



# Gietijzeren pan

# Intro

Allereerst bedankt voor je aankoop! Met trots presenteren we middels dit **Ocina®** receptenboek hoe je eenvoudig je favoriete recepten kan bereiden in de Gietijzeren Pannen van Ocina®. We hopen je hiermee te inspireren om het maximale uit jouw **Ocina® Gietijzeren Pannen** te halen. Gietijzeren pannen zijn immers de toekomst. Ze worden gemaakt van gerecycled materiaal, zijn volledig duurzaam en gaan wel 100 jaar mee!

Lukt het maar niet om de perfecte steak te bakken? Vraag je je af hoe je een pizza in een pan kunt bakken? Wil je zelf brood bakken als een echte bakker, maar heb je geen (dure) broodbakmachine? Gietijzeren pannen zijn de oplossing! Met deze eeuwenoude pannen-soort heb je alles-in-1, en dat middels een eeuwenoud Nederlands ambacht!

In dit boek vind je overheerlijke gietijzer-recepten die eenvoudig te bereiden zijn in de **Gietijzeren Pannen van Ocina®**. We wensen je dan ook veel kook- leer- en opeet-plezier toe!



# Inhoud

Intro .....	1
De gietijzeren pan .....	3
Gietijzeren pan inbranden .....	5
Vers brood bakken .....	7
Maïsbrood .....	9
Olijfbrood .....	11
Italiaanse Focaccia .....	13
Argentijnse Fugazzeta .....	15
Pizza Margherita .....	17
Pizza Salami al Funghi .....	19
Pizza van naanbrood .....	21
Homemade Rösti .....	23
Röstikoekjes van pastinaak .....	25
Geroosterde Spruiten met Parmezaan .....	27
Curry van Garnalen & Sperziebonen .....	29
Vegan Citroen Pasta .....	31
Sweet Patato-gehakt .....	33
Baked Beans .....	35
Biefstuk Bali .....	37
Duits Biefstuk .....	39
Tortilla's uit de pan .....	41
Nacho's van de BBQ .....	43
Quesadilla's .....	45
Pancakes van de BBQ .....	47
Pan Speculaas .....	49
Aardbeientaart .....	51
Outro .....	53

# De gietijzeren pan

Jouw Ocina® Gietijzeren Pannen is gemaakt van een uniek mengsel bestaande uit gerecycled ijzer, koolstof, mangaan en silicium, ook wel gietijzer genoemd. Dit vloeibare gietijzer heeft zijn vorm verkregen door in onze speciale gietvormen te zijn gegoten. Na dit giet- en stolproces worden de gietvormen verwijderd en heb je perfect gevormde pannen.

Als extra beschermlaag zijn alle pannen van Ocina® volledig ingebrand. Dit betekent dat de pannen zijn ingevet met 100% plantaardige olie en vervolgens enige tijd zijn verhit. Door de warmte gaat de olie een verbinding aan met het gietijzer en ontstaat er een glimmende beschermlaag. Dit inbranden (ook wel “seasoning” genoemd) voorkomt ten allen tijde dat de pannen gaan roesten en zorgt voor een natuurlijke antiaanbaklaag.

## Waarom is een gietijzeren pan zo speciaal?

Deze unieke Gietijzeren Pannen van Ocina® hoef je maar 1 keer in je leven te kopen. Gietijzeren pannen gaan immers wel 100 jaar mee! Het gietijzer is onverwoestbaar en ook de glimmende beschermlaag kun je eenvoudig zelf herstellen, mocht deze beschadigd zijn. Voor ingebrande gietijzeren pannen geldt, hoe vaker je de pan gebruikt, hoe beter de antiaanbaklaag wordt. Dus raar, maar waar: hoe ouder de gietijzeren pan, hoe beter hij gaat presteren!

Naast de fysieke en duurzame voordelen, kun je met de Gietijzeren Pannen van Ocina® ook jouw kooktechnieken naar een hoger niveau tillen. Zo houd je met de gietijzeren pan hoge temperaturen aan, wordt de warmte gelijkmatig verdeeld en houd je er warmte langer in vast. Ook is het vaak gezonder omdat je tijdens het koken slechts enkele druppels olie nodig hebt. De natuurlijke antiaanbaklaag voorkomt te allen tijde dat jouw eten aanbakt.



## **Wat kun je met een gietijzeren pan?**

De pannen in de Ocina® Gietijzeren Pannen zijn bedoeld voor het (snel) garen en bruinen van gerechten. Zij kunnen dienen als koekenpan, grillpan, crêpespan, poffertjespan en sauteer pan op vuur, in een oven of op de BBQ. Doordat de pan de warmte gelijkmatig verdeeld en langer vasthoudt raden we aan om alle gerechten rechtstreeks vanuit de pan op je bord te scheppen. De gietijzeren pannen van Ocina® zijn dan ook uitermate geschikt om tijdens het diner op tafel te zetten (wel met een onderzetter). Zo blijven jouw gerechten nog even lekker na sudderen.

## **Welke benodigheden heb ik nodig?**

Het is nu eenmaal een feit dat gietijzeren pannen optimaal presteren binnen een warme omgeving. Het is dus niet raar dat gietijzeren pannen vaak in combinatie met het fornuis, een BBQ of een oven worden gebruikt. In de oven is het gemakkelijk om een volledige garing te realiseren en op de BBQ is het eenvoudig om een heerlijke rooksmak te creëren.



# Gietijzeren pan inbranden

Onze pannen worden ingebrand bij je thuis geleverd. Wij adviseren je echter de pan nogmaals in te branden. Dit voorkomt dat de gerechten aan de pan vast blijven zitten. Inbranden wordt in het Engels ook wel 'seasoning' genoemd en wordt gedaan om een 'natuurlijke' antiaanbaklaag te creëren. Een goede uitvoering zorgt daarnaast voor extra smaakvorming, geen roest én een pan die meerdere generaties meegaat. Hieronder wordt in 5 stappen uitgelegd hoe het inbranden het beste kan worden gedaan.

## 1. Maak de pan eerst goed schoon

Start het inbranden van een gietijzeren pan door de pan eerst grondig schoon te maken. Dit is noodzakelijk om eventuele resten en/of lagen vanuit de winkel of fabriek te verwijderen. Hiervoor zijn de volgende materialen nodig:

- Een zachte spons
- Een kleine hoeveelheid afwasmiddel
- Heet water

**Let op:** dit is de laatste keer dat de gietijzeren pan met een afwasmiddel schoongemaakt mag worden. Na het inbranden wil je natuurlijk voorkomen dat het agressieve afwasmiddel de aangemaakte antiaanbaklaag verwijdert.

## 2. Droogmaken van de gietijzeren pan

Na het schoonmaken moet de gietijzeren pan goed drooggemaakt worden. Gebruik hiervoor keukenpapier of een theedoek. Wanneer al het vocht weg is, kan de aan te brengen olielaag goed intrekken.

## 3. Het invetten van de pan met natuurlijke olie

Het is nu tijd om de gietijzeren pan in te vetten met een zeer dun laagje natuurlijke olie. Zorg ervoor dat er geen plasjes olie te zien zijn. Smeer de pan in zijn geheel in (ook de onderkant) met een kwastje of met keukenpapier. Een aantal oliesoorten die we kunnen aanraden zijn arachide-, zonnebloem- of lijnzaadolie. Het is essentieel dat de olie tegen hoge temperaturen kan, waardoor het een hoog rookpunt heeft (om deze reden is olijfolie niet geschikt om te gebruiken).

#### **4. De pan verwarmen op de kookplaat**

Na het invetten laat je de pan heet worden op de kookplaat, totdat de olie begint te roken. De dunne laag olie begint zich nu te hechten aan het gietijzer. Laat de pan even staan en daarna kan de gietijzeren pan afkoelen. Zorg ervoor dat eventueel overgebleven olie verwijderd wordt met keukenpapier. Als het goed is, moet dit een minimale hoeveelheid zijn.

