



Keizerlijke Commanderie van de Edele
Haspengouwse Fruyteniers en hun Gastronomie



**Van
bakkemuizen
tot
framdocello**

**De oogst van 10 jaar
wedstrijd
"Oude fruitbereidingen"**

Beste,

Gedurende tien jaar heeft de Keizerlijke Commanderie van de Edele Haspengouwse Fruyteniers en hun Gastronomie gezocht naar oude fruitbereidingen. Honderden deelnemers onderwierpen hun recepten aan de beoordeling van de jury. De drijvende kracht achter deze wedstrijd, Josette Moria, heeft een bloemlezing van deze oude recepten verzameld in deze brochure. Niet om ergens vergeten in een kast te leggen, maar om te experimenteren en te proeven van culinaire hoogstandjes van lang of minder lang geleden. Het was ook hartverwarmend te merken dat zovelen nog de passie koesteren om ons fruitverleden in ere te houden.

Wie kookt met liefde voor het fruit, houdt van de streek. Met dit kookboekje willen we deze liefde aanwakkeren en ons culinair erfgoed bewaren. Dat is één van de opdrachten van de Keizerlijke Commanderie van de Edele Haspengouwse Fruyteniers en hun Gastronomie.

Sint-Truiden, 19 maart 2016

Jos Lacroix, grootmaartschalk-voorzitter



Keizerlijke Commanderie van de Edele Haspengouwse Fruyteniers en hun Gastronomie





Kir van aalbessen

Ingrediënten:

- witte wijn
- aalbessen
- witte suiker

Bereiding:

Vul je fles met een kwart aalbessen, een kwart witte suiker en met de witte wijn. Leg de fles gedurende drie weken op een donkere koele plaats.

Keer de fles na drie weken op de andere zijde en laat nog eens drie weken rusten. Koel serveren als aperitief.

Confituur van aardbeien en rabarber

Ingrediënten:

- 500 g aardbeien
- 500 g rabarber
- 500 g geleisuiker (extra-fruït)

Bereïding:

- Was de aardbeien, snij de kroontjes eraf en snij ze doormidden. Was de rabarber en snij in stukjes: schillen hoeft niet want de pectine zit net in de schil.
- Meng het fruit en de suiker en laat enkele uren trekken (een halve dag tot een nacht)
- Breng deze mengeling aan de kook en laat drie minuten pruttelen op het vuur.
- Giet de hete confituur in gesteriliseerde potjes en vul die tot aan de rand. Sluit goed af en laat ze ondersteboven afkoelen



Gedroogde appelschijfjes

Ingrediënten:

- *appelen: klokhuis uitboren*
- *water*
- *suiker*
- *citroen*

Bereiding:

- *Maak suikerwater (1 dl water/100 g suiker) en verwarm de heteluchtoven op 100 graden*
- *De appelen in schijfjes snijden (dikte van een muntstuk) en inwrijven met citroen.*
- *De schijfjes in suikerwater dompelen en aan een spiesje rijgen die je dan op de rand van de braadslede kan plaatsen.*
- *Laat twee uur drogen in de oven: na 90 minuten bestrooien met bloedsuiker en verder laten drogen tot ze krokant zijn.*
- *Laten afkoelen en in blikken trommel bewaren.*



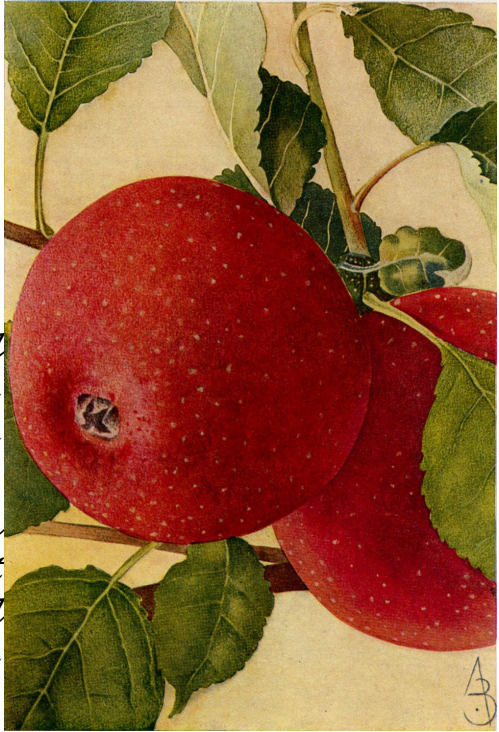
Gelei van rode sterappelen

Ingrediënten:

- *sterappels*
- *kaneel en kruidnagel*
- *suiker*

Bereiding:

- *De appels goed wassen en onbruikbare gedeelten verwijderen. Niet schillen en koken, samen met een beetje kaneel en enkele kruidnagels.*
- *Laat deze massa een nachtje rusten en pers het uit in een neteldoek.*
- *Neem 1 l sap en 750 g suiker. Breng dit aan de kook en laat 15 à 20 minuten goed doorkoken tot de gelei stijf is (laat enkele druppels op een koud bord vallen, als ze opstijven is de gelei klaar).*
- *Steriele glazen vullen en afdekken*
- *Sterappels leveren een zachtroze gelei.*



Appelsap

Bereiding:

- *Jonagold, Jonagored, Gloster en Elstar malen en persen.*
- *Het sap overhevelen en filteren door een zeef.*
- *Laat het sap enkele dagen buiten uitklaren bij een koude nachttemperatuur (anders in de koelkast plaatsen)*
- *Opnieuw overhevelen en pasteuriseren.*
- *Het sap afvullen in flessen met schroefdeksel*

Appel en rode biet zoetzuur

Ingrediënten:

- *1/2 kg vaste appels*
- *1/2 kg rode biet*
- *kruidnagel, tijm, azijn, zout*
- *laurierblad, suiker ajuin*

Bereiding:

- *Breng water aan de kook en laat de gewassen rode bieten 40 minuten gaar sudderen. Laat buiten afkoelen en in dunne schijfjes snijden.*
- *Voeg hieraan de geschilde en in blokjes gesneden appels aan toe.*
- *Azijn met suiker aan de kook brengen en elke bokaal vullen met rode biet, appelblokjes, ajuin en afkruiden met tijm, kruidnagel en peperkorrels.*

