

## Maandmenu



januari 2005

Lasagne van Kernhem met dadels, walnoten en olijven, geserveerd met een rode uiencompote

\*\*\*\*\*

Palingsoep met bokbier

\*\*\*\*\*

Tilapiafilet met in sinaasappel geglaceerde venkel

\*\*\*\*\*

Gegratineerde kalkoenhaasfilets met auberginemousse, gemarineerde groente en paprikasaus

\*\*\*\*\*

Gratin en savarin met passievruchtensiroop en rum

\*\*\*\*\*

Mokka

## Lasagne van Kernhem met dadels, walnoten en olijven, geserveerd met een rode uiencompote

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b><i>Kaas:</i></b>			
Kernhem	200 gram	500 gram	1000 gram
Zwarte olijven, zonder pit	40 gram	100 gram	200 gram
Dadels	60 gram	150 gram	300 gram
Walnoten	35 gram	85 gram	170 gram
Pistachenoten	40 gram	100 gram	200 gram
<b><i>Compote:</i></b>			
Rode uien	160 gram	400 gram	800 gram
Suiker	40 gram	100 gram	200 gram
Rode port	1,2 dl	3 dl	6 dl
<b>Garnering:</b>			
Olijven	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Bieslook	12 sprietjes	30 sprietjes	60 sprietjes

### Materiaal:

Mes	Snijplank	Kookpan	Keukenmachine
Steker 4 cm Ø	Koude borden	Schaaltje	

### Vorbereiding:

#### Compote:

- Pel de uien en snijd ze fijn Kook ze met de suiker en de port.
- Laat ze op een klein vuur 60 minuten konfijten. Roer de massa regelmatig door.
- Laat de compote afkoelen.

#### Kernhem:

- Snijd de Kernhem in dunne plakjes.
- Steek per persoon 4 rondjes met een steker van 4 cm Ø uit de plakjes.
- Houd 1 olijf per persoon apart voor de garnering en hak de rest van de olijven, dadels en walnoten afzonderlijk fijn en meng dit alles.
- Bouw laag voor laag in een steker de plakjes Kernhem en het olijvenmengsel op. Druk de bovenkant wat aan.
- Maal de pistachenoten in een keukenmachine fijn en schep het mengsel in een schaalte.
- Rol de Kernhem-lasagne door de pistache en zet ze op de borden.

#### Serveren:

- Schep de compote op de borden en lepel de rest van de pistachenoten hier omheen.
- Steek drie sprietjes bieslook in elke olijf en zet die bovenop de Kernhem-lasagne.

# Palingsoep met bokbier

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i>Soep:</i>			
Winterpeen	80 gram	200 gram	400 gram
Uien	40 gram	100 gram	200 gram
Prei	40 gram	100 gram	200 gram
Olijfolie	1,5 eetlepel	4 eetlepels	8 eetlepels
Bokbier	24 cl	60 cl	1,2 dl
Visbouillon	6 dl	1,5 l	3 l
Aubergine	0,8 stuk	¼ stuks	½ stuks
Courgette	0,8 stuk	¼ stuks	½ stuks
Paprika	0,4 stuk	1 stuks	2 stuks
Gerookte paling	100 gram	400 gram	800 gram
Room	1 dl	2,5 dl	5 dl
Visbouillonpoeder			
Zout en peper			

## Materiaal:

Snijplank	Koksmes	Kookpan	Keukenmachine
Zeef	Warme borden		

## Voorbereiding:

### Soep:

- Fileer de paling. Bewaar de vellen en de graten.
- Snijd de winterwortel, ui en de prei fijn en fruit de groente, de vellen en de graten enkele minuten in de olijfolie.
- Blus het af met bokbier en breng het aan de kook.
- Voeg de visbouillon toe en laat het geheel 10 minuten zachtjes doorkoken.
- Verwijder de graten en vellen van de paling uit de soep.
- Snijd de aubergine en de courgette brunoise en fruit ze even in wat olie. Zorg ervoor dat ze echter niet kleuren.
- Schil de paprika en snijd hem brunoise. Blancheer de stukjes, spoel ze met ijskoud water.
- Snijd de paling in stukjes van circa 1 cm.

## Bereidingswijze:

### Soep:

- Pureer de soep met een staafmixer. Passeer de soep door een zeef.
- Voeg de room toe, verwarm de soep weer maar laat hem niet meer koken, voeg de aubergine en courgette toe.
- Voeg de geblancheerde paprika toe en breng het geheel op smaak met visbouillonpoeder, zout en peper.

