

bamix[®]
of Switzerland



GRILL & CHILL

✂️ fiery **bamix**[®] recipes

IMPRESSUM

Esge AG

Hauptstrasse 21
CH-9517 Mettlen
Zwitserland
Tel +41 71 634 61 80
Fax +41 71 634 61 81
info@bamix.com
www.bamix.com

bamix®, **SliceSy®**, **ESGE Zauberstab®**, **Zauberette®** en **MagicWand®** zijn beschermde merknamen. Patenten liggen ter inzage en zijn geregistreerd. Wijzigingen aan modellen en kleuren of technische wijzigingen voorbehouden.

© Alle rechten voorbehouden

MENTIONS LÉGALES

Esge AG

Hauptstrasse 21
CH-9517 Mettlen
Suisse
Tél +41 71 634 61 80
Fax +41 71 634 61 81
info@bamix.com
www.bamix.com

bamix®, **SliceSy®**, **ESGE Zauberstab®**, **Zauberette®** et **MagicWand®** sont des marques protégées. Les brevets sont présents et enregistrés. Sous réserve de modifications des modèles, des couleurs ou techniques.

© Tous droits réservés

VOORWOORD

Beste klant,

Wij feliciteren u met de aankoop van de universele **bamix®** keukenrobot. **bamix®** heeft zijn waarde miljoenen malen bewezen en heeft tevreden gebruikers in alle 5 de continenten. Het apparaat is geschikt voor de dagelijks in de keuken voorkomende kleine en minder kleine karweitjes. **bamix®** ligt door de ergonomisch gevormde greep goed in de hand en is gemakkelijk in te schakelen. Zelfs met kleine handen is het apparaat eenvoudig te bedienen. Het is ook geschikt voor linkshandigen. **bamix®** is een bijzonder nauwkeurig Zwitsers kwaliteitsproduct waarop we sinds al 1954 trots kunnen zijn.

Voor uw veiligheid: Lees deze handleiding voor u het toestel in gebruik neemt.

Voor het gebruik: Lees alle informatie in deze gebruiksaanwijzing aandachtig door. U vindt er belangrijke informatie betreffende het gebruik, de veiligheid en het onderhoud van het toestel. Bewaar deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig en geef hem met het toestel mee als u het van de hand doet. Het toestel mag enkel voor het doel zoals vermeld in deze handleiding worden gebruikt.

AVANT-PROPOS

Cher client, chère cliente

Nous vous félicitons d'avoir choisi ce mixeur-plongeant **bamix®**. Cet appareil a fait ses preuves des millions de fois et compte des utilisateurs satisfaits sur les cinq continents. Il convient pour diverses préparations culinaires quotidiennes des plus simples au plus élaborées. Le **bamix®** est un appareil pratique doté d'une poignée ergonomique facile à utiliser. Même de petites mains pourront s'en servir sans peine. Le **bamix®** est également adapté pour les gauchers. Ce mixeur plongeant de grande qualité, fabriqué en Suisse fait notre fierté depuis 1954.

Pour votre sécurité: Avant la mise en service de l'appareil, veuillez lire attentivement le mode d'emploi.

Avant l'utilisation: Veuillez lire attentivement toutes les instructions contenues dans ce mode d'emploi. Elles procurent des informations importantes concernant l'utilisation, la sécurité et le rangement de l'appareil. Conservez soigneusement ce mode d'emploi et joignez-le à l'appareil si vous vous en séparez. Cet appareil doit uniquement être utilisé conformément aux indications de ce mode d'emploi et dans les buts pour lesquels il a été prévu.

TALEN | LANGUES

NL	Nederlands	04
FR	Le français	60

INHOUDSOPGAVE

5



bamix®

Aanwijzingen & toebehoren	06
---------------------------------	----



STARTERDIPS

Guacamole avocadodip	08
Mediterrane dipsaus om te grillen	09
Baba ganoush – auberginecrème	10
Tzatziki augurk-yoghurtdipsaus	11
Paprika-notenspread	12
Geroosterd brood van de grill	13



RUND

Gemarineerde kalfsribben met gegrilde artisjokken	14
T-bonesteak met Chimichurrisaus	16
Kalfszadel in kruidenmarinade met sinaasappelsap	18



VARKEN

Varkensgebraad met aardbei-chiliglazuur	20
Varkenskotelet met babycourgettes	22
Balsamico-varkensfilet	23



WILD & LAM

Ribstuk van het hert met curry-rub	24
Lamszadel met citroen-peperonipasta	26
Wild op de grill: filet van roodwild	28



GEVOGELTE

Kippenborst met mosterdlaagje	29
Chili chickenwings	30



BURGERS, WRAPS & CO.

Curryworst	31
Pulled-porkburger met kruidensalade en barbecuesaus	32
Miniburgers met aardbeien-BBQ-ketchup	34
Chicken ranch wrap	36



VIS

Zalmsteak gegrild	38
Zeeeduivel op de grill	39



GELUKKIG ZONDER VLEES (VEGGIE)

Zoete aardappel van en spinazie salade met quinoa	40
Gevulde champignons	42
Gemarineerde aubergine	43
Gegrilde venkelsalade	44
Gegrilde avocado	45



DE ZOETE FINALE

Gegrilde ananas	46
Gegrilde bananaspit	47



SAUSEN, SALSA, BOTER, RUB

Mayonaise	48
Ketchup	49
Remouladesaus	50
Smoky BBQ-saus	51
Tomaten-paprikasalsa	52
Mosterd-kruidensaus	53
Abrikozen-paprikasalsa	54
Kruiden-kwarkboter	55
Barbecuerub	56
Spek-steakboter	57



BARBECUE-

weetjes	58
---------------	----

AANWIJZINGEN VOOR UW bamix®

- Sluit het toestel alleen aan op wisselstroom – met spanning die overeenkomt met het typeplaatje op het toestel.
- Dit toestel kan worden bediend door kinderen vanaf acht jaar en ook door mensen met beperkte fysieke, zintuiglijke of mentale capaciteiten of gebrek aan ervaring en kennis, als ze ondertoezichtstelling of onderwezen werden over het veilige gebruik van het toestel en de gevaren die hieruit kunnen ontstaan. Kinderen mogen niet met het toestel spelen. Reiniging en onderhoud door de gebruiker mogen niet zonder toezicht door kinderen worden uitgevoerd.
- Een elektrisch toestel is geen speelgoed. Kinderen zien de gevaren niet die bij het werken met elektrische toestellen kunnen ontstaan. Gebruik en bewaar het toestel daarom buiten bereik van kinderen.
- Het toestel moet altijd van het elektriciteitsnet worden losgekoppeld als er geen toezicht is en voor het monteren, het demonteren of het reinigen.
- Zet het toestel nooit op hete oppervlakken of in de buurt van een open gasvuur, anders komt er mogelijk schade aan de behuizing.
- Het toestel mag alleen tot onder de grens tussen behuizing en greep in vloeistoffen worden ondergedompeld.
- Reinig het toestel en de beschermkap niet in de vaatwasmachine.
- Reinig het toestel enkel met een vochtige lap.
- Trek de stekker uit als u aan de beschermkap of aan de onderdelen werkt, zoals bijvoorbeeld als u het toestel onder stromend water reinigt en als u onderdelen vervangt.
- Schakel het apparaat pas in als de staaf zich in de werkbak bevindt.
- **bamix®** is voorzien van een veiligheidsschakelaar die voorkomt dat het toestel ongewild in gebruik wordt genomen en die bij het activeren van schakelaar onmiddellijk uitvalt.
- Als het netsnoer van dit toestel wordt beschadigd, moet het door de fabrikant of zijn klantendienst of door een gelijkaardig gekwalificeerde persoon worden vervangen om gevaren te vermijden.
- Trek het netsnoer uit bij storingen tijdens het gebruik en na het gebruik.
- Trek de stekker nooit met natte handen uit het stopcontact.
- Draag of trek het toestel nooit aan het netsnoer.
- Trek of klem het netsnoer niet over scherpe kanten.
- Leg of hang het netsnoer niet over hete voorwerpen of een open vuur en bescherm het tegen hitte en olie.
- U mag het toestel niet in bedrijf nemen als: – het toestel, de behuizing of het netsnoer beschadigd is – er een defect vermoed kan worden nadat het gevallen is of iets dergelijks. In die gevallen moeten toestaan naar onze reparatiedienst worden gebracht.
- Reparaties mogen enkel door onze vaklui worden uitgevoerd. Door ondeskundige reparaties kunnen er grote gevaren voor de gebruiker ontstaan. Als het toestel ondoelmatig, verkeerd bediend of niet deskundig gerepareerd wordt, zijn wij niet aansprakelijk voor eventuele schade. In dat geval vervalt de garantie.
- Een complete afvoer van het toestel moet gebeuren in overeenstemming met de voorschriften van de woonplaats. Zowel technische wijzigingen als landspecifieke afwijkingen blijven voorbehouden.

bamix® TOEBEHOREN



Beker 0,4 l
met deksel, 0,4 l, ideaal voor kleine hoeveelheden.