#### **5. Herhaal het inbrandingsproces minimaal vijf keer**

Om een perfecte antiaanbaklaag te creëren moet een niet-geëmailleerde gietijzeren pan minimaal vijf keer een seasoning behandeling hebben gehad. Start dus niet met koken voordat de bovenstaande stappen ongeveer vijf keer uitgevoerd zijn. Wanneer de pan afgekoeld is kun je weer doorgaan met stap 3.

#### **Het inbranden met een oven**

In plaats van de gietijzeren pan verhitten op een kookplaat (zie stap 4) kun je de pan ook in de oven verwarmen. Let op: dit kan alleen bij pannen die volledig van gietijzer gemaakt zijn. Een gietijzeren pan met een houten of kunststof steel kunnen door de hitte van een oven beschadigd raken.

Stel de oven op de maximale stand in, zodat de olie als het ware verbrandt en zich daardoor in het gietijzer gaat hechten. Zet de gietijzeren pan op zijn kop in de oven en leg onder de pan een stuk aluminiumfolie, zodat er geen vettige druppels in de oven achterblijven. Verhit de pan een 40 tot 60 minuten in de oven, totdat er geen olie meer te zien is.

#### **De gietijzeren pan verandert van kleur**

Tijdens het inbranden verandert een gietijzeren pan van kleur. Dit is normaal, het inbranden van een gietijzeren pan is pas geslaagd wanneer een egale donkerbruine tot zwarte kleur te zien is. De aangebrachte antiaanbaklaag zal na veelvuldig gebruik steeds beter zijn werk beginnen te doen. Verwacht dan ook niet dat na de eerste keer koken er geen aangekoekte resten te zien zullen zijn. Lees ook eens hoe je de natuurlijke antiaanbaklaag goed onderhoudt met het schoonmaken van de gietijzeren pan.

# Vers brood bakken



Altijd gedacht dat zelf brood bakken onmogelijk is? Dat je er uren mee bezig bent en dat het vaak nog maar de vraag is of het ook echt lukt?! Het klopt eigenlijk ook wel. Toch hebben we na lang proberen en na vele tegenslagen nu het perfecte brood-recept voor in de gietijzeren pan ontwikkelt. Je hebt er wel een oven bij nodig (en een vrije dag), maar dan heb je ook wat! Het leuke is, je kunt zelf experimenteren door extra ingrediënten toe te voegen.

## Ingrediënten:

- 500 gram 100% volkoren tarwemeel
- 7 gram instant gist
- 33ml water (30°C)
- 10 gram zout
- Sesamzaad/ havervlokken
- 25 gram broodverbeteraar

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen - 2 grote pannen
- Pannendeksel
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Schone theedoek
- Bakpapier
- Spatel

## Bereiding:

1. Doe alle ingrediënten in een kom.
2. Begin met het kneden van het deeg (voordat je begint met het kneden mogen de gist en het zout niet met elkaar in aanraking komen).
3. Kneed het geheel gedurende 15 minuten door, totdat er flexibel deeg ontstaat.
4. Kneed er kleine balletjes van.
5. Leg de balletjes in de pan en dek het geheel af met een schone theedoek.
6. Laat de afgedekte pan gedurende 45 minuten op een warme plek staan rijzen. Dit kan ook in de oven (boven- en onderwarmte op 30°C) zijn. Wanneer je de oven gebruikt plaats er dan altijd een bakje met water naast, zodat het deeg flexibel blijft.
7. Als de 45 minuten om zijn haal je de balletjes deeg uit de oven.
8. Sla de balletjes één voor één plat op een vlakke ondergrond. Zo sla je alle lucht eruit.
9. Probeer als laatste met je vingers alle overgebleven lucht eruit te strijken.
10. Vorm het deeg vervolgens tot 1 grote bal.
11. Maak de bovenkant eventueel nat met wat water en rol de deegbal door het sesamzaad of de havervlokken.
12. Leg vervolgens bakpapier in de pan en leg hier het deeg op.
13. Laat deze grote deegbal nogmaals 90 minuten rijzen.
14. Na dit rijfs-proces verwarm je de oven voor op 240°C (boven- en onderwarmte) en plaats je vervolgens de nog lege tweede pan in de oven gedurende 30 minuten.
15. Zodra je pan goed heet is plaats je zowel het bakpapier als de deegbal in de voorverwarmde pan.
16. Dek het geheel af met een panendeksel en breng de temperatuur van de oven terug naar 220°C.
17. Bak het brood gedurende 30 minuten.
18. Na 30 minuten haal je het afdekkfolie van de pan en bak je het brood nog verder gedurende 15 minuten.
19. Haal het brood uit de pan en laat jouw versgebakken brood afkoelen.



# Maïsbrood

In het zuiden van Amerika zijn ze er dol op. Cornbread, oftewel maïsbrood! Normaliter samen met boter, honing en kippenpootjes. Wij gaan voor de iets gezondere versie, lekker voor bij de barbecue (spareribs, meatloaf, hamburgers), tijdens de borrel of om in de soep te dopen als diner. Kortom, zeker de moeite waard om uit te proberen!

## Ingrediënten:

- 150 gram Maïsgriesmeel
- 150 gram Bloem
- 30 gram Lichte basterdsuiker
- 1 theelepel Bakpoeder
- 1 theelepel Zeezout
- 2 grote eieren (losgeklopt)
- 240 ml Melk
- 30 gram Gesmolten boter
- Extra boter om de pan mee in te smeren

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen – Medium en groot
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

### Bereiding:

1. Verwarm je oven voor op 210°C.
2. Doe alle droge ingrediënten in een kom en roer het geheel goed door.
3. Meng de melk en eieren in een andere kom.
4. Smeer de pan in met boter.
5. Zet de pan in de voorverwarmde oven.
6. Als de pan heet is start je met het maken van het deeg.
7. Maak een kuiltje in de droge ingrediënten en giet daar het ei-melk-mengsel bij en voeg als laatste de boter toe.
8. Kneed/roer alles goed door.
9. Haal de voorverwarmde pan uit de oven en doe daar het beslag in.
10. Zet de pan terug in de oven en bak het brood gedurende 25 minuten.

### Bereidingstip:

Controleer of het brood ook aan de binnenkant gaar is. Dit doe je door met een satéprikker in het brood te prikken. Wanneer je de satéprikker uit het brood haalt moet deze er schoon uitkomen.



# Olijfbrood



Ben jij ook zo'n borrel-liefhebber? Heerlijk na het werk genieten van een kaasplankje met diverse kazen, Italiaanse ham, olijven, brood en aioli, onder het genot van een lekker glaasje wijn of bier? Daar mag versgebakken olijfbrood niet aan ontbreken! Vanaf nu maak je dit eenvoudig in jouw pan uit de Ocina® Gietijzeren Pannens.

## Ingrediënten:

- 500 gram bloem
- 300 ml lauwwarm water
- 5 gram gedroogde gist
- 10 tot 15 olijven (zonder pit)
- Een scheutje olijfolie
- 8 gram zout
- 4 eetlepels gedroogde rozemarijn

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannens
- Staande staafmixer met deeghaak
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel
- Mes

### **Bereiding:**

1. Dep de olijven droog met een keukenpapiertje.
2. Snijd de olijven vervolgens in kleine stukjes.
3. Vermeng de bloem, gist, zout en rozemarijn in een ruime beslagkom met elkaar.
4. Voeg vervolgens het water en de olijven toe.
5. Vermeng nu het volledige geheel met de deeghaak van een staafmixer (bij voorkeur een staande staafmixer, omdat die meer vermogen heeft dan een gewone hand-staafmixer).
6. Bedek de kom na het vermengen met een schone theedoek.
7. Zet het geheel op een warme plek.
8. Laat het deeg 1 uur staan om te rijzen
9. Na 1 uur is het deeg als het goed is 2 keer zo groot.
10. Wrijf met een kwastje de binnenkant van de pan in met olijfolie.
11. Vorm het deeg tot een schijf ter grootte van de pan. De vorm hoeft niet perfect te zijn.
12. Plaats het deeg in de pan en laat het nog 30 minuten rijzen.
13. Verwarm ondertussen de oven voor op 200°C.
14. Wrijf het gerezen deeg lichtjes in met een beetje olijfolie.
15. Bak het brood 40 minuten in de oven op 190°C.