Brustemse stroop

Ingrediënten:

- *3 l sap van Dubbele Bellefleur appels*
- *1/2 l sap van Conférence peer*
- *1/2 l sap van Doyenné du Comice peer*

Bereiding:

- *Filter het sap door een neteldoek of theedoek.*
- *Breng het aan de kook in een grote ketel en laat zachtjes koken.*
- *Schep regelmatig de laatste restjes pulp weg.*
- *Het koken stoppen wanneer het sap voldoende is ingedikt en begint te karamelliseren.*
- *Giet de stroop in kleine potjes en laat afkoelen.*





Liqueur van wilde bosbessen

Ingrediënten:

- 600 g wilde bosbessen
- 250 g suiker
- Hasseltse jenever
- afsluitbare pot

Bereiding:

- Pluk begin juli de bosbessen die je in onze Limburgse bossen vindt.
- Wassen en even laten drogen op een vaatdoek.
- Doe ze in een afsluitbare pot, voeg er de suiker aan toe en overgiet met jenever tot ze volledig onder de vloeistof komen.
- De pot sluiten en op een donkere plek zetten: af en toe eens licht schudden zodat de suiker beter oplost.



Cassis, een vergeten bes

De cassisstruik is vaak een ongekende en ondergewaardeerde struik. Nochtans mogen ze in de tuin niet ontbreken want de cassis bes is één van de weinige voedingsmiddelen waar niemand allergisch voor is. Ze bevat dubbel zoveel vitamine C als een sinaasappel en deze vitamines zijn bij verwerking zeer hittebestendig. Het zijn dus kleine vitamine C-bommetjes. Een gemiddelde portie bessen (100 g) levert meer vitamine C dan een volwassene dagelijks nodig heeft. Daarenboven bevatten bessen antioxidanten die ons beschermen. Deze zwarte bes werd indertijd ook “de struik van duizend deugden” genoemd.

Tinctuur van cassisknoppen

Pluk eind februari de knoppen van de twijgen (dat worden later de bladeren). Laat 200 g knoppen gedurende een maand macereren in 1 l alcohol van 55°. Dan zeven en afvullen in flesjes. Mensen met allergieën en artrose zullen hier veel baat bij hebben.

Cassisconfituur

Ingrediënten:

- *1/2 kg bessen*
- *1 citroen in schijfjes*
- *1 sinaasappel in schijfjes*
- *1 tl kaneelpoeder*
- *1 tl kardemonpoeder*
- *4 kruidnagels*

Bereiding:

- *Zet 1/2 kg bessen onder water in een pan.*
- *Voeg de schijfjes citroen en sinaasappel toe.*
- *Voeg de kaneel, kardemon en kruidnagels toe.*
- *Laat het geheel gedurende drie minuten zachtjes koken en maak het fijn met de staafmixer (niet langer dan een halve minuut mixen).*
- *Afwerken zoals andere confituren met geleisuijer: 1/2 kg massa en 250 g geleisuijer 4 minuten laten doorkoken.*
- *In steriele potten afvullen*

Cassisslaapmutsje

Bereiding:

- *Voeg 3/4 l jenever van 30° à 35° samen met 150 g cassisbessen en 150 g suiker en op een warme plaats zetten tot de suiker gesmolten is.*
- *Afen toe schudden*
- *'s Avonds een borreltje van drinken samen met enkele bessen en je nachtrust is verzekerd.*

Cassislimonade

Ingrediënten:

- 200 g cassisbessen
- 300 ml azijn
- 400 g fijne suiker

Bereiding:

- Doe de cassisbessen, de azijn en de suiker samen in een pan en laat het mengsel 24 uur rusten.
- Zet daarna op een vuur en laat alles zachtjes koken gedurende 4 minuten.
- Filter door een fijne neteldoek en doe de limonade in flessen.
- Goed afsluiten en koel bewaren, dan blijft deze limonade lang houdbaar.



Zoetzure cassisbessen

Ingrediënten:

- 1 kg cassisbessen
- 5 dl wijnazijn en zeste van 1 citroen
- 1 kg suiker, 2 zakjes vanillesuiker, 5 kruidnagels

Bereiding

- Meng wijnazijn, zeste, van 1 citroen, kruidnagels en vanillesuiker in een pan en breng aan de kook.
- Roer er de suiker door, voeg de bessen toe en laat één keer opkoken.
- Haal de bessen uit de pan en doe ze in properre confituurpotten.
- Breng de siroop weer aan de kook en laat 5 minuten doorkoken.
- Giet de kokend hete siroop over de cassisbessen en sluit de potten af.



Liqueur van duindoornbessen

Ingrediënten:

- 400 g duindoornbessen
- 1 fles jenever (35°)
- 1 l water
- 500 g suiker

Bereiding:

- Doe de bessen in een grote pot, giet er de jenever over en sluit goed af.
- Laat circa 2 maanden staan op een zonnige vensterbank zodat smaak en kleur in de jenever trekken.
- Zeef de jenever en doe er een paar besjes bij.
- Kook de suiker en het water al roerend tot de suiker opgelost is en laat helemaal afkoelen.
- Meng de jenever met de afgekoelde suikersiroop en vul er je flessen mee.



Druivengelei



Ingrediënten:

- 1,5 kg druiven, als het kan uit eigen tuin
- 1,2 kg geleisuiker

Bereiding:

- Spoel de druiven en droog ze zachtjes met een theedoek.
- Meng de druiven en de suiker in een grote kom en plaats ze gedurende

24 uur op een koele plaats.

- Schep de druiven en de suiker in een grote ketel en voeg er 5 dl water bij.
- Verwarm goed gedurende een tiental minuten en roer de druiven regelmatig om.
- Draai de druiven door een roerzeef: de pitten en de velletjes blijven dan achter.
- Giet het hete sap in steriele geleipotten en sluit af.