! Warm nooit met het deksel erop in de magnetron. Vet- en oliehoudende vloeistoffen kunnen tijdens het verwarmen sporen achterlaten op de binnenkant van de recipiënt.



Multifunctioneel mes (versnippert)
Snippert, hakt, pureert rauwe en gekookte groente, vruchten, bessen, babyvoeding, gekookt vlees, diepvriesvruchten tot vruchtenijs, jam en zelfs ijsblokjes. Passeert soepen en sausen. Roert deeg voor gebak en omeletten. Dus voor alle zware producten.



Gladdeschijf (schuimt op)
Klopt eiwit en room op, mengt het en maakt het luchtig. Dient om soepen en sauzen op te kloppen. Voor alles wat schuimig en luchtig moet zijn.



Gaatjesschijf (mixt)
Roert en mixt shakes, dranken, puree, slasausen, mayonaise. Dus voor alles wat dik crèmeachtig en dik vloeibaar is.



Processor
Hakt noten, amandelen, kruiden, granen, chocolade, kaas, suiker tot poedersuiker, kruiden, brood tot paneermeel, koffie, knoflook, mierikswortel, hardgekookte eieren/eigeel voor garnering. Tip: De chocolade moet hard zijn op het moment dat hij gemalen wordt. Stop niet te veel ingrediënten om te malen in de **processor** (gevaar op blokkeren). Gebruik de **processor** altijd op stand II. Voor een beter resultaat neemt u de **processor** in de hand en schudt u de **processor** tijdens het werk. Bij het afwassen kan de voet van de **processor** uit het kuipje worden gehaald. Druk de twee klemmen tegelijk uit elkaar. Leg het kuipje na het afwassen weer in de voet van de **processor** en druk ze samen.

! De processor mag enkel met gesloten deksel in gebruik worden genomen. Reinig de processor niet in de vaatwasser.



Poederschijf
De **bamix® poederschijf** is een accessoire bij de **bamix® processor**. Hiermee kunt u enkel droge voedingsmiddelen verpulveren. Doe eerst de ingrediënten in het kuipje van de **processor** doen en breng dan de **poederschijf** aan. Schijf naar onder, cilinder naar boven en schakel dan de **bamix®** in op stand 2.



Beker 0,6 l
met deksel, 0,6 l, met maatverdeling, hittebestendig, bestand tegen gebruik in de magnetron.



Vleesmes (snijdt)
Snijdt, hakt, versnippert vlees of vis (rauw en gekookt) en hardvezelige groenten. Verwerk enkel vleessoorten zonder been en arm aan pezen. Een belangrijk deel van de pezen wordt verwijderd doordat die zich rond de schacht van het mes wikkelen en daar tijdens het proces af en toe verwijderd moeten worden. Snij het vlees, de vis of de groenten in blokjes van ca. 1 cm en leg ze in het bakje. Verwerk per keer niet meer dan 500 g.

! Gevaar op letsels door scherpe randen/messen en roterende delen.



GUACAMOLE

AVOCADODIP

★ BBQ beginners 🍷 2 personen ⌚ 10 minuten **Perfect bij** gevogelte **Toebehoren** 🍴 🥄

2 avocado's
1 kleine ui
1 kleine tomaat

½ bosje koriander
1 teentje knoflook
sap van ½ biologische limoen

Snij de avocado's in twee helften en verwijder de pit in het midden. Schraap daarna het vruchtvlees eruit met een ijslepel. Besprenkel het vruchtvlees van de avocado daarna met het sap van een halve limoen.

Verwerk de koriander, de tomaat, de ui, het knoflook en de avocado grondig in de beker met de **bamix®** met het **vleesmes**. Breng op smaak met zout en peper.

100 g bevat gemiddeld
Energie **414 kJ/99 kcal**
Koolhydraten **8 g**
Vetten **9 g**
Eiwit **1 g**



MEDITERRANE DIPSAUS

OM TE GRILLEN

★ BBQ beginners 🍷 2 personen ⌚ 5 minuten **Perfect bij** rund **Toebehoren** 🍴 🥄

5 gedroogde tomaten
8 zwarte olijven
½ bosje basilicum
2 teentjes knoflook

200 g kwark
1 tl olijfolie
2–3 el yoghurt
vetgehalte 3,8 %

Sap van ½ biologische citroen
1 snuifje zout en peper

De gedroogde tomaten, olijven, basilicum en de teentjes knoflook worden zeer fijn gemixt in de beker met de **bamix®** met het **vleesmes**.

Voeg olijfolie, kwark en yoghurt toe en verwerk alles nog eens grondig met de **bamix®** met het **vleesmes**. Breng op smaak met citroensap, zout en peper.

100 g bevat gemiddeld
Energie **377 kJ/90 kcal**
Koolhydraten **6 g**
Vetten **11 g**
Eiwit **6 g**



BABA GANOUSH – AUBERGINECRÈME

★ BBQ beginners 🍷 2 personen ⌚ 30 minuten Perfect bij gevogelte Toebehoren 🍴 🥄

2 el olijfolie
1 grote aubergine
1 teentje knoflook
2 el tahin (sesampasta)

3 el sesamzaad
sap van ½ bio-citroen
1 el honing
1 tl komijn

1 tl paprikapoeder zacht
1 snuifje zout en peper
gladde peterselie

Leg de aubergine in zijn geheel op de grill. U kunt hem ook naast de gloeiende houtskool leggen. De aubergine zal dan aan de buitenkant echt zwart worden, aan de binnenkant wordt ze dan net heel zacht.

Mix intussen olijfolie, knoflook, tahin, sesam, citroensap, honing, komijn en peterselie met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Trek de schil van de gebakken aubergine af. Pureer de auberginemassa samen met de bereide massa opnieuw met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**.

100 g bevat gemiddeld
Energie **841 kJ/201 kcal**
Koolhydraten **19 g**
Vetten **14 g**
Eiwit **3 g**



TZATZIKI AUGURK-YOGHURTDIPSAUS

★ BBQ beginners 🍷 3 personen ⌚ 35 minuten Perfect bij vis Toebehoren 🍴 🥄

300 g Griekse
yoghurt vetgehalte 10 %
2 teentjes knoflook

1 augurk
1 tl citroensap
1 el olijfolie

1 snuifje suiker
1 snuifje zout en peper
2 takjes dille

Was de augurken en halveer ze in de lengte. Schraap de pitten er met een lepel uit. Rasp de augurk, was de dille en hak knoflook en dille samen met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn.

Doe yoghurt samen met citroensap, olijfolie, dille, knoflook en kruiden samen in de beker en mix kort met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Meng de geraspte augurk door deze massa.

100 g bevat gemiddeld
Energie **218 kJ/52 kcal**
Koolhydraten **4 g**
Vetten **2 g**
Eiwit **3 g**





PAPRIKA- NOTENSPREAD

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 15 minuten **Perfect bij** gegrild vlees **Toebehooren** 🍴 🍴 🍴

3–4 rode paprika's
100 g walnoten
2 teentjes knoflook

8 biscuits (of 60 g
broodkruimsels)
1 chili

6 el olijfolie
Sap van ½ biologische citroen
1 snuifje zout en peper

Was de paprika's, maak schoon, besprenkel met olijfolie en rooster kort op de grill. Trek daarna de schil eraf, doe de paprika's en de noten in de beker en mix met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een massa.

Voeg er biscuits, knoflook, olijfolie, chili, zout, peper en een scheutje citroensap toe en mix alles opnieuw kort met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Breng tot slot weer op smaak met zout, peper en granaatappelsiroop.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1079 kJ/258 kcal**
Koolhydraten **15 g**
Vetten **21 g**
Eiwit **5 g**



GEROOSTERD BROOD VAN DE GRILL

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 45 minuten **Perfect bij** starterdips **Toebehooren** 🍴 🍴 🍴

1 blokje verse gist (42 g)
500 g meel
1 snuifje suiker

1 snuifje zout
1 el zachte boter
meel voor de handen

1 el olijfolie om in te vetten
300 ml water

Verbrokkel de gist in 300 ml lauw water en los het op tijdens het roeren. Verwerk het gistwater met mail, suiker, zout en boter met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een glad deeg. Laat afgedekt op een warme ca. 30 minuten lang rijzen.