### **Bereidingstip:**

Om het brood extra aantrekkelijk te maken kun je voordat je het brood afbakt in de oven, met een mes vormen en patronen in de bovenkant kerven.

# Italiaanse Focaccia



Wie houdt er niet van Italiaans eten?! Wij in ieder geval wel! Deze heerlijke Focaccia kan op alle tijden van de dag worden gegeten. Je hoeft hem dus niet direct op te eten. Handig als voorraadge voor de rest van de dag. Dit pan-recept is speciaal ontwikkeld om in jouw **Ocina® Gietijzeren Pannen** bereid te worden. Het betreft een basisrecept, maar voel je vrij om extra ingrediënten toe te voegen! Fetakaas, olijven en zongedroogde tomaten zijn bijvoorbeeld ook heerlijk erbij.

## Ingrediënten:

- 180 ml lauwwarm water
- 35 gram gist
- 185 gram bloem
- 1 theelepel zout
- 2 takjes rozemarijn
- 1 theelepel gedroogde peterselie
- 1 snufje rode chilivlokken
- 5 eetlepels olijfolie

## Benodigdheden:

- **Ocina® Gietijzeren Pannen**
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel



### **Bereiding:**

1. Vermeng het lauwwarme water samen met het gist in een kom.
2. Laat dit 5 minuten staan totdat het schuimig en geurig wordt.
3. Voeg dan de bloem, het zout en 1 eetlepel olijfolie toe.
4. Roer met een spatel in het mengsel totdat de bloem volledig is opgenomen en er een flexibel deeg ontstaat.
5. Haal het deeg uit de kom en leg dit op een vlakke ondergrond bestrooit met bloem (om plakken te voorkomen).
6. Verdeel het deeg in kleine balletjes en kneed alles goed door. Als het deeg nog plakkerig is, doe er dan meer bloem bij.
7. Vet de pan in met olijfolie.
8. Smeer je handen in met olijfolie en maak 1 grote deegbal.
9. Verdeel het deeg over de bodem van de pan.
10. Dek de pan af met een schone theedoek en laat het deeg gedurende 1 uur rijzen op een warme plek.
11. Verwarm ondertussen de oven voor op 190°C.
12. Besprenkel de bovenkant van het deeg met 2 eetlepels olijfolie.
13. Bestrooi vervolgens het deeg met de rozemarijn, peterselie en rode chilivlokken.
14. Zet de pan in de oven.
15. Bak de Focaccia gedurende 30 minuten goudbruin.
16. Laat 10 minuten afkoelen in de pan en besprenkel met de resterende eetlepel olijfolie.
17. Serveer eventueel met extra vergine olijfolie en balsamicoazijn om te dippen.
18. Genieten ervan!

### **Serveertip:**

Serveer naast de Focaccia extra vergine olijfolie en balsamicoazijn in aparte bakjes. Zo kun je het Italiaanse brood er heerlijk in dippen. Enjoy!

# Argentijnse Fugazzeta



Terwijl voor een Italiaanse Focaccia de regel “meer-brood-minder-beleg” geldt, geldt voor de Argentijnse Fugazzeta het omgekeerde “minder-brood-meer-beleg”. Het is dan ook een rijkgevulde lekkernij die in Zuid-Amerika niet aan te slepen is. Iedereen houdt ervan. Dankzij dit unieke familie-recept nu ook vanuit onze eigen keuken in ons koude kikkerlandje te bereiden! Dat wordt smullen...

## Ingrediënten deeg:

- 540 gram patentbloem
- 10 gram zout
- 10 gram suiker
- 7 gram droge gist
- 350 gram lauw water
- 2 eetlepel olijfolie

## Ingrediënten topping:

- Olijfolie
- 100 gram ham reepjes
- 100 gram Parmezaanse kaas
- 1 hele ui
- Verse tijm
- Versgemalen zwarte peper
- ½ theelepel chili flakes
- 200 gram geraspte mozzarella

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Pannendecksel
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel

## Bereiding:

1. Doe alle ingrediënten voor het deeg in de ruime beslagkom en kneed het geheel totdat er flexibel deeg ontstaat.
2. Dek de beslagkom af met een schone theedoek en laat het geheel gedurende 2 uur rijzen op een warme plek in huis.
3. Na 2 uur, als de bol 2 keer zo groot is geworden, verdeel je het deeg in 4 bollen.
4. Vet de pan in met olijfolie en leg daar 1 bol in.
5. De andere bollen leg je op een stuk keukenpapier.
6. Laat de bollen nog 1 uur rijzen totdat het deeg flexibel is.
7. Verwarm ondertussen de oven voor op 250°C.
8. Als de bollen flexibel genoeg zijn beleg je de gehele bodem van de pan met 1 bol zodat er een dunne broodbodem ontstaat.
9. Beleg de broodbodem met de mozzarella en de ham reepjes. Hou hierbij de randen vrij.
10. Leg hier overheen nog 1 bol deeg en verspreid ook deze zodat er een dunne broodbodem bovenop de mozzarella en ham reepjes ontstaat.
11. Beleg deze 2e broodbodem met ui, geraspte Parmezaanse kaas, verse tijm, zwarte peper en chiliflakes.
12. Besprenkel als laatste het geheel met olijfolie.
13. Zet de pan in zijn geheel in de voorverwarmde oven.
14. Sluit het geheel af met een pannendecksel.
15. Na ongeveer 20 minuten is de Fugazzeta goudbruin.
16. Haal de Fugazzeta uit de oven en laat hem iets afkoelen voordat je hem uit de pan haalt.

# Pizza Margherita



Voor de bereiding van pizza heb je toch een oven nodig?! Nee hoor, niet als je in het bezit bent van de **Gietijzeren Pannen van Ocina®**. In deze receptuur vind je het basisrecept voor de pan-pizza. Heerlijk vers en eenvoudig te bereiden!

## Ingrediënten Pizzadeeg:

- 500 gram Italiaanse bloem
- 7 gram gedroogde gist
- 10 gram zout
- 300 ml lauwwarm water
- 2 eetlepels olijfolie

## Ingrediënten topping:

- Mozzarella
- Basilicum
- Versgemalen peper

## Benodigheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Staande staafmixer met deeghaken (indien mogelijk, anders met de hand)
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel

### **Bereiding:**

1. Voor de bereiding van het pizzadeeg doe je alle ingrediënten in een kom.
2. Meng met je handen of met een staande staafmixer met deeghaken het geheel totdat er deeg ontstaat.
3. Zodra er deeg ontstaat kneed je dit nog gedurende 10 minuten verder met je handen door.
4. Laat het pizzadeeg 15 minuten rusten.
5. Verdeel het vervolgens in 4 gelijke delen en maak daar bolletjes van.
6. Doe alle bollen in een ruime beslagkom en dek de kom af met een schone theedoek.
7. Laat het deeg afgedekt op kamertemperatuur gedurende 1 uur rijzen.
8. Wanneer het pizzadeeg klaar is verwarm je de pan eerst voor. Dit doe je door de pan op het vuur te zetten.
9. Haal de pan van het vuur en vet deze in met olijfolie.
10. Verspreid vervolgens het deeg gelijkmatig over de bodem van de pan zodat er een pizzabodem ontstaat.
11. Zet de pan weer op het vuur, totdat er blazen in het deeg ontstaan.
12. Haal de pan weer van het vuur.
13. Besprenkel de pizzabodem met olijfolie en breng daaroverheen een dunne laag tomatensaus aan.
14. Beleg de pizza met plakjes mozzarella en basilicumblaadjes.
15. Zet de pan opnieuw op het vuur en bak de pizza gedurende 13 minuten totdat de mozzarella bubbelt en de korst goudbruin is.
16. Besprenkel als laatste jouw zelfgemaakte pan-pizza met versgemalen (zwarte) peper.

