven te geven. Croutons zijn altijd een succes én echt de snelste verwerking van oud brood

Ingrediënten

Oud brood

Kruidentolie naar believen, met wat knoflook

Bereiding

Snijd het brood tot heel dunne plakjes (crostini's) of blokjes (croutons). Verkruimelen kan ook (pangratatto). Smeer het brood in met de kruidentolie en laat het een tijdje liggen totdat de olie goed ingetrokken is. Verwarm de oven voor op 185 °C.

Begin met een baktijd van 4 minuten en doe er, als het nog niet krokant genoeg is, daarna iedere keer 1 minuutje bij. Laat na het bakken wat afkoelen, anders breken crostini's snel. Leg de baksels daarna op keukenpapier als je ze niet zo vet wilt eten. Zo is het ook heel goed bewaarbaar: laag voor laag op papier in een goed afsluitbare bak.