Maak uit het gist steeg een aantal even grote bollen. Bestrijk de deegbollen aan één kant met olijfolie en leg ze daarna met de bestreken kant naar onder op het rooster. Laat de deegbollen circa 6 minuten lang roosteren.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1360 kJ/325 kcal**
Koolhydraten **60 g**
Vetten **4 g**
Eiwit **10 g**

GEMARINEERDE KALFSRIBBEN MET GEGRILDE ARTISJOKKEN

★★ BBQ gevorderd 🍴 6 personen ⌚ 60 minuten 🍷 Gerijpte rode wijn **Toebehoren** ✂️ 🍷 🍴

Ribstuk

2 kg kalfsribben
1 snufje zout en peper

Whiskymarinade

200 ml whisky
50 g honing
80 g ketchup (pag. 49)
90 g smoky BBQ-saus (pag. 51)
2 rode uien
2 chilipepers
30 g verse gember
geraspte schil en sap van 2 biologische sinaasappels
een takje verse marjolein
1 snuifje zout en peper

Artisjokken

12 kleine artisjokken
4 el olijfolie
sap van 2 biologische limoenen
6 blaadjes salie
2 takjes munt
ringen van lente-uitjes (voor de garnering)
1 snuifje zout en peper

100 g bevat gemiddeld
Energie **573 kJ/137 kcal**
Koolhydraten **9 g**
Vetten **5 g**
Eiwit **12 g**

Ribstuk

Verdeel het ribstuk in stukken, trek aan de achterkant het zilvervlies eraf en was koud af, dep droog, vermeng met de marinade die u vooraf hebt gemaakt. Laat minstens 2 uur trekken.

Bereid de grill voor op indirect grillen. Laat het ribstuk uitlekken. Laat op de hete grill indirect ingepakt circa 2 ½ uur op een temperatuur van ca. 120 °C roosteren. Let erop dat het ribstuk niet te sterk karamelliseert en te donker wordt. Bestrijk tussendoor regelmatig met de rest van de marinade.

Whiskymarinade

Mix whisky, honing, smoky BBQ-saus zou zijn ketchup met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Schil de uien en de gember, was de chilipepers af en hak samen met de marjolein met de **bamix®** met het **vleesmes**.

Roer sinaasappelschil en het sap door de whisky, honing en de barbecue massa en laat dan ca. 20 minuten trekken.

Artisjokken

Maak de artisjokken schoon en verwijder daarbij de buitenste harde dekbladeren volledig. Maak de stengels korter en schil ze. Halveer de artisjokken in de lengte, verwijder eventueel aanwezig hooi onderaan de bloembladen. Meng artisjokken en olijfolie. Laat ca. 15 minuten op de grill roosteren. Doe de artisjokken in een beker. Kruid met zout, peper en nootmuskaat. Hak salie- en muntblaadjes fijn met de **bamix®** met het **vleesmes** en vermeng onder de artisjokken.

Kruid de kalfsribben met zeezout, garneer met de artisjokken, ringen van lente-uitjes en chilipepers en verse marjolein.





T-BONESTEAK MET CHIMICHURISAUS

★★★ BBQ helden 🍴 4 personen ⌚ 30 minuten 🍷 Feinherbes Pils **Toebehoren** 🍴 🍷 🍹

T-bonesteak

4 T-bonesteaks,
ca. 3–4 cm dik
1 snufje zout en peper
4 tl olie

Chimichurrisaus

1 bundeltje gladde peterselie
2 teentjes knoflook
1 rode kleine ui
1 limoen
50 ml olijfolie
1 kleine chili
½ tl zwarte peper in
volle granen
1 tl grof zeesout
1 tl oregano
1 tl tijm
1 laurierblad

100 g bevat gemiddeld
Energie **732 kJ/175 kcal**
Koolhydraten **1 g**
Vetten **8 g**
Eiwit **24 g**

T-bonesteak

Verhit de grill. Wrijf de steak in met olijfolie en bestrooi met zout en peper.

Leg de steak op het heetste deel van de grill (250–300 °C). Als er vlammen zijn die niet na enkele seconden weer doven, gebruik dan de griltang en haal de steak uit de vlam tot die uitgaat. Leg daarna de steak weer op de heetste plek van het rooster. Gril 4 tot 6 minuten zonder afdekking. Gril daarna de steak opnieuw 4 tot 6 minuten aan de andere kant.

Neem de steaks van de grill en laat ze voor het serveren nog 5 minuten rusten. Daarna kunnen ze samen met de chimichurrisaus geserveerd worden.

Chimichurrisaus

Pureer de geschilde uien en knoflook met de peterselie, chili, oregano, tijm, zout en peper en vers limoensap en olijfolie eerst met de **bamix®** met het **vleesmes** en pureer dan met het **multifunctionele mes** tot een pesto-achtige massa. Met olijfolie kan men de consistentie volgens wens dunner of dikker maken. Voeg nu het laurierblad toe en neem het er vlak voor het opdienen weer uit. Opdat de saus zijn volledige aroma kan ontfouwen, laat u die het beste enkele dagen rusten en trekken.

Zo kunnen alle aroma's zich optimaal ontfouwen. De chimichurrisaus kan in de afgesloten beker van 600 ml in de koelkast meerdere weken bewaard worden, zolang ze helemaal met olijfolie is bedekt.

Chimichurri is een Argentijnse kruidensaus en is bijzonder lekker bij gegrild rundvlees en steaks.



**TIP
VAN DE
PRO**

KALFSZADEL IN KRUIDENMARINADE MET SINAASAPPELSAP

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 45 minuten 🍷 Krachtige rode wijn **Toebehoren** ✂️ 🧤 🥤

Ingrediënten

1 kg kalfszadel, klaar voor gebruik
1 sinaasappel
1 handvol peterselie
1 handvol munt
2 teentjes knoflook
1 rode chilipeper (gedroogd)
1 el tequila
2 el olie
½ tl komijn
1 snufje zout en peper

Bereiding

Pers de sinaasappel uit en meet ongeveer ½ kop sap af. Spoel peterselie en munt af en schud droog. Trek de blaadjes van de stelen, schil de knoflook en hak met de chilipepers in de beker met de **bamix®** met het **vleesmes**.

Mix het sinaasappelsap kort met kruiden, knoflook, chili, tequila, olie en komijn met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** en breng op smaak met zout en peper.

Wrijf het kalfszadel in met de marinade, doe in een luchtdichte zak en laat een nacht staan in de koelkast.

Op de grill

Maak de grill klaar voor indirecte warmte (140 °C). Neem het kalfszadel uit de zak en zet het in een braadmand indirect op de grill. Stel de thermometer in en grill het zadel tot er een kerntemperatuur van ongeveer 65 graden is bereikt. Neem het kalfszadel van de grill en laat afgedekt nog 5 minuten rusten.

100 g bevat gemiddeld
Energie **669 kJ/160 kcal**
Koolhydraten **4 g**
Vetten **7 g**
Eiwit **19 g**

In marinades komt het aroma van specerijen en kruiden bijzonder intensief tot zijn recht. Dat dringt samen met de olie tot in het grillvlees.



**TIP
VAN DE
PRO**





VARKENSGBRAAD MET AARDBEI- CHILIGLAZUUR

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 180 minuten 🍺 Wit bier **Toebehoren** 🍷 🍹

Ingrediënten

900 g varkensgebraad
500 ml cola
120 g zeezout
2 el olijfolie

Glazuur

250 g diepgevroren aardbeien
125 ml cola
125 ml water
1 tl paprikapoeder pikant
4 el dijonmosterd

Bereiding

Maak het gebrad eerst wat schoon (ongewenste stukjes van het verwijderen, zoals pezen, huid, vet) en roer dan de cola en het zeezout door elkaar (opgelet, dat schuimt). Doe de marinade daarna in een diepvrieszakje, leg het vlees erin en laat 1–2 uur in de koeler trekken.

Mix intussen aardbeien, cola, water, paprika, mosterd voor de glazuur met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** en zet opzij. Haal het gebrad ca. 30 minuten voor het op de grill komt uit de marinade, dep af, wrijf in met olijfolie en laat rusten op kamertemperatuur.

Laat de glazuur in een aluminium schaal of een afgietvorm lopen die groot genoeg is om het gebrad later gemakkelijk daar in de glazuur te leggen.

Braad het vlees aan beide zijden ca. 8 minuten direct onder hoge temperatuur aan (200 °C), draai halverwege om en leg ten slotte in de uitloopvorm met de glazuur. Laat verder garen op indirecte hitte tot het een kerntemperatuur 1 uur van 62 °C heeft. Draai het gebrad ca. om de 10 minuten om.

Laat het voor het opdienen nog ca. 5 minuten rusten. Aardappelen en asperges in boter en geroosterde broodkorstjes passen hier uitstekend bij.

