

A white ceramic bowl filled with a smooth, yellow-orange peach soup. The soup has a glossy surface with some ripples. In the background, there are three fresh peaches with red and yellow skin, scattered brown seeds, and a small wooden bowl containing dried herbs or spices. The entire scene is set on a light blue-grey textured surface.

Tefal®
QUICK CHEF

Sommaire

QUICK CHEF



KAVIAAR VAN AUBERGINE MET KOMIJN

HUMMUS VAN WITTE BONEN & CASHEWNOTEN

TAPENADE VAN GEMARINEERDE PAPRIKA'S



AARDPERENCRÈME, MET SCHUIM VAN GEROOKT
SPEK & HAZELNOOTOLIE

MAÏSCRÈME MET WITTE PEPER

GROENE KOOLSOEP MET KASTANJES & SPEK

WORTELSOEP MET LANGOUSTINES & CHORIZO

GAZPACHO

CHAMPIGNONS GEVULD MET PISTACHENOTEN
& PLATTEKAAS



CURRYPASTA

WORTELKETCHUP

RUCOLAPESTO MET GEROOSTERDE AMANDELEN



PERZIKCOMPOTE MET VLIERBLOESEM

PAPAJACOMPOTE MET ESDOORNSIROOP

HAZELNOOTPASTA

Tefal®

Powelix



DE NIEUWE GENERATIE VAN MIXERS

Aangezien innovatie deel uitmaakt van ons DNA, hebben onze deskundigen de nieuwe Powelix messen-technologie ontwikkeld. In combinatie met de kracht van onze motoren, verhoogt deze nieuwe technologie het mixvermogen om in een mum van tijd perfecte resultaten te krijgen. En dit gedurende een lange tijd.

De Powelix messen-technologie zorgt in een oogwenk voor een smeug mengsel en uitstekende mixprestaties zonder enige moeite, dit zelfs voor de hardste ingrediënten.

EÉN DOEL: MIX ZONDER TE STOPPEN!

Kaviaar van aubergine met komijn



15 min.



45 min.

Ingrediënten

- 2 grote aubergines
- 2 teentjes knoflook
- ¼ citroen
- 2 eetlepels olijfolie
- 50 g kwark
- ½ theelepel komijnpoeder
- Peper en zout



Bereiding

- 1 | Verwarm de oven voor op 210°C. Schil de ui en de teentjes knoflook en hak ze fijn.
- 2 | Giet een beetje water in een ovenschaal, snij de aubergines in de lengte in tweeën en leg ze met de schilkant naar onder in de ovenschaal. Bestrooi de knoflook gelijkmatig over de aubergines en dek de schaal hermetisch af met aluminiumfolie. Laat 45 minuten in de oven bakken.
- 3 | Rasp het vlees van de aubergines met een vork en doe ze in een hoge houder, zoals een maatbeker.
- 4 | Voeg het citroensap, de komijn en de olijfolie toe. Breng op smaak met peper en zout. Meng met de Quick Chef op snelheid 8 totdat een glad mengsel wordt verkregen.

Tip - Voeg kleine stukjes gedroogde tomaat toe.

Hummus van witte bonen en cashewnoten



15 min.

Ingrediënten

200 g kikkererwten in blik

200 g witte bonen in blik

50 g cashewnoten

1 teentje knoflook

6 eetlepels olijfolie

1 eetlepel citroensap

1 snufje Espelette peper

5 cl water

Peper en zout

Enkele takjes koriander



Bereiding

1 | Spoel en laat de witte bonen en de kikkererwten uitdruipen. Schil de teentjes knoflook, snij ze vervolgens tweeën en verwijder de kiem.

2 | Doe de cashewnoten samen met de knoflook in een hoge houder (zoals een maatbeker) en doe vervolgens de bonen en de kikkererwten erbij. Breng op smaak met peper en zout.

3 | Voeg 5 eetlepels olie, het water en het citroensap toe en mix met de Quick Chef in de turbomodus totdat een puree wordt verkregen.