### **Bereidingstip:**

Hou je ervan als je pizza een dikke bodem heeft? Gebruik dan een kleine pan. Wil je juist dat jouw pizza een dunne bodem heeft net als bij de Italiaan? Gebruik dan een grotere pan. De hoeveelheden die in dit recept worden gebruikt hoef je dus niet aan te passen. Je past alleen de grote van de pan aan.



# Pizza Salami al Funghi



Ben je gek op salami en champignons? En kun je vaak maar moeilijk kiezen tussen Pizza Salami en Pizza al Funghi? Dan ben je niet de enig! In dit recept combineren we het beste van twee werelden, champignons én salami! Dat wordt smullen!

## Ingrediënten deeg:

- 500 gram Italiaanse bloem
- 7 gram gedroogde gist
- 10 gram zout
- 300 ml lauwwarm water
- 2 eetlepels olijfolie

## Ingrediënten topping:

- Mozzarella
- Parmezaanse kaas
- Salami
- Champignons
- Gedroogde oregano

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Staande staafmixer met deeghaken (indien mogelijk, anders met de hand)
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel

### **Bereidingswijze:**

1. Voor de bereiding van het pizzadeeg doe je alle ingrediënten in een kom.
2. Meng met je handen of met een staande staafmixer met deeghaken het geheel totdat er deeg ontstaat.
3. Zodra er deeg ontstaat kneed je dit nog gedurende 10 minuten verder met je handen door.
4. Laat het pizzadeeg 15 minuten rusten.
5. Verdeel het vervolgens in 4 gelijke delen en maak daar bolletjes van.
6. Doe alle bollen in een ruime beslagkom en dek de kom af met een schone theedoek.
7. Laat het deeg afgedekt op kamertemperatuur gedurende 1 uur rijzen.
8. Wanneer het pizzadeeg klaar is verwarm je de pan eerst voor. Dit doe je door de pan op het vuur te zetten.
9. Haal de pan van het vuur en vet deze in met olijfolie.
10. Verspreid vervolgens het deeg gelijkmatig over de bodem van de pan zodat er een pizzabodem ontstaat.
11. Zet de pan weer op het vuur, totdat er blazen in het deeg ontstaan.
12. Haal de pan weer van het vuur.
13. Besprenkel de pizzabodem met olijfolie en breng daaroverheen een dunne laag tomatensaus aan.
14. Beleg de pizza met plakjes mozzarella, Parmezaanse kaas, salami, champignons en besprenkel het geheel met gedroogde oregano en versgemalen (zwarte) peper.
15. Zet de pan opnieuw op het vuur en bak de pizza gedurende 13 minuten totdat de mozzarella bubbelt en de korst goudbruin is.

### **Bereidingstip:**

Hou je ervan als je pizza een dikke bodem heeft? Gebruik dan een kleine pan. Wil je juist dat jouw pizza een dunne bodem heeft net als bij de Italiaan? Gebruik dan een grotere pan. De hoeveelheden die in dit recept worden gebruikt hoef je dus niet aan te passen. Je past alleen de grote van de pan aan.

# Pizza van naanbrood



Wie eenmaal de Indiase keuken heeft ontdekt, kan niet meer terug! Van Chicken masala tot aan vers naanbrood, we kunnen er geen genoeg van krijgen. Wat als we de Indiase keuken combineren met onze andere favoriete keuken (de Italiaanse keuken), precies dan ontstaat er de Pizza van Naanbrood! Vind je een hele pizza naar binnen werken als lunch net te veel van het goede? Dan is de Pizza van naanbrood zeker iets voor jou.

## Ingrediënten naanbrood:

- 400 gram zelfrijzend bakmeel
- 300 gram yoghurt
- 7 gram zout
- 100 ml olijfolie
- 1 teen knoflook
- Peper en zout

## Ingrediënten topping:

- 5 eetlepels tomatenpassata
- 1 theelepel oregano
- Peper en zout
- 1 bol burrata (mozzarella)
- 100 gram cherrytomaten
- Verse basilicum
- 3 eetlepels pesto

## **Benodigdheden:**

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Deegroller
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Schone theedoek
- Spatel

**Bereiding:**

1. Vermeng het zelfrijzende bakmeel, de yoghurt en het zout met elkaar.
2. Kneed het geheel goed door totdat het deeg elastisch en ietwat plakkerig aanvoelt.
3. Verdeel het deeg in 2 gelijke stukken en rol het dun uit met een deegroller
4. Meng de olijfolie met een geperst teentje knoflook.
5. Voeg hier wat peper en zout aan toe.
6. Bestrijk het deeg met deze kruidenolie.
7. Verwarm de pan voor op het vuur.
8. Verspreid de 2 stukken deeg in de pan en bak dit aan beide zijde op hoog vuur.
9. Zet daarna het vuur lager.
10. Meng ondertussen de passata met de oregano in een klein kommetje en breng op smaak met peper en zout.
11. Bestrijk de bovenzijde van het deeg met het passata-mengsel.
12. Verdeel de burrata, cherytomaatjes en pesto over de pizza's van naanbrood.
13. Laat de pizza's van naanbrood nog 5 minuten op het vuur staan.
14. Haal de pizza's uit de pan en bestrooi ze met basilicumblaadjes.

**Bereidingstip:**

Dit is het basisrecept voor de bereiding van een pizza van naanbrood. Onze tip is om eventueel als extra topping nog parmaham, salami en gegrilde groente toe te voegen. Enjoy!

# Homemade Rösti



We kennen over het algemeen alleen rijst, aardappelen, spaghetti, macaroni en couscous als basis-gerecht. Dit kan soms best gaan vervelen... Ben je opzoek naar een nieuwe basis voor jouw gerechten? Dan wordt het Zwitserse rösti jouw nieuwe verslaving! Eenvoudig, lekker, vult goed en snel te bereiden! Wat wil je nog meer?!

## Ingrediënten:

- 1 middelgroot Ei
- 500 gram Kruimige aardappel
- 25 gram Ongezouten roomboter

## Benodigheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Rasp
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel
- Plat bord



### **Bereiding:**

1. Zet een kom op een vlakke ondergrond.
2. Klop een ei samen met peper en zout in deze kom.
3. Schil ondertussen de aardappelen en rasp deze met de rasp totdat er kleine sliertjes ontstaan.
4. Meng ze direct door het losgeklopte ei.
5. Verhit de boter in de pan.
6. Schep het aardappel-mengsel in de pan en druk het met de achterkant van een spatel goed aan.
7. Bak het aardappel-mengsel gedurende 7 minuten op hoog vuur.
8. Bak de andere zijde gedurende 3 minuten.
9. Laat de rösti op een bord glijden en snijd hem in punten.

### **Serveertip:**

Rösti is een van oorsprong Zwitsers gerecht. In Zwitserland eten ze rösti met gerookte zalm en zure room. Wanneer je visite te eten hebt kun je dit zowel als voorgerecht als hoofdgerecht serveren. Zeker een aanrader!

# Röstikoekjes van pastinaak

Ben je aan de lijn? Volg je een dieet? Of wil je gewoonweg wat gezonder gaan leven? Dan zijn de röstikoekjes van pastinaak zeker aan te raden. Pastinaak is een echte Nederlandse wintergroente, voornamelijk verkrijgbaar in de maanden oktober, november, december, januari, februari en maart.