100 g bevat gemiddeld
Energie **711 kJ/170 kcal**
Koolhydraten **65 g**
Vetten **4 g**
Eiwit **17 g**





VARKENSKOTELET MET BABYCOURGETTES

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 45 minuten 🌿 Mosterd-kruidensaus (pag. 53) Toebehoren 🍷 🥤

4 varkenskoteletten van 150 g
1 tl paprikapoeder /
chilipoeder
1 tl honing

wat tomatenketchup
8–10 babycourgettes
5 el olijfolie
½ teentje knoflook

1 el rode wijnazijn
1 handvol basilicum
1 snufje zout en peper

Mix honing, tomatenketchup en olie met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** met zout, peper, paprikapoeder of chilipoeder, bestrijk de koteletten met deze marinade en laat trekken. Grill de koteletten aan elke kant 5 tot 7 min. Laat de stukken vlees op wat afstand tot de gloeiende kolen nog wat trekken.

Mix olie, knoflook, zout, peper, azijn en basilicum met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Meng er de courgettes onder en marineer minstens 1 uur. Doe daarna in een grillschaal van edelstaal en laat aan de rand van de grill aan alle kanten licht roosteren. Dat duurt ongeveer 20 minuten.

100 g bevat gemiddeld
Energie **791 kJ/189 kcal**
Koolhydraten **2 g**
Vetten **11 g**
Eiwit **19 g**



BALSAMICO- VARKENSFILLET

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 35 minuten 🍷 Carménère Toebehoren 🍷 🥤

1 varkensfilet voor 4 personen
80 ml balsamico-azijn
6 el olijfolie

1 el sojasaus
1 el bruine suiker
1 teentje knoflook

1 takje rozemarijn
1 snufje zout en peper

Maak de varkensfilet schoon. Mix azijn, olijfolie, sojasaus, suiker, knoflook, rozemarijn, peper in de beker met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een marinade. Doe het vlees in een vacuümzakje. Voeg de marinade toe en bewaar het geheel 30 min. lang vacuüm.

Verwarm de grill voor. Laat de varkensfilet op 200 °C indirect grillen. Laat de rest van de marinade enkele keren over het vlees druipen. Na ongeveer 30–40 minuten moet er een kerntemperatuur bereikt zijn van 68 °C. Dan is de filet klaar om op te dienen.

100 g bevat gemiddeld
Energie **753 kJ/180 kcal**
Koolhydraten **6 g**
Vetten **10 g**
Eiwit **18 g**



RIBSTUK VAN HET HERT MET CURRY-RUB

★★★ BBQ helden

4 personen

60 minuten

Exportbier

Toehoren



Curry-rub

2 tl komijn
2 tl curry
2 tl paprikapoeder
2 teentjes knoflook
1 snufje zout en peper

Ribstuk van het hert

4 kg vlezig ribben van het hert
1 snufje zout en peper

Salsasaus

2 kleine papaja's
2 takjes bleekselderij
2 lente-uitjes
2 kleine rode chilipepers
geraspte schil en sap van 1 biologische limoen
2 el olijfolie
2 el rode azijn
3 el rijstwijnazijn
1 snufje zout en peper

100 g bevat gemiddeld
Energie **510 kJ/122 kcal**
Koolhydraten **3 g**
Vetten **4 g**
Eiwit **19 g**

Bereiding

Maak de grill klaar voor indirect grillen (140–160 °C).

Verpulver komijn met de **bamix®** en de **processor** met de **poeder-schijf**. Mix met curry, paprikapoeder en teentjes knoflook met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een rub.

Was het ribstuk van hert koud af, dep grondig droog en olie lichtjes in. Masseer de rub met de handen in het ribstuk. Laat ongeveer 20 minuten trekken. Laat het ribstuk dan indirect gesloten om de 2 uur beurtelings grillen.

Salsasaus

Schil intussen de papaja's en verwijder de pitten. Mix het vrucht vlees van de papaja's, de bleekselderij, lente-uitjes en chilipepers kort met de **bamix®** in de beker met het **vleesmes** tot een salsa.

Voeg de schil en het sap van de limoen, azijn en rijstwijnazijn toe. Meng alles grondig en laat de salsa minstens 20 minuten trekken.

Dresseer het hertenribstuk en de salsa.

Hertenvlees valt op dankzij zijn intensieve smaak. Het is wat magerder dan rundvlees en een delicatesse op de grill.



**TIP
VAN DE
PRO**

LAMSZADEL MET CITROEN-PEPERONIPASTA

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 60 minuten 🍷 Cabernet Sauvignon **Toebehooren** 🍴 🍷 🍴

Citroen-peperonipasta

250 g rode peperoni
2 bio-citroenen
40 g zeezout
1 el kruidenmengeling Ras el Hanout
5 verse chilipeper

Hummus

4 el tahin (sesampasta)
1 citroen
2 blikken kikkererwten (400 g)
1–2 tl komijn
2 tl kruidenmengeling Ras el Hanout
6 el olijfolie
1 snufje zout en peper

Lamszadel

1,2 kg uitgebeend
lamszadel
2 el olijfolie
1 snufje zout en peper

Citroen-peperonipasta

Was de peperoni, snij in de lengte door, verwijder de pitten en snij in repen. Hak het vlees fijn met de **bamix®** en het **vleesmes**. Pers een citroen. Was de tweede citroen met warm water, wrijf droog en snij in partjes. Mix peperoni, stukjes citroen en citroensap grof met de **bamix®** met het **vleesmes**. Roer er het zout en de Ras el Hanout (bestaat uit 3 el korianderzaadjes, 2 el komijnzaadjes, 1 tl kardemomzaadjes, 2 el zwarte peperbolletjes, 5 stuks pimentbolletjes, 1 el kurkuma, 1 el paprikapoeder, 1 el gemberpoeder, 1 el kaneelpoeder, 2 tl kruidnagels, ½ tl nootmuskaat, 1 tl chili) onder en doe in een glas. Bedek met laurierblaadjes. Laat op een warme plaats ten minste 1 dag, nog beter 1 week trekken.

Hummus

Pers de citroen. Giet kikkererwten af in een zeef, laat uitdruipen. Pureer sesam, komijn, Ras el Hanout, olijfolie en kikkererwten met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een crème, voeg eventueel wat water toe. Verpulver zout en peper met de **processor** met de **poederschijf** en gebruik dat om op smaak te brengen.

Lamszadel

Spoel het lamszadel af, dep droog. Wrijf het vlees in met een beetje olijfolie, breng op smaak met zout en peper. Gril op gemiddelde temperatuur gedurende 35 minuten en draai geregeld om (180–200 °C). Laat het bereide lamszadel 10 minuten rusten, snij het daarna in dunne plakken. Haal de kruidenblaadjes eraf. Garneer met hummus, citroen-peperonipasta en geniet ervan.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1017 kJ/243 kcal**
Koolhydraten **26 g**
Vetten **7 g**
Eiwit **15 g**





WILD OP DE GRILL: FILET VAN ROODWILD

★★★ BBQ helden 🍷 4 personen ⌚ 30 minuten 🍷 Aubergine (pag. 43) Toebehoren 🍴 🍴 🍴

1 roodwildzadel
200 g gedroogde
tomaten

8 bladen van salie
2 takjes pepermunt
2 takjes citroenmelisse

2 el olijfolie
1 snufje zout en peper

Hak de gedroogde tomaten, zout, peper, salie, munt, citroenmelisse samen met de olijfolie met de **bamix®** met het **vleesmes** in de beker. Mix daarna de massa met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een marinade.

Snij de gegaarde rugfilet in duimdikke schijven en plateer ze even dun om ze op één hoogte te brengen. Wrijf de filets in met de marinade en laat enkele uren op een koele plaats intrekken. Als afwerking moet het vlees gegrild worden terwijl het ronddraait om de kruiden niet te verbranden.

100 g bevat gemiddeld
Energie **569 kJ/136 kcal**
Koolhydraten **2 g**
Vetten **6 g**
Eiwit **19 g**



KIPPENBORST MET MOSTERDLAAGJE

★ BBQ beginners 🍷 4 personen ⌚ 15 minuten 🍷 Donker bier Toebehoren 🍴 🍴 🍴

4 stukjes kippenborst
elke 180 g
100 g mosterd van Dijon

20 g mosterdzaadjes
5 g dragon
1 el raapolie

1 snufje zout en peper

Hak de peper, de mosterdzaadjes, het zout en de dragon met de **bamix®** met de **processor**. Wrijf de kippenborst in met de mosterd en strooi daarna de kruidenmengeling erover. Laat ongeveer 1 uur afgedekt in de koelkast marinieren.

Bereid de grill voor op indirecte hitte (175 °C). Gril ongeveer 25 minuten tot het vlees goudbruin is en een kerntemperatuur van 75 °C heeft bereikt. Snij open en dresseer op het bord.