4 | Doe de hummus in een kom en voeg de rest van de olie toe. Breng op smaak met peper en zout. Bestrooi met de peper en de fijngehakte koriander en dien op.

Tip - Indien gewenst, voeg alleen kikkererwten toe.

Tapenade

van gemarineerde paprika's



Ingrediënten

- 3 rode paprika's
- 1 teentje knoflook
- 6 takjes tijm
- 1 snufje paprikapoeder
- 10 cl olijfolie
- 3 zwarte peperkorrels
- 100 g ricotta
- 4 zwarte olijven, ontpit
- Peper en zout



Bereiding

- 1 | Verwarm de oven voor op 220°C. Was de paprika's en leg ze op een met bakpapier beklede plaat. Bak ze ca. 20 minuten in de oven totdat de buitenkant bruin wordt.
- 2 | Haal de paprika's uit de oven, doe ze in een diepvrieszakje en laat afkoelen. Eenmaal afgekoeld, verwijder de schil en de pitjes, en snij het vruchtvlees in stukken.
- 3 | Pel en plet het teentje knoflook. Doe de paprika's, de knoflook, de takjes tijm in een soepbord en overgiet met olijfolie.
- 4 | Breng op smaak met peper en zout en meng alles door. Laat 1 uur in de koelkast marineren.
- 5 | Verwijder vervolgens de olie en de tijm en doe de paprika's in een maatbeker. Doe het paprikapoeder en de zwarte olijven erbij. Meng met de Quick Chef op snelheid 6 totdat een glad mengsel wordt verkregen.
- 6 | Doe de ricotta erbij en meng alles voorzichtig door met een spatel.

Tip - Gebruik deze tapenade voor het maken van wraps met nauwkest.

Tefal®

QUICK CHEF

Aardperencrème, met schuim van gerookt spek en hazelnootolie



Ingrediënten

400 g aardperen
2 aardappelen
1 selderijstengel
60 cl gevogeltebouillon
1 ui
20 cl melk
4 fijne plakjes gerookte spek
Een beetje hazelnootolie
Peper en zout
2 takjes peterselie



Bereiding

- 1 | Schil de aardperen en de aardappelen en snij ze in stukken. Schil en hak de ui fijn. Hak de selderij fijn.
- 2 | Doe de aardperen, de aardappelen, de selderij en de ui in een kookpan. Breng lichtjes op smaak met peper en zout. Giet de gevogeltebouillon erbij en laat circa 30 minuten koken met een deksel aangebracht.
- 3 | Giet de melk in een kleine pan en doe de plakjes spek erbij. Verwarm de melk. Zodra de melk kookt, haal de pan van het vuur en laat trekken.
- 4 | Eenmaal de groenten gaar zijn, mix de soep met de Quick Chef op snelheid 8 totdat een smeug mengsel wordt verkregen.
- 5 | Net voor het opdienen, verwijder de plakjes spek en giet de getrokken melk in een maatbeker. Mix de melk op turbomodus en laat lucht indringen totdat een lichte schuim aan het oppervlak wordt verkregen.
- 6 | Verdeel de soep over de kommen en giet een beetje hazelnootolie erbij. Recupereer het schuim en leg een dikke lepel schuim op de soep van elke kom.
- 7 | Bestrooi met de fijngehakte peterselie en dien onmiddellijk op.

Tip - Rooster zeer fijne plakjes gerookte spek onder de grill en leg ze net voor het opdienen op de soep.

Maïscrème met witte peper



Ingrediënten

400 g maïs, in blik
1 selderijstengel
40 cl gevogeltebouillon
1 gele ui
1 eetlepel olijfolie
20 cl verse dikke room
1 groot snufje witte peper
Enkele takjes peterselie
Zout



Bereiding

- 1 | Spoel en lek de maïs uit. Schil en hak de ui. Hak de selderij fijn. Verwarm de olijfolie in een pan en fruit de ui met de peper 2 minuten.
- 2 | Voeg de maïs toe en giet de bouillon erbij. Laat 10 minuten op een medium vuur bakken.
- 3 | Na het beëindigen van het kookproces, meng de soep met de Quick Chef op snelheid 10. Doe de dikke room erbij en breng op smaak met zout. Meng, bestrooi met de fijngehakte peterselie en dien op.

