



Ontdek de variatie in honing



Heerlijke recepten



melvita.nl/recepten



Sinds 1977

Wij komen uit de Flevopolder en sinds 1977 selecteren en verwerken wij de beste en lekkerste honing en plantaardige zoetmiddelen. Onze producten zijn 100% puur natuur en onbewerkt. We werken samen met traditionele imkerijen die rekening houden met het leefmilieu van mensen, bijen en planten.

Wij willen verrassen en de vele gebruiksmomenten van honing aantrekkelijk maken bij jong en oud: honing niet alleen als broodbeleg of door de thee en yoghurt, maar als onmisbaar ingrediënt in de keuken.

Met onze honing kun je eindeloos variëren. Naast onze honingsorten hebben we ook heerlijke biologische stropen en siropen. Plantaardig, dus geschikt voor vegetariërs én veganisten. Net als bij honing kun je er van alles mee zoeten en op smaak brengen.

Geniet van de recepten uit deze flyer. Meer informatie en inspiratie op www.melvita.nl of volg ons op Facebook of Instagram.



MINI-QUICHES

MET BLAUWE KAAS EN TIJMHONING



4 PERSONEN



45 MINUTEN

Benodigdheden:

- 8 bladerdeegplakjes
- Paneermeel
- 2 uien
- 1 el boter
- 1 el balsamico azijn
- 225 gram verbrokkelde blauwe kaas
- 1 el verse tijmblaadjes
- 2 eieren
- 225 ml slagroom
- Peper en zout
- Een paar druiven
- Tijmhoning
- Vormpjes van 8cm

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 °C.
- Rol de ontdooide plakjes bladerdeeg iets groter uit en steek er rondjes van 12 cm doorsnee uit.
- Leg het deeg in de ingevette taartvormpjes en druk licht aan.
- Zet de vormpjes op een bakplaat en bestrooi de bodems met wat paneermeel.
- Snij de uien in dunne partjes en bak deze op laag vuur zacht in de boter en blus daarna af met de balsamico azijn.
- Verdeel de uien over de vormpjes en verdeel daarover de verbrokkelde blauwe kaas en de verse tijmblaadjes.
- Klop de eieren los met de slagroom, voeg wat peper en zout toe.
- Verdeel dit mengsel over de taartjes.
- Halveer de druiven en verdeel over de mini-quiches.
- Bak de quiches 25-30 minuten in het midden van de oven goudbruin en gaar (de bovenkant veert dan licht mee).
- Haal de quiches voorzichtig uit de vormen, besprenkel de taartjes met wat tijmhoning en een takje tijm en serveer direct.

Dit recept is gemaakt door de culinaire redactie van Delicious.

Eet smakelijk!



ONTBIJTMUFFINS MET PECANNOTEN



3-4 PERSONEN



45 MINUTEN

Benodigdheden

- 3 rijpe bananen
- 150 gr. bloem
- 50 gr. havermout
- 75 gr. kwark
- 100 gr. roomboter (kan ook vervangen worden door kokosvet)
- 1 tl zout
- 1 el kaneelpoeder;
- 3 el bloemenhoning
- 2 eieren
- 1 el bakpoeder
- 100 gr pecannoten, grof verkruid
- Handje rozijnen

Bereidingswijze (voor ca. 6 muffins)

- Verwarm de oven voor op 170 graden.
- Meng alle ingrediënten behalve de pecannoten en de rozijnen met elkaar in de keukenmachine.
- Spatel de pecannoten en de rozijnen door het mengsel.
- Vul de cupcake vormpjes met het mengsel en bak ze in ongeveer 30 minuten af.

Premium melange van
de lekkerste honing.
In handige knijpfles
van 500g.



Gezonde start
van de dag!



