



TIDSAMM

Een **kookboek** vol favoriete recepten van
IKEA medewerkers en klanten met een IKEA twist







Inhoudstafel

7 **Welkom**

8 **IKEA Talents**

10 **TIDSAMM**

12 **Bij IKEA draait alles om mensen**

14 **ALLEMANSRÄTTEN**

16 **Lingonberries: Kleine bes, groot verhaal**

18 **Zomer in een glas**

20 **Drankjes**

- 20 Vlierbes in de zon
- 21 Scandi Summer Mocktail
- 21 Winter Aperol
- 22 Aperitief Maison LÅNGLUR
- 23 Scandinavian Sunset

24 **De geschiedenis van de gehaktbal**

26 **IKEA Balletjes**

- 26 Mitraillette boulette
- 27 Bánh mì op Zweedse wijze
- 28 Mini knäckebröd pizzaatjes
- 29 Vegan curry met IKEA groentenballen
- 30 The Ambassador's Bowl
- 31 Zweedse pasta met vegetarische balletjes
- 31 Plant balls in the Red Sea (Thai red curry)
- 32 Hotdogs met Zweedse gehaktballetjes en koolsalade
- 33 Orzo met Zweedse balletjes en kruidenkaas
- 34 3eja opnieuw bekeken met groenteballetjes
- 35 Gevulde kip met HUVUDROLL kipballetjes en champignons op 3 wijzen
- 36 Zweedse herfst pasta
- 37 Rougail van HUVUDROLL gehaktballetjes
- 38 Altijd IKEA gehaktballetjes... jammie!
- 39 Balletjes met krieke
- 39 Bakschaal met balletjes
- 40 Oekraïens-Zweedse Borsjtsj met HUVUDROLL gehaktballetjes
- 41 Belgian balls
- 42 "L' Alliance" (De Samensmelting)
- 43 Spiesjes van plantballetjes, zoete aardappelpuree, rode kool en bechamelsaus met parmezaanse kaas
- 43 Plantballetjes met risotto van rode kool en bechamelsaus met parmezaanse kaas
- 44 Maca-bollen pasta

46 **Onze zalm: met zorg gekweekt, met smaak geserveerd**

48 **Visgerechten**

- 48 Flatbread crackers met dille en champignons
- 48 Noordse sandwich met gerookte zalm
- 49 Zweedse aardappelwafeltjes
- 50 SILLIGBULLAR (Zweeds geïnspireerde aardappelsalade)
- 51 Gubbröra (Zweedse haringsalade)
- 52 Zalmballetjes
- 52 Papillotes van zuurkool met twee soorten zalm
- 53 Hartige zalmsoep
- 54 Zalm cassolette met rijst en salade
- 55 Accordeon wraps
- 56 Gelakte zalm met Chinese noedels
- 57 Linguine met zalm en courgettes
- 57 Plattaart met gekarameliseerde venkel, prei & gerookte zalm
- 58 Zuiders op jouw bord
- 59 Poké bowl met SILL SENAP
- 61 Zalmrolletjes
- 62 IKEA Bowl
- 63 Romige visschotel
- 64 Zalm met zon
- 65 Knapperige zalmpizza met pastrami
- 66 Zalm met broccolicrème en rijst in een parmezaans kaasbakje
- 66 Zalm- en garnalenpasta
- 67 Knapperige zalm met mosterd
- 68 Zalmrolletjes met dillesaus
- 69 Okonomiyaki met Zweedse smaken

70 **Andere gerechten**

- 70 Zweedse variant op Ella's Cheese Steak Sandwich
- 70 Tofubrickflapjes met zeewierrijst
- 71 Tortilla no Shôyu Moelleux
- 72 Coq au vin
- 73 Tian met courgettes, tomaten en geitenkaas
- 74 Chai Gio, nuoc cham & Dò Chua
- 75 Orval kaas bladerdeeghapjes
- 76 Kipcurry met mango en kokossaus
- 77 Taart met kerstomaatjes, honing en gedroogd fruit
- 78 Zweedse sushi
- 79 Mexicaanse schotel
- 80 Annaëlle's magic risotto

81 **Snacks**

- 81 CookIKEA
- 81 Energy balls

82 **Gebak, dessert en koekjes**

- 84 Vegan appelcake
- 85 Lagom laagjes
- 86 Brigadeiros
- 87 Rollade met jam
- 88 Tiramisu in een jasje met IKEA koekjes
- 88 Chocolademuffins
- 89 Flapje met appel en lingonberries
- 90 Vegan apple cake crumble
- 91 Kunglig tårta
- 91 Veenbessengelei

Wat je ook kookt, alles begint in de keuken





Welkom

Bij IKEA geloven we dat de keuken zoveel meer kan zijn dan enkel een functionele ruimte waar je in je eentje staat te koken. Het is een plek waar mensen samenkomen om te verbinden, verhalen te delen, te lachen en blijvende herinneringen te maken.

Bij IKEA geloven we in TIDSAMM: tijd en ruimte maken voor samenzijn. Een keuken vol verhalen, gelach en onvergetelijke momenten.

Dit kookboek is daar een prachtig voorbeeld van. Het brengt verhalen en verbondenheid samen – tussen collega's én klanten.

Dit is ontstaan vanuit creativiteit, lef en passie. Elk gerecht doordrenkt met persoonlijkheid, trots en smaak.

Dit boek bundelt de recepten van 33 medewerkers binnen IKEA Talents. Zij stapten uit hun comfortzone de keuken in, en deelden wat zij het liefste koken en eten.

Ook onze klanten deelden hun favoriete recepten en verhalen, waardoor dit boek een echte weerspiegeling is van de gemeenschap die we samen vormen.

Dit kookboek draait dus om wat ons verbindt: samenzijn, het dagelijks leven vieren en eten delen. Het weerspiegelt onze IKEA waarden – samenhorigheid, eenvoud en het plezier van kleine momenten.

Van recepten die generaties overbruggen tot gerechten die culturen samenbrengen en nieuwe ideeën laten ontstaan, elk verhaal draagt bij aan dit geheel.

We willen iedereen bedanken die heeft deelgenomen.

Laten we blijven koken, delen en samen genieten.

Smakelijk!

🍴 Het verhaal achter IKEA Talents

Bij IKEA draait het niet alleen om producten, maar ook om mensen. Elke dag maken onze collega's het verschil, voor elkaar én voor onze klanten.

Daaruit groeide IKEA Talents: een initiatief dat de vele talenten en de creativiteit van onze collega's viert. Een wereldwijde uitnodiging aan meer dan 200.000 collega's. Duizenden inzendingen uit alle hoeken van de wereld. Elk jaar staat een thema centraal waarmee

we onze klanten inspireren en onze mensen engageren. Dit jaar: Koken & Eten.

De respons? Inspirerend! Van hartverwarmende familierecepten tot gedurfde creaties: meer dan 1.100 collega's wereldwijd gingen de uitdaging aan en deelden video's en foto's van hun favoriete gerecht, gemaakt met ingrediënten uit de Zweedse Shop en veel liefde.

Dit kookboek brengt de recepten samen van de lokale winnaars binnen IKEA België: stuk voor stuk gerechten vol persoonlijkheid, trots en smaak.

Een oprechte dankjewel aan elke collega die zijn of haar creativiteit heeft omarmd, uit de comfortzone is gestapt en de keuken is ingedoken. Jullie inzendingen maakten dit mogelijk.

Na een wereldwijde stemming werden zes finalisten gekozen. Zij wonnen een reis naar Zweden, waar ze iconische IKEA locaties bezochten en de roots van het IKEA merk konden ervaren. Tijdens de finale kookwedstrijd stonden ze volop in de schijnwerpers.

Een energieke competitie, met enthousiaste supportvideo's uit hun thuislanden, maakte de ervaring helemaal af.





TALENTS

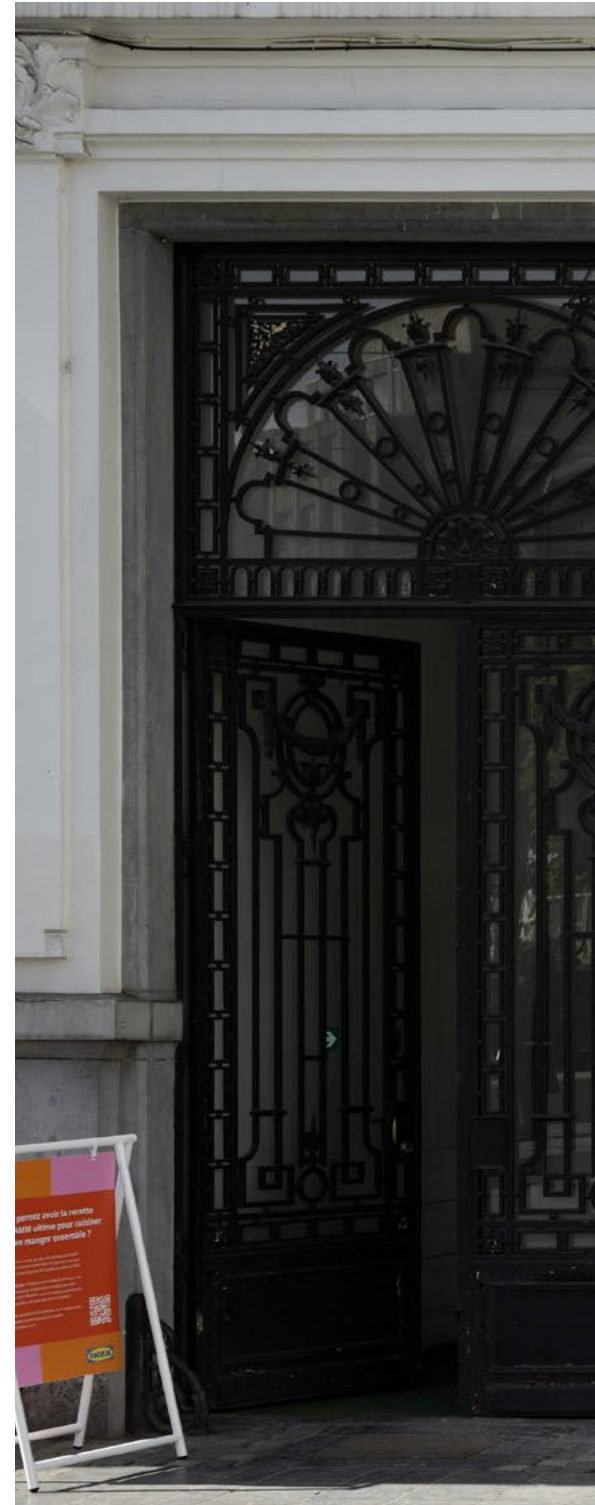
TIDSAMM

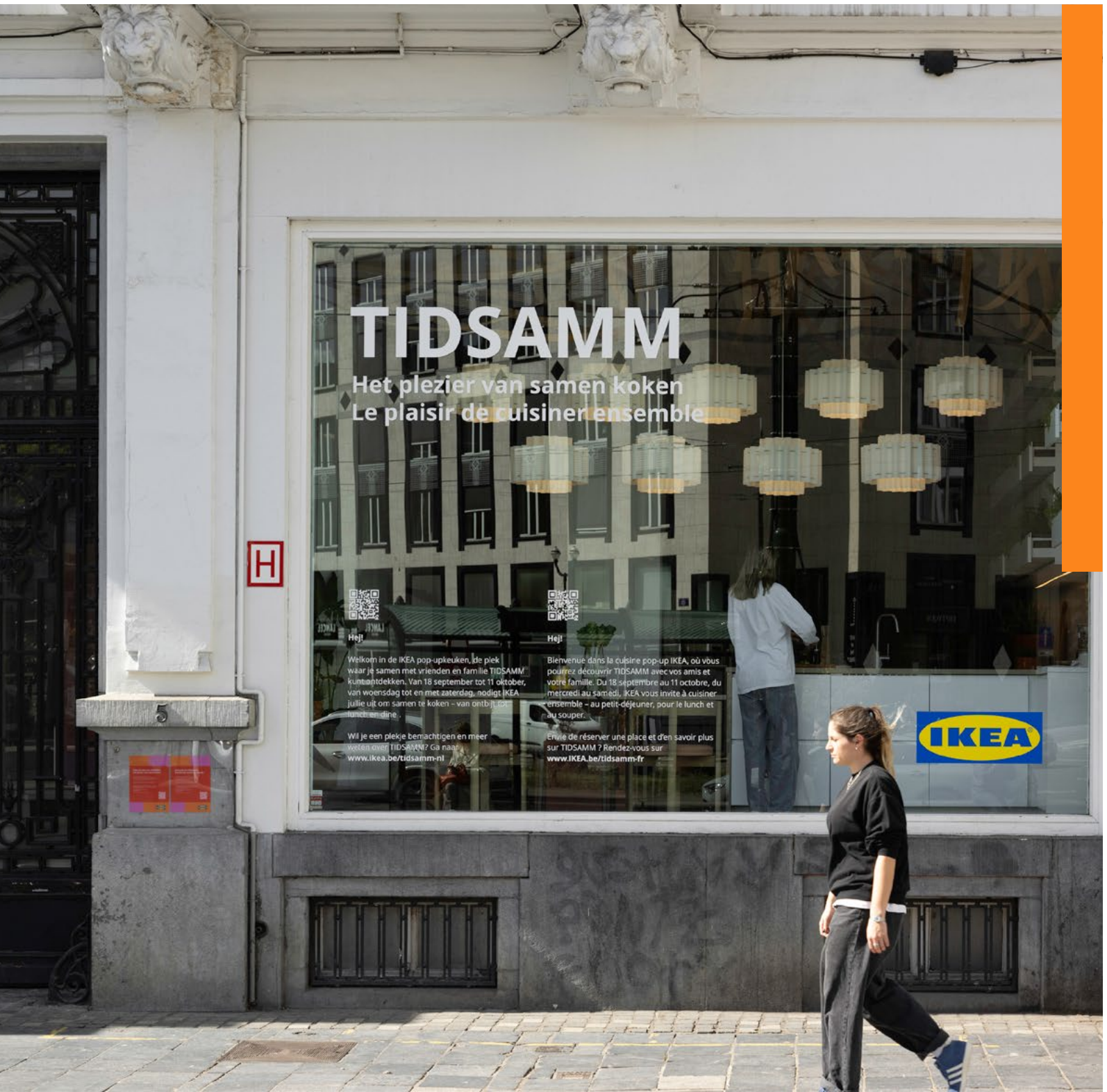
Hej! Het feit dat je dit kookboek in je handen hebt, betekent dat je één van onze IKEA recepten wil proberen. En dat is echt heel fijn. Wel zijn we benieuwd of je het op je eentje gaat voorbereiden of roep je de hulp in van je huisgenoten? En ga je het lekkere recept stiekem alleen opeten of maak je er een gezellig samenzijn van met vrienden of familie. Kortom, wordt het een TIDSAMM keuken momentje of een solo cooking?

TIDSAMM hoor ik je denken? Klinkt als Tijd... Samen. Correct! TIDSAMM is een nieuwe traditie van IKEA waarmee we Belgen willen aanmoedigen om vaker samen de keuken in te duiken, en de band met geliefden te versterken tijdens het koken. Zie het als de nieuwe Fika maar dan voor koken.

Waarom? Omdat koken bij Belgen vaak een haastige, solo routine is en wij hier graag verandering in willen brengen. Uit een recent onderzoek blijkt dat 40% van de Belgen alleen kookt. Samen koken en eten heeft nochtans duidelijke voordelen: uit het UGent Nationaal Geluksonderzoek blijkt dat sociale activiteiten zoals samen koken je kans op geluk maar liefst 44% verhogen, en het organiseren van etentjes zelfs met 93%.

Dus TIDSAMM lekker mee, deel deze recepten en geniet van elkaars gezelschap terwijl de maaltijd tot stand komt. De leuke beelden van in onze TIDSAMM Pop-up keuken in hartje Brussel, kunnen je alleen maar extra motiveren om samen te koken.





TIDSAMM

Het plezier van samen koken
Le plaisir de cuisiner ensemble



Héj!

Welkom in de IKEA pop-upkeuken, de plek waar je samen met vrienden en familie TIDSAMM kunt ontdekken. Van 18 september tot 11 oktober, van woensdag tot en met zaterdag, nodigt IKEA jullie uit om samen te koken - van ontbijt tot middag en diner.

Wil je een plekje bemachtigen en meer weten over TIDSAMM? Ga naar www.ikea.be/tidsamm-nl



Héj!

Bienvenue dans la cuisine pop-up IKEA, où vous pourrez découvrir TIDSAMM avec vos amis et votre famille. Du 18 septembre au 11 octobre, du mercredi au samedi, IKEA vous invite à cuisiner ensemble - au petit-déjeuner, pour le lunch et au dîner.

Envie de réserver une place et d'en savoir plus sur TIDSAMM ? Rendez-vous sur www.ikea.be/tidsamm-fr



Bij IKEA draait alles om mensen

Elke dag staan onze medewerkers klaar om onze klanten te helpen. En we weten het: als we samenwerken, zetten we dingen in beweging.

Als het onze missie is om zoveel mogelijk Belgen te inspireren rond alles wat met koken en eten te maken heeft, dan begint dat bij onze medewerkers. Daarom organiseerden we een kick-off rond 'Cooking & Eating': een dag buiten de winkel om samen te komen, te leren en te verbinden.

Gedurende vier dagen brachten we 800 collega's samen van overal in België, van Sales en Logistiek tot IKEA Food. Iedereen speelt een rol, en samen willen we zoveel mogelijk Belgen helpen te genieten van koken en eten.

Met live cooking, inspirerende verhalen (want elk IKEA product heeft een verhaal!) en natuurlijk heerlijke Zweedse gerechten, bereid door onze IKEA Food collega's, werd het een ervaring om te delen.

Dit was meer dan een dag samen: een moment waarop collega's samenkwamen, ervaring deelden en nieuwe inspiratie opdeden. Deze samenhangigheid maakt ons sterker als team én als ambassadeurs voor onze klanten. Want net zoals eten mensen verbindt, brengt samenwerken ons dichterbij elkaar én bij onze klanten.