Frambocello

Ingrediënten:

- 1 kg frambozen
- 1 l jenever
- 1 kg fijne suiker

Bereiding:

- Was de vruchten, overgiet ze met jenever en laat ze zes weken trekken op een duistere plaats.
- Na die zes weken verwarm je 1 l water en los daarin 1 kg suiker op zonder aan de kook te brengen.
- Zeef het fruit-alcoholmengsel en voeg deze vruchtenjus toe aan het suikervater.
- Trek op flessen en laat minstens een week rusten alvorens te consumeren.

Peperkoek

Bereiding:

- *Mix 120 g gesmolten boter, 180 g siroop, 120 g lichte kandysuiker en 3 el warm water tot een homogene massa.*
- *Meng 210 g bloem, 1 tl natriumbicarbonaat, 2 tl kaneelpoeder, 1 tl gemberpoeder, 1 tl muskaatnoot, 100 g gekonfijt fruit of rozijnen.*
- *Meng beide mengsels samen, eventueel nog 3 el warm water toevoegen.*
- *Bekleed een 20 cm lange bakvorm met bakpapier, doe er de massa in en bak op 150° gedurende één uur en een kwartier.*
- *Laten afkoelen alvorens uit de vorm te nemen.*
- *Voor een mooie peperkoek kan je ook nog suikerparels of gehakte nootjes zachtjes in het deeg drukken vooraleer je de bakvorm in de oven plaatst.*



Vruchten in mosterdzuur

Ingrediënten:

- *1/4 l wijnazijn*
- *250 g suiker*
- *3 kruidnagels en 1 pýpkaneel*
- *250 g stevige peren*
- *200 g witte pruimen*
- *200 g blauwe pruimen*
- *100 g witte druiven*
- *25 g gekonfijte kersjes*
- *2 el mosterdpoeder*

Bereiding:

- *Breng 1 l water aan de kook, voeg er azijn, suiker, kruidnagel en pýpkaneel aan toe en laat in een open pan 5 minuten koken.*
- *Laat de peren in een gesloten pan 8 à 10 minuten koken, was en droog de pruimen en laat ze met de peren meekoken.*
- *Voeg de druiven en de kersjes toe en laat 1 à 2 minuten mee koken.*
- *Haal het fruit voorzichtig uit de pan en laat uitlekken in een vergiet.*
- *Laat de siroop nog ongeveer een uurtje koken en indikken.*
- *Vul de potten met fruit en siroop, dek af en bewaar tot zes maanden.*

Kastanjetaart

Ingrediënten:

- 250 g tamme kastanjes
- 100 g boter
- 2 eieren
- 115 g fijne suiker + 1 pakje vanillesuiker

Bereiding:

- Kook de kastanjes met pel gedurende 10 minuten, neem ze uit het water en pel ze. De gepelde kastanjes opnieuw in vers water een half uur laten afkoken, goed laten uitlekken en er puree van maken.
- Roer de boter tot room en voeg deze samen met de eieren, de suiker en een snuiffe zout bij de kastanjepuree.
- Dit mengsel giet je uit op een bodem van kruimeldeeg (taartvorm van 26 cm met rand van 2 cm).
- Hou wat kruimeldeeg over om over de kastanjepuree uit te strooien tussen de pruimen en de veenbessen.
- Afbakken op 150° gedurende 45 minuten.

Kruimeldeeg maak je als volgt:

Kneed 200 g bloem, 125 g boter, 1 el suiker, 1 eierdooier en 4 el water goed door mekaar. Laat 10 minuten rusten in de koelkast alvorens over de taartbodem te verdelen.

Gekonfijte kastanjes

Bereiding:

- *Kook de kastanjes met de schil.*
- *Verwijder schil en pelletjes*
- *Maak een suikersiroop op basis van 1 l water en 500 g suiker.*
- *Laat de kastanjes één dag trekken in deze siroop.*
- *Herhaal deze laatste handeling viermaal: telkens de kastanjes uit de siroop halen en deze siroop opnieuw inkoken en er telkens 2 el suiker aan toevoegen.*



Kastanjelikeur

Ingrediënten:

- *het gehakte vruchtvlees van 15 verse kastanjes*
- *1 tl cacaopoeder*
- *10 geplette korianderzaadjes*
- *1 el zeste van sinaasappel*
- *1 el appelschil*
- *100 g kandijsuiker*
- *1 laurierblad*
- *1/2 l jenever van 35°*

• *Bereiding:*

- *Meng alle ingrediënten en laat dit mengsel macereren gedurende zes weken.*
- *Afzeven en in een mooie fles gieten.*



Gekonfijte kornoeljes

Ingrediënten:

- *zuivere, niet al te rijpe kornoeljes, ontdaan van pitjes en steeltjes*
- *1 l water*
- *500 g suiker*

Bereiding:

- *Water en suiker 5 minuten laten koken: deze siroop wordt over de kornoeljes gegoten.*
- *Laten afkoelen en twee dagen laten rusten.*
- *Na twee dagen de siroop afgieten, opnieuw aan de kook brengen en twee eetlepels suiker toevoegen en vervolgens weer over de kornoeljes gieten.*
- *Deze bewerking wordt vier- tot vijfmaal herhaald, telkens met één dag tussen. De siroop moet dik zijn maar mag niet kristalliseren.*
- *Gekonfijte kornoeljes mag je in de siroop laten liggen: als je ze nodig hebt neem je ze best twee dagen op voorhand uit de siroop om te laten afdruipen.*
- *Gekonfijte kornoeljes zijn erg lekker bij pudding, in koekjes of gebak, onder je fruitsla...*
- *De siroop kan je gebruiken bij witte wijn, fruitsap of ijs.*



Kruidentkoek met gekonfijte kornoeljes

Ingrediënten:

- 500 g zelfrijzende bloem
- 250 g bloedsuiker
- 125 g boter
- 125 g gekonfijte kornoeljes
- 1 tl kaneel
- 1 tl gember
- 2 grote tassen melk

Bereiding:

- Meng alle ingrediënten, en giet in een langwerpig bakvorm.
- Een uur bakken in een oven op 160°

Suïkerkornoeljes

Ingrediënten:

- 1 kg suiker
- 1,1 l water
- 4 kg kornoeljes met pit

Bereiding:

- Suiker en water oplossen in een pan op het kookvuur.
- Vul de steriliseerpotten met de gewassen kornoeljes.
- Giet er het suikerwater over heen tot op 1 cm van de bovenrand.
- Sluit de potten en plaats ze in een grote pan: Zet deze pan onder water tot 5 cm boven de potten, breng aan de kook en laat 5 minuten doorkoken.
- Neem de potten uit de pan en laat ze afkoelen.
- Suïkerkornoeljes zijn erg lekker bij wildvleesschotels en ook decoratief op ijs en taarten.

