

**Hete bliksem**

4 personen

1200 g aardappels, zachtkokend
1000 g wortelpeterselie
2 st appel
4 st rode ui
300 g vegan knakworst

Zelf toevoegen
8 tl kaneelpoeder

4 el bakolie
2 g mosterd
snufje zout en peper

Surinaamse kerrie tofu op een broodje

2 personen

1 pak tofu van 550 gr
1 ui
2 tenen knoflook
2 el maïzena
3 el massala
2 vierkante maggi blokjes
Madam Jeanette peper of chilivlokken
Olijfolie
150 ml water

Overig:

Naan (1 per persoon)
Ingelegde rode ui
Korngroter
1 mini romain sla

Snelle 'hopsalon' met plant-based kaassaus

4 personen

500 g tofu
2 el milde olijfolie
2 el maïzena
1 el kipkruiden
1 kg zoete aardappels
peper en zout, naar smaak
200 g veldsla
200 g rodekool
2 bosuitjes
½ komkommer
½ rode chilipeper, in dunne ringetjes

Voor de 'kaassaus':

100 g cashewnoten
1 el citroensap
250 ml water
2 el edelgistsvlokken
½ tl gerookte-paprikapoeder
½ tl dijonmosterd
½ tl knoflookpoeder
½ tl kurkuma
zout naar smaak

Vegan RamenSalade

4 personen

100 g cherrytomaten
1 el sojasaus
2 tl fijne suiker of rietsuiker
1 tl sesamololie
100 g gemengde salade
0.5 komkommer,
2 wortels
4 porties ongekookte ramennoedels
240 ml sesamdressing, verdund met wat water
en zout of sojasaus, of 240 ml wafudressing
2 avocado's
paar snufjes sesamzaad

Paddenstoelenstoof met aardappelpuree, rode kool en kruidkoek

4 personen

600 g aardappelen
1 kg rode kool, fijngesneden
2 el tomatenpuree
2 grote uien
3 teentjes knoflook
4 sneetjes kruidkoek
250 ml groentebouillon
150 ml rode wijn (of extra bouillon)
799 g gemengde paddenstoelen (bijvoorbeeld
champignons, oesterzwammen en
kastanjechampignons), grof gesneden
2 el sojasaus
2 tl paprikapoeder
1 tl gemalen kruidnagel
2 blaadjes laurier
1 kaneelstokje

6 takjes verse tijm (of 1 tl gedroogde tijm)
2 el olijfolie
1 el appelstroop
50 ml melk (voor de aardappelpuree)*
Peper en eventueel zout naar smaak

Gnocchi met salieboter en pompoen

4 personen

4 st sjalot
2 st knoflookteen
2 st verse salie
400 g gesneden pompoen
600 g spinazie
400 g boterbonen
1 st limoen
800 g verse gnocchi

Zelf toevoegen

2 el olijfolie
60 g (vegan) boter
snufje Zout en peper

Salade van broccoli, dadels & pecannoten

4 personen

200 g peultjes
1 broccoli
½ rode ui
6 (medjool)dadels
100 g pecannoten

Voor de dressing

geraspte schil en sap van 2 biologische
limoenen (je hebt 50 ml sap nodig)
50 ml olijfolie
2,5 cm verse gember
1 tl zeezoutvlokken
1 rode chilipeper

Serveren met

Platbrood
Humus