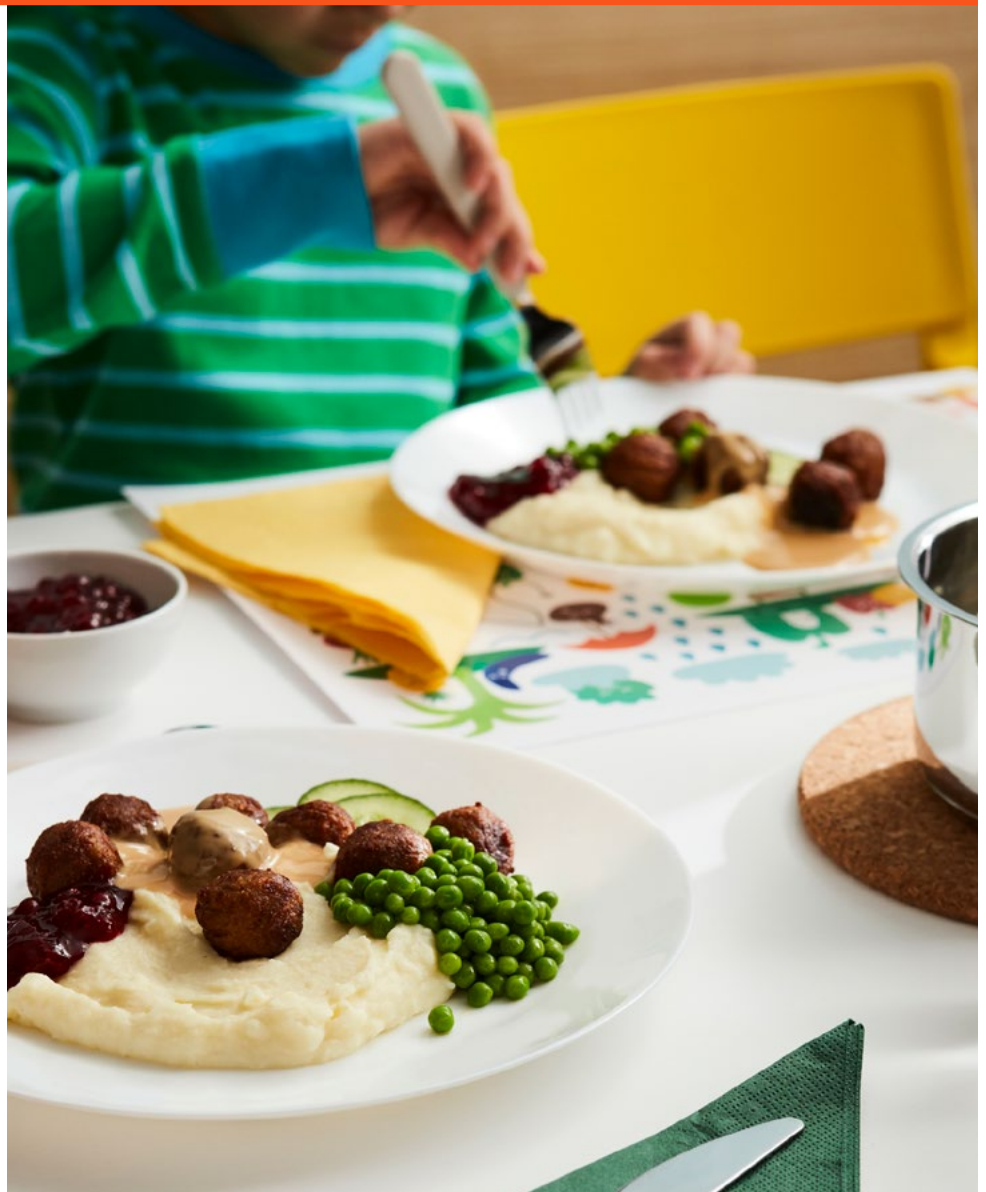
ALLEMANSRÄTTEN

In Zweden wordt ieders recht om vrij in de natuur te wandelen beschermd door het 'Allemansrätten'. In vroeger tijden moesten arbeiders dag en nacht de oogst binnenhalen. Om hen wakker te houden, kregen ze koffie om scherp te blijven. Van daaruit is de traditie van koffie drinken gegroeid. Om die pauzes op het veld mogelijk te maken, werd het toegestaan om waar je ook maar wil een pauze te houden, vandaar het allemansrecht. En die naam hebben wij ook gekozen voor ons gerecht van gehaktballetjes met aardappelpuree en roomsaus - de ultieme Zweedse klassieker.

Net als de vrije natuur is ook dit gerecht verbonden met de Zweedse ziel, en net als van de natuur vinden wij dat iedereen ook hier op elk moment moet van kunnen genieten. Voor ons is ALLEMANSRÄTTEN ieders recht op bossen, velden en een bord heerlijke gehaktballetjes.



ALLEMANSRÄTTEN
aardappelpuree





Kleine bes, groot verhaal: een smaak uit de Zweedse natuur



Lingonberries zijn klein, friszuur en typisch Scandinavisch: bescheiden van formaat, groots in karakter. Ze groeien in het wild in de noordelijke bossen, waar koude winters en korte, intense zomers zorgen voor een uitgesproken smaak.

In Finland en Zweden hoort het plukken van bessen bovendien bij een eeuwenoude traditie: dankzij het recht om vrij rond te trekken in de natuur mogen mensen er voor eigen gebruik bessen verzamelen. Lingonberries bevatten van nature onder meer vitamine C, vitamine E en anthocyanen, antioxidanten die mee hun diepe rode kleur geven.





Bij IKEA krijgen ze alle ruimte om te schitteren: als klassieke spread bij Zweedse gerechten, maar ook als siroop met een vleug bosgevoel in elk glas. Zo brengen ze iets bijzonders op tafel: smaak die recht uit het noorden komt, met een verhaal dat even puur aanvoelt als het bos zelf.



In Zweden worden veenbessen niet alleen gebruikt voor de heerlijke jam die perfect past bij onze iconische gehaktballetjes, ze zijn ook een geliefd ingrediënt om siroop van te maken. Geïnspireerd door deze Zweedse traditie hebben we DRYCK LINGON gecreëerd: een diep robijnrode siroop die, eenmaal verdund met water, een lichtere, transparante kleur krijgt. De zoet-frisse smaak van rijpe veenbessen vormt een mooi contrast met de milde bitterheid in de afdronk. In elke slok proef je de Zweedse natuur.





Zomer in een glas

Vlierbloesem heeft iets lichts en feestelijks, alsof de zomer ineens is binnengewandeld. In Zweden staan de roomwitte bloesems rond midsommar volop in bloei, en precies daarom is vlierbloesem er al generaties lang verbonden met lange tafels, lichte avonden en frisse zomerdranken.

Bij IKEA krijgt die traditie een eigentijdse plek in het assortiment: DRYCK FLÄDER heeft een zachte, florale smaak met een hint van citroen, terwijl ISKUB vlierbloesem datzelfde zomerse karakter bruisend en verfrissend vertaalt. IKEA noemt vlierbloesem niet voor niets een smaak die doet denken aan zonovergoten dagen, zelfs midden in de winter.

Ook buiten het glas draagt de bloem een mooi verhaal met zich mee: in Noord-Europa leeft ze al eeuwen voort in volksverhalen over bescherming en geluk. Een klein bloesemscherm met verrassend veel Scandinavische charme.



Vlierbes in de zon

Gemaakt door Fanny Fraenkel

Drankje

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

2 theel. biologische sinaasappel- en vlierbloesemjam **VAGGSÅNG**
250 ml bruiswater
1 eetl. citroensap
1 theel. honing
3 blaadjes verse munt
Ijsblokjes
(Optioneel) 30 ml bloemige gin of vlierbloesemlikeur

Stap voor stap

1. Aromatisch mengsel
 - Meng in een kleine kom de sinaasappel-vlierbloesemjam met de honing en het citroensap tot een homogene, stroperige textuur.
2. Het drankje samenstellen
 - Giet het mengsel in een groot glas (of een shaker voor meer schuim).
 - Giet er langzaam bruiswater bij om de bubbels te behouden.
 - Als finishing touch: voeg de ijsblokjes en de licht gekreukelde muntblaadjes toe om hun aroma vrij te laten komen.
 - Garneer met een schijfje sinaasappel en geniet.



VAGGSÅNG biologische sinaasappel- en vlierbloesemjam



Scandi Summer Mocktail

Gemaakt door Céline Vankerkhove



Drankje

Recept voor 4 glazen

Ingrediënten

200 ml **DRYCK FLÄDER** vlierbloesemsiroop

600 ml bruisingwater

1 limoen in partjes gesneden

Handvol verse blauwe bessen

Een paar muntblaadjes

Optioneel: druivensap of appelsap
(zoetheid)

bernagiebloemen of bieslookbloemen

Stap voor stap

- Vul elk glas met enkele ijsblokjes.
- Voeg een paar blauwe bessen en muntblaadjes toe.
- Schenk in elk glas 50 ml vlierbloesem siroop.
- Knijp een partje limoen uit.
- Vul aan met bruisingwater (ongeveer 150 ml per glas).
- Roer zachtjes door met een lepel of rietje.
- Garneer met extra munt, blauwe bessen en een partje limoen aan de rand.

Winter Aperol

Gemaakt door Michèle Dylst

Drankje

Recept voor 1 glas

Ingrediënten

Ijsblokjes

10 verse veenbessen

1 takje verse rozemarijn

10 cl vossenbessensiroop **DRYCK LINGON**

10 cl Aperol Spritz

Prosecco (om het glas verder op te vullen)

Stap voor stap

- Vul een glas met ijsblokjes.
- Voeg ongeveer 10 verse veenbessen toe.
- Leg er een takje rozemarijn bij.
- Giet 10 cl DRYCK LINGON vossenbessensiroop in het glas.
- Voeg 10 cl Aperol toe.
- Vul het glas verder aan met Prosecco.



Aperitief Maison LÅNGLUR

Gemaakt door Bart Verkerken

Drankje

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

330 ml LÅNGLUR fruit en groentesmoothie
oranje

150 ml citroensap

150 ml DRYCK LINGON siroop

150 ml rum of brännvin

150 ml spuitwater

Enkele blaadjes citroenmelisse

Ijsblokjes

Stap voor stap

- Neem 6 longdrinkglazen.
Meng de LÅNGLUR smoothie met het citroensap en vul het glas driekwart vol.
- Meng de siroop met de alcohol en voeg toe.
- Werk af met wat spuitwater of enkele ijsblokjes, en de citroenmelisse.
- Tip: je kan ook diepvries aardbei en of frambozen gebruiken voor de afwerking.



DRYCK LINGON
siroop



LÅNGLUR
fruit en groentesmoothie



Scandinavian Sunset

Gemaakt door Karin Van Vaeck

Drankje

Recept voor 2 glazen

Ingrediënten

80 ml vodka

40 ml vlierbloesem siroop **DRYCK FLÄDER**

30 ml vers citroensap

100 ml bruisend appelsap of cider

1 theel. honing (optioneel, voor extra zoetheid)

Ijsblokjes

Citroenschijfje (voor garnituur)

Takje verse tijm (voor garnituur)

Stap voor stap

- Vul een shaker met ijsblokjes.
- Voeg vodka siroop, citroensap en eventueel wat honing toe.
- Schud krachtig gedurende 10-15 sec.
- Giet de mix in gekoelde glazen gevuld met ijs.
- Vul aan met bruisend appelsap of cider.
- Garneer met een citroenschijfje en een takje verse tijm.



DRYCK FLÄDER
vlierbloesemsiroop



De geschiedenis van de gehaktbal



Een heerlijk icoon

Miljoenen mensen genieten elk jaar van IKEA gehaktballen en sommige echte liefhebbers reizen zelfs urenlang om te smullen van deze balletjes in een IKEA restaurant. De IKEA gehaktballen die we nu kennen, zagen eigenlijk het licht als oplossing voor een moeilijke uitdaging in 1985, toen onze restaurants het niet zo goed deden.

"Toen verliep de bediening in onze restaurants nog niet zo vlot en snel, en was de kwaliteit niet altijd gelijkmatig," vertelt Severin Sjöstedt, een Zweedse chef-kok die gevraagd werd om te helpen bij de ontwikkeling van de gehaktbal vanwege zijn passie voor voeding en de traditionele Zweedse keuken. Het was een ernstig probleem, want zoals Ingvar Kamprad, de oprichter van IKEA, het uitlegde: *'Het is moeilijk zaken doen als je honger hebt'.*

Verhitte discussies

Severin ging enthousiast aan de slag om het perfecte gehaktbalrecept te ontwikkelen. Een uitdaging die voor tal van lange en verhitte discussies met zijn team en Ingvar Kamprad zorgde. Zelfs in Zweden zijn de meningen over hoe een gehaktbal moet smaken sterk verdeeld. Ingvar en Severin waren het helemaal niet eens over de smaak van een echte Zweedse gehaktbal, een meningsver-



schil dat te maken had met waar ze vandaan kwamen: Ingvar uit het zuiden en Severin uit het noorden.

Harde feiten

Tien maanden lang kwam Severin haast niet uit de keuken. Hij stopte zijn hart en ziel in de zoektocht naar het juiste recept. Hij moest niet alleen een lekkere gehaktbal ontwikkelen, maar ook eentje dat in grote volumes, zo'n 300 kg per batch, kon worden geproduceerd.

Meer dan 1,4 miljard verkocht sinds 2024

Bijna een jaar na de opstart van het project begonnen IKEA restaurants de IKEA versie van Zweedse gehaktballetjes te serveren. Elke keer er een nieuwe IKEA winkel open ging, zag Severin duizenden mensen in de rij staan voor gehaktballetjes.

In België verkoopt IKEA elk jaar gemiddeld 22 miljoen balletjes.

"Het maakt me blij te weten dat ik een kleine bijdrage heb geleverd aan iets lekkers voor het grote publiek. De gehaktbal belichaamt echt de IKEA cultuur: een praktische, Zweedse snelle hap die veel mensen lusten. Na al die jaren staat het nog steeds op het menu in elke IKEA winkel wereldwijd."

Severin Sjöstedt

Kok & ontwikkelaar van de IKEA gehaktbal



Mitraillette boulette

Gemaakt door Hugo Leon Hernandez - IKEA Anderlecht



Hoofdgerecht
Recept voor 1 persoon
Bereidingstijd: 15 minuten

Ingrediënten
Baguette
Salade, wortelen, kool, maïs
Frietjes
Saus naar keuze
Gehaktballetjes **HUVUDROLL**

Stap voor stap

- Bak de frietjes en verwarm de balletjes.
- Rasp de wortelen en snijd de kool in dunne reepjes.
- Snijd het stokbrood open. Smeer beide helften in met saus.
- Voeg de sla, de geraspte wortelen, de kool en de maïs toe.
- Snijd de balletjes doormidden en leg ze op de groentjes.
- Voeg de frietjes toe. Werk af met extra saus.

TALENTS

Belgische
winnaar
IKEA Talents



Bánh mì op Zweedse wijze

Gemaakt door Minh-Thi Do - IKEA Service Office



Gevuld broodje

Recept voor 6 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

500 g gehaktballetjes **HUVUDROLL**

2 tomaten

70 g tomatenpuree

2 teentjes knoflook

1 sjalotje

1 eetl. olie

1 eetl. suiker

1 theel. zout

2 stokbroden

Enkele blaadjes koriander (optioneel)

Voor de groentepickles:

1 wortel

¼ witte kool

250 ml azijn

125 ml water

125 g suiker



HUVUDROLL

zweedse gehaktballetjes

Stap voor stap

1. De groentepickles bereiden:

- Breng in een pan de azijn, het water en de suiker ongeveer 5 minuten aan de kook om de suiker op te lossen en haal daarna van het vuur.
- Was ondertussen de groenten. Schil de wortel, snijd de uiteinden eraf en snijd hem in julienne. Snijd de kool fijn.
- Doe de groenten in een vooraf gesteriliseerde pot en bedek ze met het vloeibare mengsel.
- Laat afkoelen, sluit de pot af en bewaar in de koelkast. De augurken zijn enkele maanden houdbaar in de koelkast.

2. De saus bereiden:

- Snijd de knoflook en sjalot fijn.
- Verhit de olie in een pan en fruit de knoflook en sjalot tot ze glazig zijn.
- Voeg de in blokjes gesneden tomaten toe en laat alles enkele minuten bakken.
- Voeg het tomatenconcentraat, de suiker en het zout toe aan het mengsel.
- Voeg de balletjes toe aan de saus en roer opnieuw. Dek af en laat 10 minuten op laag vuur sudderen.

3. Maak de sandwiches:

- Snijd een stokbrood in drieën en snijd ze in de lengte open.
- Beleg het brood royaal met de balletjes in saus.
- Voeg de groentepickles en enkele blaadjes koriander toe (optioneel).



Mini knäckebröd pizzaatjes

Gemaakt door Olivier Van Hooland

Snack of tussendoortje
Recept voor 4 personen

Ingrediënten

8 stuks **KNÄCKEBRÖD RÄG**

12 **HUVUDROLL** gehaktballetjes

6 champignons

100 g tomatensaus

75 g geraspte kaas

Verse rucola

Kruiden: oregano, basilicum, peper (naar smaak)

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 200°C. Bak de HUVUDROLL gehaktballetjes en snijd ze vervolgens in plakjes. Snijd ook de champignons in dunne plakjes.
- Leg de knäckebröd op een bakplaat met bakpapier. Besmeer elk knäckebrödje met een dun laagje tomatensaus en kruid met oregano, basilicum en peper.
- Verdeel de plakjes gehaktballetjes en champignons over de knäckebröd. Strooi de geraspte kaas erover.
- Bak de mini-pizzaatjes 5–7 min. in de oven, tot de kaas gesmolten en licht goudbruin is. Haal uit de oven en werk af met verse rucola.



HUVUDROLL
zweedse gehaktballetjes



KNÄCKEBRÖD RÄG
knäckebröd, rogge

Vegan curry met IKEA groentenballen

Gemaakt door Jef Van Peer - IKEA Zaventem

Waarom is dit jouw favoriete recept? Ik hou van groenten en sterke smaken. Dit is pure comfort food én bovendien gezond en vegan.