Krieken in azijn

Ingrediënten:

- 2 kg zure kersen
- 2 l goede azijn
- 1,5 kg suiker
- 3 kruidnagels
- 1 kaneelstokje



Bereiding:

- Doe je zure kersen in een stenen pot of in glazen bokaal. De helft ervan mag ontpit en ongewassen zijn. Zorg er wel voor dat er zich geen rotte of aangetaste vruchten tussen bevinden.
- Kook twee liter goede azijn met anderhalve kilo suiker, drie kruidnagels en een kaneelstokje (of een flinke snuif kaneelpoeder) tot de suiker goed opgelost is.
- Giet dit mengsel over de krieken en laat afkoelen. Dan pas de bokaal of de pot sluiten.
- Laat deze krieken minstens één maand trekken voor je ze gebruikt.
- Deze krieken kunnen opgediend worden met soepvlees, met wildgebraad of -ragout en konijn.

Kruisbessengelei met tijm

Ingrediënten:

- 2 kg kruisbessen
- een handvol takjes tijm
- Kristalsuiker

Bereiding:

- Doe de kruisbessen in een geleipan (met zware bodem) en schenker 1 l water bij.
- Bind de takjes tijm samen en bevestig met een touwtje aan een handvat. Breng aan de kook en laat zachtjes gaar worden.
- Schep het kruisbessenmengsel in een filterzak voor gelei (of een groot vergiet bekleed met kaasdoek) en laat de ganse nacht uitlekken. Vang het sap op in een kom. Niet drukken op het kruisbessenmengsel, anders wordt de gelei troebel.
- Meet de hoeveelheid opgevangen sap af en neem per 600 ml sap 450 g suiker.
- Verwarm de suiker gedurende een half uur in een lauwe oven, voeg hem toe aan het sap, laat de suiker smelten op een laag vuur.
- Als de suiker opgelost is, aan de kook brengen op een hoog vuur tot het mengsel de juiste dikte bereikt heeft.
- Doe de gelei in potten en voeg er na 20 minuten een takje tijm aan toe.



Kweeperengelei

Bereiding:

- *De kweeperen zachtjes wassen en in stukken snijden.*
- *Laten gaar koken en één nacht laten trekken.*
- *Het mengsel zeven en het sap opvangen.*
- *1 l sap samen met een halve kilo suiker zachtjes laten inkoken tot de gewenste dikte bereikt is.*



Gekonfijte kweeperen

Ingrediënten:

- 1 grote kweeper
- 1/2 l water
- 1/2 kg suiker
- sap van 1 citroen
- 20 g verse gember

Bereiding:

- *Schil de peer, verwijder ruim het harde klokhuis.*
- *Snij het vruchtvlees in kleine partjes.*
- *Schil gember en snij in kleine partjes.*
- *Maak siroop van water, suiker en citroen, voeg kweeperstukjes toe en laat 2 uur zachtjes koken. Neem er de stukjes uit en laat uitlekken.*

Kweeperenchutney

Ingrediënten:

- 750 g kweeper
- 2 appelen
- 140 g griessuiker, 2 dl appelazijn
- 150 g donkere rozijnen
- 50 g verse geraspte gember
- 200 g gesnipperde ajuin, 2 chili pepertjes
- sap + zeste van 1 citroen, 2 kruidnagels

Bereiding:

- *Snij de geschilde kweeperen en appels in partjes en verwijder klokhuis ver genoeg.*
- *Breng suiker en azijn aan de kook. Laat even koken en voeg er alle ingrediënten bij.*

Kweeperen zuurzoet

Ingrediënten:

- 1,5 kg kweeperen
- 1/4 l appelaazijn, 2 stukjes pýpkaneel
- 1 staaffe vanillebourbon
- 1 el venkelzaadjes, 5 peperbolletjes, 5 kruidnagels, 1 el kardemonzaadjes, 1 el sinaasappelzeste, 10 korianderzaadjes

Bereiding:

- Schil de kweeperen, verwijder klokhuis en verdeel in partjes.
- Maak een siroop van azijn en suiker. Voeg alle kruiden, zeste en specerijen toe. Voeg de partjes kweeper toe en laat ze 2 min meekoken. Schep de partjes in een bokaal, laat de siroop nog even doorkoken en giet dan over de vruchten. Goed afsluiten. Deze delicatessen heeft een zeer lange bewaartijd en is lekker bij een vlees- en kaasschotel.

Kweeperengel

Ingrediënten:

- alcohol van 30 à 40°
- kweeperenpitten

Bereiding:

- Doe de pitten in een glazen bokaaltje ruim onder de alcohol.
- Na een paar dagen vormt zich een slijmerige gel. Gebruiken bij ruwe handen en doorligwonden.
-

Kweeperensnoepjes

Bereiding:

- *Verwijder het dons van de kweeper en hak ze grof. Doe samen met klokhuis en pitten en water tot ze onderstaan in kookpan. Per kg sap een zeste van 1 citroen toevoegen.*
- *45 minuten laten sudderen. Pureer en doe door roerzeef. Doe de puree weer in de kookpan en voeg per 5 dl puree 500g suiker toe en laat 2,5 tot 3 uur sudderen. Regelmatig roeren, de puree wordt dieprood.*
- *Op het laatst begint alles te ploppen. Vet een braadslee in met olie. Giet hierin de dikke massa 3cm dik. Strijk glad. Zet 24 uur op warme droge plaats eventueel wat in open oven 50°C.*
- *Stort dan op bakpapier. Snij in ruitjes en bestrooi met poedersuiker. Laat nog drogen en bewaar tussen velletjes vetvrij papier. Twee jaar houdbaar.*

Gelei van kweeperen

Ingrediënten:

1 kg kweeperen, 1kg suiker, 1 kruidnagel, 1 tl kaneelpoeder, sap 2 citroenen, water.