Tip - Voor een smeuïge versie, zeef de maïscrème. Net voor het opdienen, voeg enkele in de pan gebakken champignons toe.

Groene koolsoep met kastanjes en spek



Ingrediënten

350 g groene kool
200 g tamme kastanjes in blik
of diepgevroren
2 plakjes gerookte spek
1 aardappel
1 wortel
1 peer
70 cl groentebouillon
1 ui
Peper en zout



Bereiding

- 1 | Snij het spek in stukjes. Schil en hak de ui. Schil de wortel en de aardappel, en was de peer. Snij de groenten in stukken. Was en snij de kool in stukken.
- 2 | Bak het spek en de ui 2 minuten in een grote kookpan. Doe de peer, de aardappel en de wortel erbij en laat 2 minuten verder bakken. Voeg de kool toe en giet de bouillon erbij.
- 3 | Breng een deksel aan en laat 20 minuten op een zacht vuurtje koken.
- 4 | Voeg dan de kastanjes toe en laat 15 minuten verder koken.
- 5 | Na het beëindigen van het kookproces, meng de soep met de Quick Chef op snelheid 4 totdat er nog enkele brokken overblijven.

*Tip - Net voor het opdienen,
voeg croutons toe.*

Wortelsoep met langoustines en chorizo



Ingrediënten

600 g wortelen
2 teentjes knoflook
2 stengels citroengras
70 cl gevogeltebouillon
2 eetlepels olijfolie
2 eetlepels sesamzaadolie
8 fijne plakjes chorizo
8 langoustines
Peper en zout
Enkele blaadjes Thaise basilicum
of eetbare bloemen



Bereiding

- 1 | Schil de teentjes knoflook en de wortelen. Hak fijn. Verwijder het eerste blaadje van het citroengras en snij het in stukjes.
- 2 | Verwarm de olijfolie in een pan en voeg het citroengras en de teentjes knoflook toe. Doe de wortelen erbij en laat 5 tot 10 minuten bakken. Giet de bouillon erbij en laat 25 minuten op een zacht vuurtje koken.
- 3 | Leg de plakjes chorizo op een met bakpapier beklede ovenplaat en grill ze enkele minuten onder de grill van de oven.
- 4 | Wanneer de wortelen gaar zijn, mix ze kortstondig in de soep met de Quick Chef op snelheid 10 om de aroma's goed te spreiden. Giet de soep door een zeef voor een mooi vloeibaar mengsel. Dien warm op.
- 5 | Haal de langoustines uit hun schil. Verwarm de sesamzaadolie in een kleine pan en bak de langoustines.
- 6 | Doe in elke kom een soeplepel wortelsoep en voeg vervolgens de langoustines en 2 plakjes gegrilde chorizo toe. Versier met basilicum of een eetbare bloem.

Tip - Als u de soep niet wilt zeven, verwijder het citroen voordat de wortelen worden gemixt.

Gazpacho



15 min.



1 uur

Ingrediënten

400 g zeer rijpe tomaten

½ komkommer

½ selderijstengel

1 kleine rode paprika

½ bosje basilicum

1 teentje knoflook

20 cl olijfolie

10 cl water

1 eetlepel wijnazijn

Peper en zout



Bereiding

- 1 | Was de tomaten, de selderij, de komkommer en de rode paprika. Verwijder de pitjes uit de paprika en schil de komkommer. Snij de groenten in stukken. Was en hak de basilicum fijn. Schil en snij de teentjes knoflook in tweeën en verwijder de kiem.
- 2 | Doe de groenten, de basilicum en de knoflook in een kom en voeg vervolgens de olijfolie en de azijn toe. Breng op smaak met peper en zout en meng alles goed door. Laat 1 uur in de koelkast marineren.
- 3 | Mix de inhoud van de kom met de Quick Chef op snelheid 10 en voeg een beetje water toe naargelang de gewenste consistentie. Dien koud op.