Balletjes



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

HUVUDROLL groenteballetjes

ROSTAD LÖK

Mie/Munshi-noodles

1 broccoli

4 selderstengels

4 wortelen

1 ui

1x lente-ui

Pakje sugar snaps

1 paprika

2 tenen look

3x 400 ml kokosmelk

2x glas wijn (1x voor de kok)

40 g currypasta

300 g rijst

Optie koriander

1 zakje **MUNSBIT** nootjes

Stap voor stap

- Fruit de ui, de look en de gember in een middel- tot grote pot.
- Snij de groenten en voeg ze toe aan de pot. Laat even aanstoven.
- Blus met witte wijn en voeg de kokosmelk toe (maar houd 400 ml apart voor de rijst).
- Voeg de currypasta toe en laat inkoken. Optioneel: extra kruiden.
- Voeg de groente balletjes toe aan de pot en laat mee sudderen.
- Kook de rijst gaar in 400 ml kokosmelk met 200ml water.
- Crush de MUNSBIT noten en dresseer je gerecht samen met de lente-ui en ROSTAD LÖK (optioneel: koriander! + pinda's erbij).



ROSTAD LÖK
gebakken uitjes



HUVUDROLL
plantaardige gehaktballetjes

The Ambassador's Bowl

Gemaakt door Linda De Sutter - IKEA Gent



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

30 **HUVUDROLL** balletjes (vlees, plant of groenten)
600 g bloemkoolrijst
600 g groenten (wortel, paprika, courgette, ...)
6 eetl. **SYLT LINGON** lingonberryjam
6 eetl. balsamico-azijn
2 knäckebröd
3 eetl. olie
dille (vers of gedroogd)
peper en zout naar smaak

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Met dit gerecht wil ik gewoon aantonen dat duurzaamheid in de keuken zo simpel kan zijn: door gewoon rijst te vervangen door bloemkoolrijst bespaar je met dit gerecht voor 4 personen: 13,8 kg CO₂ (wat gelijk staat aan 115 km autorijden) en bespaar je in totaal liefst 13.290 l water (of 88 douchebeurten, 66 wasmachines of 44 dagen drinkwater voor 1 persoon).

Stap voor stap

- Snijd de groenten: wortels in de lengte, courgette in schuine plakken (0,5cm), paprika in duimbrede partjes en blancheer alles.
- Bak de bloemkoolrijst in 1 eetl. olie en kruid met de dille.
- Bak de balletjes en houd ze warm.
- Maak een reductie van de lingonberryjam en de balsamico door dit 3 min. te laten inkoken (dik, glanzend sausje).
- Smeer de groentjes lichtjes in met olie en grill ze in de pan.
- Giet de reductie bij de balletjes zodat deze een mooie, glanzende coating krijgen.
- Breek het knäckebröd (of doe het in de hakmolen).
- Neem een bord: dille-bloemkoolrijst in het midden, balletjes errond en daarrond een krans van gegrilde groentjes, strooi ten slotte het crunchy knäckebröd over de rijst.



Zweedse pasta met vegetarische balletjes

Gemaakt door Nicole Lambert

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Vegetarische balletjes **HUVUDROLL** 500 g
400 ml tomatensaus
400 tot 500 g pasta
80 tot 100 g geraspte plantaardige kaas

Stap voor stap

- Kook de pasta in een grote pan met gezouten water volgens de aanwijzingen op de verpakking en giet deze vervolgens af.
- Bak ondertussen de vegetarische balletjes in een koekenpan tot ze goed warm en lichtbruin zijn.
- Voeg de tomatensaus toe en laat ongeveer 5 min. sudderen.
- Verdeel de pasta over de borden en bedek met de saus met balletjes.
- Bestrooi met geraspte plantaardige kaas voor het serveren.

Plant balls in the Red Sea (Thai red curry)

Gemaakt door Phaniphan Camsri - IKEA Gent

Hoofdgerecht

Recept voor 4-5 personen

Bereidingstijd: 60 minuten

Ingrediënten

500 g **HUVUDROLL** plantballetjes
1 eetl. rode currypasta
1 eetl. suiker
1,5 eetl. vissaus
1 rode, gele en groene paprika
1 grote wortel
1 courgette
500 ml kokosmelk
Een klein beetje water



HUVUDROLL
plantaardige gehaktballetjes

Stap voor stap

- Alle groenten schoonmaken en in kleine stukjes snijden.
- Neem een pan, maak ze een beetje warm en voeg er de currypasta aan toe.
- Voeg er 3 eetl. kokosmelk aan toe en goed mengen op een laag vuur.
- 15 tot 20 min. afgedekt laten koken, en soms roeren.
- Na 20 min. zal de currypasta en de kokosmelk een mooie rode kleur hebben.
- Voeg dan de wortel en de rest van de kokosmelk aan toe. Laat 10 min. verder koken en voeg dan de paprika's en de courgette aan toe, samen met de suiker en de vissaus.
- Daarna de balletjes toevoegen en 5 min. laten koken.

PS. Het is het lekkerst met rijst ;)

Waarom is dit jouw favoriete

recept? *Mijn gezin houdt van rode curry en ik denk dat veel mensen het lekker gaan vinden. Dit recept is vegetarisch, dus iedereen kan mee-eten! Het is gemakkelijk klaar te maken. De combinatie rode currypasta en kokosmelk past uitstekend bij de balletjes. Zo leren mensen een nieuwe wereld openen vol smaak en genot.*

Hotdogs met Zweedse gehaktballetjes en koolsalade

Gemaakt door Claire Ridremont - IKEA Arlon



Hoofdgerecht

Recept voor 5 personen

Bereidingstijd: 4 uren (want het deeg moet rijzen)

Ingrediënten

30 Zweedse gehaktballetjes

Augurken

Cheddar

Broodjes

150 g water

9 g gedroogde gist

60 g suiker

500 g bloem

310 g aardappelpuree

10 g zout

2 eieren

75 g zachte boter

Compote

2 uien

1 eetl. sojasaus

Water

Saus

3 eetl. mayonaise

1 eetl. grove mosterd

1 fijngesneden sjalotje

Een beetje fijngesneden bieslook

Een scheutje citroensap

Koolsalade

¼ witte kool

1 Granny Smith appel

2 wortelen

1 rode ui

1 eetl. azijn

1 naturel yoghurt

1 eidooier

15 cl olie

1 theel. suiker

Stap voor stap

- Meng in een glas 80 g lauw water met 10 g suiker en de droge gist. Laat 10 minuten rusten.
- Meng in een kom de bloem, 50 g suiker, het zout, de puree, de gist, 70 g lauw water en de eieren. Kneed 5 minuten en voeg dan de zachte boter toe. Kneed 10 minuten tot een soepel deeg. Laat ongeveer 2 uur rijzen.
- Verdeel het deeg in 10 broodjes en laat rijzen. Bestrijk met een eidooier en water. Bak 25 minuten in de oven op 180°C.

Saus:

- Meng de mayonaise, mosterd, sjalot en bieslook en voeg naar smaak citroensap toe.

Uien:

- Fruit de uien in een beetje olie en boter. Blus af met sojasaus.

Gehaktballetjes:

- Bak ze 13 minuten in de friteuse.

Koolsalade:

- Snijd de kool, rode ui, wortelen en appel in dunne reepjes. Mix het eigeel en de azijn en voeg beetje bij beetje de olie toe. Voeg zout, peper, suiker en yoghurt toe. Mix alles goed door elkaar. Meng de saus voorzichtig met de groenten.

Assemblage:

- Beleg de broodjes met de uiencompote, de saus, de gehaktballetjes, de augurken en de cheddar. Serveer de coleslaw apart.



Waarom is dit jouw favoriete

recept? Dit recept doet me terugdenken aan mijn allereerste stappen bij IKEA, toen ik met een mengeling van opwindning en zenuwen moest leren hoe ik hotdogs moest serveren aan klanten die er dol op waren. Het was de openingsdag: de sfeer was ongelooflijk, zowel met mijn collega's als met de klanten. Alles was nieuw, ik ontdekte de Zweedse cultuur. Het is een moment van samenzijn, want ik bereid een eenvoudige, gezellige maaltijd voor en geniet ervan samen met mijn familie.

Orzo met Zweedse balletjes en kruidenkaas

Gemaakt door Elsa Chan

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

HUVUDROLL Zweedse gehaktballetjes 500 g
50 g kruidenkaas

1 ajuin

1 prei

1 teentje look

1 sjalot

Bakboter

Olijfolie

Orzo pasta 500 g

1 blokje bouillon (kip of groente)

500 g spinazie

100 g erwten

1 citroen

Een scheut witte wijn

Pijnboompitjes

Stap voor stap

- Bereid eerst de balletjes volgens de instructies op de verpakking.
- Terwijl de balletjes bakken, kan je de groentjes (ajuin, sjalotje, prei en look) al fijnsnijden.
- Verhit wat olijfolie of een klontje boter in een pan. Stoof hierin eerst de ui en prei aan. Roer regelmatig.
- Na 5 minuutjes kan je de look en de orzo pasta toevoegen. Roer even, voeg een scheutje witte wijn toe en laat nog een minuutje mee bakken.
- Giet er daarna een opgelost blokje bouillon bij. Breng aan de kook en laat zachtjes sudderen tot de pasta gaar is.
- De pasta zal geleidelijk aan al het vocht opnemen. Voeg eventueel nog wat warm water toe als de pasta nog niet helemaal gaar is.
- Voeg de spinazie, erwten en kruidenkaas toe. Roer even en laat nog even rustig sudderen, de kruidenkaas zal zo smelten.
- Rooster ondertussen nog wat pijnboompitjes in een aparte pan en leg even opzij. Breng de stoofpot op smaak met citroensap, peper en zout.
- Leg de balletjes in de pasta en strooi de pijnboompitjes erover.



3eja opnieuw bekeken met groenteballetjes

Gemaakt door Islem Yahyaoui - IKEA Arlon

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

Vegetarische balletjes **HUVUDROLL**

2 rijpe tomaten, in blokjes gesneden

1 rode paprika, in kleine blokjes gesneden

1 fijngesneden ui

2 teentjes knoflook, fijngehakt

1 eetl. tomatenpuree

1 theel. gemalen komijn

1 theel. gemalen koriander

1 snufje chilipeper (naar smaak)

1 bosje verse peterselie, fijngehakt

4 eieren

Olijfolie

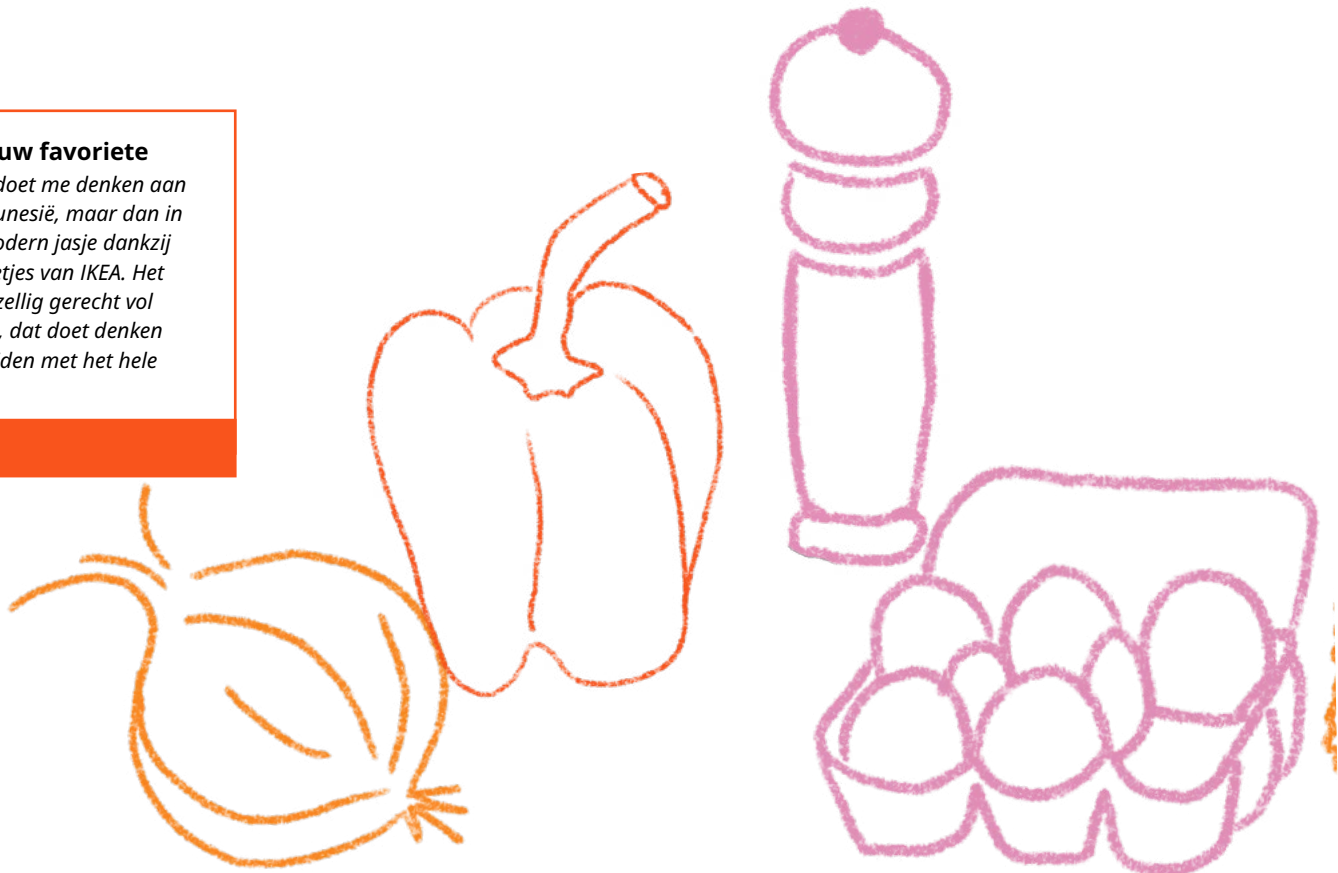
Zout en peper

Stap voor stap

- Fruit de ui, knoflook, paprika en tomaten in een pan met een scheutje olijfolie.
- Voeg de kruiden (komijn, koriander, chilipeper) en het tomatenconcentraat toe en laat 5 minuten sudderen.
- Voeg de IKEA vegetarische gehaktballetjes toe en laat 8 minuten op middelhoog vuur bakken.
- Breek de eieren direct boven het mengsel, dek af en laat zachtjes koken tot de eieren gestold maar nog zacht zijn.
- Bestrooi met verse peterselie en serveer warm, met knapperig brood of een salade.

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Dit recept doet me denken aan mijn geboorteland Tunesië, maar dan in een duurzaam en modern jasje dankzij de vegetarische balletjes van IKEA. Het is een eenvoudig, gezellig gerecht vol mediterrane smaken, dat doet denken aan gezellige maaltijden met het hele gezin.



Gevulde kip met HUVUDROLL kipballetjes en champignons op 3 wijzen

Gemaakt door Rémy Dupain - IKEA Liège

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 60 minuten

Ingrediënten

2 kipfilets
6 mooie Bordeaux eekhoorntjesbrood
400 g aardappelen
150 g boter
1 eiwit
10 cl melk
20 g zout
150 g **HUVUDROLL** kipballetjes
250 ml room
3 teentjes knoflook
2 mooie sjalotten
7-8 takjes peterselie
Peper
Paneermeel
Zonnebloemolie



Stap voor stap

Kip: Snijd de kipfilets in de lengte door, zodat ze platliggen. Leg ze tussen twee vellen vershoudfolie en maak ze mals met een vleeshamer tot ze overal even dik zijn.

Vulling: Doe de balletjes in een blender en mix ze fijn. Voeg het eiwit toe, mix opnieuw en voeg dan de room in drie keer toe, waarbij u tussen elke toevoeging goed mixt. Zet koel weg.

Gepaneerd eekhoorntjesbrood: Snijd het eekhoorntjesbrood in plakjes van 5 millimeter. Doop ze in een geklopt ei en bedek ze vervolgens met paneermeel. Bak ze in hete olie tot ze mooi bruin zijn en laat ze uitlekken.

Champignon duxelles: Fruit de sjalotten en knoflook in boter. Voeg de gehakte champignons toe en laat 5 min. op laag vuur bakken. Bewaar een deel voor de saus.

Kiprolletjes: Leg de filets plat. Beleg ze met vulling en duxelles en breng op smaak met kruiden naar keuze. Rol ze strak in vershoudfolie, kook ze 10 min. in kokend water en bak ze vervolgens in boter goudbruin.

Puree: Kook de aardappelen in de schil. Schil ze, pureer ze en voeg de warme melk toe, gevolgd door de boter in meerdere keren.

Saus: Laat de resterende duxelles met een beetje vloeibare room op laag vuur inkoken.

Dressage: Schep een lepel puree op het bord, voeg enkele plakjes kiprolletjes en de eekhoorntjesbroodchips toe en giet er de saus overheen. Serveer warm.

Waarom is dit jouw favoriete recept?

Ik heb dit recept bedacht door mijn twee passies te combineren: koken en plukken. Ik heb Bordeaux-eekhoorntjesbrood en IKEA kipballetjes gecombineerd in een gevulde rol, geserveerd met een romige puree. De paddenstoelen worden verwerkt in een duxelles, een romige vulling en knapperig gepaneerde eekhoorntjesbrood. Dit alles zorgt voor een eenvoudig, gezellig en smakelijk gerecht.

Presentatie: Als opgeleid kok en gepassioneerd paddenstoelenzoeker heb ik dit recept bedacht dat mijn twee werelden samenbrengt: mijn liefde voor gastronomie en de iconische producten van IKEA. Het is momenteel het hoogseizoen voor eekhoorntjesbrood in de Ardennen, dat ik zelf met veel plezier pluk. Ik heb ervoor gekozen om ze te combineren met de onmisbare kipballetjes van IKEA, om zo een gerecht te creëren dat zowel lekker, creatief als authentiek is.

Het hart van dit gerecht: een kiprollade gevuld met IKEA kipballetjes en eekhoorntjesbrood uit Bordeaux, die mijn keuken zo rijk en karakteristiek maken. Ik serveer het met een 'no limit'-aardappelpuree, geïnspireerd door de grote Franse chef-koks, romig en vol van smaak. Om de paddenstoel nog beter tot zijn recht te laten komen, serveer ik hem op drie manieren: als geurige duxelles, als romige vulling en als knapperige chips van gepaneerde eekhoorntjesbrood voor extra textuur en contrast.

Een gerecht dat mijn passie, mijn streek en mijn voorliefde voor eenvoudige maar elegante smaken weerspiegelt, in de warme en gezellige sfeer van IKEA.