Bereiding:

Wrijf het dons van de kweeperen zorgvuldig af en snij in stukken samen met klokhuis en pitten.

Water bijvoegen tot ze juist onder staan. Voeg kruidnagel en kaneel toe en laat 1 uur zacht pruttelen. Laat dan 1 nacht trekken en giet door neteldoek. Dan per liter vocht 1 kg suiker en sap van 1 citroen bijvoegen. Kook nog 4 min. Gelei wordt mooi oranje rood. Afvullen in glazen potjes.



De mispel

“Wie mispels eet, water drinkt en oude vrouwen kust, heeft nooit gegeten, gedronken of gekust” is een spreekwoord dat laat vermoeden dat de mispel geen hoogstaande culinaire eigenschappen zou hebben. Niets is minder waar.

We kregen heel wat recepten binnen die bewezen dat de mispel wel degelijk culinair een genot kan zijn. Het spreekwoord klopt dus niet!

Mispellikeur

Ingrediënten:

- 100 g malse mispels
- 1/2 l alcohol 95°
- 1/2 citroen en 1/2 sinaasappel
- Water en kandijsuiker
- Kaneel, vanille, venkelzaadjes, korianderzaadjes, peperbolletjes, kruidnagel en kardemonzaden

Bereiding:

- Neem een bokaal met brede hals en vul deze met de mispels en de alcohol.
- De citroen en de sinaasappel aan een koordje boven de alcohol hangen (twee weken) en daarna verwijderen.
- De mispels nog 14 dagen laten macereren en daarna afzeven.
- Maak een siroop van 750 ml water en 250 g kandijsuiker en de specerijen (1/2 stok kaneel, 1/2 staaf vanille, 1/2 el venkelzaadjes, 5 korianderzaadjes, 2 peperbolletjes, 2 kruidnagels, 1/2 el kardemonzaadjes).
- Laat deze siroop 10 minuten inkoken, zeef de specerijen af en laat de siroop afkoelen. Daarna bij de mispellikeur voegen en een leuke fles afvullen.

Mispelmoes

Ingrediënten:

- zachte mispels, genoeg voor 1 l gekookte brj
- 500 g geleisui-ker
- 1/2 citroen
- een afgestreken tl speculaas-kruiden
- water



Bereiding:

- Was de zachte mispels en snij ze in stukken. Doe ze in een pot met een beetje water (tegen het aanbakken).
- Laat even door koken en doe ze dan door een roerzeef.
- Neem 1 l van de brj en die er 500 g geleisui-ker bij.
- Voeg het sap van een halve citroen toe en eventueel suiker als je het recept zoeter wil.
- Vul aan met speculaaskruiden en laat drie minuutjes koken.
- Doe de potjes boordevol en dicht af met het schroefdeksel en laat dan afkoelen.

Mispelruitjes

Ingrediënten:

- 125 g boter
- 75 g fijne suiker
- 140 g zelfrijzende bloem
- Snuifje zout

Bereiding:

- Mix alle ingrediënten tot een homogene massa.
- Druk alles op een bakplaat van 20 op 30 cm, bekleed met bakpapier.
- Gedurende 12 tot 15 minuten laten bakken tot alles goudbruin. Dit is de bodem.
- Laten afkoelen en 125 g mispelmoes uitsmeren.
- Maak een mengsel van 80 g suiker, 100 g gedroogde kokos en 1 ei (op voorhand los kloppen)
- Verdeel dit mengsel boven op de mispelmoes en bak 10 tot 20 minuten tot alles goudgeel is. Verdeel in leuke ruitjes.



Mispelgelei

Ingrediënten:

- 1 kg zeer rijpe mispels
- 4 el citroensap
- 1/2 l water
- 8 blaadjes dragon
- 250 g fijne suiker
- Een beetje wodka

Bereiding:

- Snij de mispels doormidden en kook ze gedurende één uur in 1/2 l water en 4 el citroensap.
- Giet het mengsel door een vochtige filterzak en laat 12 uur uitlekken.
- Meet het sap af en neem 250 g suiker per halve liter sap.
- Smelt de suiker in wat water en 2 el citroensap op een laag vuurtje. Voeg er het mispelsap aan toe en breng aan de kook.
- Laat 15 minuten inkoken tot het stollingspunt bereikt is: schuim regelmatig af.
- Blancheer de blaadjes dragon en laat uitlekken op keukenrol.
- Meng door de gelei een beetje wodka en vul af in gesteriliseerde potten. Leg ik elke pot enkele blaadjes dragon, sluit luchtdicht af en laat afkoelen.
- Heerlijk bij wildpastei!

Fruittob

Basisrecept

Per maand doet u de volgende ingrediënten in een stenen kruik of glazen pot van +/- 6 liter inhoud.

Juni: 200 g aardbeien

Juli: 300 g krieken, 300 g zoete kersen, 200 g frambozen en kruisbessen

Augustus: 200 g braambessen, 200 g rode en/of witte aalbessen, 300 g zwarte bessen (cassis), 200 g bosbessen

September en oktober: 1 vaste pruim, 1 vaste zuurzoete appel, enkele druiven, 1 peer, 1 kleine perzik, 150 g vlierbessen.

Het fruit doet u laag per laag in de pot. Bestrooi elke keer met zeer fijne suiker totaal +-800 g. Overgiet elke keer met Belgische jenever van 35 à 38°. Deze basishoeveelheden zijn volgens eigen smaak aan te passen.





De Fruittob

*het op en top gerijpte Haspengouw
laat zich smaken in kleurige smaken
rood en groen of 't diepste blauw
van fruit kan je d'heerlijkste tobben maken
laag na laag, zoals in de bouw
met fantasie, jenever en suiker
zo bekom je de lekkerste morgendauw:
tot smaak ontpopte bloesemruiker*

(Boudewijn Knevels, Haspengouws Fruïtdichter, 2007-2009)

Gedroogde peren of bakkemuizen

Vroeger droogde men de peren in de bakovens die nog warm waren. Men herhaalde dat proces enkele malen tot de peren als leer en nog plooibaar waren. Ze leken dan op dode gedroogde muizen, bakkemuizen.



