

My Recipes

Opvangcentrum Gent

(Reno)

2020



100
IN 1 DAY

Curious

fedasil
FEDERAL AGENCY FOR THE
RECEPTION OF ASYLUM SEEKERS



My Recipes

Dit is de receptendialoog van / This is the recipe dialogue from

Julio, Luisa, Eveline, Meybel, Vanessa, Jeannot, Julissa, Fazel Amin &

Ruth Carrillo | Ontwerp door / Design by Victor & Fernando

COLOFON: De Receptendialoog is een uitgave van Curieus. Deze publicatie kadert binnen de actie 100In1Day. Met deze actie wil Curieus 100 creatieve en verbindende acties tot stand brengen op één dag. Curieus werkt hiervoor samen met organisaties en lokaal geëngageerde helden zoals de mensen van opvangcentrum Gent die de handen uit de mouwen willen steken voor een meer verbonden samenleving.

Meer weten over Curieus of 100In1Day?

www.curieus.be |  Curieus vzw

www.100In1Day.org |  100In1Day Belgium



Curieus

fedasil
FEDERAL AGENCY FOR THE
RECEPTION OF ASYLUM SEEKERS

Bollitos

(Broodjes)



INGREDIËNTEN:

- 1 kg bloem
- 1 kopje suiker
- 1 eetlepel zout
- 4 eieren
- 4 eetlepels droge gist
- 150 g boter
- 400 ml opgeklopte melk, giet de olie af en klaar om te decoreren!

VOORBEREIDING

Roer wat in poeder gaat en voeg de vloeistof toe tot het een hanteerbare textuur heeft en snijd de figuren, dek af met plastic en laat het ongeveer 45 minuten rusten of tot ze verdubbelen, bak in olie op laag vuur op beide zijden



Julio
Opvangcentrum Gent (Reno)

Bollitos

Buns)



INGREDIENTS:

- 1kg of flour
- 1 cup of sugar
- 1 tablespoon of salt
- 4 eggs
- 4 tablespoons of dry yeast
- 150g of butter
- 400 ml of Whipped milk, drain the oil and you are ready to decorate!

PREPARATION

Stir what goes into the powder and add the liquid until it has a manageable texture. Cut the figures, cover with plastic and let it rest for about 45 minutes, or until they double in size. Fry in oil on low heat on both sides



Julio
Opvangcentrum Gent (Reno)

Hamburguesa de Garbanzo

(Kikkererwtenburger)



INGREDIËNTEN:

- 1 kilo kikkererwten
- 4 uien
- 3 knoflook teentjes
- Zout
- oregano
- paprika-chili
- Olie
- Bloem
- 1 ei

VOORBEREIDING

Kook de kikkererwten zonder zout. Mix ze om een pasta te verkrijgen. Snij 4 uien in kleine stukjes. Voeg zout en olie naar smaak toe, samen met de chili en kikkererwten. Voeg 1 ei en bloem toe. Maak burgers en frituur ze in de hete olie, als ze gefrituurd zijn kan je ze met rijst eten.



Luisa

Opvangcentrum Gent (Reno)

Hamburguesa de Garbanzo

(Chickpea Burger)



Chile



INGREDIENTS:

- 1 Kg. chickpea
- 4 Onions
- 3 Garlic cloves
- Salt
- Oregano
- Paprika pepper or Chili powder
- Oil
- Flour
- 1 Egg

PREPARATION

Cook the chickpeas without salt. Mix them to get a paste. Cut the onions in small pieces, add salt and oil to taste. Put the pepper and chickpeas together. Also add 1 egg and flour. Make the burgers and put them in hot oil to fry, when it's ready you can eat it with rice.



Luisa

Opvangcentrum Gent (Reno)



Deruni

(Deruni)



INGREDIËNTEN:

- Ui (3 plakken in grote stukken)
- 1 ei
- 70 gram flour
- 200 gram zure room
- 150 gram gebakken champignons
- Olie naar smaak
- Zout, peper naar smaak

VOORBEREIDING

- Rasp aardappelen en uien met een fijne rasp.
- Meng met de zure room en het bloem.
- Breng op smaak met zout en peper.
- Breek het ei en meng alles weer grondig.
- Voeg de gebakken champignons of andere seizoenspaddestoelen toe.
- Roer.
- Verhit plantaardige olie in een pan.
- Doe kleine porties aardappeldeeg in de olie en bak aan beide kanten goudbruin.
- Aardappelpaddestoelen zijn klaar!
- Serveer het gerecht met zure room en kruiden.