Zweedse herfst pasta

Gemaakt door Justine Demarbaix - IKEA Mons



Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Schil en snijd de pompoen en de knoflook. Doe ze in een ovenschaal en voeg een takje tijm, zout, peper, kerrie (naar smaak) en 1 eetlepel olijfolie toe. Bak 30 minuten in de oven.
- Voeg halverwege de bereidingstijd de balletjes toe.
- Kook ondertussen de pasta in een pan met kokend water.
- Haal na het bakken de groenteballetjes en de helft van de pompoen uit de schaal en zet apart.
- Mix de rest van de pompoen met 150 ml kokosmelk (breng indien nodig op smaak).
- Maak de borden op met een laagje pasta, de saus en daarop de balletjes en stukjes pompoen. Geniet van het leven!

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 40 minuten

Ingrediënten

Ongeveer 600 g pompoen

150 ml kokosmelk

2 teentjes knoflook

1 eetl. olijfolie

Tussen 10 en 16 **HUVUDROLL** groenteballetjes

Kruiden: zout, peper, kerrie, tijm

Pasta **BÄSTISAR**



Waarom is dit jouw favoriete

recept? *Butternut + kokosmelk + curry = perfecte combinatie! De groenteballetjes geven het gerecht wat extra bite en zien er mooi uit, en passen perfect bij de rest. Een hartverwarmend en eenvoudig gerecht!*

Rougail van HUVUDROLL gehaktballetjes

Gemaakt door Sandra Vantomme

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

HUVUDROLL gehaktballetjes 500 g
 5 à 6 verse tomaten of 1 blik geplette tomaten
 2 uien
 1 teentje knoflook
 Peper en zout
 Kurkuma
 Massalé
 Tijm
 Olijfolie
 Enkele blaadjes verse koriander
 Witte rijst



VARDAGEN Koekenpan, gietijzer

Wat is 'rougail'?

Een gekruide, vaak pikante Creoolse bereiding op basis van tomaat, ui en peper, koud of warm.

Wat is 'massalé'?

Massalé is een geurige mix van specerijen uit de Creoolse keuken: Koriander, komijn, fenegriek, mosterdzaad, kurkuma, soms peper, kruidnagel of kaneel. Warm, aards, kruidig maar niet per se heel pikant. De exacte samenstelling verschilt per familie of streek.

Stap voor stap

- Snijd de uien fijn en hak de knoflook. Snijd de tomaten in stukjes wanneer je verse tomaten gebruikt.
- Fruit de uien, knoflook en kruiden enkele minuten in olijfolie in een grote pan.
- Voeg de gehaktballetjes toe en bak ze 5 minuten.
- Voeg de tomaten toe, meng goed en laat ongeveer 15 min. afgedekt sudderen.
- Voeg vlak voor het serveren enkele blaadjes verse koriander toe.
- Serveer warm, met een lekker bord witte rijst.



Altijd IKEA gehaktballetjes... jammie!

Gemaakt door Frédérique Godart

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Balletjes **HUVUDROLL** naar keuze, 500 g

1 kg verse spinazie

200 g gerookte spekblokjes

6 aardappelen

1 ui

2 knoflookteentjes

Zout

Peper

Een scheutje olie (of een beetje boter)

Stap voor stap

- Snijd de ui fijn en hak de knoflook. Fruit ze in een wok met een scheutje olie (of een beetje boter).
- Voeg de gerookte spekblokjes toe en laat enkele minuten bakken.
- Voeg de verse spinazie toe en laat al roerend slinken. Schil ondertussen de aardappelen, snijd ze in blokjes en kook ze in gezouten water of stoom ze.
- Voeg de IKEA balletjes toe aan de wok en laat ze enkele minuten met de groenten sudderen.
- Voeg de aardappelen toe aan de wok zodra ze gaar zijn en roer voorzichtig door. Je kan ze ook apart serveren als je dat liever hebt.
- Breng op smaak met zout en peper en serveer warm.



Balletjes met krieken

Gemaakt door Nadia Cattie



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Balletjes **HUVUDROLL** naar keuze, 500 g
800 g krieken op sap
1 eetl. vanillebloem
Een beetje olie om te bakken

Stap voor stap

- Bak de balletjes in een antikleefpan met een klein beetje olie, of warm ze op in de airfryer op 190 graden voor ongeveer 11 min.
- Giet de krieken in een kookpot en hou een beetje krikensap apart.
- Breng de krieken met het overige sap zachtjes aan de kook.
- Meng het achtergehouden sap met de vanillebloem en roer dit papje door de kokende krieken.
- Laat 1 minuut doorkoken tot de saus indikt.
- Serveer de warm gehouden balletjes met de krikensaus. Heel lekker met brood, IKEA puree ALLEMANSRATTEN of kroketjes.

Bakschaal met balletjes

Gemaakt door Heidi Vermeer



Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

600 g IKEA groenteballetjes **HUVUDROLL**
300 g bulgur (droog)
1 kippenbouillonblokje
1 grote rode ajuin
½-1 citroen
Verse koriander
200 g yoghurt
250 g kerstomaatjes (optioneel)

Stap voor stap

1. Voorbereiding van de bulgur
Spoel de bulgur onder koud water. Doe de bulgur in een ovenschaal. Overgiet met voldoende kippenbouillon zodat de bulgur net onder staat.
2. Groenten en balletjes toevoegen
Snijd de rode ajuin fijn en verdeel deze over de bulgur. Leg de groenteballetjes bovenop de ajuin en bulgur.
3. Ovenbereiding
Plaats de ovenschaal 25 min. in een voorverwarmde oven van 200°C.
4. Afwerking
Haal de schaal uit de oven en serveer. Werk af met wat citroensap, verse koriander en een lepeltje yoghurt.

Optioneel: voeg enkele gehalveerde kerstomaatjes toe voor extra frisheid en kleur.

Oekraïens-Zweedse Borsjtsj met HUVUDROLL gehaktballetjes

Gemaakt door Iryna Tymoshok



Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Bereidingstijd: 55 minuten

Ingrediënten

2 middelgrote rode bieten, geschild en geraspt
1 middelgrote wortel, geschild en geraspt
2 middelgrote uien, fijngehakt
3 middelgrote aardappelen, geschild en in blokjes
¼ kleine witte kool, fijngesneden
2 eetl. tomatenpuree of 1 blik gepelde tomaten
2 eetl. **IKEA TOMATENKETCHUP**
1–2 teentjes knoflook, fijngehakt
8–10 champignons (optioneel)
1 laurierblad
Zout en peper naar smaak
¼–½ theel. suiker
1 eetl. olie (om te fruiten)
2 liter kippen- of groentebouillon
300 g **HUVUDROLL** gehaktballetjes of kippenballetjes
Verse dille of peterselie (voor het serveren)
Zure room (voor het serveren)

Waarom is dit jouw favoriete

recept? *Vandaag wil ik graag een recept met jullie delen van hét nationale gerecht van Oekraïne met grote IKEA hart toegevoegd. We noemen het borsjtsj: elke vrouw heeft haar eigen recept. De borsjtsj van mijn grootmoeder is anders dan die van mijn moeder, en die van mij is weer anders dan die van hen beiden.*

Een interessant detail: borsjtsj is lekker als het net gemaakt is, nog lekkerder de volgende dag, en het allerlekkerst op de derde dag — wanneer alle ingrediënten samen hebben “gedanst” en de perfecte smaakcombinatie hebben gevormd.

Stap voor stap

1. De bouillon starten
 - Zet de kippen- of groentebouillon op een zacht vuur.
 - Voeg de aardappelen toe in blokjes van een halve centimeter groot.
 - Voeg het laurierblad toe en kruid licht met zout en peper.
 - Laat zachtjes koken terwijl je de andere ingrediënten voorbereidt.
2. De groenten fruiten
 - Verhit olie in een pan.
 - Fruit de ui en knoflook tot ze glazig zijn.
 - Voeg de geraspte wortel en rode bieten toe en bak 5 tot 7 min.
 - Voeg de tomatenpuree of gepelde tomaten toe, samen met de IKEA ketchup.
 - Breng op smaak met zout, peper en een klein beetje suiker.
 - Laat de groenten zachtjes sudderen met het deksel op de pan.
 -
3. Alles samenbrengen
 - Voeg de gestoofde groenten uit de pan toe aan de bouillon.
 - In de vrijgekomen pan:
 - Verhit een beetje olie.
 - Bak de IKEA balletjes en, indien gewenst, de champignons 5–6 min.
 - Voeg de fijngesneden witte kool als laatste toe aan de pot (zo blijft ze knapperig).
 - Voeg ook de gebakken balletjes en champignons toe.
 - Laat alles samen nog 10 min. zachtjes sudderen, zodat de smaken “kunnen dansen”.
4. Serveren
 - Schep de borsjtsj in diepe kommen.
 - Werk af met een lepel zure room.
 - Bestrooi met verse dille of peterselie.
 - Geniet van deze warme, hartelijke Oekraïens-Zweedse klassieker!



Belgian balls

Gemaakt door Jill Broux

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

1 zak plantaardige balletjes **HUVUDROLL**
330 ml alcoholvrij bruin beer
3 witte uien
Scheutje azijn
3 laurierbladeren
4 kruidnagels
1,5 eetl. perenstroop
2 eetl. suiker
2 bruine boterhammen, dik besmeerd met mosterd
Donkere saus in poedervorm
Peper en zout
Aardappelen voor frietjes
Paprikapoeder (voor de frietjes)
Olie
Vegan mayonaise (voor erbij)

Stap voor stap

De saus

- Snipper de uien fijn.
- Verhit olie in een pan en bak de uien op een laag vuur tot ze mooi goudbruin zijn.
- Blus met een scheutje azijn.
- Voeg de laurierbladeren en kruidnagels toe.
- Roer de perenstroop erdoor.
- Voeg de suiker toe en meng goed.
- Leg de bruine boterhammen met de mosterdkant naar beneden in de pan.
- Voeg het poeder toe (hoeveelheid volgens verpakking of naar dikte van de saus).
- Giet er een scheut alcoholvrij bruin bier bij tot alles mooi kan sudderen.



- Voeg de plantaardige balletjes toe.
- Kruid met peper en zout.
- Laat alles zachtjes pruttelen tot de saus gebonden is en de balletjes volledig doorwarmd zijn.

De frietjes

- Schil de aardappelen en snijd tot frieten.
- Meng ze met olie, paprikapoeder en zout.
- Bak de frietjes in de oven tot ze goudbruin en krokant zijn.

Serveren

- Serveer de Belgian balls met de rijke bruine saus, ovenfrietjes en een flinke lepel vegan mayonaise.

"L' Alliance" (De Samensmelting)

Gemaakt door Veerle Mertens - IKEA Remote Customer Meeting Point

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Ik maak het meestal voor mijn familie en ze vinden het allemaal super lekker. Dit gerecht maakt het anders dan andere recepten aangezien het in eerste instantie met kippenbillen werd gemaakt en ik er mijn IKEA versie wou van maken. Het is een groot succes geworden bij onze kinderen.

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 45 minuten

Ingrediënten

1 ui
8 jonge wortelen
70 g tomatenpuree
250 g champignons
4 theel. vloeierende bloem
2 glazen rode wijn
100 ml cognac
1 kippenbouillonblokje
8 Rösti patatjes **GRÖNSAKSKAKA**
1 zak **HUVUDROLL** kippenballetjes
200 g spekblokjes
8 dadels op stok
8 amandelnoten
8 sneetjes ontbijtspek
750 ml water
1 eetl. olijfolie
2 eetl. platte peterselie

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 200 graden. Schil de wortelen en leg ze in een schaal en leg hierbij ook de omwikkelde dadels. Besprenkel ze met een beetje olijfolie. Van zodra de oven warm is, zet je de wortelen in de oven voor 40 min.
- Snijd de ui in 2 en daarna in dunne schijfjes, snijd de champignons in 4. Haal de pit van de dadels eruit met 1 snijkant en vul ze met 1 amandelnoot en omwikkel elke dadel met 1 sneetje ontbijtspek.
- Neem een brede pot en smelt daarin de boter tot ze schuimt. Voeg de gesneden ui toe, samen met de gesneden champignons en de spekblokjes. Laat even bakken voor 3 min. Bestrooi het geheel met de vloeierende bloem en bak 1 min. mee.
- Blus het geheel met de rode wijn. Voeg de cognac, het water en het kippenbouillonblokje toe en doe er de tomatenpuree bij. Laat het geheel inkoken gedurende 25 min. zonder deksel en zet het vuur iets lager.
- Neem een bakplaat en leg hierop de rösti aardappelen, samen met de balletjes. Plaats de bakplaat in de oven wanneer de wortelen nog 25 min. moeten bakken. Zet de plaat in de oven voor 25 min. Als de balletjes klaar zijn, voeg deze dan toe aan de saus en laat 2 min. meekoken.
- Dresseer het bord met 2 rösti patatjes, 8 balletjes en een lepel heerlijke saus, leg er 2 wortels op en 2 dadels per bord. Werk af met peterselie.



Spiesjes van plantballetjes, zoete aardappelpuree, rode kool en bechamelsaus met parmezaanse kaas

Gemaakt door Alessandro Macchia - IKEA Mons



Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

16 plantballetjes **HUVUDROLL**

400 g zoete aardappelen

300 g rode kool

1 l melk

100 g boter

70 g bloem

1 eidooier

40 g Parmezaanse kaas

Stap voor stap

- Bak de plantballetjes 20 minuten in de oven op 200°C.
- Snijd de zoete aardappelen in blokjes en kook ze 10 minuten in kokend water.
- Kook ook de kool 10 minuten in kokend water.
- Maak een klassieke bechamelsaus. Voeg op het einde het ei toe voor een onweerstaanbare romigheid.
- Maak de puree, voeg een klontje boter en de kruiden naar keuze toe. Meng alles goed door elkaar.
- Haal de balletjes uit de oven en maak er twee spiesjes van.

Plantballetjes met risotto van rode kool en bechamelsaus met parmezaanse kaas

Gemaakt door Alessandro Macchia - IKEA Mons



Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

200 g arboriorijst

200 g rode kool

16 plantballetjes **HUVUDROLL**

1 l lactosevrije melk

100 g lactosevrije boter

70 g glutenvrije bloem

50 g parmezaanse kaas

1 eidooier

Stap voor stap

- Bak de plantballetjes 20 minuten in de oven op 200°C.
- Maak een bouillon met rode kool.
- Doe de rijst in een pan, rooster deze 1 minuut en voeg dan een half glas wijn toe (dit is niet verplicht in het recept, je kan ook een eetlepel bouillon toevoegen).
- Voeg langzaam de bouillon toe en laat 16 tot 18 minuten koken.
- Maak ondertussen een klassieke bechamelsaus. Voeg de eidooier toe zodra de saus begint te verdikken.
- Haal de risotto van het vuur en meng er een klontje boter doorheen. Smakelijk!

Waarom is dit jouw favoriete recept? *Risotto is een van mijn favoriete gerechten, ik vind het heerlijk om het op verschillende manieren te bereiden.*

Maca-bollen pasta

Gemaakt door Griet Opdebeeck - lerares/begeleidster VIBO (origineel recept van de papa van Liv)

Met dank aan de leerlingen van klas VM van het VIBO: Liv, Gijs, Mathias, Davyd, Yara, Louis en Juul.

Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Bereidingstijd: 55 minuten

Ingrediënten

50 g bloem

50 g bakboter

500 g volkoren macaroni **BÄSTISAR**

750 ml melk

500 g vegetarische balletjes **HUVUDROLL**

200 g emmentaler kaas (geraspt)

200 g gratinkaas

Neutrale olie om balletjes te bakken

Handvol verse basilicum

Provençaalse kruidenmix

Peper

Nootmuskaat

1 groentebouillonblokje

Stap voor stap

1. Pasta koken

Kook de volkoren macaroni volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en zet opzij.

2. Balletjes bakken

Bak de vegetarische IKEA balletjes goudbruin in een pan met een beetje olie. Snijd ze daarna doormidden.

3. Kaassaus maken

Maak een roux van boter en bloem en voeg de melk erbij (blijven roeren). Voeg de emmentaler kaas toe en laat smelten tot een gladde saus. Breng op smaak met peper, nootmuskaat, Provençaalse kruiden en het groentebouillonblokje. Hak de basilicum fijn en meng deze onder de saus.

4. Ovenschotel samenstellen

Meng de pasta, de gehalveerde balletjes en de kaassaus in een grote ovenschaal.

5. Gratinkorst maken

Strooi de gratinkaas over de schotel. Plaats 10 min. onder de grill tot er een mooi goudbruin korstje ontstaat. Haal uit de oven en serveer warm. Smakelijk eten!



In het **VIBO** (Vrij Instituut voor Buitengewoon Onderwijs in Turnhout en Oud-Turnhout) richten we kleuter-, lager en secundair onderwijs in. In elke school vertrekken we vanuit de mogelijkheden die elk kind en elke jongere heeft; kansen blijven geven en mogelijkheden creëren zijn daarbij fundamenteel.

Onderwijzen en opvoeden betekent voor ons investeren in al onze leerlingen. Als school met jarenlange ervaring in de zorg voor jongeren met bijzondere onderwijsbehoeften is het welzijn en het welbevinden van al onze leerlingen van zeer groot belang. We streven er dan ook naar om zorg op maat van de jongere te kunnen aanbieden.

Tijdens de lessen 'Wonen' ligt de focus op zelfredzaamheid, veel inoefenen en herhaling, functionele kennis en uitbreiden van vaardigheden.







Onze zalm: met zorg gekweekt, met smaak geserveerd

Zalm heeft bij IKEA iets vanzelfsprekends: hij hoort erbij, alsof hij altijd al een plek aan tafel had. De gravad lax en zalmfilet die worden geserveerd en verkocht, brengen die herkenbare Scandinavische smaak samen met een bewuste keuze voor morgen. De zalm is ASC-gecertificeerd, wat betekent dat hij afkomstig is uit verantwoord beheerde kwekerijen met aandacht voor mens en milieu.

Zo krijgt een klassieker niet alleen karakter, maar ook een stevig fundament. De gravad lax is zacht en verfijnd, met precies genoeg elegantie voor een feestelijk moment. De zalmfilet is dan weer een allemansvriend: puur, veelzijdig en net zo geschikt voor een snelle maaltijd als voor een diner dat wat langer mag duren. Duurzaam, smaakvol en een tikje feestelijk dus; precies zoals we het graag zien.