Vandaag kan men dat ook met de elektrische bakoven. Plaats de ongeschilde winterperen in de oven op dag 1 gedurende 6 uur op 70°, op dag 2 gedurende 6 uur op 60°, op dag 3 gedurende 5 uur op 50° en op dag 4 opnieuw 5 uur op 50°. Te dikke peren doormidden snijden.

Op die manier kon men de gedroogde peren zelfs jaren bewaren.



Bakkemuizenvlaai

Bereiding:

- *1 kg gedroogde peren of bakkemuizen (1 tot 2 nachten in water te week gezet tot ze volgezogen zijn). Zeer warm water kan het volzuigen bespoedigen.*
- *Daarna afkoken in een weinig water tot een donkere spij's. Die spij's draai je dan door de roerzeef.*
- *Naar smaak kaneel, suiker en siroop toevoegen.*
- *Maak taartdeeg, en spreid de bakkemuizen-spij's uit in je taartvorm en bak af in de oven.*

Peren in wijnazijn

Bereiding:

- *Kies kleine peren, bv. "Calebasse à la Reine" of wijnperen.*
- *Schil ze maar zorg dat het steeltje intact blijft*
- *Was ze in koud water met een beetje azijn om het bruin worden te voorkomen.*
- *Doe in een ketel een kilo suiker, een stukje kaneel of vanille, drie kruidnagels, 3 laurierblaadjes en enkele schijfjes citroen. Giet er de wijnazijn over en laat even doorkoken.*
- *Doe er nu drie kilo geschildte peren bij en laat 1 uur stoven totdat de peren gaar zijn.*
- *Haal de peren uit het vocht en schik ze in een bokaal.*
- *Laat de azijnsiroop weer koken om in te dikken en giet die dan over de peren.*
- *Bokalen afsluiten en bewaren op een droge plaats.*

Perenjam met vanille

Ingrediënten:

- 1,2 kg peren
- Kristalsuiker
- 1 vanillestokje
- 1 citroen

Bereiding:

- *Schil de peren, verwijder het klokhuis en snij elk partje in twee.*
- *Doe de peren in een grote kookpan met dikke bodem, voeg er het citroensap, het vanillestokje en de vanillezaadjes toe en zet alles onder water.*
- *Laat 20 minuten koken tot de peren zacht zijn.*
- *Verwijder de peren met een schuimspaan, voeg de suiker toe aan het kookvocht en laat deze siroop 20 minuten doorkoken en indikken.*
- *Voeg daarna de peren toe en laat nog eens 10 minuten doorkoken.*
- *Controleer of de jam voldoende is ingekookt door een beetje op een koud bord te gieten. Indien nodig kook nog even verder of doe de jam in potten. Snij een vanillestokje in stukken en druk in de jam.*

Perenbolussen

Ingrediënten:

- 400 g kruimeldeeg
- 6 stoofperen
- 6 el bruine suiker
- 6 klontjes boter
- 50 g amandelpoeder
- 1 eierdooier om te kleuren

Bereiding:

A) Kruimeldeeg:

- 300 g bloem, 1 ei, zout, 150 g vetstof (1/2 boter en 1/2 olie)
- Het deeg bereiden met deze ingrediënten, tot een bol rollen en minstens 1 uur laten rusten.
- Vervolgens het deel uitrollen tot een dikte van 3 mm en in tamelijk grote rechthoeken snijden om de peren erin te verpakken.

B) De peren

- De stoofperen schillen, het steeltje eraan laten, het klokhuis verwijderen langs het kroontje en vullen met een mengsel van boter, suiker en kaneel.
- De peren op een deegrechthoek leggen, vooraf bestrooid met amandelpoeder, en inpakken. De randen dichtlassen met water.
- Van het deegrestjes kan je blaadjes maken en aan het steeltje plakken.
- Kleuren met ei-eel en 30 minuten bakken in een matige oven van 180°.
- Lauw opdienen, eventueel met een kommetje slagroom.



Paardenbloemenconfituur

Ingrediënten:

- 365 paardenbloemen, voor elke dag één
- 2 citroenen
- 2 sinaasappelen
- 1,5 l water
- 500 g geleisuiker
- neteldoek of zeeffe

Bereiding:

- Pluk 365 paardenbloemen langs de graskant of in een wei (hou rekening met mogelijke vervuiling). Knip het teveel aan steel weg.
- Snij twee sinaasappelen en 2 citroenen in vier stukken en laat die zachtjes mee koken met de paardenbloemen in 1,5 l water.
- Filter alles en druk daarbij het bloemvruchtenmengsel goed uit met behulp van een neteldoek of zeeffe.
- Kook 1 l van het mengsel samen met 500 g geleisuiker.
- Giet de confituur kokend heet in glazen botkaaltjes, boordevol. Draai het schroefdeksel erop en zet ondersteboven weg.

Perziken op grootmoeders wijze

Ingrediënten:

- 1 kg perziken
- 1/2 l wijnazijn
- 1/2 kg druiven

Bereiding:

- Was de perziken en droog ze goed af.
- Kook de wijnazijn en de suiker in tot siroop.
- Leg er de perziken bij en laat nog drie minuten koken.
- Doe de perziken samen met de siroop in boka-
len, sluiten en laten afkoelen.



Pruimen op grootmoeders wijze

Ingrediënten:

- 500 g pruimen
- 1/4 l jenever
- 1/8 l wijnazijn
- 1 stokje pýpkaneel
- 8 kruidnagels

Bereiding:

- Laat de jenever met de wijnazijn, de kaneel en de kruidnagel 15 minuten in een open pan koken en afkoelen.
- Doe de pruimen in zuiver gespoelde potten of flessen en schenk die vol met afgekoelde siroop.
- Na 24 uur de pruimen uit de siroop halen en de siroop opnieuw laten koken en weer afkoelen en opnieuw over de pruimen gieten.
- Herhaal deze bewerking driemaal.
- Daarna de potten afsluiten.