Voor dit recept heb je een spiraalsnijder nodig (een snijder waarmee je dunne sliertjes kunt snijden van groente, denk aan de trend van dit moment, courgette, spaghetti van courgette).

## **Ingrediënten:**

- 2 Pastinaken
- 15 gram Verse tijm
- 3 Eiwitten
- 5 eetlepels Olijfolie
- 1 mespunt Zeezout

## **Benodigdheden:**

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Spiraalsnijder
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

### Bereiding:

1. Schil de pastinaken en rasp ze in de spiraalsnijder totdat er dunne slierten ontstaan.
2. Vermeng de sliertjes pastinaak met blaadjes verse tijm en breng het geheel op smaak met peper en zout.
3. Klop het eiwit los en voeg ook dit toe aan de pastinaak.
4. Roer het geheel goed door.
5. Verhit een laag olie in de pan
6. Frituur de Röstikoekjes aan beide zijde in de pan.
7. Haal de Röstikoekjes uit de pan wanneer ze goudbruin kleuren.
8. Leg ze op een bord en bestrooi ze met zeezout.



# Geroosterde Spruiten met Parmezaan

Met de Ocina® Gietijzeren Pannen en een BBQ met deksel kun je vanaf nu flink gaan uitpakken. Je kunt vanaf nu de lekkerste gerechten eenvoudig bereiden. Kleine groentesoorten die je normaal niet op de grill kunt leggen omdat ze door de grillplaat heen vallen, kunnen vanaf nu eenvoudig met pan-en-al in de BBQ worden gezet. Zo gaat die lekkere BBQ-rookmaak ook in je groente zitten. Een gesnipperd teentje knoflook en wat Parmezaanse kaas erbij en je hebt een heerlijk, gezond en snel gerechtje op tafel staan!

## Ingrediënten:

- 500 gram Spruitjes
- 2 teentjes Knoflook
- 30 gram Parmezaanse kaas
- 2 eetlepels Olijfolie
- Versgemalen (zwarte) peper

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- BBQ die dicht kan
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Snijplank
- Snijmes
- Spatel

### **Bereiding:**

1. Steek de BBQ aan en verwarm deze tot een temperatuur van 180°C.
2. Maak ondertussen de spruitjes schoon.
3. Snijd grote spruiten doormidden, zodat er ongeveer gelijke grootten ontstaan.
4. Doe de spruitjes in een kom.
5. Snipper de teentjes knoflook goed fijn en voeg deze toe aan de kom.
6. Als laatste voeg je hier de olijfolie en de versgemalen (zwarte) peper aan toe.
7. Roer het geheel goed door.
8. Doe de spruiten in de pan.
9. Zet de pan in de BBQ en doe de BBQ dicht.
10. Rooster de spruiten gedurende 30 minuten.
11. Schep de spruiten halverwege om, zodat alle zijden geroosterd worden.
12. Serveer de geroosterde spruiten zo uit de pan op de borden.
13. Als laatste bestrooi je de warme spruitjes met Parmezaanse kaas.

### **Bereidingstip:**

Ben je een vleeseter? Dan ga je deze tip waarderen! Wanneer je de spruiten gedurende 30 minuten in de BBQ aan het roosteren bent (stap 10) voeg je de laatste 10 minuten (al) gebakken spekjes toe.



# Curry van Garnalen & Sperziebonen



Heb je wel eens een gerecht uit de Antilliaanse keuken geproefd? Curry van Garnalen & Sperziebonen is van oorsprong een Antilliaans recept en wordt al in menig Nederlandse keukens op structurele basis bereid. Wanneer je van pittig-eten houdt is dit overheerlijke gerecht zeker de moeite waard om een keer uit te proberen. Heerlijk met rijst!

## Ingrediënten:

- 500 gram garnalen
- 1 takje koriander
- 1 eetlepel zonnebloemolie
- 200 ml water
- 1 rode peper
- ½ Madame Jeanette-peper
- 3 teentjes knoflook
- 1 ui (versnippert)
- 1 eetlepel kerriepoeder
- 600 gram sperziebonen
- ½ theelepel zout
- ½ theelepel zwarte peper

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Pannendecksel
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Schone theedoek
- Spatel
- Snijplank
- Snijmes



### **Bereidingswijze:**

1. Snij het uiteinde van de sperziebonen er af.
2. Snij alle schone sperziebonen doormidden.
3. Doe de sperziebonen in een kom en was deze onder de kraan.
4. Snij vervolgens de rode peper, de Madame Jeanette-peper, de ui, knoflook en koriander in kleine stukjes (zo klein mogelijk).
5. Doe de ui en knoflook in een aparte kom. En ook de rode peper in een aparte kom.
6. Pel de garnalen, zodat er geen harde schil meer omheen zit.
7. Doe de garnalen in een kom en mix deze met de zonnebloemolie.
8. Voeg vervolgens het kruidenmengsel (niet de rode peper, ui en knoflook) toe en laat het geheel gedurende 15 minuten marineren.
9. Verwarm ondertussen de pan voor op het fornuis op een mediumstand.
10. Zodra de pan is opgewarmd voeg je de gemarineerde garnalen toe en bak je het geheel gedurende 3 minuten.
11. Haal de garnalen uit de pan en bak de ui en de knoflook in de overgebleven marinade gedurende 3 minuten.
12. Voeg vervolgens de kerriepoeder, zout en peper toe en laat het geheel gedurende 2 minuten doorkoken.
13. Als laatste voeg je de sperziebonen, rode peper en het water toe.
14. Doe een pan deksel op de pan en laat het geheel gedurende 15 minuten doorkoken.
15. Voeg als laatste de garnalen toe.

### **Onderhoudstip:**

Na de bereiding van sauzen, curry's of andere vloeibare substanties is het belangrijk om je gietijzeren pan op een correcte wijze te reinigen. Dit doe je door de pan af te spoelen onder warm water en met een zachte afwasborstel af te borstelen. Vervolgens maak je de pan volledig droog en vet je deze opnieuw in met een beetje zonnebloemolie. Zo blijft de natuurlijke antiaanbaklaag intact.

# Vegan Citroen Pasta



Valt pasta altijd zwaar op je maag? Ben je opzoek naar een luchtig, fris en vegan-verantwoord gerecht? Dan is dit overheerlijke Italiaanse gerecht zeker aan te raden. Want zeg nou zelf, wie houdt er nou niet van Italiaans eten?! Dit pan-recept is speciaal ontwikkelt om eenvoudig in jouw Ocina® Gietijzeren Pannen bereid te worden.

## Ingrediënten:

- 450 gram pasta
- 2 eetlepels olijfolie
- 2 kopjes cherrytomaten (gehalveerd)
- ½ theelepel zout
- ¼ theelepel versgemalen peper
- 2 grote courgettes (in dunne blokjes)
- 2 eetlepels ongezouten boeter
- 2 teentjes knoflook (gesnipperd)
- Parmezaanse kaas
- Het sap van 1 citroen
- 1/3 kop verse basilicumblaadjes
- 1,5 theelepels citroenschil (geraspt)

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- 2 Kookpannen
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel
- Snijplank
- Snijmes

### Bereiding:

1. Zet een kookpan met water en zout op middelhoog vuur en breng het geheel aan de kook.
2. Wanneer het water kookt voeg je de pasta toe en laat je dit afhankelijk van de aanwijzingen op de verpakking gaarkoken.
3. Kook ondertussen de groente in de andere kookpan.
4. Zet vervolgens de pan met olijfolie op het fornuis en verwarm deze voor op middelhoog vuur
5. Voeg de courgette, paprika, tomaten, zout en peper toe.
6. Bak de groente totdat deze zacht is gedurende 5 minuten.
7. Voeg de boter, knoflook en de citroenschil toe.
8. Laat de boter gedurende 1 minuut koken, totdat deze geurig is.
9. Haal het mengsel van het vuur en doe deze in een kom.
10. Roer het citroensap erdoor.
11. Bewaar 1/2 kopje van het kookwater van de pasta en giet de pasta af.
12. Zet de pan terug op middelhoog vuur.
13. Voeg de pasta en het ½ kopje kookwater toe aan het mengsel en roer totdat er een dikkige saus ontstaat 1 tot 2 minuten.
14. Breng eventueel verder op smaak met zout en peper.
15. Haal van het vuur en roer de basilicum erdoor.
16. Garneer met Parmezaanse kaas.