Eveline
Opvangcentrum Gent (Reno)



Deruni

(Deruni)



INGREDIENTS:

- Onions 3 (slice in large pieces)
- 1 egg
- 70 grams of Flour
- 200 grams of sour cream
- 150 grams of fried mushrooms
- Oil to taste
- Salt, pepper to taste
- 3 Potatoes

PREPARATION

- Grate the potatoes and onions on a fine grater.
- Add sour cream and flour, mix.
- Add Salt and pepper.
- Break the egg and mix everything thoroughly again.
- Add the fried champignons or any other seasonal mushrooms.
- Stir.
- Heat vegetable oil in a pan.
- Put small portions of potato dough into the oil and fry on both sides until golden brown.
- Potato mushrooms are ready! Serve a dish with sour cream and herbs.



Eveline
Opvangcentrum Gent (Reno)

Empanadas de Plátano y Leche

(Empanadas met banaan en melk)



El Salvador



INGREDIËNTEN:

- 4 rijpe bananen
- 1 liter volle melk
- 4 eetlepels tarwebloem
- 3 lepels suiker
- kaneelstok
- olie

VOORBEREIDING

BEREIDING VAN DE VULLING: Kook de bananen in de schaal, snijd ze in grote stukken, in water, kook ze, verwijder de schaal en pureer ze.

BEREIDING VAN HET VULLEN: Breng in een pan de melk aan de kook met kaneel, suiker, voeg een beetje water toe. Roer constant totdat het gelatineus wordt.

"EMPANADAS" BEREIDEN:

Zet een braadpan op het vuur en genoeg olie, als het erg heet is, vorm je de "Empanadas", maak balletjes met de puree, plet ze met de palm, plaats de melkvulling en sluit deze. bak tot ze donkerbruin zijn. Serveer ze met daarop besprenkelde suiker.



Meybel

Opvangcentrum Gent (Reno)

Empanadas de Plátano y Leche

(Banana and milk empanadas)



El Salvador



INGREDIENTS:

- 4 ripe bananas
- 1 liter of whole milk
- 4 tablespoons of flour
- 3 spoonfulls of sugar
- cinnamon stick
- oil

PREPARATION

PREPARATION OF THE FILLING:

Cook the bananas in their peel, cut into large pieces. Cook them in water. Remove the shell and mash them.

PREPARATION OF FILLING:

Boil the milk with cinnamon in a saucepan and, sugar, add a little water. Move constantly until it becomes gelatinous.

MAKING "EMPANADAS" :

Put a frying pan on a stove with enough oil. When it is very hot, form the "Empanadas", make balls from the puree, flatten them with your palm, put the milk filling in the middle and close it. Fry until dark brown. Serve them with sugar sprinkled on them.



Meybel

Opvangcentrum Gent (Reno)

Enchiladas

(Enchiladas)



INGREDIËNTEN:

- 2 kopjes maïsmeel
- 4 kopjes olie
- 1 kopje fijn gesneden kool
- 2 el gesneden ui
- ½ kopje azijn
- 6 plakjes komkommer
- 2 grote tomaten
- 1 teentje knoflook
- ½ klein kopje gemalen bonen
- 1 groene chilipeper
- ¼ jalapeño peper

VOORBEREIDING

BRUINEN:

Kool snijden in julienne reepjes en mengen met de gehakte ui. Voeg zout toe naar smaak en laat het een uurtje in azijn staan.

SAUS:

Kook de tomaten, groene chili en het teentje knoflook. Meng alles samen met de ¼ jalapeño

Voeg naar smaak zout toe.

TORTILLA DEEG:

Giet het meel in een kom en meng met water tot een half lopend deeg. Meng met rode seizoensmix of annatto. Het deeg moet rood zijn, voeg zout toe naar smaak. Maak meelballetjes en vorm ze tot ze rond en dik zijn.

TORTILLA

Doe de olie in een pan en bak de enchiladas een voor tot ze krokant zijn, ze zijn klaar.

Beleg een tortilla gelijkmatig met bonen, stukjes kip, de kool, een plakje komkommer en hardgekookt ei, tomatensaus, Gruyèrekaas en wat verse koriander.



Vanessa
Opvangcentrum Gent (Reno)

Enchiladas

(Enchiladas)

INGREDIENTS:

- 2 cups cornmeal
- 4 cups of oil
- Cup julienned cabbage
- 2 tbsp chopped onion
- ½ cup of vinegar
- 6 cucumber slices
- 2 large tomatoes
- 1 clove of garlic
- ½ small cup ground beans
- 1 green chili pepper
- ¼ jalapaneflo



PREPARATION

KETCHUP:

Cook the tomatoes, green chili and the clove of garlic. Blend everything together with the ¼ of jalapeño. Add salt to taste.

