

Sinterklaas 2026: de recepten

olivi

Banketstaaf, borstplaat en taai-taai. Leg dit blad op het aanrecht en vink de ingrediënten af.

Banketstaaf (of banketletter)

2 staven, ca. 16 plakken · spijs 1 tot 3 nachten vooraf · oven 20 tot 25 min op 200 °C

INGREDIËNTEN

- ☐ 150 g blanke amandelen of amandelmeel
- ☐ 150 g fijne kristalsuiker
- ☐ 1 ei voor de spijs
- ☐ rasp van ½ citroen
- ☐ 1 rol vers bladerdeeg, ca. 40 × 24 cm
- ☐ 1 eidooier om te bestrijken
- ☐ 2 el abrikozenjam (glans, mag weg)

BEREIDING

1. Maal amandelen en suiker fijn. Ei en citroenrasp erbij, draai tot een bal. In folie minstens een nacht in de koelkast, twee nachten is beter.
2. Oven op 200 °C. Rol de spijs in twee worsten van 35 cm. Snijd het bladerdeeg in de lengte doormidden, randen nat maken.
3. Worst op elke strook, deeg eromheen vouwen, naad en uiteinden goed dichtdrukken. Naad naar onder op bakpapier.
4. Bestrijken met eidooier, 20 tot 25 minuten bakken tot diep goudbruin. Direct uit de oven bestrijken met warme jam.
5. Banketletter: buig de worst eerst in de vorm van een letter (S of M lukt het best) en vouw het deeg er in stukken omheen.

Bewaren: 3 dagen in een trommel of een paar weken in de vriezer. Op 5 december 10 minuten op 180 °C, dan is het deeg weer krokant.

Borstplaat

ca. 16 rondjes van 4 cm · koken tot 116 °C · 1 uur uitharden, 1 nacht drogen

INGREDIËNTEN

- ☐ 200 g fijne kristalsuiker
- ☐ 100 g witte of bruine basterdsuiker
- ☐ 125 ml slagroom
- ☐ 2 el water
- ☐ 1 tl vanille-extract (of 1 el oploskoffie, of 1 el cacao)
- ☐ 100 g poedersuiker, gezeefd
- ☐ vormpjes, licht ingevet, op bakpapier

BEREIDING

1. Hoogste pan pakken. Suiker, basterdsuiker, room, water en smaak aan de kook brengen, roeren tot de suiker is opgelost. Daarna niet meer roeren.
2. Koken tot de thermometer 116 °C aangeeft. Zonder thermometer: een druppel in koud water moet een zacht balletje worden.
3. Vuur uit, poedersuiker erover, stevig roeren tot de glans eraf gaat en de massa iets dikker wordt (1 tot 2 minuten).
4. Meteen in de vormpjes gieten: een halve minuut te laat en het wordt kruimelig in de pan.
5. 1 uur laten uitharden, vormpjes eraf, een nacht op hun kop laten drogen.

Bewaren: in een droge, gesloten trommel een paar weken. Niet in de koelkast, daar wordt borstplaat klevig.

Taai-taai poppetjes

ca. 12 poppetjes van 12 cm · deeg 2 uur tot 1 nacht rusten · 12 tot 15 min op 180 °C

INGREDIËNTEN

- ☐ 250 g vloeibare honing
- ☐ 50 g donkere basterdsuiker
- ☐ 300 g bloem (of 200 g bloem + 100 g roggebloem)
- ☐ 1½ tl bakpoeder
- ☐ 2 tl anijszaad, gekneusd
- ☐ ½ tl speculaaskruiden, snuf zout
- ☐ 1 eidooier + 1 el melk

BEREIDING

1. Honing met basterdsuiker verwarmen tot de suiker is opgelost, lauw laten worden.
2. Bloem, bakpoeder, anijs, kruiden en zout mengen. Honing erbij, kneden tot een glad, wat plakkerig deeg.
3. Afgedekt minstens 2 uur laten rusten, of een nacht in de koelkast.
4. Oven op 180 °C. Uitrollen tot 7 mm, poppetjes uitsteken, op bakpapier, bestrijken met eidooier en melk.
5. 12 tot 15 minuten bakken, tot de randen net kleuren. Na een dag in een gesloten trommel worden ze taai.

Bewaren: ruim een week in een gesloten trommel. Echte pepernoten en kruidnoten staan in het artikel „Pepernoten recept” op olivi.ca.

Sinterklaasplanner

Van het eerste journaal op 9 november tot pakjesavond op zaterdag 5 december

olivi

Gezin _____ Kinderen en leeftijden _____ Lootjes met _____

WANNEER	THUIS	IN DE KEUKEN	OK
9 tot 15 nov.			
16 tot 22 nov.			
23 tot 29 nov.			
30 nov. tot 3 dec.			
Vrijdag 4 dec.			
Zaterdag 5 dec.			