Flatbread crackers met dille en champignons

Gemaakt door Dimitri Tytgat

Snack of tussendoortje
Recept voor 8 personen

Ingrediënten

50 g hummus
2 eetl. **SÅS SENAP & DILL** gravad lax saus
2 vellen **GRÄDDAT** zacht flatbread
100 g champignons
1 blik kikkererwten
2 eetl. balsamico azijn
Pecorino

Stap voor stap

- Meng eerst de hummus met de gravad lax saus.
- Snijd daarna de champignons in kleine blokjes. Stoof ze aan in wat olie tot alle vocht is verdwenen. Kruid met peper zout naar smaak.
- Spoel de kikkererwten en dep droog. Bak ze in een beetje olie tot ze mooi bruin beginnen kleuren. Blus de pan met de azijn en laat koken tot de azijn is verdampt.
- Snij het flatbread in willekeurige stukken. Wrijf in met een beetje olie en bak af in een voorverwarmde oven van 180 graden gedurende 8 min. Ze moeten licht gekleurd zijn en mooi krokant.
- Smeer een krokant stukje flatbread in met de hummus-saus. Doe er wat champignons bovenop. Doe er vervolgens wat krokante kikkererwten bij en werk af met geraspte pecorino.

Noordse sandwich met gerookte zalm

Gemaakt door Dan Piata

Gevuld broodje
Recept voor 2 personen

Ingrediënten

Knapperig Zweeds brood **KNÄCKEBRÖD FLERKORN** 250 g
150 tot 200 g **SJÖRAPPORT** koud gerookte zalm
3 tot 4 eetl. **SÅS SENAP & DILL**
Enkele blaadjes sla
½ komkommer
½ citroen

Stap voor stap

- Smeer de mosterd-dillesaus op het knäckebröd. Voeg de gerookte zalm toe.
- Leg er enkele blaadjes sla en dunne plakjes komkommer op. Voeg enkele druppels citroensap toe.
- Sluit het broodje en serveer onmiddellijk.



GRÄDDAT
zachte, dunne platbroden



SÅS SENAP & DILL
zalmsaus met dille



KNÄCKEBRÖD FLERKORN
knäckebröd, multigranen



SÅS SENAP & DILL
zalmsaus met dille



SJÖRAPPORT
koud gerookte zalm

Zweedse aardappelwafeltjes

Gemaakt door Gina Welleman



Snack of tapa

Recept voor 8 personen (± 24 wafeltjes)

Ingrediënten

Voor de aardappelwafeltjes

500 g bloemige aardappelen

250 g bloem

200 ml pilsbier

30 g verse gist

1 ei

Peper, zout en nootmuskaat

Een beetje boter (voor het wafelijzer)

Voor de afwerking

200 g **SJÖRAPPORT** koud gerookte zalm

SÅS SENAP & DILL gravadlax saus

200 ml room (40% vet)

Stap voor stap

1. Aardappelen voorbereiden

- Schil de aardappelen en kook ze gaar in gezouten water.
- Pureer ze met een aardappelpers en kruid met peper, zout en nootmuskaat.
- Weeg 400 g aardappelpuree af voor het deeg.

2. Het wafelbeslag maken

- Doe de bloem in een grote kom en maak een kuiltje in het midden.
- Los de verse gist op in een beetje lauw bier en giet dit in het kuiltje. Meng langzaam.
- Voeg de rest van het bier en het losgeklopte ei toe.
- Meng vervolgens de 400 g aardappelpuree erdoor tot een homogeen beslag.
- Dek de kom af met een keukenhanddoek en laat 30-60 min. rijzen op kamertemperatuur.

3. Voorbereiding van de toppings

- Snijd of verdeel de koudgerookte zalm in 24 porties.
- Klop de room stijf (zonder suiker of kruiden).
- Meng voorzichtig de gravadlaxsaus door de opgeklopte room.

4. Wafeltjes bakken

- Vet het wafelijzer lichtjes in met boter.
- Bak kleine, goudbruine wafeltjes van het aardappeldeeg.

5. Serveren & decoreren

- Leg op elk wafeltje een stukje koudgerookte zalm.
- Werk af met een toefje dille-roomsaus.
- Optioneel: versier met eetbare bloemen zoals bernagie of bieslookbloemen.



SÅS SENAP & DILL
zalmsaus met dille



SJÖRAPPORT
koud gerookte zalm



SILLIGBULLAR (Zweeds geïnspireerde aardappelsalade)

Gemaakt door Saskia Lannoo



Stap voor stap

- Snijd de aardappelen (met schil) in kleine stukjes, kook ze gaar en laat volledig afkoelen.
- Bak de gehaktballetjes, laat ze afkoelen en snijd ze vervolgens in vier partjes.
- Versnipper de rode ui fijn. Snijd de augurk en de ingelegde haring in dunne reepjes.
- Meng alle ingrediënten in een grote kom. Voeg toe: paprikapoeder, fijngehakte peterselie of dille, mayonaise, peper en zout naar smaak.
- Laat de salade idealiter een nachtje in de koelkast rusten, zo wordt de smaak nog beter. Heerlijk als bijgerecht, maaltijdsalade of side dish bij een barbecue.

Bijgerecht

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

8-10 vastkokende aardappelen

1 rode ui

8 zoetzure augurkenschijfjes

10 **HUVUDROLL** balletjes naar keuze

1 potje **SILL DILL** ingelegde haring 250 g

1 el mayonaise

Fijngehakte peterselie of dille

Peper en zout

Snuifje paprikapoeder



HUVUDROLL
plantballetjes



SILL DILL
ingelegde haring met dille



Gubbröra (Zweedse haringsalade)

Gemaakt door Brigitte Smullenberg

Bijgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

1 pak zalmfilet **SJÖRAPPORT** 500 g
 2 grote moten witte vis naar keuze
 1 zakje zeevruchtenmengeling 150 g
 150 g boter
 2 eetl. bloem
 ± 500 ml melk
 250 g geraspte kaas
 Boter voor de ovenschotel
 1 visbouillonblokje
 Peper & zout naar smaak
 1 teentje look
 Citroensap van halve citroen
 1 pak gerookte zalm **SJÖRAPPORT** 200 g
 1 pak aardappelpuree **ALLEMANSRÄTTEN** 500 g
 1 krop sla, halve komkommer,
 handvol tomaten
SÅS SENAP & DILL gravadlax saus 200 g

Stap voor stap

- Plaats de zalm, de witte vis en de zeevruchtenmix in een ingevette ovenschotel.
- Witte saus maken: Laat de boter smelten, voeg de bloem toe en los het blokje bouillon op. Rasp een teentje look en voeg toe. Goed mengen en voeg daarna een handvol geraspte kaas toe en het citroensap. Breng op smaak met peper en zout.
- Giet de saus over de vis, werk af met de sneetjes gerookte zalm en de rest van de geraspte kaas. Plaats 30 min in een voorverwarmde oven op 200 graden.
- Bereid de aardappelpuree **ALLEMANSRÄTTEN** volgens de instructies op de verpakking terwijl de vis gaart.
- Maak een frisse salade met de sla, tomaat, komkommer en een eetlepel gravadlax saus.



SJÖRAPPORT
koud gerookte zalm



SJÖRAPPORT
zalmfilet



ALLEMANSRÄTTEN
aardappelpuree



SÅS SENAP & DILL
gravadlax saus met dille



Zalmballetjes

Gemaakt door Anne Dauwe

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

300 g aardappelen
175 g **SJÖRAPPORT** zalmfilet
40 g gruyèrekaas geraspt
1 ui
Bieslook
1 ei
5 eetl. rijstmeel
5 eetl. paneermeel
Olijfolie
Dragon
Koriander
Paprikapoeder



BLANDA BLANK serveerschaal



TILLAGD serverbestek



HALVTOM kruidenmolen

Stap voor stap

- Breng een grote hoeveelheid water aan de kook en kook de geschilde aardappelen ongeveer 20 min. (of in een stoompan). Giet de aardappelen af en pureer ze.
- Bak de zalmfilet in een koekenpan met een scheutje olijfolie.
- Doe de gebakken zalm, dragon, gehakte koriander, ui, zout, peper, geraspte gruyère en paprikapoeder in een kom en meng alles goed door elkaar. Maak 8 balletjes van gelijke grootte.
- Haal elk balletje door het rijstmeel, het geklopte ei en het paneermeel.
- Bak de zalmkroketten enkele minuten in een pan met een beetje olijfolie of in de airfryer op 180°C gedurende 15 min.
- Serveer de balletjes met een kleine salade.

Papillotes van zuurkool met twee soorten zalm

Gemaakt door Frédéric Cardin



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

4 plakjes gerookte zalm **SJÖRAPPORT**
4 bevroren zalmfilets **SJÖRAPPORT**
600 g zuurkool met witte wijn (Riesling)
1 potje crème fraîche
1 citroen
Zout en peper
4 theel. mosterdzaadjes
Verse peterselie

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Leg 4 vellen aluminiumfolie of bakpapier klaar. Leg in het midden van elk vel in deze volgorde: ongeveer 150 g zuurkool, 1 plak gerookte zalm en vervolgens 1 stuk zalm. Voeg 2 eetl. crème fraîche toe aan elke portie.
- Breng op smaak met zout, peper, een beetje verse peterselie en 1 theel. mosterdzaadjes. Leg er een schijfje citroen bovenop. Sluit de papillotes goed af.
- Bak 30 tot 40 min. in de oven. Controleer regelmatig of het gaar is.

Hartige zalmsoep

Gemaakt door Déborah Stoops

Soep

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

1 prei
2 wortelen
1 stengel bleekselderij
3 aardappelen
300 g sperziebonen
1 takje dille
2 zalmfilets **SJÖRAPPORT**
Sap van 1 citroen
100 g orzo (pasta)
2 laurierblaadjes
Zout en Peper
1 teentje knoflook
Een klein stukje verse gember (of ½ theelepel poeder)
½ theel. kurkuma
Optioneel: 1 eetl. dikke room

Stap voor stap

- Snijd de wortelen, prei, aardappelen en selderij in kleine stukjes. Snijd de sperziebonen doormidden.
- Smelt een beetje boter met een scheutje olijfolie in een braadpan. Voeg de wortelen, prei en selderij toe en bak enkele minuten. Voeg vervolgens de laurierblaadjes, knoflook, gember, kurkuma, zout en peper toe en bak nog 2 min.
- Giet ongeveer 1,5 liter water bij de groenten. Breng aan de kook, zet het vuur laag en laat zachtjes sudderen.
- Voeg, wanneer de groenten zacht beginnen te worden, de sperziebonen, de orzo, de aardappelen, het citroensap en de verse dille toe. Laat sudderen en roer af en toe.
- Voeg, zodra de orzo gaar is, de in grote blokjes gesneden zalm toe en laat nog enkele minuten koken. Voeg aan het einde van de bereiding voor extra smaak de slagroom toe (optioneel). Zet na 2 min. het vuur uit.
- Serveer in grote kommen of diepe borden, eventueel met een extra scheutje citroensap. SMAKLIG MÅLTID.



Zalm cassolette met rijst en salade

Gemaakt door Nelly Quinde - IKEA Mons



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Cassolette:

4 zalmfilets **SJÖRAPPORT**

250 g garnalen

3 tomaten

1 grote ui

2 teentjes knoflook

1 rode paprika

400 ml kokosmelk

1 eetl. olie

20 g boter

Kruiden:

1 theel. out

½ theel. peper

½ theel. tijm

½ theel. oregano

½ theel. komijn

1 theel. paprikapoeder

1 snufje nootmuskaat

1 laurierblad

Witte rijst:

300 g rijst

600 ml water

½ theel. zout

100 ml melk

1 eetl. olijfolie

Salade:

1 appel

2 tomaten

½ komkommer

1 mango (bij voorkeur rijp)

Enkele blaadjes koriander

1 limoen

1,5 eetl. zonnebloemolie

1 snufje zout

1 snufje peper

Stap voor stap

1. Cassolette:

Bak de IKEA zalmfilets en garnalen in een pan met boter en olie tot ze goudbruin zijn en zet ze apart. Voeg de groenten en alle kruiden toe aan dezelfde pan.

Laat 7 tot 10 min. bakken.

Mix alles tot een saus, voeg de kokosmelk toe en laat 5 min. bakken.

Voeg de zalm en garnalen toe en laat 4 min. bakken.

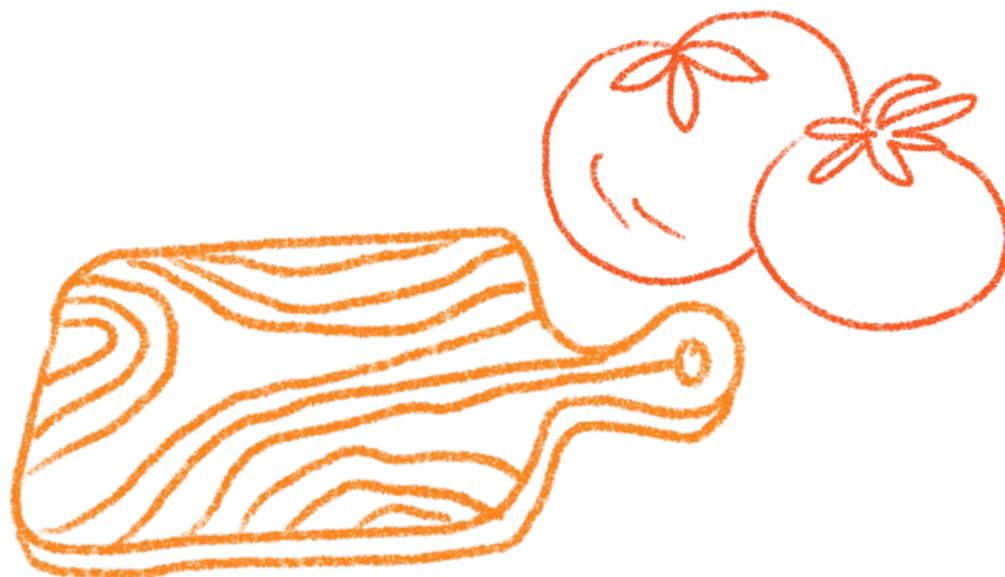
2. Witte rijst:

Was de rijst. Doe een eetlepel zonnebloemolie en de gewassen rijst in een pan.

Bak gedurende 2 min. Voeg water en zout toe. Laat de rijst 10 tot 15 min. op laag vuur koken, tot het water is opgenomen.

3. Salade:

Snijd alle groenten en fruit in blokjes. Voeg zout, peper, olie en koriander toe.



Waarom is dit jouw favoriete recept?

Herinnering aan een restaurant in New York in de zomer van 2023 met mijn familie. Ik heb dit recept gedeeld met een vriendin in Waterloo.

Accordeon wraps

Gemaakt door Leman Balci

Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

6 grote wraps **GRÄDDAT**

3 eieren

125 ml melk

1 eetl. olie

Zout

300–400 g groenten naar keuze

250 g gerookte zalm **SJÖRAPP**

200 g geraspte kaas

Stap voor stap

- Plooi de wraps als een accordeon en plaats ze in een beboterde ovenschaal.
- Steek tussen de geplooiden wraps de groenten en de gerookte zalm.
- Meng in een kom de eieren, melk, olie en snufje zout.
- Giet dit mengsel gelijkmatig over de wraps.
- Strooi er geraspte kaas over (mozzarella kan perfect).
- Bak ongeveer 35 min. op 180°C, tot alles mooi goudbruin is.



Gelakte zalm met Chinese noedels

Gemaakt door Chantal Demez

Snack of tapa

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

300 tot 400 g **SJÖRAPPORT** zalmfilet
Sojasaus
2 eetl. honing
1 klein stukje verse gember (of ½ theel. gemberpoeder)
1 teentje knoflook
Peper en zout
1 tot 2 eetl. maïzena
1 eetl. olijfolie
Chinese noedels (120 tot 150 g voor 2 pers.)
Verse koriander of lente-uitjes om te serveren

Stap voor stap

- Meng in een kom de sojasaus, honing, geraspte gember, gehakte knoflook, zout en peper.
- Snijd de zalm in stukjes en marineer ze in dit mengsel, bestrooi ze vervolgens met maïzena.
- Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak de stukjes zalm 2 à 3 min. aan elke kant.
- Zodra de zalm gekarameliseerd is, giet je de marinade in de pan en bedek je de zalm goed zodat hij glanzend wordt. Zet het vuur uit en haal de vis uit de pan.
- Voeg de gekookte Chinese noedels toe aan de pan om ze met saus te bedekken.
- Serveer de noedels met de zalm in een diep bord en bestrooi ze met verse koriander of gesneden lente-uitjes.



Linguine met zalm en courgettes

Gemaakt door Jennifer Yans

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

1 à 2 pakjes **SJÖRAPPOR** koudgerookte zalm van 200 g
500 g linguine
2 ronde groene courgettes
1 rode ui
3 teentjes verse knoflook
500 ml vloeibare room
80 g geraspte gruyèrekaas
Peterselie
Dragon
Peper en zout
Olijfolie

Stap voor stap

- Snijd de rode ui in reepjes en fruit deze in een scheutje olijfolie. Voeg de in zeer dunne reepjes gesneden knoflook toe en laat even meebakken.
- Voeg de in kleine blokjes gesneden courgettes toe, voeg zout toe en bak tot ze gaar zijn. Giet de room erbij en voeg dragon, peterselie, zout en peper toe.
- Voeg de in reepjes gesneden gerookte zalm toe zodra de room kookt. Roer goed door, zet het vuur uit en dek de pan af.
- Kook ondertussen de linguine in een grote pan met gezouten water (ongeveer 1 eetl. zout). Giet de pasta af, verdeel deze over de borden en giet de saus erover.
- Bestrooi met een beetje geraspte gruyèrekaas voor het serveren.