TORTILLA DOUGH:

Put the flour in a bowl and mix with water until you get a semi-watered dough. mix together with red season or annatto. The dough should be red now. Add salt to taste. Now make flour balls and mold them until they are round and thin.

TORTILLA:

Heat the oil in a pot. Fry the tortillas one by one until they are crispy, they are ready.

In a tortilla, dip beans evenly, place chicken, cabbage, a slice of cucumber and two of egg; tomato sauce, grate cheese and some coriander.

Top the tortilla's with the bean clip evenly. Place the chicken, cabbage, a slice of cucumber and slice of handboiled egg. Then add grate cheese and coriander.



Vanessa

Opvangcentrum Gent (Reno)



INGREDIËNTEN:

- Griesmeel
- Water



VOORBEREIDING

- Zet een pot met water op het vuur.
- Laat het even opwarmen, tot het water lauw is.
- Voeg een beetje griesmeel toe, en roer tot de massa begint te koken. Voeg steeds meer griesmeel toe, tot je een dikke massa hebt, maar niet te dik zodat het taai wordt.
- Leg alles in een bord en smakelijk!



Jeannot
Opvangcentrum Gent (Reno)

Fufú

(Fufú)



Congo

INGREDIENTS:

- Semolina
- Water



PREPARATION

- Put water in a clean pot.
- Leave it for a while.
- When the water is tepid, add a little semolina and start to stir carefully until the mass starts to boil.
- Add more semolina until you have a thick mass, but not too much so it doesn't become too thick.
- Put everything on a plate and enjoy !.



Jeannot

Opvangcentrum Gent (Reno)

Pasteles de Maíz con Carne

[Maiscakes met Vlees]



INGREDIËNTEN:

- Olie
- 1 kg. Maïsmeeel.
- ½ kg. Gehakt
- 2 aardappelen (in kleine stukjes)
- 1 wortel (in kleine stukjes)
- 1 geperst teentje knoflook
- Peper, Mosterd, Zout, Jus, Worcestershiresaus naar smaak
- 1 eetlepel paprikapoeder
- 55g boter

VOORBEREIDING

BEREIDING VAN DE VULLING:

Bak het vlees 20 minuten in olie met knoflook, wortels, aardappelen. Voeg zout, peper, mosterd, worcestersaus toe. Roer het mengsel continu. Je kan alle ingrediënten toevoegen tot je een aangename smaak krijgt.

VOORBEREIDING DEEG:

Meng het maïsmeeel, boter, zout naar smaak, paprika. Voeg water toe, meng zolang nodig.

MAKEN:

Gebruik een braadpan met olie. Als de olie erg heet is, maken we balletjes met het deeg. Maak ze met de hand plat, plaats de vulling in het midden, en sluit het tot een bal. Geef het vorm met je handen. Bak tot het gefrituurd is. Serveer met saus, tomaat, of naar wens.



El Salvador

Julissa

Opvangcentrum Gent (Reno)

Pastelitos de Maíz con Carne

(Corn cakes with meat)



INGREDIENTS:

- Oil.
- 1 Kg. Corn Flour.
- ½ Kg. Grounded beef.
- 2 Potatos (in small pieces).
- 1 Carrot (in small pieces).
- 1 Crushed garlic clove.
- Pepper, Mustard, Salt, Gravy and Worcestershire Sauce to taste.
- 1 tablespoon of paprika powder.
- 55 grams of butter.

PREPARATION

PREPARATION OF THE FILLING:

Fry the meat in oil for 20 minutes with garlic, carrots and potatoes. Add salt, pepper, mustard and Worcestershire sauce. Stir the mixture constantly. You can add any of the ingredients, until you get a pleasant taste.

PREPARATION DOUGH:

Mix the corn flour, butter, salt and paprika to taste. Add water, mix as long as needed.

MAKING:

Heat up a frying pan with oil, when it is very hot we make balls with the dough, we flatten them by hand. We put the filling in the middle and we close the ball. Then we give it shape and fry until it's toasted. Take out the balls and serve with tomato sauce or another sauce you like.