### Serveren:

- Verdeel de stukjes paling over de warme soepborden. Schep de soep er overheen.
- Serveer een broodje bij de soep. Zie apart recept.

# Meergranenbroodje

Hoeveelheid	4 pers.	10 pers.	20 pers.
Bereidingstijd	min.	min.	min.
<b>Ingrediënten:</b>			
Meegranenmeel	168 gram	420 gram	<b>840 gram</b>
Water	98 ml	2,45 dl	<b>4,90 dl</b>
Boter	7,2 gram	18 gram	<b>36 gram</b>
Droge gist	1,6 gram	4 gram	<b>8 gram</b>
Verse gist	4 gram	10 gram	<b>20 gram</b>
Sesamzaad	4 gram	10 gram	<b>20 gram</b>
Zout	3 gram	7,5 gram	<b>15 gram</b>

## Materiaal:

Maatbeker	Kwastje
-----------	---------

## Vorbereiding:

### Deeg:

- Weeg en meet alles goed af.
- Knead alle ingrediënten goed door elkaar en laat het deeg op een warme plek circa 1,5 uur rijzen. Dit kan ook in een oven van 50°C zijn.
- Vorm het brood zoals u het wenst te maken en laat het afgedekt nog 30 minuten narijzen.
- Verwarm de oven voor op 250°C.
- Bestrooi het brood met sesamzaad.
- Plaats het brood in het midden van de oven en bak het 40 minuten op 200°C.
- Strijk vlak voor het einde van de baktijd met een kwastje wat water over het brood.
- Laat het brood afkoelen op een rooster.

### Serveren:

- Serveer de broodjes bij de soep.

### P.S.

**Bij verwerking op de club staat de broodmachine al aan met het oog op de rijstijd van het deeg. Men hoeft alleen nog het gerezen deeg uit de machine te halen en verder te verwerken.**

## Tilapiafilet met in sinaasappel geglaceerde venkel

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Tilapiafilet	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Arachideolie			
<b>Pesto:</b>			
Pijnboompitten	24 gram	60 gram	120 gram
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Basilicum	10 blaadjes	25 blaadjes	50 blaadjes
Parmezaanse kaas	40 gram	100 gram	200 gram
Olijfolie	2,4 eetlepel	6 eetlepels	12 eetlepels
Zout en peper			
<b>Groente:</b>			
Venkel	1,2 stuks	3 stuks	6 stuks
Sinaasappelsap	0,4 dl	1 dl	2 dl
Suiker	10 gram	25 gram	50 gram
Arachideolie			
Boter			
Zout			
<b>Garnering:</b>			
Basilicum	4 topjes	10 topjes	20 topjes

### Materiaal:

Gratentang	Snijpank	Koksmes	Keukenmachine
Warme borden	Keukenpapier		

### Vorbereiding:

#### Vis:

- Controleer de tilapiafilet op graatjes en snijd elke filet in twee stukjes.
- Dep ze goed af met keukenpapier.
- Zet de vis in de koeling voor later.

#### Pesto:

- Mix alle ingrediënten in de keukenmachine.
- Breng de pesto eventueel op smaak met zout en peper.

#### Groente:

- Verwijder de kern van de venkel en snijd ze daarna in reepjes van circa 4 cm.

Zie blad 2

## **Tilapiafilet met in sinaasappel geïsoleerde venkel (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Groente:**

- Verwarm de oven voor op 190°C.
- Bestrooi de venkel met zout en suiker.
- Bak de venkelreepjes in de arachideolie tot ze mooi bruin zijn.
- Blus het af met de sinaasappelsap.
- Doe de venkel over in een ovenschaal. Dek ze af met beboterd keukenpapier en laat ze 15 tot 20 minuten in de oven staan tot de venkel gaar is. Bedruip ze tussentijds met de vloeistof.

#### **Vis:**

- Breng de vis op smaak met zout en peper en bak ze in arachideolie.

#### **Serveren:**

- Leg de venkel in het midden van een voorverwarmd bord. Leg hier twee stukjes tilapiafilet tegenaan.
- Garneer de tilapiafilet met een schepje pesto en een topje basilicum.