Sleedoorngelei met appel

Ingrediënten:

- *fijne kristalsuiker*
- *1,35 kg appels in stukjes gesneden maar met schil en klokhuis en 1,35 kg sleedoornpruimen*

Bereiding:

- *Doe de appels en de sleedoornpruimen in twee aparte pannen en voeg er zoveel water aan toe tot de vruchten net onder water staan.*
- *Laat ze zachtjes koken tot ze zacht zijn.*
- *Zeef de sappen maar hou ze gescheiden. Meet het sap af en neem gelijke delen van beide vruchten en voeg ze samen in een grote gelei-pan.*
- *Voeg 450 g suiker toe op 570 g sap en roer tot de suiker opgelost is.*
- *Breng het geheel snel aan de kook tot het de juiste consistentie heeft bereikt.*
- *Afvullen in steriele potten en goed afsluiten.*

Sleedoorndrupke

Ingrediënten:

- *1/2 kg sleedoornbessen (die even kennis-
maakten met de vriezeman of uit de diepvries
komen)*
- *350 g suiker*
- *1/4 l water*
- *Anderhalve liter Limburgse jenever*

Bereiding:

- *Was de vruchten, doorprik ze even met een
stopnaald en kook de suiker met het water tot
siroop.*
- *Laat de siroop afkoelen en roer er dan de je-
never onder.*
- *Doe de sleedoornbessen in bokalen en giet er
de gesuikerde jenever over.*
- *Laat de drank op een warme plek staan en
schud er geregeld mee.*
- *Na twee of drie maanden de drank filteren.*
- *Zet de jenever voor het consumeren eerst goed
koud om er ten volle van te genieten.*



Vlierbessensiroop

Ingrediënten:

- 1 l vlier
- 10 blaadjes laurier, 1/2 klis
- 3 el zoethout
- 1/2 kg kandijsuiker
- 3 el salie, 3 eetlepels tijm
- 2 el anijs of venkel

Bereiding:

- De zwarte bessen van de vlier plukken, goed wassen en koken in een klein beetje water.
- Even laten koken en dan in een neteldoek doen en het sap goed uit persen.
- Bij 1 liter sap voeg je 1/2 kg kandijsuiker, de blaadjes laurier, 1 klis en het zoethout.
- Laat dat allemaal 30 minuten zachtjes koken. Je mag het ook zeven, maar dat is niet echt nodig.
- Voeg daarna salie, tijm en anijs toe en laat nog eens 5 minuten doorkoken.
- Vul er dadelijk de glazen potten mee tot aan de rand, schroef het deksel erop en zet ze ondersteboven weg.

Vlierbloesemsiroop



Ingrediënten:

- 24 vlierbloesems
- drie citroenen
- 1 l water
- 2 kg suiker

Bereiding:

- Pluk de vlierbloemen en schud er de insecten af. Verwijder de stengels en de bladeren.
- Doe de bloemen in een grote pan, voeg er 2 kg suiker bij, het sap van drie citroenen en 1 l water en breng alles aan de kook.
- Zet het mengsel twee dagen in de koelkast en roer er af en toe eens door.
- Filter er daarna de bloesems uit en giet de siroop in kleine flesjes die je makkelijk 1 jaar kan bewaren op een donkere plaats.
- Met deze vlierbloesemsiroop maak je een lekkere "Hugo", met cava of witte wijn, een muntblaadje en een schijfje limoen.

Vlierbessenlikeur

Ingrediënten:

- 500 g vlierbessen
- 150 g fijne suiker
- 1 fles goede Has-seltse jenever

Bereiding:

- Doe de vlierbessen, de suiker en de jenever in een grote pot, sluit af en zet twee maanden op een donkere plek.
- Giet de likeur dan door een fijne zeef, pers de bessen uit en vul een mooie fles met de vlierbessenlikeur.



Het kan ook, nog op deze manier:

Bereiding:

- Pluk de vlierbessen en pers ze uit.
- Breng het sap een de kook en voeg er eenzelfde hoeveelheid zwarte kandijsuiker aan toe.
- Als de suiker gesmolten is, voer er dan eenzelfde hoeveelheid (1/1) jenever aan toe.
- Na afkoeling in een fles bewaren.
- Enkel gebruiken bij een zware verkoudheid... alhoewel!

Okkernotenlikeur

Ingrediënten:

- 14 okkernoten in groene bolster (begin juni geplukt)
- 1/2 l alcohol van 97°
- 1 staafje kaneel
- 650 g suiker
- 4 flessen rode wijn

Bereiding:

- Neem een glazen bokaal en vul deze met de alcohol.
- Sla de noten met de bolsters in kleine stukken en voeg die bij de alcohol.
- Laat 10 dagen trekken en schud elke dag goed: de alcohol wordt eerst groen en daarna bruin.
- Na 10 dagen afzeven.
- Giet de bruingekleurde alcohol in een glazen bokaal, voeg er 4 flessen rode wijn van goede kwaliteit aan toe samen met de suiker en het kaneelstaafje.

- Laat nog twee maanden rijpen alvorens af te vullen in flessen.





Okkernotenkoeken

Ingrediënten:

- 150 g zachte boter en 100 gr suiker
- 1 ei
- 100 g zelfrijzende bloem
- 100 g grof gehakte noten (enkel het vlees)
- 75 g havermout

Bereiding:

- Verwarm de oven op 180° en bedek de bakplaat met bakpapier.
- Klop de boter met suiker licht romig en klop het ei er dan door heen.
- Schep de bloem, de noten en de havervlokken door de boter en meng goed.
- Maak hoopjes op de bakplaat en druk ze samen tot ze 1 cm dik zijn.
- Bak een kwartiertje tot ze lichtgeel zijn en net gaar in het midden.
- Laat afkoelen en bewaar ze in een koekjes-trommel.