100 g bevat gemiddeld
Energie **577 kJ/138 kcal**
Koolhydraten **1 g**
Vetten **7 g**
Eiwit **20 g**



CHILI CHICKENWINGS

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 25 minuten 🍷 Gegrilde groenten **Toebehoren** 🍷 🍷

3 el mayonaise (recept pag. 48)
1 el worcestersaus

1 el paprikakruiden
1 el honing
2 lente-uitjes

12 kippenvleugels
1 snufje zout en peper

Mix voor de marinade de mayonaise, worcestersaus, paprikakruiden, zout, peper, honing en lente-uitjes met de **bamix®** met het **vleesmes**. Wrijf de chicken wings volledig in met de marinade. Laat ten minste 3 uur, of indien mogelijk's nachts, in de koelkast intrekken.

Gril de kippenvleugels na het marineren op middelmatige hitte tot ze stevig, goudbruin en door en door gegaard zijn. Geroosterde groenten zijn ideaal bij chicken wings van de grill.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1138 kJ/272 kcal**
Koolhydraten **6 g**
Vetten **16 g**
Eiwit **26 g**



31



CURRYWORST

★ BBQ beginners 🍴 2 personen ⌚ 20 minuten 🍷 Gisttarwe bier **Toebehoren** 🍷 🍷

4 curryworsten
2 sjalotten
2 teentjes knoflook
5 cocktailtomaten
1 rode peperoni

1 el tomatenketchup
4 tl currypoeder
300 ml tomatensap
3 el ketchup (recept pag. 49)
sap van 1 sinaasappel

1 snufje zout en peper
1 tl chili
1 tl plantaardige olie
currypoeder om te bestrooien

Meng voor de saus de sjalotten, knoflook, hete pepers, tomatenpuree, kerriepoeder, ketchup, sinaasappelsap, plantaardige olie, chili, zout en peper met de **bamix®** en het **vleesmes**.

Verwarm de grill (met deksel 200 °C) voor voor een middelmatig hoge, directe hitte. Gril de spiesjes curryworst bij een directe hitte, gesloten 3–4 minuten aan elke kant. Overgiet voor het serveren de worsten met saus en bestrooi met currypoeder.

100 g bevat gemiddeld
Energie **887 kJ/212 kcal**
Koolhydraten **9 g**
Vetten **16 g**
Eiwit **11 g**



PULLED-PORKBURGER MET KRUIDENSALADE EN BARBECUESAUS

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 2 uur 🍷 Iers rood bier **Toebehoren** 🌿 🍴 🥘 🥤

Burger

1 kg schouderham met
zwoerd en bot
1 tl komijn
1 tl paprikapoeder
1 el zonnebloemolie
4 broodjes voor burgers
1 snufje zout en peper

Saus voor de burger

1 ui
1 teentje knoflook
1 el zonnebloemolie
40 ml sinaasappelsap
40 ml balsamicoazijn
40 ml bier
1 snuifje chilivlokken
1 snufje zout en peper

Koolsalade

½ kg spitskool
1 tl nigelle
2 el raapolie
2 el witte wijnazijn
1 snuifje suiker
1 handvol peterselie
1 snufje zout en peper

Burgervlees

Spoel het vlees af, dep het goed droog en snij ruitvormen in het zwoerd. Mix komijn, paprikapoeder, zout en peper met de **bamix®** met de **processor**. Besprenkel het vlees met olie, wrijf in met de kruidenmengeling, wikkel in vershoudfolie en laat ongeveer 24 uur trekken in de koelkast.

Haal de ham ongeveer 3 uur voor het bakken uit de koelkast. Gril op 120 °C indirecte hitte gedurende ca. 16 uur. Controleer de kerntemperatuur tot de 90 °C zijn bereikt. Laat ongeveer 1 uur rusten. Trek daarna uit elkaar en voeg wat bier toe.

Saus voor de burger

Schil intussen voor de burgersaus uien en knoflook en hak fijn met de **bamix®** met het **vleesmes**. Verhit de olie in een kleine pot, stoof de uien en knoflook tot ze glazig zijn en strooi wat zout op. Doe sinaasappelsap, balsamico, bier en chili bij de uien en laat ongeveer 25 minuten inkoken. Pureer daarna de saus in de beker met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** en breng op smaak met zout en peper.

Koolsalade

Halveer de kool voor de koolsalade; snijd ze in dunne reepjes en breng op smaak met zout, peper, suiker, olie en azijn. Hak peterselie en nigelle grof met de **bamix®** met de **processor**. Gebruik dit om later de koolsalade te kruiden. Laat op een koele plaats 2–3 uur trekken, roer regelmatig om.

Smeer wat saus op de burgerbroodjes, leg er de koolsalade en het vlees op. Leg de andere helft van het broodje op de burger.

100 g bevat gemiddeld
Energie **628 kJ/150 kcal**
Koolhydraten **12 g**
Vetten **6 g**
Eiwit **10 g**





MINIBURGERS MET AARDBEIEN-BBQ-KETCHUP

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 35 minuten 🍷 Pale Ale/IPA **Toebehoren** ✂️ 🍴

Aardbei-bbq-ketchup

1 glas geroosterde rode paprika's
200 g diepgevroren aardbeien
1 el korianderzaadjes
1 teentje knoflook
gember
50 ml balsamicoazijn
1 tl worcestersaus
1 tl mosterd van Dijon
100 ml tomatenstukjes
3 el honing
2 el sojasaus
3 el aardbeienjam
200 ml water
1 snufje zout en peper
2 el olijfolie

Rundvlees patty

500 g rundvlees
2 handenvol rucola
10 plakken spek
1 ui
1 snufje zout en peper

broodjes

Aardbei-bbq-ketchup

Was de aardbeien voor de barbecuesaus. Doe de aardbeien in een vuurvaste schaal en laat op 200 °C circa 25 minuten lang karamelliseren. Haal uit de oven en laat een beetje afkoelen. Giet de rode paprika's af en hak met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn. Bruineer intussen de specerijen korianderzaadjes, knoflook, gember) in een pot met wat olie. Zodra die wat kleur hebben gekregen, voegt u de paprika toe en bruineert u het geheel ook kort. Voeg de honing en de mosterd toe en roer zodat alles mooi bindt met de rode paprika's. Let erop dat er niets aanbrandt.

Blus daarna met water en voeg de stukjes tomaat, de balsamicoazijn, de worcestersaus en de sojasaus toe. Laat alles minstens 30 minuten licht koken en blijf omroeren. Voeg tot slot de gekaramelliseerde aardbeien toe. Voeg er daarna de aardbeienjam onder en pureer grof met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Eindelijk op smaak brengen met zout en peper.

Rundvlees patty

Hak het rundvlees met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn. Bak het spek in een hete grillpan zodat het mooi krokant wordt. Breng het vooraf gehakte rundvlees enkel met wat zout en verse pepers stevig op smaak en doorkneed goed met de handen. Maak even grote bollen van het vlees die u met de palm van de hand plat drukt. Verwarm de grill (met deksel ca. 200 °C) voor voor directe hitte. Gril de beef patty's bij een directe hitte, gesloten deksel 3–4 minuten aan elke kant op hoog vuur. Was de rucola, slinger droog en haal er de slechte blaadjes uit. Schil de uien, halveer ze en snij in dunne ringen.

Halveer eerst de broodjes, leg wat rucola op de onderste helften, daarna een helft van het geroosterde spek, leg er dan enkele uienringen op, leg er de pas gebraden rundvleespatty op en smeer 1 eetlepel aardbeien-barbecueketchup op het rundvlees. Leg er tenslotte het bovenste deel van het broodje op.

100 g bevat gemiddeld
Energie **640 kJ/153 kcal**
Koolhydraten **12 g**
Vetten **5 g**
Eiwit **14 g**



CHICKEN RANCH WRAP

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 20 minuten

🍷 Voorraadbier

👁️ Toebehoren



Kippenborst

500 g kippenborst
2 el olie
1 snufje zout en peper

Ranchdressing

3 el mayonaise
(recept pag. 48)
200 g magere kwark
vetgehalte 0,3 %
1 el citroens
1 teentje knoflook
2 el bieslook
2 el gehackte peterselie
1 snufje zout en peper

Wrap

4 tortilla- of dürümvelen
2 tomaten
½ binnenste van een bindsla
100 g geraspte mozzarella

Kippenborst

Was de kippenborst grondig, snij in repen van circa 3 cm breed. Verwarm de grill op circa 200 °C voor op directe hitte. Kruid de kippenborst, besprenkel met olie en grill 10 minuten.

Ranchdressing

Mix eerst de zelfbereide mayonaise met magere kwark en citroensap grondig met de **bamix®**, voeg daarna de knoflook, bieslook en peterselie toe en mix opnieuw kort met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Breng op smaak met zout en peper.

Wrap

Smeer voor de wrap de tortilla- of dürümvelen royaal in met de ranch dressing, leg twee bladen bindsla in het midden en leg het zowl de repen kippenborst als de blokjes tomaten en mozzarella erop.