Tip - Serveer dit recept samen met geroosterd brood dat met knoflook is ingewreven.

Champignons gevuld met pistachenoten en plattekaas



20 min.



20 min.

Ingrediënten

12 grote Parijse champignons

1 citroen

100 g plattekaas

7 cl vloeibare room

50 g gepelde pistachenoten

1 teentje knoflook

Een beetje olijfolie

Peper en zout

Enkele takjes oregano of tijm

Bereiding

1 | Verwarm de oven voor op 180°C. Was de champignons en verwijder de steeltjes. Schil de citroen en haal uit elkaar. Schil en snij de teentjes knoflook in 2 en verwijder dan de kiem.

2 | Doe de knoflook, de pistachenoten, het vlees van de citroen en de kaas in een maatbeker. Breng op smaak met peper en zout.

3 | Mix met de Quick Chef op snelheid 4 gedurende 10 tot 15 seconden en voeg een beetje room toe. Zorg dat er nog enkele stukken pistachenoten te zien zijn.

4 | Doe de vulling in de champignons en leg ze in een ovenschaal. Besprenkel met een beetje olijfolie en bestrooi met oregano.

5 | Laat 20 minuten in de oven bakken.

Tip - Voor uw barbecue, laat de champignons op de bakplaat bakken.



Currypasta



20 min.



15 min.

Ingrediënten

- 3 teentjes knoflook
- 2 cm gemberwortel
- 1 rode peper (naargelang de smaak)
- 5 teentjes kardemom
- 1 theelepel venkelzaad
- 1 theelepel korianderzaad
- 1 theelepel kurkumapoeder
- 1 theelepel komijnpoeder
- 1 theelepel currypoeder
- 1 theelepel zwarte peperkorrels
- 1 theelepel paprikapoeder
- 2 eetlepels tomatenconcentraat
- 2 eetlepels appelazijn
- 3 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepels water



Bereiding

- 1 | Schil en snij de teentjes knoflook in tweeën en verwijder de kiem. Schil en snij de gember in stukjes. Verwarm een eetlepel olie en bak de gember en de knoflook een tiental minuten op een zacht vuurtje om ze zacht te maken. Zet opzij.
- 2 | Verwarm een pan zonder vet en rooster de venkel, de koriander, de kurkuma, de peper, de komijn en het paprikapoeder. Zet opzij.
- 3 | Haal de zaden uit de kardemom.
- 4 | Doe de kruiden in een maatbeker, doe de teentjes knoflook, de gember, het kardemomzaad, de

curry, de peper, het tomatenconcentraat en de appelazijn erbij. Giet de rest van de olijfolie erbij. Mix op snelheid 6 totdat een homogeen mengsel wordt verkregen.

- 5 | Bewaar in een pot.

Tip - Gebruik deze pasta samen met gegnilde kipfilets of rijst.

Wortelketchup



20 min.



70 min.

Ingrediënten

500 g wortelen

2 ui

2 teentjes knoflook

2 eetlepels wijnazijn

1 eetlepel balsamicoazijn

2 eetlepels olijfolie

1 snufje gemberpoeder

1 snufje paprikapoeder

1 laurierblaadje

50 g bruine suiker

30 cl tomatencoulis

12 cl water

Peper en zout



Bereiding

- 1 | Schil de ui en de teentjes knoflook en hak ze fijn. Schil en hak de wortelen.
- 2 | Verwarm de olie in een sauteerpan en fruit de ui en de knoflook samen met de wortelen op een hoog vuur. Na 5 minuten, bestrooi met bruine suiker en laat 3 minuten karamelliseren. Blus met wijn- en balsamicoazijn. Zodra alle azijn is verdampt, doe de gember, het paprikapoeder, 5 cl water en de tomatencoulis erbij. Breng op smaak met peper en zout.
- 3 | Laat 1 uur koken op een zeer zacht vuurtje met een deksel aangebracht en roer het mengsel regelmatig door. Controleer tevens of er altijd vloeistof in de pan aanwezig is.
- 4 | Verwijder het laurierblaadje, voeg 7 cl water toe en mix met de Quick Chef in de turbomodus totdat een zeer glad mengsel wordt verkregen.
- 5 | Laat de ketchup afkoelen en zet het in de koelkast.