# Sweet Patato-gehakt



Onze favoriete manier om gehakt te bereiden willen we sowieso met je delen! Gehakt gemarineerd in een overheerlijke zoete aardappel-marinade geargareerd met gesmolten kaas en zachte avocado. Mmm, loopt het wat je al in de mond?!

## Ingrediënten:

- 500 gram rundergehakt
- 1 ui
- 3 teentjes knoflook
- Olijfolie
- 200ml water
- Cheddar kaas
- 3 eetlepels chilipoeder
- 3 eetlepels komijnpoeder
- 3 zoete aardappels (blokjes)
- 3 geroosterde tomaten (blokjes)
- 1 groene peper

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Pannendeksel
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Houten pollepel
- Snijplank
- Snijmes

### **Bereidingswijze:**

1. Verwarm de pan voor op het fornuis op de medium-stand.
2. Voeg het rundergehakt, de gesnipperde ui en een klein scheutje olijfolie toe aan de pan.
3. Gebruik een houten pollepel om ervoor te zorgen dat het gehakt daadwerkelijk uit kleine stukjes bestaat.
4. Als het vlees bijna gaar is voeg je de knoflook, chilipoeder en komijnpoeder toe.
5. Kook het volledige geheel gedurende 1 minuut en doe dit in een kom.
6. Maak vervolgens de pan schoon met een keukenpapiertje.
7. Voeg de in blokjes gesneden zoete aardappel, geroosterde tomaten, groene peper, en water toe.
8. Roer alles goed door elkaar.
9. Plaats de pannendecksel op de pan en laat het geheel gedurende 20 minuten doorsudderen, totdat de zoete aardappel gaar is.
10. Voeg het gehaktmengsel toe aan de zoete aardappel-blokjes.
11. Bedek het geheel met geraspte kaas en plaats de pannendecksel er terug op.
12. Laat het geheel koken totdat de kaas gesmolten is.
13. Garneer met koriander en serveer met plakjes avocado.

### **Serveertip:**

Dit overheerlijke (en gezonde) gehaktmengsel is uitermate geschikt om samen met het populaire basis-gerecht Quinoa te eten. Dit bezorgt je niet alleen voldoende vitaminen en mineralen, het smaakt ook nog eens verrukkelijk.

# Baked Beans



In onze top 20 favoriete gietijzer-recepten kunnen de bekende gietijzer-BBQ-recepten niet ontbreken. Baked Beans is een populair BBQ-gerecht dat perfect bij jouw BBQ-vlees of -vis kan worden gegeten.

## Ingrediënten:

- 800 gram witte bonen in tomatensaus
- 125 gram spekblokjes
- 1 grote ui
- ½ groene paprika
- 10 eetlepels BBQ saus
- ½ eetlepel Amerikaanse mosterd
- 1 eetlepel stroop
- 1 eetlepel BBQ rub
- 3 eetlepels basterdsuiker
- 1 eetlepel worcestershiresaus

## Benodigheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- BBQ die dicht kan
- Klein blokje rookhout
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel



### Bereiding:

1. Steek de BBQ aan en verwarm deze tot een temperatuur van 180°C.
2. Snipper ondertussen de ui en snijd de groene paprika in kleine blokjes.
3. Doe daarnaast alle overige ingrediënten in kommen.
4. Is de BBQ op temperatuur? Zet dan de pan op het BBQ rooster en laat deze 5 minuutjes warm worden.
5. Voeg, als de pan warm is haal je de pan uit de BBQ en zet je deze op het vuur.
6. Voeg de spekblokjes toe en bak deze gedurende 8 minuten.
7. Schep de spekblokjes uit de pan en voeg de ui toe.
8. Bak de ui gedurende 5 minuten totdat deze doorzichtig en glanzend is.
9. Voeg hier de BBQ rub aan toe (deze kun je kant-en-klaar in de supermarkt kopen).
10. Bak de uien met de BBQ rub gedurende 1 minuut en voeg als laatste de spekblokjes weer toe.
11. Voeg nu ook alle overige ingrediënten toe aan de pan en roer alles goed door elkaar.
12. Zet de pan terug in de BBQ en sluit de deksel.
13. Bak het geheel gedurende 1 uur in de BBQ.
14. Voeg rookhout toe aan de BBQ voor een optimale smaak. Wij raden aan om als rookhout hout van fruitbomen te gebruiken.
15. Haal na 1 uur de pan uit de BBQ.
16. Zet de pan in zijn geheel op tafel (gebruik een onderzetter) en serveer direct vanuit de pan op je bord.

# Biefstuk Bali



Ooit wel eens bij Restaurant Loetje geeten en toen de Biefstuk Bali besteld? Dan hoef ik niet veel te zeggen. Dit is een recept om je vingers bij af te likken! Mals vlees dat op je tong smelt en brood wat je in de jus kan dopen... GENIETEN!

## Ingrediënten:

- 400 gram Chateaubriand
- 100 gram Roomboter
- 1,5 eetlepel Sambal Oelek
- 2 eetlepels Water
- Grof zeezout
- Versgemalen (zwarte) peper
- 4 sneetjes Casinobrood

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- BBQ die dicht kan
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Plat bord
- Diepe borden
- Spatel

### Bereiding:

1. Steek de BBQ aan en verwarm deze tot een temperatuur van 180°C.
2. Snij de chateaubriand in 2 gelijke stukken en dep deze rondom droog met keukenpapier.
3. Bestrooi het vlees vervolgens met grof zeezout en versgemalen zwarte peper.
4. Wanneer de BBQ op temperatuur is zet je de lege pan in de BBQ.
5. Verwarm de pan op.
6. Haal vervolgens de pan uit de BBQ en doe de roomboter in de pan.
7. Begint de roomboter een beetje te bruisen? Leg dan de biefstukken in de pan.
8. Zet de pan in de BBQ.
9. Bak de biefstukken gedurende 2,5 minuut.
10. Keer ze vervolgens om en bak ook de andere zijde gedurende 2,5 minuut.
11. Neem nu een BBQ-tang en haal de biefstukken uit de pan.
12. Leg de biefstukken op een schoon, en het liefst een beetje warm, bord.
13. Ga terug naar de pan, voeg het water toe aan de jus.
14. Zet de pan terug in de BBQ, totdat de jus borrelt.
15. Serveer de biefstukken nu in een diep bord, waarna je de jus eroverheen giet.
16. Serveer het geheel met verse sneetjes casinobrood die je schuin hebt gehalveerd (deze kun je heerlijk in de jus dopen).

# Duits Biefstuk



Heb je je altijd al afgevraagd hoe je een Duits biefstukje zo mals en sappig mogelijk kunt bereiden, zonder al te veel moeite? Heb je goede intenties, maar wordt je biefstuk meestal droog, taai en smaakloos? Dan is dit recept jouw redder in nood! Het hebben van een BBQ met deksel is voor dit recept wel een vereiste.