Plaattaart met gekarameliseerde venkel, prei & gerookte zalm

Gemaakt door Leonie Geeroms - IKEA Zaventem

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

1 rol bladerdeeg
4 x venkelknol
1 prei
1 el honing
50 g zure room
1 pakje **SJÖRAPPOR** koudgerookte zalm
1 rode ui
50 g roomkaas
1 eetl. mosterd
2 eetl. verse dille
zeste + sap van 1/2 citroen
peper en zout

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Verhit wat olie in een pan. Snijd de venkel en de prei in dunne reepjes en bak ze op een zacht vuur ongeveer 15 min. tot ze zacht en glazig zijn.
- Voeg 2 à 3 min. voor het einde de honing toe en laat de groenten licht karamelliseren. Breng op smaak met peper en zout.
- Dillecrème: Meng de zure room en roomkaas met de mosterd, de zeste en het sap van de citroen. Breng op smaak met peper en zout.
- Rol het deeg uit op een met bakpapier beklede bakplaat. Prik met een vork gaatjes in de bodem van het deeg. Smeer de dillecrème gelijkmatig uit over het deeg. Verdeel de gekarameliseerde venkel en prei er gelijkmatig over.
- Bak ongeveer 15 min. tot het deeg gaar en krokant is. Laat de taart 5 min. afkoelen en verdeel daarna de zalm en fijngesneden rode ui erover.

Zuiders op jouw bord

Gemaakt door Nancy Dobbelaere – IKEA Gent

Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

1 bokaal Arrabbiatasaus (400ml)

125 ml mascarpone

500 g snacktomaten

245 g mozzarella bolletje

Cannelloni pasta

1 zakje gruyère kaas

1 pakje **SJÖRAPPORT** koudgerookte zalm

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Vul de cannelloni's met snacktomaat dan bolletje mozzarella dan weer snacktomaat enzoverder.
- Voor de saus: meng in een kom de arrabbiata saus samen met de mascarpone. Roer de overschot van de snacktomaten en mozzarella balletjes erdoor. Snijd de gerookte zalm in stukjes en voeg toe aan de saus.
- Neem een vuurvaste schaal en verdeel een beetje saus over de bodem. Leg de gevulde cannelloni's in de schaal en overgiet met de rest van de saus. Voeg de kaas toe en plaats de schaal in oven voor 30-40 min.



Poké bowl met SILL SENAP

Gemaakt door Wallee Leelo - IKEA Distribution Center Winterslag

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 60 minuten

Ingrediënten

250 g **SILL SENAP** (haring)
 300 g pokérijst
 1 komkommer
 1 pakje preischeuten
 1 pakje edamame bonen
 1 avocado
 1 mango
 radijs (zakje)
 1 rode biet (beetje)
 225 g zeewier
 2 eetl. rijstazijn
 2 eetl. mirin
 2 eetl. suiker
 1 theel. zout
 1 eetl. nori furikake
 1 eetl. mayonaise
 1 eetl. sriracha

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Iedereen vindt het lekker, kleurrijk, lekker & gezond! Heerlijk in de zomer & winter. Makkelijk voor een avonddiner, ideaal feestje, lunch of picknick.



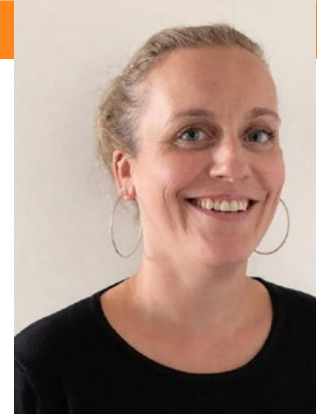
Stap voor stap

- Spoel de rijst af tot het water helder is. Giet de rijst af en kook de rijst met 300 ml water (afgedekt) of in een rijstkoker. Ik gebruik graag de rijstkoker. Gekookte rijst uithalen en overgieten in een grote kom.
- Breng nu de rijst op smaak met 2 eetl. mirin, 2 eetl. rijstazijn, 1 theel. suiker en halve theel. zout. Meng het goed door de warme rijst.
- Snijd de komkommer, wortel, rode kool, avocado en mango en radijs. Kook de edamame boontjes.
- Doe de SILL SENAP in een kom samen met de wakame. Doe hier de sriracha mayonaise bij. Strooi er de furikake op. Stel de poké bowl samen: verdeel de rijst over de kommen en schep hierop de rauwkost, mango en haring op. Dien op met extra sriracha of mayonaise naar smaak.



Zalmrolletjes

Gemaakt door Daphne De Moor - IKEA Zaventem



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

1 rol bladerdeeg 230 g

270 g kruidenkaas

200 g **SJÖRAPPOR** koudgerookte zalm

Verse bussel dille

1 Citroen

Naar keuze seizoensgroenten of een frisse salade

Stap voor stap

- Haal het bladerdeeg uit de frigo en haal de gekookte zalm uit de vriezer en laat beide ontdooien.
- Verwarm de oven voor op 200 graden, boven- en onderwarmte.
- Doe de kruidenkaas in een kommetje. Snijd de dille fijn en meng door de kruidenkaas. Breng op smaak met citroen.
- Smeer het bladerdeeg in met het kruidenmengsel. Verdeel vervolgens de gekookte zalm over het kruidenkaasmengsel.
- Rol het bladerdeeg op tot een strakke rol en snij in 12 stukjes, zo heb je 12 rolletjes.
- Leg de 12 rolletjes op een met bakpapier beklede bakplaat.
- Bak de zalmrolletjes 15 min.
- Serveer dit hoofdgerecht naar keuze met een frisse salade of lekkere warme seizoensgroenten.

Waarom is dit jouw favoriete recept? Dit brengt het verhaal naar de feestdagen. Perfect voor de feestdag(en) als je nog werkt op kerstavond en daarna gezellig samen aan tafel wilt zitten.



IKEA Bowl

Gemaakt door Nea Himanen

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Voor de bowl

500 g **SJÖRAPPORT** zalmfilet

200 g rauwe quinoa

2 avocado's

1 mango

200 g edamame

150 g feta

1 kleine granaatappel

2 tomaten

1 ui

4 eetl. tzatziki

4 eetl. hummus

2 eetl. sesamzaadjes

Voor de zelfgemaakte hummus

1 blik uitgelekte kikkererwten

1 dl olijfolie

Sap van een halve citroen

1 grote eetl. tahini

1 handvol verse koriander

1 handvol verse peterselie

2 grote eetl. pijnboompitten (in de pan geroosterd)

Zout

1 snuifje paprikapoeder

Stap voor stap

- Spoel de quinoa af en kook deze vervolgens in kokend gezouten water volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en laat afkoelen.
- Maak ondertussen de hummus: mix de kikkererwten met de olijfolie, tahini, citroensap, water, koriander, peterselie, geroosterde pijnboompitten, zout en paprikapoeder tot een gladde massa. Voeg indien nodig een beetje water toe om de consistentie aan te passen.
- Snijd de zalm in stukjes (rauw van sashimi-kwaliteit of gekookt, naar keuze).
- Snijd de avocado, mango, tomaat en ui in stukjes. Haal de pitjes uit de granaatappel.
- Verdeel de quinoa over de kommen en verdeel de zalm, groenten, edamame, feta en granaatappelpitjes er gelijkmatig overheen.
- Voeg een portie hummus en tzatziki toe aan elke kom.
- Bestrooi met sesamzaadjes voor het serveren.



Romige visschotel

Gemaakt door Tine Michiels

Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

1 pak zalmfilet **SJÖRAPPOR** 500 g
 1 pak gerookte zalm **SJÖRAPPOR** 250 g
 2 grote moten witte vis
 1 zakje zeevruchten
 150 g boter
 2 eetl. bloem
 ± 500 ml melk
 250 g geraspte kaas
 1 visbouillonblokje
 Peper en zout
 1 teentje look, geraspt
 Sap van ½ citroen
 Boter voor de ovenschaal
 1 pak 600 g aardappelpuree

ALLEMANSRÄTTEN

Sla
 Komkommer
 Tomaat
 Gravadlaxsaus **SÅS SENAP & DILL**

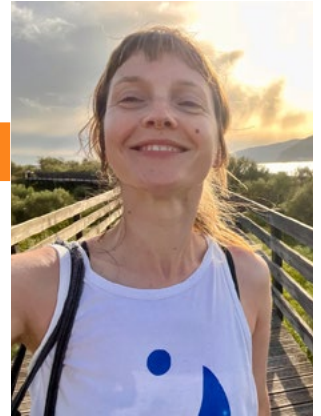
Stap voor stap

- Vet de ovenschaal in met boter. Schik de zalm, witte vis en zeevruchten in de ovenschaal.
- Smelt boter in een kookpot. Voeg bloem toe en roer tot een roux. Voeg beetje bij beetje melk toe tot een gladde saus ontstaat. Voeg peper, zout en het visbouillonblokje toe. Rasp het teentje look en meng onder de saus.
- Voeg een grote handvol geraspte kaas toe en laat smelten. Voeg het sap van een halve citroen toe. Proef en kruid eventueel bij.
- Giet de saus over de vis. Verdeel stukjes gerookte zalm bovenop. Strooi de rest van de geraspte kaas erover. Bak 30 min. op 200°C.
- Maak de aardappelpuree volgens de verpakking.
- Maak een salade met sla, tomaat en komkommer, meng met SÅS SENAP & DILL.



Zalm met zon

Gemaakt door Stefanie Marinus - IKEA Wilrijk



Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Ingrediënten

2 **SJÖRAPPORT** zalmfilets

100 g wilde rijst

50 g zeebanaan

1 sinaasappel, citroen en limoen

15 blaadjes verse munt

1 eetl. **VAGGSÅNG** sinaasappel- en vlierbloesemjam

olijfolie

1 theel. pepertje

½ theel. zout

1 eetl. bruine suiker

2 eetl. **SENAP MILD** mosterd

2 eetl. graanmosterd

1 eetl. honing

Stap voor stap

- Zet een pot met water op het vuur om de rijst in te koken.
- Maak de rub: Rasp de sinaasappel, citroen en limoen en hak de munt en het pepertje fijn. Doe alles in een kom en voeg de bruine suiker en het zout toe. Meng in een andere kom de mosterd en de jam.
- Snijd de sinaasappel in partjes om later het bord te garneren.
- Kook de rijst. Verwarm de oven voor op 180°C.
- Bestrijk de zalmfilets met het mosterd/jam mengsel en bestrooi ze dan aan alle kanten met de rub. Verhit een pan met een scheut olijfolie op middelhoog vuur. Bak de zalm ongeveer 1 min. aan elke kant tot een korstje en bak hem nog 5 min. verder in de oven.
- Terwijl de zalm verder gaart, leg je de rijst op de borden en werk je het bord af met zeekraal, met sinaasappelpartjes, muntblaadjes, zeebanaan en mosterddruppels. De zalm erbij... klaar! Smakelijk



SÅS SENAP & DILL
zalmsaus met dille



VAGGSÅNG biologische
sinaasappel- en vlierbloesemjam



SJÖRAPPORT
zalmfilet



Waarom is dit jouw favoriete recept? Het is een bord vol smaken en combineert zilt, zoet, zuur en butter en een tikkeltje pikant maar op een verrassende manier. Geen voor de hand liggende combinatie en dat maakt het net spannend en uniek!

Knapperige zalmpizza met pastrami

Gemaakt door Dirk Van der Borgh – IKEA Gent



Hoofdgerecht

Recept voor 1 pizza

Bereidingstijd: 30 min

Ingrediënten

1 rol pizzadeeg

salsa pomodoro

Enkele schelletjes rundspastrami

50 g gran padano (of alternatief)

cola kruid

Een beetje pastis

1 pak **SJÖRAPPORT** zalmfilet

1 pak **ENSTÄMMIG** aardappelchips, zure room

ui

KLADESHOLMEN vispasta IKEA

Stap voor stap

- Marineer de zalm even in pastis (suggestie: Bardouin) en smeer de vispasta op de rundspastrami.
- Knead het deeg goed in de bloem zodat het niet meer plakt.
- Schroei de zalm dicht onder de grill.
- Rol het deeg zo dun mogelijk uit.
- Voeg de overgebleven pastis waar de zalm in gemarineerd lag bij de salsa en smeer de salsa uit over het deeg.
- Hak of stamp de chips fijn.
- Hak de zalm in stukjes en verdeel ze over de pizza, daarna de chips en vervolgens de kaas.
- Bak de pizza in de oven op een keramische steen op minstens 250° of buiten in de houtkachel aan 400°. Wanneer de pizza bijna klaar is even uit de oven halen, de ingesmeerde rundspastrami erop leggen en nog 30 sec. terug de oven in.
- Haal de pizza er weer uit en werk af met cola kruid. Eet smakelijk

Waarom is dit jouw favoriete recept? *fan van experimenteren met pizza en zoeken naar niet alledaagse combinaties, en van ingrediënten op een andere manier gebruiken (vb chips crushen). Mijn zoon vond hem heel lekker.*



ENSTÄMMIG
Aardappelchips,
zure room, ui



UPPFYLLD
Pizzasnijder



Zalm met broccolicrème en rijst in een parmezaans kaasbakje

Gemaakt door Alessandro Macchia - IKEA Mons

Hoofdgerecht

Recept voor 1 persoon

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

125 g zalm

200 g broccoli

80 g witte rijst

30 g Parmezaanse kaas

Waarom is dit jouw favoriete recept? *Het is een van de favoriete gerechten van mijn vrouw.*

Stap voor stap

- Bak de zalm 20 minuten in de oven op 180°C.
- Kook de broccoli 10 minuten in kokend water. Giet vervolgens af, voeg zout en je favoriete kruiden toe en mix alles tot een crème.
- Maak het parmezaanse kaasbakje. (Hoe ik dat maak, houd ik geheim. Daarvoor moet je naar Zweden komen!)
- Kook de rijst 10 minuten in kokend water. Giet af, voeg zout toe en doe het in het parmezaanse kaasbakje! Smakelijk!

Zalm- en garnalenpasta

Gemaakt door Hannah Schaerlaeken - IKEA Arlon

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

1 pak pasta biologisch **BÄSTISAR**

Koudgerookte zalm **SJÖRAPPORT**

Gepelde garnalen **SJÖRAPPORT**

Zalmfilet **SJÖRAPPORT**

Verse room

25 cl witte wijn

Verse peterselie

2 teentjes knoflook

1 ui

Waarom is dit jouw favoriete recept? *Ik bereid het op zaterdagavond in het medewerkersrestaurant voor mijn collega's.*

Stap voor stap

- Kook de pasta al dente.
- Kook de zalmfilet en gehakte ui en knoflook ongeveer 5 min. in een scheutje olie.
- Blus af met de witte wijn. Voeg de room toe en kook nog 5 min. verder op laag vuur.
- Voeg vervolgens de garnalen en kleine stukjes gerookte zalm toe.
- Meng alles door elkaar en voeg een handje peterselie toe. Serveer heet.



SJÖRAPPORT
zalmfilet



SJÖRAPPORT
koud gerookte zalm



SJÖRAPPORT
gepelde garnalen



BÄSTISAR
Pasta biologisch

Knapperige zalm met mosterd

Gemaakt door Justine Demarbaix - IKEA Mons



Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 30 min

Ingrediënten

2 zalmfilets **SJÖRAPPORT**

2 eetl. milde mosterd **SENAP** mild

Ongeveer 40 g zoute chips **ENSTÄMMIG**

1 citroen (of citroensap), ongeveer 2 theelepels

Ongeveer 400 g aardappelpuree **ALLEMANS-RÄTTEN**

Ongeveer 400 g broccoli

Een beetje melk voor de puree

Stap voor stap

- Vermaal de chips fijn (met een vijzel en stamper of in een diepvrieszakje).
- Bestrijk de vooraf ontdooide zalmfilets met mosterd en strooi er de chips overheen.
- Bak ze 12 tot 15 minuten in een voorverwarmde oven op 180°C.
- Verwarm de puree enkele minuten op laag vuur in een pan (voeg indien nodig een beetje melk toe).
- Stoom de broccoli ongeveer 10 minuten of kook hem in kokend water.
- Maak de borden op: lichte puree, gestoomde groenten, knapperige zalmfilet, voeg een scheutje citroensap toe aan de vis.



Waarom is dit jouw favoriete recept?

Ik maak het klaar als ik een snelle en evenwichtige maaltijd nodig heb.

Zalmrolletjes met dillesaus

Gemaakt door Laura Trine - IKEA Mons

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

4 **GRÄDDAT** wraps

200 g gemarineerde **SJÖRAPPORT** zalm

SÅS SENAP DILL saus

Salade / wortelen / rauwkost

Stap voor stap

- Smeer de saus over de lengte van het Zweedse wrapbrood.
- Leg de zalm erop en voeg verschillende rauwkost toe.
- Rol het wrapbrood op en steek er satéprikkers/tandenstokers in.
- Snijd het brood in kleine hapklare rolletjes en leg ze op een schaal als decoratie. Smakelijk eten!



GRÄDDAT wraps

Waarom is dit jouw favoriete recept? Een lekker recept voor in de zomer, als aperitiefhapje of voorgerecht. Het is ook nog eens gezond!



Okonomiyaki met Zweedse smaken

Gemaakt door Karen Van der Perre - IKEA Gent

Snack of tapa

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten

400 g spitskool (of witte kool), fijngesneden in reepjes van 0,5 cm
100 g courgette, grof geraspt en vocht eruit knijpen
160 g bloem
1 theel. bakpoeder
1 theel. zout
1 theel. suiker
240 ml water
4 eieren
4 eetl. lente-ui, fijnggehakt
olie om te bakken

Voor de saus

6 eetl. **IKEA KETCHUP**

2 eetl. sojasaus

Sriracha naar smaak

Toppings

4 eetl. **IKEA ROSTAD LÖK**

Japanse of gewone mayonaise

Extra lente-ui, fijnggehakt

200 g **SJÖRAPPORT** koudgerookte zalm, in reepjes gesneden

Stap voor stap

1. Bak de spitskool enkele minuutjes in een pan met olie.
2. Beslag maken: Meng de bloem met het zout, de suiker en het bakpoeder. Doe het bloemmengsel in een grote kom en voeg beetje bij beetje het water en eieren toe. Meng tot een glad egaal mengsel. Roer er de gebakken spitskool, courgette en lente-ui door. Proef en breng indien nodig verder op smaak met peper en zout.
3. Pannenkoeken bakken: verhit een beetje olie in een pan en kies of je kleine of grote okonomiyaki wilt maken. De pannenkoek is ongeveer 1-2 cm dik. Bak op middelhoog vuur $\pm$ 5 min. per kant tot goudbruin en gaar. Herhaal voor de rest van het beslag. Leg de gebakken pannenkoeken in een ovenschaal en houd ze warm in een voorverwarmde oven op 180 °C.
4. Saus maken: meng de ketchup met sojasaus. Proef en pas aan naar smaak.
5. Afwerken: Bestrijk de pannenkoek met de ketchupsaus, trek er lijnen mayonaise over (hier is een knijpfles handig). Werk af met de zalmreepjes of laat deze weg voor een vegetarische pannenkoek. Strooi royaal RÖSTAD LÖK en extra lente-ui erover.
6. Serveer met rijst en een gemengde groene salade, met avocado en jonge spinazie. Of bak extra groenten zoals paprika en paksoi. Smakelijk!