Tip - Gebruik deze ketchup met zelfgemaakte kipnuggets.

Rucolapesto met geroosterde amandelen



15 min.



5 min.

Ingrediënten

100 g rucola

10 basilicumblaadjes

1 teentje knoflook

60 g amandelen,
gepeld en fijngehakt

15 cl olijfolie

50 g geraspte Parmezaanse kaas

Peper en zout

Bereiding

- 1 | Was en droog de rucola en de basilicumblaadjes grondig. Rooster de amandelen in een pan zonder vet.
- 2 | Schil de teentjes knoflook, snij ze tweeën en verwijder de kiem.
- 3 | Giet de olie in een maatbeker. Voeg de rucola, de basilicum, de knoflook, de amandelen en de Parmezaanse kaas toe. Breng op smaak met peper en zout.
- 4 | Mix alles met de Quick Chef op snelheid 4 totdat een homogeen mengsel wordt verkregen.

Tip - U kunt deze pesto ook bereiden met pijnboompitten in plaats van amandelen.



Perzikcompote met vlierbloesem



Ingrediënten

- 1 kg gele perziken
- 2 g gedroogde vlierbloesem
- 1 eetlepel agavesiroop

Bereiding

- 1 | Schil en ontpit de perziken. Snij ze in blokjes.
- 2 | Doe de perziken met de vlierbloesem in een pan en voeg de agavesiroop toe. Breng een deksel aan en laat gedurende 20 minuten op een medium vuur bakken. Indien nodig, voeg een beetje water toe.
- 3 | Na het bakken, mix met de Quick Chef op snelheid 6 totdat een gladde compote wordt verkregen. Laat afkoelen voor het opdienen.

Tip - U kunt vlierbloesem vinden in de biowinkel in uw buurt. U kunt het tevens tijdens het seizoen verzamelen en laten drogen.



Papajacompote met esdoornsiroop



10 min.



20 min.

Ingrediënten

- 2 mooie papaja's
- 3 eetlepels esdoornsiroop
- 1 eetlepel citroensap
- 1 stengel citroengras
- 5 cl water



Bereiding

- 1 | Open de papaja's in 2. Verwijder de zaadjes, haal het vruchtvlees uit en snij het in stukken. Verwijder het eerste blad en het harde uiteinde van het citroengras en snij het in de lengte in tweeën.
- 2 | Doe de papaja en het citroengras in een pan, giet het water erbij en laat 20 minuten op een zacht vuurtje koken.
- 3 | Na het kookproces, verwijder het citroengras en mix met de Quick Chef op snelheid 4 terwijl de esdoornsiroop en het citroensap geleidelijk aan worden toegevoegd.
- 4 | Laat afkoelen voor het opdienen.

Tip - Papaja is vezelrijk en aldus goed voor de spijsvertering.

Hazelnootpasta



15 min.



5 min.

■ Ingrediënten

60 g hazelnootpoeder

150 g melkchocolade

1 theelepel hazelnootpuree

50 g donkere chocolade

4 eetlepels hazelnootolie



■ Bereiding

- 1 | Rooster het hazelnootpoeder gedurende een korte periode in een pan zonder vet.
- 2 | Breek de melkchocolade en de donkere chocolade in stukjes en laat ze au bain-marie smelten. Laat afkoelen.
- 3 | Doe het hazelnootpoeder in een maatbeker. Voeg de gesmolten chocolade, de hazelnootpuree en de olie toe en mix met de Quick Chef op snelheid 8 totdat een mooi homogeen mengsel wordt verkregen.
- 4 | Bewaar in een glazen pot.

Tip - Bewaar de pasta in een droge ruimte uit de buurt van licht. Als de pasta hard wordt, warm het enkele seconden op om het beter te kunnen smeren.