PANNA COTTA

MET VIJGEN EN WALNOTEN



4 PERSONEN



20 MINUTEN*

Benodigdheden:

- 3 blaadjes gelatine
- 250 ml slagroom
- 50 g Klaver- en bloemenhoning
- 1 tl kaneel
- snuf zout
- 350 g Griekse yoghurt
- 100 g walnoten
- 4 vijgen
- Extra honing voor de garnering

Bereidingswijze

- Week de gelatine in ruim kokend water.
- Breng ondertussen de slagroom met de honing, kaneel en zout aan de kook in een steelpan. Haal van het vuur als het kookt en roer hier de geweekte gelatine doorheen.
- Roer de Griekse yoghurt los en meng door het slagroommengsel. Verdeel dit mengsel over 4 glazen en laat minimaal 3 uur opstijven in de koelkast.
- Rooster de walnoten in een droge koekenpan en snijd de vijgen in parten.
- Verdeel de walnoten en vijgen over de glazen en garneer met extra honing.

* Plus 3 uur in de koelkast

Heerlijk smeuïg en mildzoet.
Lekker in warme melk of op
een geroosterd broodje

Zoete verleiding





GEROOSTERDE KIP MET WOUDHONING



4 PERSONEN



60 MINUTEN*

Benodigdheden:

- 1 kip
- 1 el kerriepoeder
- 6 el Woudhoning
- Sap van 1 citroen
- 1 bos salie
- 1 bol knoflook
- 100 gr boter
- Peper en zout

Bereidingswijze

- Marineer de kip met kerriepoeder, peper en zout en stop de salie met de knoflook en 2 el Woudhoning in de kip. Zet dit een nacht in de koelkast.
- Verwarm de oven voor op 160 graden.
- Smelt 100 gr boter samen met 4 el Woudhoning en het citroensap.
- Doe de kip samen met het botermengsel in een braadslee.
- Doe de kip ongeveer 45 minuten in de oven op 160 graden, bedruip hem om de 10 minuten met het botermengsel, hierdoor droogt hij niet uit en krijgt hij een mooie glans laag.

* Plus tijd voor marineren

Honing uit de Europese bossen met een krachtige smaak. Lekker bij kaas of in een noten-appeltaart.



Eet smakelijk!



BLADERDEEGPAKKETJES MET ASPERGES EN BRIE



4 PERSONEN



30 MINUTEN

Benodigdheden:

- 3 plakjes bladerdeeg
- 30 groene aspergetips
- 3 el olijfolie
- versgemalen peper en zout
- 12 plakjes brie
- 5 el Acaciahoning
- 1 losgeklopt ei
- 5 g tijm

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 graden. Laat ondertussen het bladerdeeg ontdooien
- Smeer de asperges in met de olie en een beetje peper en zout. Grill deze ongeveer 3-5 minuten in een hete grillpan.
- Leg een plakje bladerdeeg voor je. Verdeel deze in 4 gelijke stukken en leg hier een plakje brie en 2-3 aspergetips op. Garneer met een paar druppels Acaciahoning. Vouw het pakketje dicht met de open punten naar elkaar en leg op de bakplaat met bakpapier. Herhaal met alle bladerdeegplakjes.
- Smeer de bladerdeegpakketjes in met het los geklopte ei. Rits de tijm van de takjes en strooi over de bladerdeegpakketjes.
- Bak de bladerdeegpakketjes in 15-20 minuten goudbruin in het midden van de oven.



Lichte en milde honing.
Ideaal voor in de thee of
in een smoothie.



Lekker als
voorgerecht
of hapje



SINAASAPPEL-CHEESECAKE MET GEMBER



10 PERSONEN



120 MINUTEN

Benodigdheden:

- 200 gr volkoren biscuits
- 60 gr gesmolten boter
- Snuf zout
- 900 gr roomkaas
- 4 eieren
- 100 gr Agavesiroop
- 125 ml room
- 2 cm geraspte gember
- 2 sinaasappels, het rasp ervan
- 5 schijfjes sinaasappel (voor de garnering)

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 175 graden.
- Doe de volkoren biscuits in de keukenmachine en maal fijn tot deze helemaal verkrumeld zijn.
- Bekleed de springvorm. Meng de koekkrumels met wat zout en de gesmolten boter.
- Doe de koekkrumels in de springvorm en druk aan. Meng de rest van de ingrediënten met elkaar met een elektrische mixer.
- Giet het mengsel over de bodem.
- Bak de taart in 1 tot 1,5 uur af. Houd hem goed in de gaten. De bovenkant mag een klein beetje karamel kleuren.
- Zet de oven op een kiertje als de taart gebakken is. Laat op deze manier nog minimaal een uur afkoelen.
- Garneer met de schijven sinaasappel.