## Ingrediënten:

- 2 Duitse biefstukken
- 2 grote uien
- 2 eetlepels roomboter
- 1 eetlepel olijfolie
- Versgemalen peper
- Grof zout

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- BBQ die dicht kan
- Klein blokje rookhout
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

### **Bereiding:**

1. Steek de BBQ aan en verwarm deze tot een temperatuur van 160°C.
2. Haal de Duitse biefstukjes uit de koeling en laat ze een beetje op kamertemperatuur komen.
3. Snij daarna de ui in uienringen van ongeveer 3 mm dik.
4. Bestrooi de biefstukken met wat grof zeezout en wat versgemalen peper.
5. Wanneer de BBQ op temperatuur is zet je de lege pan in de BBQ.
6. Verwarm de pan op.
7. Haal vervolgens de pan uit de BBQ en doe de roomboter in de pan.
8. Begint de roomboter een beetje te bruisen? bak dan de uienringen goudbruin.
9. Wanneer de uien gaar zijn schuif je ze naar de zijkant van de pan.
10. Voeg een klein blokje rookhout toe aan de brandende kolen. Dit is voor de rookmaak.
11. Leg de biefstukken in de pan.
12. Sluit de deksel van de BBQ.
13. Bak de biefstukken gedurende 3 minuten.
14. Keer ze vervolgens om en bak ook de andere zijde gedurende 3 minuten.
15. Leg de Duitse biefstukken vervolgens op een bord en schep de gebakken uienringen erbij.

### **Serveertip:**

Friet of gebakken aardappeltjes met een lekkere klodder mayonaise en een frisse salade mogen hier absoluut niet bij ontbreken!

# Tortilla's uit de pan

Wil jij eens wat anders als ontbijt? Ben je brood, crackers of cornflakes beu? Ben je opzoek naar iets waar je vol van raakt, maar wat aan de andere kant ook gezond is? Dan is dit Mexicaanse cowboy-ontbijt misschien iets voor jou! Het legt een stevige bodem, zodat je vol energie aan je dag kunt beginnen.

## Ingrediënten:

- Zachte kleine tortilla's
- Ui
- Zongedroogde en/of cherrytomaatjes
- Bruine bonen
- Olie
- Serranoham
- Eieren
- Gedroogde peterselie

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel



## Bereiding:

1. Verwarm de pan voor door deze op het vuur te zetten.
2. Zodra de pan is opgewarmd voeg je de tomaten, ui en bruine bonen toe.
3. Wacht totdat de ui zacht en doorschijnend is.
4. Haal de pan van het fornuis en zet deze apart.
5. Verwarm de oven voor op een temperatuur van 200°C.
6. Pak vervolgens een kleine pan en druk de tortilla tegen de bodem van de pan. Je hebt hiervoor geen boter of olie nodig.
7. Leg 2 plakjes Serranoham over de tortilla.
8. Voeg de helft van het bruine bonen-mengsel toe aan de tortilla. De andere helft kun je gebruiken voor een tweede tortilla.
9. Maak een kuiltje in het midden van het bruine bonen-mengsel.
10. Breek het ei open en laat het ei in het kuiltje glijden.
11. Zet de pan in de oven en bak het geheel gedurende 18 minuten op 200°C.
12. Wacht niet te lang, maar eet jouw verrukkelijke ontbijt warm op.



# Nacho's van de BBQ



Een avondje bankhangen onder het genot van jouw favoriete Netflix-serie? Dan hoort daar sowieso een lekkere snack bij. Deze nacho's van de BBQ zijn onweerstaanbaar. Of je nu nog gekruid gehakt toevoegt of niet, zo ga je nog meer van jouw vrije avond genieten. Dankzij de **Ocina® Gietijzeren Pannen** maak jij vanaf nu de lekkerste nacho's van de BBQ, net als bij de Mexicaan!

## Ingrediënten:

- 1 zak tortilla chips
- 2 maïskolven (voorgekookt)
- 75 gram feta
- 50 gram geraspte cheddar
- 1 limoen
- 5 takjes koriander
- 2 eetlepels mayonaise
- 2 eetlepels crème fraîche
- 1theelepel paprikapoeder
- ½ theelepel chilipoeder
- 2 eetlepels roomboter

## Benodigdheden:

- **Ocina® Gietijzeren Pannen**
- BBQ die dicht kan
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Spatel

### **Bereiding:**

1. Steek de BBQ aan en verwarm deze tot een temperatuur van 180°C.
2. Wanneer de BBQ op temperatuur is bestrijk je de maïskolven met roomboter en grill je ze gedurende 5 minuten op de BBQ.
3. Haal de maïskolven van de BBQ en laat ze afkoelen.
4. Zorg ondertussen dat de temperatuur van de BBQ op 200°C komt.
5. Is de mais afgekoeld? Snijd dan met een scherp mes de maïskorrels van de kolven en doe deze in een ruime kom.
6. Voeg aan de maïskorrels de mayonaise, crème fraîche, het sap van de limoen en de helft van de geraspte cheddar toe en roer alles door elkaar.
7. Verdeel de tortillachips over de bodem van de pan.
8. Schep er vervolgens het zojuist gemaakte mengsel overheen.
9. Verdeel daarna de rest van de cheddar over de pan en rasp de feta over de nacho's.
10. Strooi tot slot de paprika- en chilipoeder over de nacho's.
11. Zet de pan in de BBQ en sluit de deksel.
12. Bak de nacho's 10 minuten op de BBQ, totdat de kaas is gesmolten en alle ingrediënten zijn opgewarmd.
13. Haal de pan uit de BBQ.
14. Hak de blaadjes koriander fijn en strooi deze over de nacho's

### **Bereidingstip:**

Ook lekker met gekruid gehakt! Na stap 5 kun je het gehakt bakken en kruiden, vervolgens schep je dit over de eerste bodem tortillachips na stap 7.

# Quesadilla's

We blijven in de Zuid-Amerikaanse sferen... Deze Mexicaanse tosti's zijn niet alleen verrukkelijk, ze leggen ook een stevige (en gezonde) bodem voor de rest van de dag. De combinatie met geitenkaas zorgt voor een smaakexplosie in je mond. Heerlijk als tussendoortje of als volledige maaltijd!

## Ingrediënten:

- ½ Groene courgette
- 8 Bosuitjes
- 1 Avocado
- 1 bosje Basilicum
- 200 gram Geraspte oude kaas
- 6 kleine Tortilla wraps (circa 15 cm)
- 200 gram Zachte geitenkaas
- 125 gram Sour cream

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Kookpan
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

## Bereiding:

1. Zet de pan op het vuur en verwarm deze.
2. Snijd intussen de broccoli. Zorg dat er kleine stronkjes overblijven.
3. Breng een pan met licht gezouten water aan de kook, voeg de broccolistronkjes toe en blancheer ze circa 4 minuten.
4. Giet de broccoli af en spoel af met koud water.
5. Snijd de courgette in kleine blokjes en de bosuitjes in dunne ringetjes.
6. Halveer de avocado, verwijder de pit en de schil en snijd de avocado in kleine blokjes.
7. Pluk de blaadjes van het basilicum en snijd ze fijn.
8. Meng de geraspte kaas door de groenten, avocado en de basilicum.
9. Bestrijk de tortilla's aan 1 zijde met de geitenkaas.
10. Leg hier een laagje groente-mengsel overheen.
11. Doe hier vervolgens nog een tortilla bovenop.
12. Leg de dubbele tortilla's in de pan en bak deze aan beide zijden goudbruin.
13. Roer intussen de sour cream in een kommetje los.
14. Laat de Quesadilla's op een bord glijden en snijd deze in 4 punten.
15. Serveer hier in een klein kommetje de losgeslagen sour cream bij.





# Pancakes van de BBQ



Het maken van Amerikaanse Pancakes is een serieuze aangelegenheid. Het is een ware kunst, een vak apart. Het geheim zit hem in de 32 gram bakpoeder en de 2 theelepels baking soda die je bij de 500 gram bloem doet. Zo worden je pancakes luchtig. De zuren in de karnemelk zorgen voor een volle smaak. En dat alles op een echte BBQ! Kortom, dit Amerikaanse familierecept is van generatie op generatie doorgegeven en is nu van jou. Good luck!

