

EET
SMAKELIJKE

Tulp

.....

Heerlijke
gerechten
met
bio-bollen
en
bloemen



JOHANNA HUIBERTS-VAN DEN BERG EN REINEKE VAN TOL

HOOFDGERECHTEN



Veganistische kip met tulpenbolletjes

Benodigheden

8 spruitjes
4 botanische tulpenbolletjes
Gebakken aardappeltjes
100 gr veganistische kipstukjes
1 eetlepel mengsel zonnebloempitten,
pijnboompitten en pompoenpitten
Zout
Paprikapoeder
cayennepoeder

Bereiding

Kook de spruitjes enkele minuten en giet ze af.
Fruit het pittenmengsel kort in plantaardige olie zodat ze lichtbruin worden en haal ze dan uit de pan.
De veganistische kipstukjes aanbraden in plantaardige olie tot ze lichtbruine randjes hebben.
Voeg de botanische tulpenbolletjes en de spruitjes, zout en paprikapoeder er bij en bak alles 5 tot 10 minuten zodat ze beetbaar zijn. Strooi de pitje er over en serveer het met gebakken aardappeltjes of friet. Indien gewenst nog cayennepoeder naar smaak over het geheel.

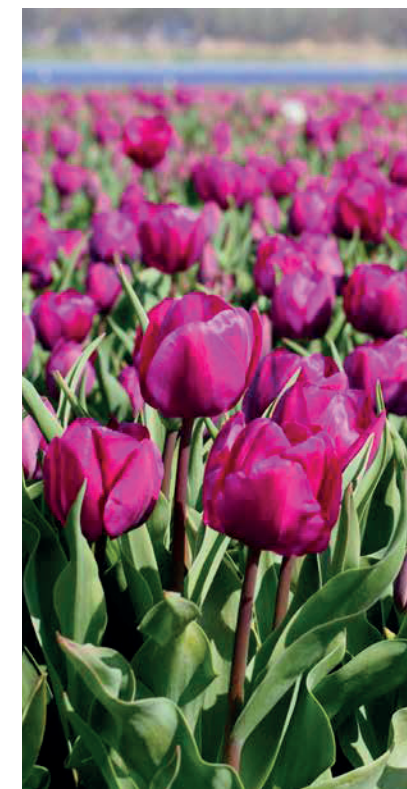
Gefrituurde tulp met groente

Benodigheden

2 grote tulpenbollen
1/2 zoete aardappel
1/2 pastinaak
Enkele bloemkoolstruikjes
Gemengde salade

Bereiding

Verwijder de huid van de tulpenbollen en snijd ze door midden. Schil de pastinaak en zoete aardappel, was de struikjes bloemkool. Frituur dit enkele minuten in hete olie. Haal uit het vet en doe de groentes in een kom, strooi wat zout en paprikapoeder er overheen en schud het door elkaar. Gemengde salade op het bord, groenten er bovenop en klaar.



Heerlijke gerechten met bollen en bloemen

We zijn gewend aan de smaak van uien en knoflookbolletjes in de keuken, maar kennen we ook de smaak van de biologische tulpenbol? We kennen de tulp als sierbloem, samen met molens en kaas HET handelsmerk van Holland. Wij kennen hem als waardevol beleggingsproduct en dankbaar onderwerp in de kunst. En nu ook weer als lekker eten.

De tulp was al een delicatessen in Romeinse keuken, maar is daarna geleidelijk uit de keuken verdwenen. Nu keert hij weer terug, dankzij de trend naar meer plantaardige producten in de keuken. Niet voor niets hebben vooraanstaande restaurants hem al op de kaart staan.

En misschien wel het allerbelangrijkste: het is een schat van eigen biologische bodem!

Inhoud

- eigentijds vormgegeven paperback, full colour gedrukt
- 72 pagina's op een formaat van 21 x 21 cm
- winkelprijs € 18,50
- 36 tulpenrecepten (broodje tulp, hoofdgerechten, tussendoortjes, desserts, bollensoep, zoete bollen, bollensaus, cannelloni, e.a.)
- informatie over de eetbare tulpenbol, de biologische teelt, de voedingswaarde, de tulp als delicatessen in de Romeinse tijd en meer
- verkooppunten van biologische tulpenbollen
- het hele boek is rijk geïllustreerd met onder andere smakelijke receptfoto's

Voor wie?

Voor iedereen die van tulpen houdt en zich wil laten verrassen door de tulp als heerlijk en gezond eten.

Dit boek van Poiesz Uitgevers is tot stand gekomen in samenwerking met Huiberts Biologische Bloembollen en Natuur en Milieu Federatie Noord-Holland