Leg nu de zijkanten boven en onderaan naar binnen en rol vlot en met schwing naar rechts of links op. Zorg ervoor dat de wrap stevig opgerold wordt zodat er op het einde niets uitvalt.

100 g bevat gemiddeld
Energie **548 kJ/131 kcal**
Koolhydraten **6 g**
Vetten **7 g**
Eiwit **14 g**

Hoe heter het kippenvlees wordt gebakken, hoe meer vloeistof het verliest en hoe droger het wordt. Daarom heb je wat fijngevoeligheid nodig.



**TIP
VAN DE
PRO**

ZALMSTEAK

GEGRILD

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 15 minuten 🍷 Riesling/Veltliner **Toebehoren** 🍴 🍷

4 zalmsteaks van 250g

Voor de marinade

6 el olie

2 el mosterd van Dijon

4 el citroensap

4 el sojasaus

4 el Japanse vissaus

4 el honing

1 tl knoflookpoeder

1 snufje zout en peper

Mix de ingrediënten voor de marinade met de **bamix®** met het **multi-functionele mes**. Breng op smaak met zout en peper. Laat de zalmsteaks daarin ongeveer 30 minuten afgedekt in de koelkast marineren.

Verwarm de grill voor op 220 °C. Neem de zalmsteaks uit de marinade, dep droog en grill 2–3 minuten aan beide kanten. Leg de steaks nu op de indirecte grillzone en laat trekken tot er een kerntemperatuur van 60 °C is bereikt. Breng nog een keer marinade aan met het bakpenseel en breng voor het serveren op smaak met zout en peper.

100 g bevat gemiddeld

Energie **703 kJ/168 kcal**

Koolhydraten **10 g**

Vetten **7 g**

Eiwit **14 g**



39



ZEEDUIVEL

OP DE GRILL

★★ BBQ gevorderd 🍴 4 personen ⌚ 20 minuten 🍷 Remouladesaus (pag. 50) **Toebehoren** 🍴 🍷

1 kg zeeduivel

6 takjes tijm

8 g korianderzaadjes

5 g bruine rietsuiker

1 tl wasabipasta (of mosterd)

1 snufje zout en peper

Hak de tijmblaadjes, korianderzaadjes, peper, zout en suiker met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn. Wrijf de zeeduivel in met de droge marinade en laat 30 minuten lang afgedekt op kamertemperatuur marineren.

100 g bevat gemiddeld

Energie **314 kJ/75 kcal**

Koolhydraten **3 g**

Vetten **3 g**

Eiwit **10 g**

Leg de gemarineerde zeeduivel gedurende circa 15 minuten met gesloten deksel op de grill op circa 160–180 °C, grill op indirecte hitte. Draai verschillende keren om. Laat tot slot 5 minuten zonder deksel rusten.





ZOETE AARDAPPEL VAN EN SPINAZIE SALADE MET QUINOA

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 20 minuten

🍷 Pale Ale /IPA

Toehoren



Zoete aardappelen

2 zoete aardappelen
4 el zonnebloemolie
1 tl zoete paprika
1 snufje zout en peper

Salade

50 g quinoa
2 el olijfolie
1 groene appel
1 handvol walnoten
½ granaatappel
100 g verse baby spinazie
½ tl kaneel
50 ml water
1 snufje zout

Dressing

4 el olijfolie
2 el honing
2 el dijonmosterd
2 el balsamico
1 tl citroensap
1 snufje zout en peper

Zoete aardappelen

Was de zoete aardappelen voor de salade grondig, verdeel in grove stukken en snij in kleine wedges. Vermeng met zonnebloemolie en paprikapoeder. Breng op smaak met zout en peper. Grill voor directe warmte van ongeveer 180 °C voor te bereiden. Kook aardappelen gedurende 25 min. Tot ze knapperig en knapperig zijn zijn goudbruin gekleurd. Draai kolommen af en toe.

Salade

Was quinoa en breng even met water in een pan aan de kook. Laat circa 10 minuten op gemiddelde stand pruttelen tot het bijtbaar is en het water weggekookt is. Voeg olijfolie toe en laat 5 minuten bakken. Breng op smaak met zout en kaneel.

Was de appel en snij in dunne partjes. Ontpit de granaatappel en was de spinazie. Hak de walnoten grof met de **bamix®** en het **vleesmes**. Meng alles met de quinoa.

Dressing

Meng voor de dressing in de beker olijfolie, honing, mosterd, balsamico en citroensap met de **bamix®** met de **gaatjesschiif** en breng op smaak met zout en peper. Giet over de salade.

100 g bevat gemiddeld
Energie **849 kJ/203 kcal**
Koolhydraten **23 g**
Vetten **11 g**
Eiwit **3 g**

Ontpit de granaatappel eenvoudig en zonder lastige spatjes in een schotel onder water.



**TIP
VAN DE
PRO**





GEVULDE CHAMPIGNONS

★ BBQ beginners 🍴 2 personen ⌚ 20 minuten 🌿 Tomaten-paprikasalsa (pag. 52) **Toebehooren** 🍴 🍷

8 bruine champignons
115 g cashewnoten
1 handvol basilicum

2 el kokosmelk
sap van ½ biologische limoen
60 ml water

2 el pijnboompitten
1 snufje zout en peper

Mix de noten met basilicum, kokosmelk, limoen, water, pijnboompitten met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**.

Maak de champignons schoon, verwijder de stelen en vul met ca. 1–2 tl cashew-basilicumcrème. Leg de champignons ca. 15–20 minuten op de grill. De champignons zijn klaar zodra ze beginnen te verschrompelen. Strooi de pijnboompitten erover en serveer.

100 g bevat gemiddeld
Energie **816 kJ/195 kcal**
Koolhydraten **9 g**
Vetten **15 g**
Eiwit **5 g**



GEMARINEERDE AUBERGINE

★ BBQ beginners 🍴 3 personen ⌚ 25 minuten 🌿 Smoky BBQ-saus (pag. 51) **Toebehooren** 🍴 🍷

3 aubergines
Voor de marinade
2 el olijfolie
1 el honing

3 el rode wijnazijn
1 handvol peterselie
1 handvol tijmblaadjes
3 teentjes knoflook

½ tl chili
1 snufje zout en peper

Snij de aubergines in schijven. Druppel olijfolie over de schijfjes aubergine en breng op smaak met zout en peper. Gril de schijven ca. 4–5 minuten per kant.

Mix intussen olijfolie met de rest van de ingrediënten voor de marinade in de beker met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een marinade. Dresseer de aubergines in een diep bord. Doe de marinade erover, dek het bord af en laat minstens 2–6 uur marinieren.

100 g bevat gemiddeld
Energie **615 kJ/147 kcal**
Koolhydraten **17 g**
Vetten **10 g**
Eiwit **2 g**



GEGRILDE VENKELSALADE

★ BBQ beginners

👤 4 personen

🕒 15 minuten

🍷 Licht bier

👉 Toebehoren



4 Orangen
2 el Dijonsenf
95 ml Olivenöl

2 Fenchelknollen
4 el Mandelsplitter
4 Stängel frische Minze

1 snufje zout en peper

Rasp de sinaasappelschil in de beker en pers een sinaasappel. Meng de sinaasappelsap met mosterd van Dijon, sinaasappelrasp en 50 ml olijfolie met de **bamix®** met de **gaatjesschijf**. Breng op smaak met zout en peper.

Snij de venkel in circa 1 cm dikke schijven, vermeng met de resterende olijfolie en met zout en peper. Gril de venkel 4 minuten aan elke kant. Rasp de gegrilde schijven venkel. Schil de overige sinaasappels en haal de partjes eruit. Vermeng de gegrilde venkel met de sinaasappelen, amandelschilfers, gehakte munt en dressing.

100 g bevat gemiddeld
Energie **916 kJ/219 kcal**
Koolhydraten **14 g**
Vetten **17 g**
Eiwit **4 g**



GEGRILDE AVOCADO

★ BBQ beginners

👤 4 personen

🕒 20 minuten

🍷 Perfect bij steak

👉 Toebehoren



5 vrij rijpe avocado's
sap van 1 bio-citroen
3 el olijfolie
5 el kruidenolie
1 snufje zout en peper

Avocado-salsa
2 avocado's
2 tomaten
½ rode ui
2 lente-uitjes

½ chili
1 handvol koriander

Halveer de avocado's in de lengte en verwijder de pitten. Marineer het vruchtvlees ca. 1 uur met citroensap, olijfolie, zout en peper. Gril de avocado's op de hete grill 8–10 minuten aan beide kanten.