## Ingrediënten:

- 500 ml karnemelk
- 2½ theelepels vanille extract
- 500 gram bloem
- 32 gram bakpoeder
- 2 theelepels baking soda
- 2 theelepels zout
- 5 eetlepels basterdsuiker
- 1 eetlepel gele room
- 4 eieren
- ½ theelepel kaneel
- Vloeibare boter
- 

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- BBQ die dicht kan
- IJzeren garneerringen
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Ruime beslagkom
- Spatel



### **Bereiding:**

1. Doe alle ingrediënten in een ruime beslagkom, behalve de karnemelk, eieren en het vanille extract niet.
2. Roer de droge ingrediënten goed door.
3. Doe daarna de karnemelk en de theelepels vanille extract in een aparte kom
4. Gebruik een staande staafmixer met deeghaken, of mix handmatig de karnemelk en eieren door de droge ingrediënten heen.
5. Blijf karnemelk toevoegen totdat er een vla-achtige substantie ontstaat.
6. Stook de barbecue op tot 200°C.
7. Plaats de pan in de barbecue, zodat deze kan opwarmen.
8. Haal de opgewarmde pan uit de barbecue en sluit de barbecue direct, zodat deze op temperatuur blijft.
9. Doe boter in de pan.
10. Plaats de garneeringen in de pan en vul deze met de vla-achtige substantie, totdat er een dikke laag ontstaat in de garneeringen.
11. Plaats de pan terug in de barbecue.
12. Sluit de barbecue en wacht tot de bovenkant dof is geworden en de onderkant al mooi goudbruin. Check dit door een pancake met de spatel te liften.
13. Vervolgens draai je de pannenkoek om en wacht je ook tot deze zijde mooi goudbruin wordt.
14. Haal de pan van het rooster en laat de pannenkoeken op een bord glijden.
15. Stapel de Pancakes op en serveer met honing, frambozen en een bolletje vanille-ijs.

### **Gezondheidstip:**

Gebruik vanille extract of vanillestokjes. Vanillearoma en vanillesuiker bestaat met name uit chemische smaakmakers.

# Pan Speculaas



Wie zegt dat speculaas alleen tijdens Sinterklaas kan worden gegeten? Speculaas kun je het hele jaar door prima zelf maken. Heerlijk vers uit eigen pan. Heb je visite te eten? Serveer het dan rechtstreeks uit de **gietijzeren pan van Ocina®**. Voeg een bolletje ijs toe en je hebt een dessert om nooit te vergeten!

## Ingrediënten:

- 180 gram roomboter
- 180 gram bruine basterdsuiker
- 2 eieren
- 1 eetlepel speculaaskruiden
- 325 gram tarwebloem
- ½ theelepel bakpoeder
- 2 eetlepels amandelschaafsel
- Snufje zeezout

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Pannendecksel
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

### Bereiding:

1. Rooster het amandelschaafsel in de pan.
2. Wanneer het amandelschaafsel goudbruin kleurt haal je het uit de pan.
3. Laat de roomboter in de hete pan smelten.
4. Roer vervolgens de donkerbruine basterdsuiker door de gesmolten roomboter heen.
5. Zet het vuur uit.
6. Klop de eieren los in een kom.
7. Roer de bloem samen met het bakpoeder, een snufje zeezout en speculaaskruiden door het afgekoelde botermengsel.
8. Voeg vervolgens de losgeklopte eieren eraan toe en roer het geheel goed door totdat er een beslag ontstaat.
9. Druk het beslag tegen de bodem van de opgewarmde pan aan. Kijk hierbij uit dat je je handen niet verbrand.
10. Strooi de geroosterde amandelen over het beslag en plaats een deksel op de pan.
11. Bak de speculaas gedurende 5 minuten op laag vuur.
12. Verwijder de deksel en bak de speculaas gedurende 15 minuten op laag vuur.
13. Voelt de bovenkant al krokant aan? Zet het vuur dan uit en laat de koek afkoelen.
14. Voor het perfecte dessert serveer je de nog warme speculaas met een bolletje ijs naar keuze.

# Aardbeientaart



Ze zeggen wel eens “Safe the best for last”... Dit is met stip ons favoriete dessert. Vergeet de ouderwetse appeltaart, aardbeientaart is onze nieuwe verslaving! Perfect voor op een verjaardag, feestje of wanneer je bijvoorbeeld net bent verhuisd en je kennis wil maken met je nieuwe burens. Deze verrassende taart zal zeker worden gewaardeerd!

## Ingrediënten:

- 150 gram suiker
- 170 gram boter
- 175 gram bloem
- 75 gram amandelschaafsel
- 1½ theelepel bakpoeder
- Snufje zout
- 3 eieren
- 400 gram aardbeien
- 1 eetlepel aardbeien jam

## Benodigdheden:

- Ocina® Gietijzeren Pannen
- Oven
- Enkele kommen om de ingrediënten in te doen
- Spatel

### Bereiding:

1. Verwarm de oven voor op 170°C.
2. Doe het amandelschaafsel in een kom.
3. Voeg de bloem, bakpoeder en het snufje zout hieraan toe.
4. Roer het geheel goed door.
5. Vet je pan lichtjes in met boter.
6. Maak de aardbeien schoon en snij de helft in kleine stukjes.
7. Roer de aardbeienjam door de in-kleine-stukjes-gesneden aardbeien heen.
8. Snij de andere helft van de aardbeien 1 maal doormidden.
9. Doe de boter in een kom en voeg hier de suiker aan toe.
10. Voeg 1 voor 1 de eieren toe en roer het geheel totdat de eieren volledig zijn opgenomen.
11. Voeg als laatste het amandel-bloem mengsel toe.
12. Roer het geheel door totdat er een beslag ontstaat.
13. Verdeel de helft van het beslag over de bodem van de gietijzeren pan.
14. Verdeel het aardbeienjam-mengsel gelijkmatig over het beslag heen.
15. Schep de rest van het beslag over het aardbeienjam-mengsel.
16. Leg de halve aardbeien met de buitenkant naar boven op het beslag.
17. Zet de pan in de oven en bak de Aardbeien Taart gedurende 50 minuten op 170°C totdat deze goudbruin kleurt.
18. Haal de pan uit de oven en plaats de taart op een bord.
19. Bestrooi de taart met poedersuiker voordat je deze uitserveert.

# Outro

Wil je na de bereiding van deze overheerlijke gietijzer-gerechten jouw pannen schoonmaken? Doe dit dan met een zachte afwasborstel onder stromend warm water. Maak de pannen vervolgens volledig droog en vet ze in met een beetje zonnebloemolie. Zo gaat de Gietijzeren Pannen van Ocina® wel 100 jaar mee! We raden het af om de pannen in de vaatwasser te doen.

De gebruiksvriendelijke Gietijzeren Pannen van Ocina® spreekt voor zich. Het simplistische ontwerp, de heldere handleiding en de meegeleverde extra's zorgen voor een aangename kook-ervaring. Dankzij Ocina® krijg je extra ondersteuning tijdens het bereiden van jouw favoriete gerechten, zonder al te veel poespas. Zo verspil je geen moment en kom je volledig toe aan waar het echt om draait... Precies, het opeten van jouw gerechten!

Wij willen je veel leer- en kookplezier wensen bij de bereiding van deze heerlijke gietijzer-gerechten. Dankzij de Ocina® Gietijzeren Pannen kun je vanaf nu de heerlijkste (en gezondste) gerechten bereiden voor jouzelf, je familie en je visite. Geen gepruts meer in de keuken of geld verspillen aan afhaalmaaltijden. Dankzij deze exclusieve pannen breng je jouw kook-skills naar een hoger niveau!

Enjoy!