Waarom is dit jouw favoriete recept?

Ik koos dit recept omdat mijn schoonzus het eens voor me maakte en ik meteen verkocht was. Heel recent kookte ik het in Zweden voor ons gastgezin in Stockholm. We verdeelden de taken en on-the-go. Wist je dat Okonomiyaki letterlijk "wat je maar wil op de grill" betekent? Je kan er eindeloos veel variaties op maken. Dat maakt het geschikt en ideaal om samen te koken en te beleggen (zeker ook voor moeilijke eters). Daarna speelden we een gezelschapsspel. Zo sluit het aan bij het nieuwe IKEA-thema Complete Cooking, waarbij plezier en samen koken net zo belangrijk zijn als het koken zelf.



KETCHUP



ROSTAD LÖK
gebakken uitjes



SJÖRAPPORT
koud gerookte zalm

Zweedse variant op Ella's Cheese Steak Sandwich

Gemaakt door Ella Reynders



Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

IKEA HOT DOG broodjes 640 g
Halfharde kaas **ARLA HERRGARD** 300 g
Gezouten aardappelchips **ENSTÄMMIG** 150 g
600 g steak in dunne plakjes gesneden en gemarineerd
2 ajuinen in blokjes of ringen
3 paprika's in reepjes
Olijfolie
Peper en zout
1 eetl. azijn
Half glas droge witte wijn
2 theel. suiker
1 blokje kalfsbouillon
2 takjes marjolein
2 takjes rozemarijn

Stap voor stap

- Marineer de plakjes vlees enkele uren in een marinade van azijn, witte peper, zout, rozemarijn, marjolein, een beetje water, kalfsbouillon en droge witte wijn.
- Rasp de kaas.
- Ontdooi de broodjes en snijd open (laat de helften aan elkaar). Bestuif de buns met olijfolie en kruid af met zwarte peper van de molen.
- Bak de ajuinen en de paprika's in olijfolie met peper en zout. Voeg een beetje suiker toe en laat karameliseren.
- Verwarm de oven voor op 180°. Grill de buns enkele minuten (voeg eventueel wat kaas toe bovenop).
- Bak het vlees kort aan samen met de kaas. Voeg de ajuinen en de paprika's toe. Laat alles even verder bakken en meng intussen alle goed door elkaar mengen. Vul nu je gegrilde buns en vouw toe.
- Serveer met de chips en veeeeeeel servetten! Morsen gegarandeerd.

Tofubrickflapjes met zeewierrijst

Gemaakt door Linda Van Eester - IKEA Wilrijk

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: ± 30 min.

Ingrediënten

100 g champignons, fijngehakt
150 g sojascheuten
200 g tofu, kleine blokjes, gemarineerd in shoyu en dan drooggedept
1 eetl. kerriepoeder
1 eetl. Mosterd **SENAP MILD**
8 ronde brickvellen
1 eetl. korianderblaadjes, fijngehakt
kruidenzout
olijfolie

Stap voor stap

- Meng de gemarineerde tofublokjes met de champignons. Kruid het mengsel af met kerriepoeder, mosterd en kruidenzout. Kiep de sojascheuten eronder. Meng de fijngehakte koriander eronder.
- Neem 1/8ste mengsel en leg het net boven de middellijn van het brickvel.
- Vouw eerst de bovenkant naar het midden en dan de zijvlakken naar het midden en rol dicht, zodat het een mooi pakketje wordt.
- Bak goudbruin in olijfolie.
- Leg op een bedje van groen en zeewierrijst. Serveer onmiddellijk.

Waarom is dit jouw favoriete recept?

Dit eenvoudig gerecht levert altijd een 'wauw lekker' op. Als ik het maak voor mijn familie, mijn vrienden of als ik het maak als ik lesgeef in natuurvoeding: ik krijg altijd enthousiaste reacties! De combinatie van tofu, mosterd en koriander vind ik zelf ook heel speciaal en heel lekker.

Tortilla no Shôyu Moelleux

Gemaakt door Amarante Van den Broeck - IKEA Remote Customer Meeting Point

Snack of tapa

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 50 minuten

Ingrediënten

Voor het tortilla mengsel:

400 g aardappelen: kookvast met weinig kruimeligheid

2 eieren (of 1 ei + de overschot eiwitten van de pekeling)

4 tenen look (of meer): geperst

1 bosuitje en 20 g **ENSTÄMMIG chips**:

optioneel ter garnering

Voor het pekelen van eigelen:

Gelijke hoeveelheden aan sojasaus, mirin, sake en water: bvb. 100 ml elk

2 eigelen (de overschot eiwitten kan je voor de tortilla gebruiken)

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Tortilla mijn hele leven gegeten, gewaarmerk mijn Spaanse opvoeding: warm, koud, op zichzelf, als tapa of in een broodje. Het is zo toegankelijk dat ik het altijd mijn leven lang kan blijven eten. Maar het is ook een gerecht dat zich leent om de lekkerste dingen te combineren in, na de krokante korst van buitenin. Wat maakt dit dan zo speciaal aan dit gerecht? Met het beste van geduldige partje in saffraan-olijfolie gebakken aardappelen en Japanse dashi, sojasaus en mirin pekelen in een umami-volle saus. En dan het magische moment: het Japanse eigeel dat je openprijkt en een fluweelzachte saus vormt met de aardappel. Zo combineer je het beste van twee werelden: traditie voor comfort en fusion voor de innovatie!

Stap voor stap

- Meng de sojasaus, mirin, sake en water om te pekelen. Splits 2 eieren, leg het eigeel voorzichtig in de pekelsaus en dek af met een blaadje toiletpapier zodat ze goed onder de saus ondergedompeld blijven. Bewaar 1-3 dagen in de koelkast.
- Schil de aardappelen. Snijd ze vervolgens in halve maantjes, niet dikker dan 0,5 cm. Bak ze in de pan met een goeie scheut olijfolie, en peper en zout naar smaak, tot ze mooi goudbruin zijn.
- Pers de knoflook en meng dit met 2 eieren licht in een kom. Voeg de gebakken aardappelen toe en meng goed zodat elk stukje aardappel bedekt is met het eimengsel. Kruid af met peper en zout naar smaak.
- Bekleed de bakvorm(en) met bakpapier en leg de helft van het aardappel en eimengsel erin, duw de randen naar boven zodat je een vormpje maakt (waarin later het eigeel in zal komen). Bak dit voor 10-15 min. in een oven op 200°C.
- Haal de aardappelkuipjes uit de oven en vul met het soja-gepekeld eigeel. Dek af met de rest van het tortilla-mengsel en leg nogmaals in de oven om nogmaals 10-15 min. te bakken op 200°C.
- Haal uit de oven, neem de tortilla's uit de vorm(en) en pel voorzichtig het bakpapier eraf. Serveer en garneer eventueel met bosuitjes en verkruidelde zouten chips voor een extra crunch en frisheid. (En neem wat voor jezelf, de chef mag alles proeven terwijl die kookt, dus: zijn de chips lekker?)
- Eet de tortilla als een Spaanse tapa (of in een broodje als je een bocata wilt) en geniet van de fluwele en zijdezachte smaak van een lopend eigeel in het midden van een torentje aardappelen dat smaakt naar zoveel meer dankzij de diepgewortelde Japanse kruiding. Het beste van twee werelden: traditie voor comfort en fusion voor de innovatie!



IKEA 365+ voorraadpotjes



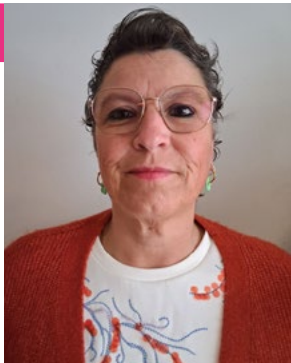
VÖRDA mes



ENSTÄMMIG chips

Coq au vin

Gemaakt door Elke Devolder - IKEA Wilrijk



Hoofdgerecht

Recept voor 6 personen

Bereidingstijd: 120 min

Ingrediënten

1 kip van ± 1,5 kg, in stukken
1 fles Franse rode wijn
250 g gerookte spekblokjes
2 grote uien + 1 wortel
250 g kastanjechampignons
bosje verse kruiden: tijm, rozemarijn, 2 laurier-
blaadjes, 50 g peterselie
2 eetl. peterselie
750 ml kippenbouillon
50 g tomatenpuree
2 eetl. bloem
boter of olie om in te bakken

Stap voor stap

- Snijd de knoflook in plakjes en hak de laurier, de ui, wortel en peterselie fijn.
- Doe de stukken kip in een kom, voeg de rode wijn, knoflook, laurier, ui, wortel en peterselie toe en laat een nacht marineren. Dep de kip droog en bewaar de marinade.
- Smelt de boter in een pan, bak de spekblokjes en de kip rondom bruin aan, bestrooi met bloem en bak kort mee.
- Giet de marinade af, maar bewaar deze. Voeg de marinade toe op de kip, drop met kruidenboeket.
- Breng aan de kook en laat de kip op een laag vuur ± 60 min. stoven.
- Schep de kip uit de pan en houd warm. Zeef de saus, breng deze aan de kook en laat inkoken tot sausdikte.
- Bak in een andere braadpan het spek en de kastanjechampignons goudbruin.
- Voeg daarna de tomatenpuree bij een beetje saus en laat minimum 10 min. sudderen, voeg dit toe aan de saus.
- Doe de kip terug in de saus, proef en breng op smaak met peper en zout.
- Roer als laatste een eetlepel gehakte peterselie door de Coq au vin.
- Doe het gerecht in een schaal en bestrooi met de rest van de peterselie.
- Serveer de Coq au vin met puree of kroketten.
Ook vers stokbrood is er heerlijk bij.



Tian met courgettes, tomaten en geitenkaas

Gemaakt door Aurélie Meyer - IKEA Arlon

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 40 minuten

Ingrediënten

1 groene courgette

1 gele courgette

3 grote uien

6 tomaten

Geitenkaas (type rol)

Zout, peper

Olijfolie

Provençaalse kruiden

Stap voor stap

- Snijd de uien in reepjes en bak ze in olijfolie. Leg ze na het bakken op de bodem van een ovenschaal.
- Snijd de courgettes en tomaten in plakjes. Leg ze afwisselend met de geitenkaas op de uien.
- Bestrooi de schotel met zout, peper en Provençaalse kruiden. Voeg ook een scheutje olijfolie toe. Zet de schotel 40 min. in de oven op 180°C.
- Serveer met witte vis!

Waarom is dit jouw favoriete recept?

Dit is een zomers gerecht dat gemakkelijk te bereiden is. De combinatie van groenten en geitenkaas is gewoonweg fantastisch!



IKEA 365+
mandoline



Chai Gio, nuoc cham & Đồ Chua Vietnamese loempia met vinaigrette en bahn mi groenten

Gemaakt door Yentl Dossche - IKEA Gent

Hoofdgerecht

Recept voor 6-8 personen

Bereidingstijd: 60 minuten

Ingrediënten

500 g gemengd gehakt (keuze)

50 g glasnoedels

1 ui

1 preistengel

2 wortels

handvol sojascheuten

1/2 theel. zout

1/2 theel. suiker

1 theel. bouillonpoeder

2 theel. Oestersaus

2 teentjes look

1 eu

1 pak springrolls diameter 12,5

Optioneel: judasoor paddenstoel (wood ears mushroom)

1 eetl. bloem

1 eetl. water

Nuoc cham

1/3 cup suiker

1/3 cup vissaus

2/3 cup heet water

Sap van 2 limoenen

4 teentjes look, fijngesneden

1 tot 2 bird eye chili's (of eventueel andere pepers)

Đồ Chua

Sla

Koriander

munt

Vietnamese bahn mi groenten

Stap voor stap

Chia Gio

- Was de groenten, snij de prei in stukken, rasp de wortel, snij de ajuin en look fijn.
- Warm water op met de waterkoker en week de glasnoedels en de judasoor paddenstoelen tot ze zacht zijn.
- Meng alle groenten met de in stuk geknipte noedels, gehakt, ei en smaakmakers tot één geheel.
- Ontdooi intussen de springroll vellen en leg ze onder een vochtige theedoek.
- Leg de springroll wrap als een ruit voor je en vul met 1 theelepel van de vulling.
- Vouw naar het midden toe, plooi de zijken naar binnen en rol over, zo houd je 1 hoekje over.
- Doe op het hoekje een beetje van het water-bloemmengsel. Dit is je lijm om de loempia dicht te houden.
- Herhaal dit tot je mengsel op is. Afhankelijk van hoeveel vulling je gebruikt, zou je er een 40-tal kunnen maken.
- Frituur ze op 180°C, 6 à 7 minuten tot goudbruin.
- Je eet ze met de nuoc cham saus in een slabroodje met verse kruiden en gepekeld bahn mi groenten.

Nuoc Cham vinaigrette

- Meng het hete water met de vissaus, limoensap en suiker tot 1 geheel.
 - Rasp de look en snij de chili's fijn.
 - Meng alles door elkaar.
 - Houd je niet van pikant, laat de chili's dan gerust achterwege.
- De saus bewaart heel lang in de frigo. Perfect om salades te pimpen.

Đồ Chua Bánh mì (gepekeld groenten)

Ingrediënten: wortel, daikon, 2 eetl. zout, 1/3 cup suiker, 1/3 cup water, 2/3 cup azijn, 1/3 cup rijstazijn

- Snij de wortel & daikon in julienne of rasp ze met de dunschiller in plakjes, daarna in reepjes.
- Spoel ze af in water met zout tot ze buigzaam zijn (±10 min).
- Mix het water met suiker tot de suiker is opgelost. Doe er de azijnen bij en meng.
- Doe de wortel & daikon erin. Hoe langer, hoe meer gepekeld.



Waarom is dit jouw favoriete

recept? Het heeft me geholpen bij de verwerking van mijn papa zijn kankerdiagnose. Doordat het maken heel therapeutisch werk is.

Orval kaas bladerdeeghapjes

Gemaakt door Evelyn Graef - IKEA Arlon

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 35 minuten

Ingrediënten

1 rol bladerdeeg in 4 gesneden
1 vis in kleine blokjes gesneden
1 prei in kleine blokjes gesneden
2 wortels in kleine blokjes gesneden
1 peper in kleine blokjes gesneden
1 eetl. room
2 eigeel
Orvalkaas in plakjes van 5 mm
Olijfolie



IKEA 365+
pan met deksel

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Kook alle groenten in een pan met een scheutje olijfolie, zout en peper gedurende 5 minuten.
- Voeg een eigeel en de room toe. Laat afkoelen.
- Voeg vervolgens het mengsel toe aan de bladerdeegdriehoeken, sluit de driehoeken en borstel met eigeel. Bak 25 min.
- Genieten!



Waarom is dit jouw favoriete

recept? Een bevriende kok heeft het voor me klaargemaakt omdat ik van Orval kaas hou.

Kipcurry met mango en kokossaus

Gemaakt door Leticia Goemaes - IKEA Anderlecht

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

500 g kipfilet

1 rijpe mango of 1 doos bevroren mango (in stukjes)

10 cl kokosmelk

2 eetl. olijfolie

½ rode ui

Peper en zout

3 eetl. kerrie

10 cl water + 1 blokje vetarme kippenbouillon

Verse koriander voor de garnering

2 theel. komijn

2 theel. kipkruiden

2 theel. gefrituurde uitjes **ROSTAD LÖK**

Stap voor stap

- Snijd de kip in blokjes en de halve rode ui. Bestrooi de kip met kerrie, komijn, kipkruiden en zout. Bak de kip 3 minuten in olie in de wok.
- Voeg de kokosmelk, peper en IKEA gebakken uitjes toe. Voeg vervolgens het kippenbouillonblokje en 10 cl water toe. Dek af en laat 5 min. sudderen.
- Schil de mango, snijd hem in blokjes en voeg deze toe aan de wok. Laat nog 3 min. sudderen.
- Serveer warm met witte rijst en garneer met verse korianderblaadjes. Voor een knapperig effect voeg je nog wat gebakken uitjes toe als garnering.



Waarom is dit jouw favoriete

recept? Ik ben dol op dit gerecht, omdat de combinatie van kip en mango het fris en smakelijk maakt. Ik maak het minstens twee keer per maand, tot groot genoegen van mijn familie. Ik heb mijn schoonvader en mijn vrouw er al mee verwend. Ze vonden het gerecht zo lekker dat ze me om het recept hebben gevraagd. :-)



ROSTAD LÖK
gebakken uitjes

Taart met kerstomaatjes, honing en gedroogd fruit

Gemaakt door Charlie Watson

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

1 zakje **MUNSBIT** (mengeling van geroosterde noten, veenbessen en ongezouten rozijnen - 60 g)

20 tot 30 kerstomaatjes

1 rol bladerdeeg

2 eetl. honing

3 eetl. balsamicoazijn

Peper en zout naar smaak

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Rol het deeg uit in een taartvorm en laat het bakpapier zitten. Verdeel de kerstomaatjes en het mengsel van geroosterde noten, veenbessen en rozijnen (MUNSBIT) gelijkmatig over het deeg.
- Bestrijk met honing en voeg naar smaak zout en peper toe. Vouw de randen van het deeg voorzichtig naar binnen. Bak ongeveer 25 min. in de oven.
- Besprenkel de taart na het bakken met een scheutje balsamicoazijn.
- Serveer warm of laat afkoelen voor het serveren, bij voorkeur met een kleine salade.