Hak de tomaten met de avocado's met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn. Hak de uien, lente-uitjes, chili en koriander met de **bamix®** met de **processor** fijn. Vermeng de tomaten-avocado met de uien-kruidenmassa. Doe de salsa in de gegrilde avocadohelften en serveer.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1038 kJ/248 kcal**
Koolhydraten **9 g**
Vetten **22 g**
Eiwit **2 g**



GEGRILDE ANANAS

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 20 minuten Toebehoren 🍴 🍷 🍹

75 g bruine suiker

7–8 ijsblokjes

7 bio-citroenen

2 stk eiwit

1 snuifje zout

1 blik kokossap/melk ½ l

1 stuk ananas, in acht verdeeld

10 g bruine rietsuiker

40 ml rum, 40 %

½ tl kaneel

130 ml room vetgehalte 30 %

10 g poedersuiker

100 g bevat gemiddeld

Energie **904 kJ/216 kcal**

Koolhydraten **25 g**

Vetten **8 g**

Eiwit **3 g**

Snij de ananas in schijven. Grill de stukken aan de twee kanten direct en laat daarna ca. 15 minuten indirect grillen. Snij de schijven in acht stukken.

Rasp de schil van de citroenen fijn. Pers de citroenen uit, doe 90 ml sap in een maatbeker. Klop het eiwit op met de **bamix®** met de **gladdeschijf** op stand 1. Roer het eiwit door de suiker, citroensap

en kokosmelk. Giet een mengeling in de beker en vergruizel samen met de ijsblokjes met de **bamix®** met het **multifunctionele mes** tot een sorbet. Klop de room en de poedersuiker stijf met de **bamix®** met de **gladdeschijf** stand 1. Serveer de gegrilde ananas met een bol sorbet en de room.

GEGRILDE BANANASPLIT

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 20 minuten Toebehoren 🍴 🍷 🍹

120 g honing

60 ml rum, 40 %

1 el suiker

1 tl gember

1 tl kaneel

1 snuifje nootmuskaat

4 bananen, rijp maar stevig

2–3 el geraspte kokos

room als garnituur

4 bolletjes vanille-ijs

3 el pinda's

Mix honing, rum, suiker, gember, kaneel en nootmuskaat in de beker met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Schil de bananen, borstel er de marinade over. Wrijf het grillrooster in met olie en grill de bananen aan elke kant. Rooster geraspte kokos en pinda's aan de rand van de grill op een aluminiumfolie tot ze goudbruin zijn. Snij de bananen grof in schuine stukken, druppel marinade eroverheen.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1590 kJ/380 kcal**

Koolhydraten **48 g**

Vetten **17 g**

Eiwit **4 g**

Klop de room en de suiker stijf met de **bamix®** met de **gladdeschijf** stand 1. Doe de room op de bananen, bestrooi met de geroosterde kokosrasp en pinda's en leg het ijs ernaast.





MAYONAISE

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 15 minuten **Toebehoren** 🍷 🥄

1 ei (met of zonder eiwit) 1 snuifje peper
 sap van ½ bio-citroen 250 ml olie
 1 tl kruidenazijn 1 tl mosterd
 1 snuifje zout

Doe alle ingrediënten behalve de olie in de beker en verwerk grondig met de **bamix®** en de **gaatjesschijf**. Laat de olie er dan in een dunne straal bij lopen terwijl de **bamix®** blijft werken, tot de mayonaise de gewenste stevigheid heeft bereikt. Als de ingrediënten dezelfde temperatuur hebben zal de mayonaise lukken.

Een andere bereidingswijze: Doe alle ingrediënten in de beker waarbij tenminste ¼ l olie nodig is. Laat de **bamix®** met de **gaatjesschijf** circa 5 seconden onbeweeglijk op de bodem van de beker staan en laat draaien. Zodra de ingrediënten met de olie gebonden zijn, mix de massa in de beker op stand 1.

100 g bevat gemiddeld
 Energie **2761 kJ/660 kcal**
 Koolhydraten **1 g**
 Vetten **72 g**
 Eiwit **4 g**



KETCHUP

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 30 minuten **Toebehoren** 🍷 🥄

650 g tomaten 1 kaneelstokje 50 g rietsuiker
 150 g rode uien 2 stuks steranijs 2 tl maizena
 3 teentjes knoflook 1 gedroogde chilipeper 1 tl zout
 5 pimentbolletjes 100 ml rode wijnazijn

Pureer de tomaten, uien en knoflook in de beker met de **bamix®** met het **vleesmes**. Doe de puree in een pot. Voeg de kruiden toe, breng aan de kook. Laat op een laag pitje ongeveer 35 minuten open in koken en blijf intussen roeren.

Voeg azijn en suiker toe. Breng opnieuw aan de kook en laat nog 10 minuten al roerend koken. Doe maizena in de kokende ketchup en mix met de **bamix®** met het **multifunctionele mes**. Laat kort opkoken. Blijft goed bewaard in de beker met het deksel erop.

100 g bevat gemiddeld
 Energie **397 kJ/95 kcal**
 Koolhydraten **19 g**
 Vetten **1 g**
 Eiwit **2 g**

REMOULADE- SAUS

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 15 minuten

Perfect bij vis

Toebehoren



2 hardgekookte eidooiers
1 rauwe eidooier
125 ml olie
2 el azijn of citroensap
1 tl mosterd

1 kleine ui
1 el kappertjes
2 kleine augurkjes in het zuur
1–2 ansjovissen in eigen nat
diverse kruiden

125 ml zure room 10 %
vetgehalte
1 snufje zout

Roer het eigeel, olie en zout met de **bamix®** en de **gaatjesschijf** tot schuim, verwerk daarna twee eetlepels azijn of citroensap, mosterd en kleine ui, de eetlepel kappertjes, augurkjes, ansjovissen met zure room en de kruiden in de **bamix®** met het **multifunctionele mes** en meng het door elkaar.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1594 kJ/381 kcal**
Koolhydraten **11 g**
Vetten **11 g**
Eiwit **13 g**



51



SMOKY BBQ-SAUS

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 15 minuten

Perfect bij ribben

Toebehoren



½ ui
240 g ketchup (pag. 49)
120 ml water
60 ml appelazijn

1 el worcestersaus
sap van ½ biologische citroen
½ tl tabasco
½ el mosterd van Dijon

5 el bruine suiker
5 el suiker
1 snufje zout en peper

Hak ui met de **bamix®** met het **vleesmes** fijn, bruineer lichtjes met olie in een pot. Voeg ketchup, water, appelazijn, worcestersaus, tabasco en citroensap toe en laat uitkoken.

Voeg de rest van de ingrediënten toe en roer ze er met de **bamix®** met de **gaatjesschijf** onder. Laat bij gemiddelde hitte ca. 45–60 minuten inkoken, roer af en toe om.

100 g bevat gemiddeld
Energie **711 kJ/170 kcal**
Koolhydraten **40 g**
Vetten **1 g**
Eiwit **1 g**



TOMATEN- PAPRIKASALSA

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 15 minuten

Perfect bij rund

Toebehoren



500 g tomaten
250 g gele paprika's
100 g uien

1 chilipeper
½ el voedingsolie
25 ml azijn

1 snufje zout en peper
½ pakje citroenzuur
½ pakje geleersuiker

Hak tomaten, paprika's, uien en chili pepers grofweg met de **bamix®** en het **vleesmes**.

Verhit olie in een grote pan. Stoof het gehakt en meng met de overige ingrediënten. Breng alles aan de kook in een pan en kook ongeveer 10 minuten bruisend onder roeren. Kruid met de kruiden.

100 g bevat gemiddeld
Energie **285 kJ/68 kcal**
Koolhydraten **10 g**
Vetten **2 g**
Eiwit **3 g**



MOSTERD- KRUIDENSAUS

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 15 minuten

Perfect bij kotelet

Toebehoren



125 g ingelegde kappertjes
250 ml groentebouillon
1 bundeltje dragon
1 bundeltje kervel

1 bundeltje peterselie
2-3 lente-uitjes
2 el middelscherpe mosterd
50 ml witte wijnazijn

¼ l appelsap
100 ml plantaardige olie
20 g rode peperbessen
1 snufje zout en peper

Hak in de beker lente-uitjes, kruiden en kappertjes met de **bamix®** en het **vleesmes** in de **processor** in grote stukken.

Roer mosterd, azijn, groentebouillon, appelsap en olie met de **bamix®** met de **gaatjesschijf** tot schuim. Roer er kappertjes, kruiden en peperbessen onder.

100 g bevat gemiddeld
Energie **749 kJ/179 kcal**
Koolhydraten **7 g**
Vetten **15 g**
Eiwit **1 g**



ABRIKOZEN- PAPRIKASALSA

★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 15 minuten

Perfect bij rund

Toebehoren



1 rode paprika's
300 g abrikozen
1 teentje knoflook

1 tl bio-citroenen
2 el citroensap
scheutje tabasco

6 el olijfolie
1 snufje zout en peper
1 snufje suiker

Maak rode paprika's schoon, verdeel in kwartjes en hak met de teentjes knoflook in de beker met **bamix®** met het **vleesmes**. Halveer 300 g abrikozen, ontpit en hak eveneens met de **bamix®** met het **vleesmes**.