LOOTJES, SURPRISES EN GEDICHTEN

WIE	HEEFT LOOTJE VAN	CADEAU	IDEE VOOR DE SURPRISE	GEDICHT	KLAAR

BOODSCHAPPEN

BAKSCHAP

- ☐ 150 g amandelen of amandelmeel
- ☐ 300 g bloem (+ 100 g roggebloem)
- ☐ 150 g fijne kristalsuiker + 200 g
- ☐ 100 g basterdsuiker + 50 g donker
- ☐ 100 g poedersuiker
- ☐ Bakpoeder, anijszaad, speculaaskruiden
- ☐ Vanille-extract, abrikozenjam
- ☐ 250 g vloeibare honing

ZUIVEL EN KOELING

- ☐ 125 ml slagroom, melk
- ☐ 3 eieren
- ☐ 1 rol vers bladerdeeg

GROENTE EN FRUIT

- ☐ 1 citroen
- ☐ Wortels voor de schoen
- ☐ Mandarijnen

SPULLEN

- ☐ Suikerthermometer, borstplaatvormpjes
- ☐ Uitstekers Sint, Piet, paard
- ☐ Karton, plakband, verf, lijmpistool

SCHOEN ZETTEN (onze suggestie: woensdag en zaterdag)

Za 14 nov.
na de intocht

Wo 18 nov.

Za 21 nov.

Wo 25 nov.

Za 28 nov.

Wo 2 dec.

Extra

DE DATA VAN 2026

Ma 9 nov.	Eerste Sinterklaasjournaal, daarna elke dag om 18.00 uur op NPO Zapp (NTR).
Za 14 nov.	Landelijke intocht in Grave, Land van Cuijk, vanaf de Maasmuur en de Loswal. Eerste keer sinds 2000 in Brabant (Omroep Brabant, 2026).
14 tot 22 nov.	Lootjes trekken, bedrag en regels afspreken.
28 en 29 nov.	Laatste weekend: surprise bouwen, bakken.
Vr 4 dec.	Op veel scholen het sinterklaasfeest. Borstplaat koken.
Za 5 dec.	Pakjesavond.
Zo 6 dec.	Naamdag van Sint-Nicolaas. In Vlaanderen de ochtend van de cadeaus.

PAKJESAVOND

zaterdag 5 december

17:00	Banketstaaf 10 min op 180 °C. Tafel dekken.
17:30	Eten. Iets wat al klaar is: soep, stampot, pannenkoeken.
18:30	Bons op de deur, pepernoten door de kier, zak op de stoep.
18:45	Kinderen pakken uit, om de beurt.
19:30	Lootjes: surprise open, eigen gedicht hardop voorlezen, dan pas het cadeau.
21:00	Borstplaat en taai-taai op tafel, chocoladeletters in vieren.

HOEVEEL MAAK JE?

keukenrepères voor de recepten op pagina 1

WAT	PER PERSOON	4 PERSONEN	6 PERSONEN	8 PERSONEN	10 PERSONEN
Banketstaaf	2 plakken	1 staaf	2 staven (1 recept)	2 staven (1 recept)	3 staven (1½ recept)
Borstplaat	2 rondjes	½ recept	1 recept	1 recept	1½ recept
Taai-taai poppetjes	1 per kind, ½ per volwassene	½ recept	1 recept	1 recept	1 recept
Mandarijnen	2	8	12	16	20
Schoencadeautjes	1 per schoenavond per kind	6 avonden van 14 november tot 2 december = 6 kleine cadeautjes per kind			

DE SCHOEN

- Erin:** een wortel of een tekening voor het paard, soms een bakje water ernaast.
- Eruit:** iets kleins. Een gum, een stuiterbal, een chocolade muntje, een paar pepernoten.
- Plek:** bij de achterdeur of de schoorsteen. Met een kat in huis: hoog genoeg.

HET GEDICHT

- Afzender:** altijd Sinterklaas, die alles weet via de Pieten.
- Vorm:** rijm in paren, 12 tot 20 regels, één voorval van dit jaar.
- Grens:** plaag met wat iemand doet, nooit met hoe iemand eruitziet.

HOE LANG BLIJFT HET GOED?

keukenrepères

WAT	WAAR	HOE LANG
Amandelspijs	In folie, koelkast	Ruim een week
Banketstaaf	Trommel / vriezer	3 dagen / een paar weken
Borstplaat	Droge trommel, niet koel	Een paar weken
Taai-taai	Gesloten trommel	Ruim een week

SUIKER IN DE SINTERKLAASTIJD

- Dagkeuze** (kleine portie): pepernoten, taai-taai, schuimpjes, speculaas.
- Weekkeuze** (hooguit 1 keer per week): marsepein, gevuld speculaas, amandelstaaf, chocolade.
- Kilocalorieën:** stukje taai-taai 71, stukje banketletter 113, melkchocoladeletter 548.

Bronnen: Voedingscentrum via Ouders van Nu (2025) voor dag- en weekkeuzes; Voedingscentrum via NH Nieuws (2018) voor de kilocalorieën.