



---

# Lekker lokaal: recepten met een West-Vlaams sausje

---

Een smaakvol gerecht begint met kwaliteitsvolle producten. Ga eens langs bij de lokale hoevewinkel en verwerk verse en eerlijke zuivel-, groenten- en vleesproducten in je maaltijden.



Aperitiefhapje uit de Westhoek

# Torentje van peperkoek, bloedworst en appel

## INGREDIËNTEN (4 PERS.)

4 sneetjes Poperingse kruidenkoek  
200 g bloedworst (liefst van bij een lokale slager)  
1 appel (Veurnse Renet)  
Boter  
Kaneelpoeder  
Versgemalen zwarte peper  
Optioneel: een takje verse peterselie

## BEREIDING

### 1 Appel bakken

Schil de Veurnse Renet, verwijder het klokhuis en snijd in dunne schijfjes. Bak de schijfjes in een klontje boter op een middelhoog vuur tot ze mooi goudbruin en licht gekaramelliseerd zijn. Kruid met een snuifje kaneel en een vleugje zwarte peper. Laat even uitlekken op keukenpapier.

### 2 Bloedworst bakken

Verwijder het vel van de bloedworst en snijd in plakjes van ongeveer 1 cm dik. Bak kort in een beetje boter tot de buitenkant krokant is en de binnenkant lekker smeug blijft.

### 3 Kruidenkoek toasten

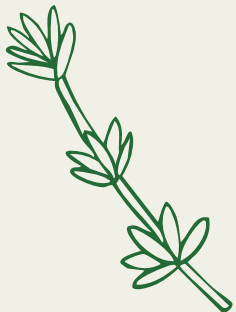
Snijd de Poperingse kruidenkoek in kleine rondjes of vierkantjes (gebruik eventueel een uitsteekvorm voor gelijke vormen). Toast ze kort in een droge pan of oven tot ze licht krokant zijn, maar nog smeug vanbinnen.

### 4 Torentje bouwen

Leg een stukje getoaste kruidenkoek op een bord. Leg er een plakje bloedworst op en vervolgens een schijfje warme appel. Herhaal eventueel voor een hoger torentje. Werk af met een klein blaadje peterselie.

### Serveertip

Serveer lauwwarm, zodat de aroma's van de bloedworst en appel zich mooi vermengen met de kruidige toets van de Poperingse koek.





Voorgerecht uit Houtland & Polders

# Kaaskroketten met Oud Brugge



## INGREDIËNTEN (4 PERS.)

100 g Oud Brugge (geraspt)  
25 g boter  
25 g bloem  
150 ml volle melk  
1 eidooier  
Peper en nootmuskaat  
Bloem, losgeklopt ei en paneermeel  
(voor het paneren)  
Frituurolie

## BEREIDING

### 1 Kaasvulling maken

Smelt de boter in een pannetje. Voeg de bloem toe en roer tot een droge roux. Giet er geleidelijk de melk bij en blijf roeren tot je een dikke, gladde saus krijgt. Voeg van het vuur de geraspte Oud Brugge toe en roer tot alles gesmolten is. Kruid met peper en een snuifje nootmuskaat. Roer de eidooier erdoor en stort de massa in een met bakpapier beklede schaal. Laat volledig afkoelen en opstijven in de koelkast (minstens 2 uur).

### 2 Kroketten vormen

Snijd de opgesteven massa in gelijke porties en rol tot kroketjes. Wentel eerst door bloem, dan door losgeklopt ei en ten slotte door paneermeel. Laat opnieuw even opstijven in de koelkast.

### 3 Frituren

Verhit de frituurolie tot 180°C. Frituur de kroketten goudbruin in 2 à 3 minuten. Laat uitlekken op keukenpapier.

### Serveertip

Serveer warm, met een partje citroen en een toefje peterselie. Heerlijk met een slatje van jonge blaadje. Een smeug eerbetoon aan de rijke kaastraditie van het Brugse Ommeland.



Hoofdgerecht uit het West-Vlaamse Hart

# Pasta met prei, gerookt spek en kruidenroom

## INGREDIËNTEN (4 PERS.)

350 g pasta (bijv. tagliatelle of penne)  
3 preistengels  
150 g gerookt spek (in reepjes)  
200 ml room  
1 el fijne mosterd  
1 handvol platte peterselie  
Peper en zout  
Olijfolie

## BEREIDING

### 1 Prei voorbereiden

Halveer de prei in de lengte, was grondig en snijd in fijne halve ringen. Stoof de prei in een scheutje olijfolie op middelhoog vuur tot hij zacht en glazig is. Kruid met peper en zout.

### 2 Spek bakken

Bak de spekreepjes in eigen vet tot ze krokant zijn. Laat uitlekken op keukenpapier.

### 3 Pasta koken

Kook de pasta gaar in licht gezouten water volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af, maar hou een beetje van het kookvocht bij.

### 4 Saus maken

Voeg de room toe aan de gestoofde prei en roer de mosterd erdoor. Laat even inkoken. Voeg indien nodig een lepel van het kookvocht toe voor extra smeuïgheid.

### 5 Afwerken

Meng de pasta onder de saus. Voeg de krokante spekreepjes toe en werk af met fijngehakte peterselie.

### Serveertip

Serveer warm op een groot bord. Dankzij de heerlijke prei uit eigen streek krijgt dit gerecht een uitgesproken West-Vlaams karakter.



Dessert uit Leie- en Scheldestreek

# Kalletaart uit Kortrijk

## INGREDIËNTEN (4 À 6 PERS.)

2 stevige appels  
6 halve abrikozen  
3 eieren  
100 g fijne suiker  
80 g zelfrijzende bloem  
1 el Calvados  
1 handvol amandelschilfers  
Abrikozenconfituur of gelei (voor het glanslaagje)  
Boter en bloem (voor de bakvorm)

## BEREIDING

### 1 Oven voorverwarmen

Verwarm de oven voor op 180 °C. Beboter en bebloem een rechthoekige cake- of taartvorm.

### 2 Beslag maken

Klop de eieren met de suiker tot een licht en luchtig mengsel. Spatel de bloem er voorzichtig onder. Voeg de Calvados toe en meng kort.

### 3 Fruit voorbereiden

Schil de appels, verwijder het klokhuis en snijd in kleine blokjes. Snijd de abrikozen eventueel in stukjes indien ze groot zijn.

### 4 Taart samenstellen

Giet het beslag in de vorm. Verdeel de appelblokjes en abrikozenstukjes over het beslag. Strooi de amandelschilfers langs de randen.

### 5 Bakken

Bak 30 à 35 minuten in het midden van de oven tot de taart goudbruin en gaar is. Laat afkoelen op een rooster.

### 6 Afwerken

Verwarm een beetje abrikozenconfituur en bestrijk de bovenkant van de taart voor een mooie glans.

### Serveertip

Serveer op kamertemperatuur, eventueel met een lepel opgeklopte room. Deze klassieker is de trots van Kortrijk en combineert luchtigheid met rijke fruitige smaken.