Klop de geraspte biologische citroenschil, citroensap, wat zout, peper, suiker, enkele scheutjes tabasco en olijfolie met de **bamix®** met de **gaatjesschijf**. Roer paprika en abrikozen onder de saus. Laat 20 min. trekken.

100 g bevat gemiddeld
Energie **485 kJ/116 kcal**
Koolhydraten **8 g**
Vetten **9 g**
Eiwit **1 g**



55



KRUIDEN- KWARKBOTER

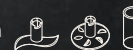
★ BBQ beginners

👤 4 personen

⌚ 10 minuten

Perfect bij steak

Toebehoren



1 teentje knoflook
100 g zachte boter
100 g volle kwark

1 bundeltje gladde peterselie
1 bundeltje bieslook
1 potje tuinkers

1 snufje zout en peper

Pel de knoflook, trek de peterselieblaadjes af, hak samen met 1 tl grof zout met de **bamix®** met het **vleesmes** in de beker, doe samen met de boter in de beker. Roer met de **bamix®** met de **gaatjesschijf** heel crèmig. Roer de kwark er geleidelijk aan grondig onder.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1791 kJ/428 kcal**
Koolhydraten **3 g**
Vetten **46 g**
Eiwit **3 g**

Snij de bieslook in fijne rolletjes. Voeg tuinkers en bieslook toe aan de boter-kwarkmassa en roer ze kort er met de **bamix®** met de **gaatjesschijf** onder. Breng boter met peper en eventueel met zout op smaak en zet op een koude plek.



BARBECUERUB

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 5 minuten **Perfect bij rund** Toebehoren 🍷 🍷

6 el paprikapoeder (mild)
3 tl zout
3 tl bruine suiker
2 tl mosterdzaadjes
½ tl chilivlokken

1 tl komijn
2 tl zwarte peper
1 tl knoflookpoeder
2 tl cayennepeper
1 tl tijm

1 tl rozemarijn

Doe de specerijen paprikapoeder, zout, suiker, mosterdzaadjes, chili, komijn, zwarte peper, knoflook, cayennepeper, tijm en rozemarijn in de beker en hak met de **processor** met de **bamix®** tot een barbecuerub.

Deze evenwichtige kruidenmengeling uit kruiden, wat zout en een beetje scherpheid kunt u op het vlees doen voor u de steak grilt of nadat u het eerst aangegrild hebt om het gaar te koken.

100 g bevat gemiddeld
Energie **1276 kJ/305 kcal**
Koolhydraten **41 g**
Vetten **7 g**
Eiwit **9 g**

SPEK-STEAKBOTER

★ BBQ beginners 🍴 4 personen ⌚ 10 minuten **Perfect bij steak** Toebehoren 🍷 🍷 🍷

40 g vet spek
60 g doorregen spek
1 el olijfolie

200 g boter op
kamertemperatuur
4 takjes gladde peterselie

4 el gebakken uien
1 snufje zout en peper

Hak de beide speksoorten in de beker met de **bamix®** en het **vleesmes**. Bak knapperig in olie in een pan. Vang het spekvet op, laat afkoelen tot het lauw is en klop samen met de boter met de **bamix®** met de **gaatjes-schijf** tot crème.

Dep gebakken uien, peterselieblaadjes en spek af en hak fijn met de **bamix®** en het **vleesmes**. Meng peterselie, spek en gebakken uien onder de boter en breng op smaak met peper en 1 snufje zout.

100 g bevat gemiddeld
Energie **2272 kJ/543 kcal**
Koolhydraten **3 g**
Vetten **56 g**
Eiwit **9 g**





BARBECUE- WEETJES

Houtskoolgrill: grillen met open vuur

De meest geliefde en "authentieke" manier om te barbecueën is zonder twijfel met houtskool. Een houtskoolgrill heeft in ieder geval opwarmtijd nodig, want houtskolen moeten eerst goed gloeien om voldoende hitte te ontwikkelen om te kunnen grillen. Daarom moet u voordien voldoende tijd inplannen voor u kunt genieten van gegrilde lekkernijen – ongeveer 30 tot 40 minuten. Zodra hij klaar is voor gebruik overtuigt de houtskoolgrill met zijn onklopbare sfeer van het open vuur en een intensief grillaroma.

Elektrische grill: grillen op elektriciteit

Als het wat sneller moet gaan, is een elektrische grill interessant: gewoon de stekker in het stopcontact steken en op enkele minuten is de grill startklaar. Naast de tijdsbesparing heeft de elektrische grill nog een belangrijk voordeel: in tegenstelling tot de houtskoolgrill ontstaat er tijdens het bakken amper rook. Daardoor is hij perfect geschikt voor het balkon. U stoort uw burens immers niet met een onaangename geur. Omdat hij zo weinig plaats inneemt, is hij ook geschikt voor gebruik binnenshuis. Wie dat leuk vindt, kan met een elektrische grill ook als het regent en in de winter een sappige steak bakken. Maar de elektrische grill heeft een groot nadeel: er ontstaat maar zelden een echte barbecuesfeer, zoals bij de houtskoolgrill.

Gasbarbecue: grillen met gas

De gasbarbecue gaat net zo snel als de elektrische grill, ontwikkelt ook weinig rook en is nog flexibeler. Hij werkt als een gasoven: u drukt op de knop, de vlam springt aan en u kunt onmiddellijk beginnen grillen. De temperatuur kan zoals bij een elektrische grill heel eenvoudig en makkelijk worden geregeld. Geavanceerde toestellen overtuigen met technische geraffineerdheid. Het typische grillaroma kan gas helaas niet tevoorschijn toveren.

De grill aansteken

Een elektrische grill en een gasbarbecue steekt u vrij eenvoudig aan: stekker in het stopcontact, resp. gasfles aansluiten, inschakelen en na een korte opwarmtijd kunt u eraan beginnen. Bij een houtskoolgrill moet u de houtskolen aansteken en wachten tot ze gloeien om voldoende hitte te krijgen om te grillen. Daarvoor hebt u aanmaakblokjes of aanmaakvloeistof nodig. Die moet u gelijkmatig over de houtskolen verdelen en daarna aansteken met een lucifer of een aansteker. Daarna moet u er nog met een blazer of een stuk karton voldoende lucht door blazen, dan gaan de houtskolen sneller gloeien. Let op: gebruik geen spiritus of benzine om de barbecue aan te steken. Dat veroorzaakt steeds weer ongevallen met heel zware brandwonden. Als u vaak barbecuet en geen tijd wilt verliezen, raden barbecue-experten u een heteluchtföhn aan. Die zorgt er met een stevige 500 graden Celsius voor dat de koude kolen in enkele minuten beginnen te gloeien. Ook een kleine brander met gaspatroon kan hiervoor handig zijn. Dan steekt u het beste eerst enkele briquettes aan en u voegt de houtskolen dan geleidelijk aan toe.

Barbecuemateriaal op de juiste temperatuur grillen

Om steak, worstjes enz. perfect te grillen, moet u rekening houden met de verschillende temperatuurzones van de grill. Of het nu over een houtskool-, gas- of elektrische grill gaat: in het midden van de grill vindt u de hoogste temperatuur. Naar de rand toe wordt de temperatuur steeds lager. Het voordeel: door de verschillende temperaturen kunt u tegelijk vlees, vis en groenten grillen: groenten, worstjes en gevogelte in de middenzone, rund- en varkensvlees in de heetste zone. Bij steak is het aangewezen in meerdere zones te werken: gril het vlees in de heetste zone knapperig bruin en leg het om te garen aan de rand in de koudste zone. Als het vlees volledig gaar is, laat u het beter niet op de barbecue liggen (ook niet aan de rand), anders droogt het snel uit. U houdt het vlees beter warm onder aluminiumfolie.

Behalve de temperatuurzone moet u tijdens het bakken ook de vleestemperatuur in de gaten houden. Die kan heel makkelijk met een grillthermometer worden vastgesteld.

Type vlees	Bakwijze	Temperatuur
Rundfilet	well done	90–95 °C
	medium	54–58 °C
	rare	40–53 °C
Steak	well done	60–62 °C
	medium	56–60 °C
	rare	48–52 °C
Gehakt-patty	well done	85 °C
	medium	70 °C
Varkensn	well done	80–85 °C
	medium	70–75 °C
Pulled pork	well done	95 °C
Kippenborst	well done	72–75 °C
Kalkoen	well done	80–90 °C
Vis	medium	62 °C
	well done	70–80 °C

bamix[®]
of Switzerland



bamix BBQ

GRILL CHILL[&]

Esge AG

Hauptstrasse 21
CH-9517 Mettlen
Switzerland

info@bamix.com
www.bamix.com