El Salvador

Julissa

Opvangcentrum Gent (Reno)

Pekau Rre

(Pekau Rre)



Afghanistan



INGREDIËNTEN:

- Kikkererwtbloem
- Pikante paprikapoeder
- Chicken masala kruidenmix
- Aardappelen

VOORBEREIDING

Schil en snij de aardappelen in heel dunne schijfjes en was deze schijfjes vervolgens. Voeg in een kom een klein beetje olie toe. Maak een laag van ongeveer 2 vingers dik van kikkererwtbloem met naar smaak een beetje paprikapoeder, zout, en de masala kruidenmix. Vervolgens meng je alles en voeg je beetje bij beetje water toe tot een homogene loperige saus. Verwarm een steelpan met olie tot ze kookt en dop de aardappelschijfjes in de saus. Leg vervolgens de schijfjes in de kokende olie en frituur de schijfjes gelijkmatig. Vervolgens laten afkoelen in een schaaltje op keuken papier.



Fazel Amin
Opvangcentrum Gent (Reno)

Pekau Rre

(Pekau Rre)



INGREDIENTS:

- Chickpea flour
- Spicy paprika powder
- Chicken masala spice mix
- Potatoes

PREPARATION

Peel and cut the potatoes into very thin slices and wash the slices. Add a little bit of oil in a bowl put a 2 finger thick layer of chickpea flour, a little paprika powder, salt and chicken masala for taste. Then mix everything and add water little by little to get a homogeneous coursey sauce. Heat a saucepan with oil to boil and drizzle the potato slices into the sauce. Put them in the boiling oil and fry the potatoe slice evenly. Then let it cool in a bowl on kitchen paper.

Enjoy your meal!!



Fazel Amin
Opvangcentrum Gent (Reno)

Pupusas

(Pupusas)



El Salvador

INGREDIËNTEN

- 1Kg Maïsmeel
- 5 Tomaten
- ½ Kg Bonen
- 1 Ui
- ½ Kg Mozzarella-kaas
- 1 Chili
- 500 gr Kool
- 4 Jalapeno
- 1 L. Azijn
- 1 Cup Olie
- 1 Wortel
- 3 Boullion kippenblokje
- 3 gr Oregano



VOORBEREIDING

Plet de bonen en bak ze, wacht tot ze zijn afgekoeld en verdeel dan de mozzarella

BEREIDING VAN DE KRUIDIGE KOOLSLA:

Rasp de kool en de wortel, leg het in gekookt water met zout, pers het uit en voeg azijn en droge oregano toe en laat het fermenteren.

BEREIDING VAN DE SAUS:

Kook de tomaten met weinig water met ui, Spaanse peper en knoflook, maak alle ingrediënten vloeibaar en voeg naar smaak jalapeño peper en boullion kippenblokje en zout toe en kook de saus tot een dikke consistentie.

BEREIDING VAN DE PUPUSAS:

Voeg koud water toe aan het maïsmeel tot je een deeg krijgt, maak vervolgens een tortilla met het deeg. De bonen met kaas worden er middenin toegevoegd tot een bal. Maak met een beetje olijfolie in je handen een ronde platte vorm zoals een omelet. Deze wordt op een bakplaat of "comal" geplaatst om aan beide kanten te bakken.

Serveer ze met pittige koolsla en saus.



Ruth Carrillo

Opvangcentrum Gent (Reno)

Pupusas

(Pupusas)



El Salvador

INGREDIENTS

- 1kg Corn flour
- 1/2 kg Beans
- 1/2 Mozarella cheese
- 500gr Cabbage
- 1L.Vinegar
- 1Carrot
- 3gr Oregano
- 5Tomatoes
- 1Onion
- 1 Chile
- 4 Jalapeno
- 1 cup Oil
- 3 Boullion chicken cube



PREPARATION

Smash the beans and fry them, wait for them to cool then crumble the mozzarella cheese

PREPARATION OF THE SPICY CABBAGE SLAW: Grate the cabbage and the carrot. Put it in boiled water with salt, drain it from the water and add vinegar and dry oregano. Let it ferment.

PREPARATION OF THE SAUCE: Boil the tomatoes with little water together with the onion, chili pepper and garlic. Then liquefy all the ingredients and add jalapeño pepper and the boullion chicken cube, add salt to taste. Boil the sauce until it has a thick consistency.

PREPARATION OF THE PUPUSAS: Add cold water to the corn flour until a consistency of dough is obtained, then make a tortilla with the dough. The beans and cheese are added in the middle of it. With a little olive oil in your hands, make a round flat shape like an omelette. Then place it on a baking sheet or 'comal' to bake on both sides

And after that they are served to put spicy



Ruth Carrillo

Opvangcentrum Gent (Reno)