Okkernoten zoetzuur

Ingrediënten:

- *1 kg suiker*
- *50 groene walnoten onrijp geplukt begin juni*
- *1,5 dl water*
- *3,5 dl appelazijn*
- *1 vanillestokje opengesneden*
- *5 kaneelstokjes*
- *15 kruidnagels*
- *Zeste van 1 citroen*

Bereiding:

- *Prik gaatjes in elke okkernoot met een vork (gebruik handschoenen!).*
- *Leg ze in het water en laat ze 10 minuten zachtjes koken. Giet daarna af en leg de noten in een porseleinen pot.*
- *Kook de overige ingrediënten in een andere pan in tot een suikersiroop.*
- *Giet deze siroop over de okkernoten en zorg dat ze goed in de vloeistof liggen door er iets op te leggen. Ze zullen nu zwart kleuren. Laat deze pot twee dagen rusten.*
- *Giet het geheel weer in een pan en laat alles drie kwartier zacht koken en giet de noten met de siroop weer in de porseleinen pot, sluit af en bewaar donker.*
- *Deze noten zijn enkele jaren houdbaar en worden mettertijd lekkerder.*

Inhoudstafel per bereiding

Confituur

Confituur van aardbeien en rabarber	4
Cassiskonfituur	11
Perenjam met vanille	40
Paardenbloemenconfituur	42

Gelei

Gelei van rode sterappelen	6
Druivengelei	15
Kruisbessengelei met tijm	26
Kweeperengelei	27
Gelei van kweeperen	30
Mispelgelei	35
Sleedoorngelei met appelen	45

Divers

Kweeperenchutney	28
Kweeperensnoepjes	30
Mispelruitje	34
Perziken op grootmoeders wijze	43
Pruimen op grootmoeders wijze	44

Gedroogd

Gedroogde appelschijfjes	5
Bakkemuizen (gedroogde peren)	3

Gekonfijt

Gekonfijte kastanjes	20
Gekonfijte kornoeljes	22
Suiker kornoeljes	24
Gekonfijte kweeperen	28

Medicinaal

Tinctuur van cassisknoppen	10
Cassisslaapmutje	11
Kweeperengel	29

Met alcohol

Kir van aalbessen	3
Likeur van wilde bosbessen	9
Likeur van duindoornbessen	14
Frambocello	16
Kastanjelikeur	21
Mispellikeur	32
Fruittob	36
Sleedoornrupke	46
Vlierbessenlikeur	49
Okkernotenlikeur	50

Taart en gebak

<i>Peperkoek</i>	17
<i>Kastanjetaart</i>	19
<i>Kruidenkoek met gekonfijte kornoeljes</i>	23
<i>Bakkeмуіgenvlaai</i>	39
<i>Perenbolussen</i>	41
<i>Okkernotenkoek</i>	51

Zoetzuur, sap en siroop

<i>Appelsap</i>	7
<i>Appel en rode biet zoetzuur</i>	7
<i>Brustemse siroop</i>	8
<i>Cassislimonade</i>	12
<i>Zoetzure cassisbessen</i>	13
<i>Vruchten in mosterdzuur</i>	18
<i>Krieken op azijn</i>	25
<i>Kweeper zuurzoet</i>	29
<i>Mispelmoes</i>	33
<i>Peren in wijnazijn</i>	39
<i>Vlierbessensiroop</i>	47
<i>Vlierbloesemsiroop</i>	48
<i>Okkernoten zoetzuur</i>	52



Inhoudstafel per fruitsoort

<i>Kir van aalbessen</i>	3
<i>Confituur van aardbeien en rabarber</i>	4
<i>Gedroogde appelschijfjes</i>	5
<i>Gelei van rode sterappelen</i>	6
<i>Appelsap</i>	7
<i>Appel en rode biet zoetzuur</i>	7
<i>Brustemse siroop</i>	8
<i>Liqueur van wilde bosbessen</i>	9
<i>Tinctuur van cassisknoppen</i>	10
<i>Cassiskonfituur</i>	11
<i>Cassisslaapmutze</i>	11
<i>Cassislimonade</i>	12
<i>Zoetzure cassisbessen</i>	13
<i>Liqueur van duindoornbessen</i>	14
<i>Druivengelei</i>	15

<i>Frambocello</i>	16
<i>Peperkoek</i>	17
<i>Vruchten in mosterdzuur</i>	18
<i>Kastanjetaart</i>	19
<i>Gekonfijte kastanjes</i>	20
<i>Kastanjelikeur</i>	21
<i>Gekonfijte kornoeljes</i>	22
<i>Kruidenkoek met gekonfijte kornoeljes</i>	23
<i>Suikerkornoeljes</i>	24
<i>Krieken op azijn</i>	25
<i>Kruisbessengelei met tijn</i>	26
<i>Kweeperengelei</i>	27
<i>Gekonfijte kweeperen</i>	28
<i>Kweeperenchutney</i>	28
<i>Kweeperen zuurzoet</i>	29
<i>Kweeperengel</i>	29
<i>Kweeperensnoepjes</i>	30
<i>Gelei van kweeperen</i>	30
<i>De mispel</i>	31
<i>Mispellikeur</i>	32
<i>Mispelmoes</i>	33
<i>Mispelruitje</i>	34
<i>Mispelgelei</i>	35
<i>Fruittob</i>	36
<i>Fruittobgedicht</i>	37
<i>Bakkemuizen (gedroogde peer)</i>	38
<i>Bakkemuizenvlaai</i>	39
<i>Peren in wijnazijn</i>	39
<i>Perenjam met vanille</i>	40
<i>Perenbolussen</i>	41
<i>Paardenbloemenconfituur</i>	42
<i>Perziken op grootmoeders wijze</i>	43
<i>Pruimen op grootmoeders wijze</i>	44
<i>Sleedoorngelei met appelen</i>	45
<i>Sleedoornrupke</i>	46
<i>Vierbessensiroop</i>	47
<i>Vierbloesemsiroop</i>	48
<i>Vierbessenlikeur</i>	49
<i>Okkernotenlikeur</i>	50
<i>Okkernotenkoek</i>	51
<i>Okkernoten zoetzuur</i>	52



Een uitgave van



Keizerlijke Commanderie van de Edele
Haspengouwse Frigsteniers en hun Gastronomie

www.keizerlijke-commanderie.be
info@keizerlijke-commanderie.be

Met de steun van



Dank aan alle deelnemers



Niets uit deze uitgave mag op enigerlei wijze vermenigvuldigd worden tenzij mits de uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming van de Keizerlijke Commanderie.

Een uitgave van de dienst Communicatie.

V.U. Jos Lacroix, Kerkveldstraat 43 te 3800 Sint-Truiden (19 maart 2016)