Zweedse sushi

Gemaakt door Justine Demarbaix - IKEA Mons

Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 60 minuten

Ingrediënten

150 g ronde rijst (sushirijst)

30 ml rijstazijn

Ongeveer 15 g suiker

1/2 eetl. zout

2 vellen nori

Komkommer

Gebakken uitjes (Rostad Lök)

KLADESHOLMEN Vispasta (Smörgås crème)

Sojasaus

Stap voor stap

- Was de rijst en kook deze vervolgens in 300 ml water. Zet de rijst na het koken apart.
- Maak de dressing: verwarm de azijn, suiker en zout tot alles is opgelost (niet laten koken!) en laat afkoelen.
- Breng de (nog warme) rijst op smaak en meng goed. De rijst moet plakkerig zijn en de korrels moeten los van elkaar blijven.
- Maak de sushi: spreid de lauwwarme rijst, zonder deze te pletten, uit op een stuk plasticfolie tot een dikte van ongeveer 1 cm en leg er het nori-vel op.
- Leg de vulling (komkommerreepjes en de pasta van viseitjes) op het nori-vel.
- Rol het geheel op tot een mooie cilindervorm en zet het in de koelkast.
- Snijd de cilinder in plakjes van ongeveer 2-3 cm. Bestrooi met gebakken uien en eet met sojasaus.

Waarom is dit jouw favoriete recept?

Vanwege het sociale aspect (om te delen met vrienden), het visuele aspect, de frisheid en de lichtheid. Het verschil zit hem in de mix van texturen (smeltend, knapperig, krokant) en de zoete/zoute smaken met de ongelooflijke vispasta!



Mexicaanse schotel

Gemaakt door Robine Van Wuytswinkel

Hoofdgerecht

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

1 ui
1 paprika
1 courgette
300 g maïs in blik
300 g bruine bonen in blik
250 g gekookte ham in blokjes
ARLA PRÄST halfharde kaas
Sambal (naar smaak)
1 groentebouillonblokje
Jalapeño's (optioneel, naar smaak)
GÄNGLÄT geraspte aardappelpannenkoeken

Stap voor stap

- Snijd de ui, paprika, courgette en overige groenten in kleine blokjes. Stoof de groenten in een pan tot ze zacht zijn.
- Voeg het groentebouillonblokje toe, samen met de maïs, bruine bonen en blokjes hesp. Breng op smaak met sambal
- Bak de aardappelpannenkoeken in een pan of in oven volgens de instructies op de verpakking.
- Schep de gestoofde Mexicaanse groentenmengeling op de aardappelpannenkoeken. Leg enkele dun gesneden plakjes kaas bovenop
- Zet kort onder de grill tot de kaas volledig gesmolten is.
- Hou je van extra pit? Voeg dan jalapeño's toe bovenop de gesmolten kaas. Smakelijk!



Annaëlle's magic risotto

Gemaakt door Annaëlle Cignet - IKEA Gent



Hoofdgerecht

Recept voor 2 personen

Bereidingstijd: 35-40 minuten

Ingrediënten

130 g risotto rijst

1 blokje groentebouillon

80 g **ARLA FINVIT** halfharde kaas

1 courgette

1 rode paprika

150 g kerstomaten

1 kipfilet

kipkruiden, peper en zout, olie

Stap voor stap

- Snij de courgette en rode paprika in kleine blokjes en de kerstomaten in halfjes. Snij ook de kipfilet in blokjes.
- Warm een beetje olie in een pan en bak de courgette en paprika lekker tot ze beetgaar zijn. Voeg de kerstomaten toe en bak ze kort mee. Zet dit zacht op laag vuur. Hou daarna de groentjes aan de kant (en breng op smaak met peper en zout).
- Bak in dezelfde pan de kipblokjes. Voeg de kipkruiden toe wanneer de blokjes lichtjes gekleurd zijn en bak de blokjes verder tot ze mooi lichtbruin zijn. Hou ze daarna ook opzij.
- Kook het water en los het bouillonblokje erin op.
- Voeg de risottorijst toe aan de pan, op een laag vuur. Voeg geleidelijk aan bouillon toe aan de rijst (1 lepel per keer), roer regelmatig tot de rijst de bouillon heeft opgenomen en herhaal dit telkens voor ongeveer 17 min.
- Rasp de halfharde kaas en voeg toe aan de risotto wanneer de laatste portie bouillon bijna volledig geabsorbeerd is. Roer goed door.
- Doe het kookvuur uit en voeg de kip en groentjes toe. Roer alles goed door elkaar en laat nog even samen opwarmen. Serveer een flinke portie in een kom en voeg een beetje geraspte kaas toe als topping. Bonuspunten als je dit gerecht met een lepel eet.



ARLA FINVIT halfharde kaas

Waarom is dit jouw favoriete

recept? Dit gerecht is de perfecte comfort food die elke dag terug goed maakt. Het blijft even lekker zonder kip (ik voeg dan ui, sjalot, extra groentjes en champignons toe). Ik maak dit graag klaar van mijn vriendinnen. Dit gerecht maakt me ook wijs melancholisch.



Cookikea

Gemaakt door Rachida Aggoud

Snack of tussendoortje Recept voor 10 personen

Ingrediënten

30 g amandelpoeder
240 g tarwebloem
120 g boter (zacht)
1 flinke snuf zout
1 ei
1 zakje vanillesuiker
1 zakje bakpoeder
50 g rietsuiker of kokosbloesemsuiker
75 g **CHOKLAD NOT**
75 g **CHOKLAD LJUS**
60 g **MUNSBIT** nootjesmengeling naar keuze

Energy balls

Gemaakt door Aurélie Flandre

Snack of tussendoortje Recept voor 3 porties

Ingrediënten

40 g havermout
1 eetl. walnoten
1 eetl. honing
1 eetl. pindakaas
30 g pure chocoladestukjes **CHOKLAD MÖRK**

Stap voor stap

- Plet de noten. Meng alle ingrediënten in een kom tot een homogene pasta.
- Vorm 3 kleine balletjes door ze goed met de handen aan te drukken. Laat enkele minuten afkoelen. Smakelijk!



CHOKLAD
chocolade



MUNSSBIT
nootjesmengeling

Snacks

Stap voor stap

Verwarm de oven op 180°

- Meng in een grote kom de bloem, het amandelpoeder, het bakpoeder, het zout, de vanillesuiker en de in blokjes gesneden boter. Knead goed tot een homogene textuur.
- Voeg het ei toe en blijf het deeg kneden. Voeg de kokos- of rietsuiker toe. Meng opnieuw tot het deeg homogeen en kneedbaar is.
- Breek de chocoladerepen in grote stukken en voeg ze toe aan het deeg. Voeg vervolgens het mengsel van gedroogd fruit toe en meng goed door het deeg.
- Vorm een bal van het deeg en verdeel deze in 8 porties. Vorm balletjes, koekjes of zelfs hartjes, afhankelijk van de gewenste vorm. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat. Bak ze 13 min. op 180°C als je wil dat de koekjes van binnen zacht blijven.
- Laat ze afkoelen voordat je ze opeet (de koekjes worden iets harder als ze afkoelen).



Gebak, dessert en koekjes



Zeven is het magische nummer*

De Zweedse traditie van thuis gezellig koffie drinken en koekjes eten, van kafferep tot fika, gaat lang terug. De traditie ontstond in de 19de eeuw en er werd verwacht dat de gastheer of -vrouw zeven verschillende koekjes op tafel zou zetten voor de gasten. Minder koekjes vonden mensen wat gierig en meer koekjes was er wat over - zeven soorten koekjes werd beschouwd als een mooi evenwicht. Bij IKEA vinden we tijd doorbrengen met elkaar iets belangrijker dan het aantal soorten koekjes dat op tafel komen.

* 'Sju sorters kakor' = zeven soorten koekjes





Vegan appelcake

Gemaakt door Wendy Van Der Schueren

Dessert

Recept voor 8 personen

Ingrediënten

300 g (spelt)bloem
125 g rietsuiker
18 g bakpoeder
1 theel. baking soda
Zeste van ½ citroen
1 theel. kaneel
½ theel. vanille-extract
Snufje zout
150 ml IKEA havermelk
100 ml bruiswater
100 ml neutrale olie
4 appels
100 g mix van geroosterde noten, veenbessen
en rozijnen (ongezouten)
Bloedsuiker (optioneel)

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Meng alle droge ingrediënten in een grote kom.
- Meng havermelk, bruiswater en olie, en voeg dit toe aan de droge ingrediënten.
- Hak de notenmix grof en meng onder het beslag.
- Snijd de appels in stukjes en meng ze door het cakebeslag.
- Giet het beslag in een ingevette of met bakpapier beklede springvorm.
- Bak 45–50 min. tot de cake goudbruin en gaar is.
- Laat volledig afkoelen.
- Bestrooi met bloedsuiker (optioneel) voor het serveren.



Lagom laagjes

Gemaakt door Lauren Noens



Dessert
Recept voor 4 personen

Ingrediënten

150 g vossenbessenjam **SYLT LINGON**
1 pak amandelkoekjes **KAFFEREP**
50 g witte chocolade **BELÖNING** (met framboos)
250 g roomkaas
250 g yoghurt
1 limoen
1 zakje vanillesuiker

Stap voor stap

- Warm de vossenbessenjam zachtjes op in een klein kookpotje tot ze vloeibaar en lauw is.
- Meng in een beslagkom de yoghurt, roomkaas en vanillesuiker tot een glad en romig geheel.
- Pers de limoen uit en voeg het sap toe aan het roommengsel. Meng goed.
- Doe de amandelkoekjes in een IKEA diepvrieszakje en verkruimel ze met een deegrol.
- Verdeel de koekkrumels over de bodems van de glazen.
- Lepel het yoghurt-roommengsel bovenop de koekkrumels.
- Schep een laagje lauwe vossenbessenjam bovenop de roomlaag.
- Rasp de witte chocolade over het dessert als afwerking.
- Serveer onmiddellijk of laat even opstijven in de koelkast.

Smakelijk!



SYLT LINGON vossenbessenjam

Lagom: niet te veel, niet te weinig, maar precies goed.

IKEA wil mensen inspireren om goed te eten, met een evenwichtige mix van alle voedingsstoffen en verantwoorde porties. Af en toe jezelf verwennen mag gerust. Lagom is het Zweedse woord voor: niet te veel, niet te weinig, maar precies goed.

Brigadeiros

Gemaakt door Barbara Campos Guimaraes



Dessert

Recept voor 8 personen

Ingrediënten

1 blikje gezoete gecondenseerde melk (395 g)
160 ml melk (½ maatje van het blikje gezoete gecondenseerde melk)
1 eetl. boter
100 g **CHOKLAD MÖRK** tablet pure chocolade
2 kopjes chocoladeschilfers

Stap voor stap

- Meng de melk en de stukjes chocolade in een steelpan. Verwarm op laag vuur en roer goed tot de chocolade is opgelost.
- Voeg de gecondenseerde melk en de boter toe en laat het geheel 15 min. koken. Blijf roeren tot de bodem van de pan zichtbaar wordt tijdens het roeren.
- Haal de pan van het vuur en giet de inhoud in een ingevette schaal. Laat afkoelen.
- Giet de chocoladeschilfers in een kom en zet deze naast het bord met het chocolademengsel.
- Smeer je handpalmen licht in met boter en vorm met een theelepel balletjes van 2,5 cm.
- Rol de balletjes door de kom met de chocoladeschilfers en plaats op een schoteltje.



Rollade met jam

Gemaakt door Camille Dehestru

Dessert

Recept voor 6 personen

Ingrediënten

120 g suiker

3 eieren

60 g aardappelzetmeel (of maïzena of bloem)

¼ pot **VAGGSÅNG** bosbessen of vossenbessensmaak

Stap voor stap

Verwarm de oven voor op 175°.

- Klop de eidooiers met de suiker tot het mengsel wit en schuimig is en voeg dan het zetmeel toe. Klop het eiwit stijf en voeg het toe aan het mengsel.
- Giet het mengsel in een rechthoekige bakvorm en bak het 10 min. in de oven op 175°C.
- Haal de cake uit de oven, draai hem om op een schone doek en bestrijk hem onmiddellijk met een dun laagje jam. Rol het gebak meteen op.
- Geniet meteen van je dessert, of laat het een nachtje in de koelkast staan.



Tiramisu in een nieuw jasje met IKEA koekjes

Gemaakt door Marie-Pierre Van Dijk

Dessert

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

250 g mascarpone

3 eieren

50 g bruine suiker

Sterke koffie met amaretto

600 g koekjes **KAFFEREP** of **BJÄLLRA** naar

keuze

Cacao

Stap voor stap

- Scheid het eiwit van het eigeel en klop het stijf. Meng het eigeel met de suiker en voeg de mascarpone toe.
- Voeg voorzichtig het stijfgeklopte eiwit toe aan het mengsel met behulp van een spatel.
- Zet 2 grote kopjes koffie. Week de minikoekjes in de koffie en leg ze op de bodem van een schaal.
- Voeg een laag van het mengsel toe. Maak opnieuw een laag met koekjes. Voeg nog een laatste keer een laag van het mengsel toe.
- Bestrooi met cacao.

Chocolademuffins

Gemaakt door Romain Garrigues

Dessert

Recept voor 12 muffins

Ingrediënten

100 tot 150 g chocolade **CHOKLAD MÖRK**

280 g bloem

100 g suiker

80 g gesmolten boter of 8 eetlepels olie

1 zakje bakpoeder

1 snufje zout

1 theel. vanille-extract

2 eieren

150 ml melk

1 zakje vanillesuiker

Stap voor stap

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Meng alle ingrediënten in een grote kom met een garde of keukenrobot tot een homogeen deeg.
- Voeg de stukjes of schilfers chocolade toe.
- Vul de muffinvormpjes voor $\frac{3}{4}$.
- Bak 15 tot 20 min. in de oven.
- Controleer met een mes of ze gaar zijn, laat ze afkoelen en haal ze dan uit de vormpjes.



Flapje met appel en lingonberries

Gemaakt door Nathalie Korver



Dessert

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

Kant-en-klaar bladerdeeg (4 vierkante vellen)
2 appels
1 potje vossenbessenjam **SYLT LINGON**
1 eigeel
1 theel. kristalsuiker

Stap voor stap

- Leg de vierkantjes bladerdeeg op een met bakpapier bekleed bakblik.
- Schil de appels, verwijder het klokhuis en snijd in kleine blokjes.
- Meng de appelblokjes in een kom met 4 eetl. vossenbessenjam.
- Leg op elk bladerdeegvel 2-3 eetl. van het appel-lingonmengsel op één helft.
- Vouw het bladerdeeg dicht tot een driehoekje en druk de randjes goed aan.
- Maak de randen eventueel licht vochtig zodat ze beter plakken.
- Klop het eigeel los en bestrijk hiermee voorzichtig de bovenkant van de flapjes.
- Bestrooi elk flapje met 1 theel. kristalsuiker.
- Bak de flapjes ongeveer 20 min. op 180°C (baktijd kan licht variëren per oven).
- Laat ze even afkoelen en genieten maar! Heerlijk als dessert of tussendoortje!

Vegan apple cake crumble

Gemaakt door Franky Petit

Dessert

Recept voor 8 personen

Ingrediënten

250 ml **IKEA haverdrank**

150 g suiker

50 g vegan boter

300 g bloem

16 g bakpoeder

Een snuifje vanille

4 appels

Citroenrasp

Een snuif kaneel

Een tikkeltje nootmuskaat

120 g koude boter

50 g bloem

65 g suiker

Snuifje zout

Stap voor stap

- Schil de appels en snij in stukjes. Doe ze in een kom en kruid met citroenrasp, een snuif kaneel, vanille en een tikkeltje nootmuskaat naar smaak.
- Verwarm de oven op 160°C.
- Doe de suiker, havermelk, vegan boter en bloem met bakpoeder in een kom en meng tot je net niet een deegstructuur krijgt.
- Meng de gemarineerde appelstukjes door het mengsel en giet alles in een ovenschaal. Zet in de oven.
- Maak de crumble: mix suiker, boter, bloem en kaneel door elkaar en strooi dit na 15 min. over de ovenschaal.
- Laat alles nog 30 min. bakken en haal daarna uit de oven.
- Laat nog even afkoelen zodat de taart kan verstevigen. Snij de taart in hapklare porties en serveer.



Kunglig tårta

Gemaakt door Ann Vermeulen

Dessert

Recept voor 8-12 personen

Ingrediënten

1 pak **BJÄLLRA** (haverbiscuits) 170 g
 1 pak **CHOKLAD MÖRK** 100 g
 160 g boter
 10 eetl. griessuiker
 2 zakjes vanillesuiker
 4 eieren



CHOKLAD MÖRK pure chocolade

Stap voor stap

- Smelt de chocolade au bain-marie. Meng de boter door de warme chocolade heen.
- Breek de eieren. Klop de eiwitten samen met de 2 zakjes vanillesuiker tot sneeuw.
- Roer de griessuiker en de eidooiers door de chocolade-room, en voeg dan geleidelijk de opgeklopte eiwitten toe. Strijk een klein beetje van de chocolade-room over het dienblad heen en leg er een laag koekjes op.
- Neem een nieuw koekje en halveer die. Dip de platte zijde in de chocoladeroom en plaats ze aan de zijkant van het dienbord. Herhaal tot je het hele dienblad rond bent.
- Vul de koekjesvorm verder op met de rest van de chocoladeroom.
- Strijk de taart mooi glad. Je kan er eventueel enkele lijntjes in tekenen of bedekken met hagelslag of chocolade-vlokken.
- Laat de taart opstijven in de koelkast en dan smullen maar.
- Tip: als je de taart een dag op voorhand klaarmaakt, worden de koekjes lekker zacht. Smakelijk!

Veenbessengelei

Gemaakt door Carole Dewasme



Bijgerecht

Recept voor 20 personen

Ingrediënten

Veenbessen (hoeveelheid naar keuze, bijvoorbeeld ongeveer 2 kg voor een grote bereiding)
 Gelatinesuiker (1 kg suiker voor 1 liter verkregen sap)

Stap voor stap

- Mix de veenbessen en weeg ze om de hoeveelheid verkregen sap te schatten. Giet het gemixte fruit in een grote pan en verwarm het. Voeg de geleisuiker

toe in de juiste verhouding: 1 liter sap voor 1 kg geleisuiker.

- Breng aan de kook en laat het koken gedurende de op de suiker aangegeven tijd, onder voortdurend roeren. Controleer of het mengsel goed is gestold met de druppeltest op een koud bord.
- Giet het mengsel onmiddellijk in schone potten, sluit ze af en zet ze ondersteboven. Laat ze volledig afkoelen voordat je ze weer rechtop zet en opbergt.



