

## ZALM MET ALIOLI

### Ingrediënten voor 2 personen

- Zalm +/- 400gr
- 1 potje Alioli Can Bech
- 12 groene boontjes
- 1 groene paprika
- Halve courgette
- 1 ui
- Aardappelen (om puree van te maken)
- Goede Spaanse Olijfolie bv Oli de Pau
- Zout & peper

### Bereiding

Verdeel de zalm en leg de stukken op een groot bord. Bestrooi met zout, peper en olijfolie en laat 15 minuten marineren.

Bak de zalm aan beide kanten bruin, hou de vis even warm

Maak van de aardappelen puree.

Hak de ui en bak de ui in olijfolie, wanneer de glazig is voeg je de boontjes, courgette & de paprika toe. Laat de groenten garen met wat peper & zout.

Neem een cirkelvormige vorm om op het bord te schikken. Leg op de bodem de groenten, dan een laag puree en daar bovenop een laagje Alioli, verwijder de cilinder en leg bovenop het torentje de zalm. Serveer warm.

## GEGRILDE PIJLINKTVIS MET ALIOLI

### Ingrediënten voor 2 personen

- 4 aardappelen
- 1 potje alioli Can Bech
- 800 gr pijlinktvis
- Zout & peper
- Peterselie
- Citroensap
- Spaanse olijfolie

### Bereiding

Schil de aardappelen, was ze en snij ze in sneetjes. Bak de aardappelen in olijfolie en bestrooi met wat zout en peper.

Mix in een kom de peterselie, citroensap, zout en olijfolie. Dip de inktvis door het mengsel en bak hem op een grillpan langs beide kanten.

Schik de inktvis, de aardappelen en de alioli op een bord en bestrooi met wat peterselie.

## **AARDAPPELEN MET ALIOLI**

### Ingrediënten voor 4 personen

- 4 aardappelen
- 1 potje alioli Can Bech
- Zout & peper
- Laurier
- Mayonaise

### Bereiding

Schil, was en snij de aardappelen in blokjes. Kook ze in water en voeg aan het water het laurier blad en zout toe.

Giet de aardappelen af (indien gewenst kan u ze nu nog bakken maar ze kunnen ook enkel gekookt worden)

Mix de alioli met een paar lepels mayonaise. Overgiet de aardappelen met het mengsel en serveer.

## **ZEEVRUCTEN RIJST MET ALIOLI**

### Ingrediënten voor 4 personen

- 1 prei
- 1 potje alioli Can Bech
- 1 wortel
- 2 uien
- 2 tomaten
- 400 gr baby inktvisjes
- 250 gr scampi
- 400 gr paella rijst
- Saffraan
- 2 glazen visbouillon

### Bereiding

Snij de prei, 1 ui en de wortel in kleine stukken en gaar ze samen in olijfolie.

Schil de tomaten en snij ze in kleine stukjes. Pel de ui en snij deze tevens in kleine stukjes.

Fruit de ui in een grotere, diepe pan en voeg de tomaten erbij.

Na een 7 tal minuten voeg je de inktvis, scampi en rijst toe en roer dit tot de rijst glazig wordt.

Voeg de bouillon en de saffraan toe en roer zacht.

Voeg wat zout & peper toe en blij roeren tot de rijst gaar is, eventueel nog wat bouillon toevoegen.

Neem de pan van het vuur en voeg een aantal lepels alioli toe.

Serveer warm.

## **PATATAS BRAVAS**

### Ingrediënten voor 4 personen

- 4 aardappelen
- 1 potje Salsa Brava Can Bech
- Mayonaise (indien gewenst)

### Bereiding

Schil, was en snij de aardappelen in stukken.

Kook ze in water en voeg zout toe. Giet de aardappelen af.

Bak de aardappelen, doe ze in een kom en overgiet ze met een paar lepels salsa Brava.

Indien gewenst kan je de saus iets minder sterk maken door ze te mengen met mayonaise.

## **KIPPENBORST MET SALSA BRAVA**

### Ingrediënten voor 2 personen

- 2 kippenborsten
- 1 potje salsa Brava Can Bech
- Spaanse olijfolie
- Laurier, oregano en peterselie
- 1 glas rode wijn (gebruik de wijn die u zelf ook drinkt)
- 1 eetlepel wijnazijn
- Broodkruimels of paneermeel
- Zout & peper

Doe een klein beetje olijfolie op de kip en bestrooi met de broodkruimels.

Doe olijfolie in een pan en bak de kip aan, let op dat de pan niet té heet is zodat de broodkruimels niet aanbranden. Laat de kip garen.

Voeg aan de pan de rode wijn & 2 lepels salsa Brava toe. Voeg nadien de laurier, oregano en peterselie toe. Nadien de wijnazijn en laat de saus inkoken tot de saus half gereduceerd is.

Zet het vuur af en laat de bereiding een 2 tal minuten rusten.

Serveer met gegrilde groentjes en frietjes, aardappelen of rijst.

## **KABELJAUW MET SALSA BRAVA**

### Ingrediënten voor 2 personen

- 1 potje salsa Brava Can Bech
- 2 moten kabeljauw
- 1 ui
- 1 groene paprika
- 2 tomaten
- Spaanse olijfolie
- Zout

### Bereiding

Neem een iets diepere pan en verhit olijfolie. Snij uien, paprika en de tomaten in kleine stukjes.