Plant aardig zoetmiddel.
Ideaal voor koekjes
en gebak.



Lekker genieten!



CAMEMBERT IN HONING-KARAMELSAUS MET NOTEN EN ROZEMARIJN



2-3 PERSONEN

20 MINUTEN

Benodigdheden:

- 1 camembert
- 100 gr biologische bloemenhoning
- 2 takjes rozemarijn
- 50 gr koude boter
- 50 ml slagroom
- 1 hand gemengde ongezouten noten
- 1/4 theelepel grof zout
- 3 dikke plakken (ongeveer 2 cm dik) zuurdesembrood, in reepjes gesneden
- Cheese baker (kaasfondue set)
- Waxinelichtje

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe de camembert in de schaal van de cheese baker. Snijd in de vorm van een rooster inkepingen in de bovenkant van de camembert.
- Bak de camembert voor 10 minuten in de oven.
- Maak ondertussen de honing karamelsaus. Breng in een steelpan de honing zachtjes aan de kook. Hak de takjes rozemarijn grof en voeg deze toe aan de honing.
- Meng alles door elkaar door de pan heen en weer te bewegen. Gebruik bij voorkeur geen lepel om te roeren. Blijf bij de pan en zorg ervoor dat de honing goudbruin kleurt en voorkom dat het te hard gaat en er zwarte randjes vormen.
- Als de karamel een volle goudbruine kleur heeft, haal je de pan van het vuur en kun je de boter toevoegen.
- Voeg langzaam de slagroom (dit kan spetteren), de gehakte noten en het zout toe.
- Haal de camembert uit de oven. Steek het waxinelichtje onder de cheese baker aan en giet de honing karamelsaus over de camembert.
- Serveer met repen zuurdesembrood om mee te dippen.

Receptuur: chef-kok Denise Grootendorst

Fotografie: Renske van Buren

Smaakvol
genieten!



KRUIDIGE PEERTJES

UIT DE OVEN MET HONING



2 PERSONEN



25 MINUTEN

Benodigdheden:

- 2 grote (rijpe) peren
- 2 el bloemenhoning
- Snufje speculaaskruiden/
koekkruiden/kaneel
(naar eigen invulling)
- 500 ml kwark of Griekse
yoghurt
- 2 á 3 handjes granola

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Snij de peren door midden en haal het klokhuis eruit. Leg de peren op een ovenschaal.
- Besprenkel de peren met honing en kruiden.
- Bak de peer 15-20 min in de oven tot de peer zacht en warm is.
- Leg de peren op een bord, vul ze met kwark en bestrooi met granola en eventueel nog extra honing en/of kruiden.

Zacht en fijn van smaak.
Ook lekker op een pannenkoek
en door de yoghurt.



Geniet lekker!



GOLDEN MILK



1 PERSONEN



5 MINUTEN

Benodigdheden:

- 200 ml halfvolle melk (+ om op te schuimen)
- 2 el honing met gember
- 1 tl kaneelpoeder
- 0,5 tl kurkuma
- Snuf zwarte peper

Bereidingswijze

- Doe de melk samen met de specerijen en honing in een steelpannetje.
- Verwarm het mengsel op laag vuur en roer regelmatig.
- Zeef het mengsel en giet het vervolgens in een grote mok of glas.
- Schuim een klein beetje melk op en giet dit op de latte.
- Bestrooi met wat kaneel.

*Unieke combi van
zoet & pittig. Lekker door
thee, bij kaas of in
wokgerechten.*



**Heerlijk
verwarmend!**



De lekkerste honing

100% puur natuur



Melvita is verkrijgbaar bij jouw supermarkt.
Bekijk het volledige assortiment en al onze recepten op

www.melvita.nl