Fruit de ui in de hete olijfolie en voeg de paprika toe. Voeg nadien de tomaten toe.

Voeg 2 lepels salsa Brava toe en laat de saus 10 minuten sudderen.

Leg de moten kabeljauw in de saus en laat de vis op een zacht vuurtje garen.

Serveer warm.

Je kan dit gerecht met rijst of stokbrood eten.

## **XATONADA : SALADE MET XATO SAUSJE**

### Ingrediënten voor 2 personen

- Potje Xato saus
- Ijsbergsla
- 100gr gezouten kabeljauw
- 100gr tonijn in olijfolie
- 6 gezouten ansjovissen
- 50 gr groen (ontpitte) olijven
- 50 gr zwarte(ontpitte) olijven
- Spaanse olijfolie

### Bereiding

Knip de sla in stukken en doe ze in een grote bowl.

Doe de vis in stukken en voeg hem toe aan de salade.

Voeg olijven en een beetje olijfolie toe, eventueel peper & zout.

Werk af met een paar lepels Xato saus naar believen.

## SCAMPI BROCHETTE MET XATO SAUS

### Ingrediënten voor 2 personen

- Potje salsa Xato Can Bech
- 12 scampi
- 1 groene paprika
- 1 rode paprika
- 1 ui
- Zout & peper

### Bereiding

Pel de Scampi en verwijder de darmkanalen. Was en pel de uit & paprika's. Snij ze in repen. Steek afwisselend een scampi, een stuk ui, een stuk rode of groene paprika op het stokje. Gril de spiesjes op een grillpan. Serveer warm en drapeer op de Scampi wat Xato saus. Eventueel rijst, aardappelen of stokbrood bijvoegen.

## SALADE MET SCAMPI & IBERICO HAM MET TEMPURA VAN GROENTEN & ROMESCO SAUS

### Ingrediënten voor 4 personen

- Potje Romesco salsa
- 1 ijsbergsla
- 100gr Ibérico of Serrano ham
- Mix van groeten (ui,wortel,prei,ect)
- Olie om te frituren
- Bloem
- Scampi

### Bereiding

Kuis de groenten, snij ze in smalle reepjes en bestrooi ze met zout. Mix koud water met bloem tot een liquide deeg. Ga met de groenten door de deeg en frituur ze. Hou even warm in de oven.

Neem een groot bord en bestrijk dit met wat Romesco salsa. Leg hierop wat salade en daar bovenop de tempura. Bak in een pan de ui & de scampi. Leg ze naast of rond de salade. Snij de Iberico ham in reepjes en leg ze over de salade.

## **AUBERGINE MET ZWARTE OLIJVEN TAPENADE**

### Ingrediënten voor 4 personen

- Potje zwarte olijvenpasta Can Bech
- een eetlepel olijfolie
- een kleine rode ui, fijn gesneden
- 1 aubergine in blokjes gesneden
- 2 teentje look geperst
- een theelepel soya saus
- een handvol basilicum
- 12 cherry tomaatjes gemixt
- 1 theelepel Dijon mostaard
- Zout & zwarte peper

### Bereiding

Fruit de ui in een iets diepere pan in olijfolie. Zet het vuur wat harder en roerbak de aubergine tot deze gaar is (+/- 10minuten).

Zet het vuur opnieuw wat zachter. Voeg de look, tomaten, basilicum, mostaard and olijven pasta toe. Heel zachtjes verder roeren, ongeveer 5 minuten.

Strijk dit mengsel over een dik gesneden stuk geroosterd brood.

Serveer op een groot bord gevuld met sla.

## **“CALÇOTS” & PIJP-AJUIN MET SALSA ROMESCO**

Maak de jonge prei (=calçots) en pijp-ajuin proper en verwijder de buitenste laag.

Kook ze in een kookpot gedurende 15 minuten.

Haal ze uit de pot en laat ze uitlekken. Leg ze een aantal minuten op de grillpan.

Leg ze op een schaal en overgiet met een aantal lepels Romesco salsa.

## **PITA BROOD MET GROENE OLIJVEN TAPENADE**

### Ingrediënten voor 4 personen

- 1 potje groene olijven tapenade Can Bech
- 4 pita broodjes in half gesneden
- 1 theelepel olijf olie
- 1 sjalot, fijn gesneden
- 2 tomaten
- 1 teentje look
- Half glas droge witte wijn.
- Oregano
- Gerookte Paprika kruiden

### Bereiding

Verwarm de oven op 200°C. schik de pita broodjes op een bakvel and bak ze tot ze krokant zijn  
Ongeveer 8 minuten.

In een klein pan verwarm je de Spaanse olijfolie. Voeg de sjalot toe en fruit deze ongeveer 3 minuten.  
Voeg tomaten,look, oregano en gerookte paprika kruiden toe en laat ze sudderen tot de tomaat zacht is.

Voeg de wijn toe en laat zacht koken. Verminder het vuur en rustig sudderen tot de alcohol ingekookt is, ongeveer 6 minuten.

Het mengsel is redelijk vast. Verwijder van het vuur en giet het mengsel in een kom en laat volledig afkoelen.

Doe per half pita broodje 2 koffielepels van de tapenade en daar bovenop het tomaten mengsel.  
Strooi bovenop wat verse peterselie, direct opdienen.