## Gegratineerde kalkoenhaasfilets met auberginemousse, gemarineerde groente en paprikasaus

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vlees:</b>			
Kalkoenhaasfilets à 80 gram	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Boter	30 gram	75 gram	150 gram
Zout en peper			
<b>Auberginemousse:</b>			
Aubergine	240 gram	600 gram	1200 gram
Olijfolie	3 eetlepels	7,5 eetlepels	15 eetlepels
Sjalotje	40 gram	100 gram	200 gram
Knoflook	1 teentje	2,5 teentjes	5 teentjes
Zwarte olijven zonder pit	6 stuks	15 stuks	30 stuks
Ansjovisfilets	1 stuks	2,5 stuks	5 stuks
Basilicum	6 blaadjes	15 blaadjes	30 blaadjes
Eidooiers	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Witte wijn (droog)	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Zout en peper			
<b>Saus:</b>			
Rode paprika	1 stuks	2,5 stuks	5 stuks
Gevogeltebouillon	1,5 dl	3,5 dl	7 dl
Boter	40 gram	100 gram	200 gram
Tabasco	2 druppels	5 druppels	10 druppels
Zout en peper			
<b>Groente:</b>			
Artisjokbodems	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Tomaten	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Korenaartjes (groene asperges)	12 stuks	30 stuks	60 stuks
Courgette	½ stuks	1 stuks	2 stuks
Sjalotje	40 gram	100 gram	200 gram
Bladselderij	10 gram	25 gram	50 gram
Koriander	10 gram	25 gram	50 gram
Basilicum	10 gram	25 gram	50 gram
Olijfolie			
<b>Dressing:</b>			
Mosterd (Dijon)	1 theelepel	2,5 theelepels	5 theelepels
Balsamicoazijn	1 eetlepel	2,5 eetlepels	5 eetlepels
Gevogeltesfond	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Olijfolie	4 eetlepels	10 eetlepels	20 eetlepels
Zout en peper			

Zie blad 2

## Gegratineerde kalkoenhaasfilets met auberginemousse, gemarineerde groente en paprikasaus (vervolg)

### Materiaal:

Braadslee	Snijplank	Koksmes	Keukenmachine
Warme borden	Zeef	Staafmixer	

### Vorbereiding:

#### Auberginepuree:

- Verwarm de oven voor op 175°C.
- Snipper de sjalotjes fijn. Hak de knoflookteentjes fijn en de olijven grof. Snijd de ansjovisfilets en de basilicumblaadjes in stukjes.
- Prik de aubergine rondom in met een vork en leg ze in een braadslee. Overgiet ze met 2/3 deel van de olijfolie.
- Zet de braadslee circa 45 minuten in de oven tot de aubergines zacht zijn.
- Verhit het andere deel van de olijfolie in een koekenpan.
- Bak de sjalotjes glazig, maar zorg ervoor dat ze niet bruin bakken.
- Voeg de knoflook, olijven, ansjovis en de basilicum toe en laat dat een paar tellen mee warmen. Draai het vuur uit en laat het afkoelen.
- Haal de aubergine uit de oven, snijd ze in de lengte doormidden en schep het vruchtvlees uit de schil.
- Pureer het vruchtvlees van de aubergine met het sjalot-olijfmengsel in de keukenmachine.
- Klop de eierdooiers met de witte wijn au-bain-marie tot een luchtige crème.
- Spatel het dooiermengsel door de auberginepuree en breng het geheel op smaak met zout en peper en zet het in de koeling.

#### Groente:

- Laat de artisjokbodems uitlekken en snijd ze in vieren.
- Blancheer de tomaat heel kort met twee stuks tegelijk en leg ze gelijk daarna in ijswater.
- Ontvel de tomaat, haal de zaadjes eruit en snijd het vruchtvlees in stukjes.
- Was de asperges, snijd de onderkantjes eraf en blancheer ze in zout water. Spoel ze gelijk af koud water en laat ze uitlekken.
- Was de courgette, snijd hem overdwers in stukjes van circa 4 cm. Snijd elk stukje in de lengte in 6 partjes en verwijder de zaadjes.
- Blancheer de partjes in water met veel zout, spoel ze gelijk af met ijskoud water en laat ze uitlekken.
- Snipper de sjalotjes en hak de kruiden fijn.

#### Dressing:

- Meng alle ingrediënten voor de dressing in een kommetje.

Zie blad 3



## **Gegratineerde kalkoenhaasfilets met auberginemousse, gemarineerde groente en paprikasaus (vervolg)**

### **Vorbereiding: (vervolg)**

#### **Saus:**

- Verwijder de zaadjes en zaadlijsten van de paprika en snijd het vruchtvlees in stukjes.
- Smelt de boter en laat de stukjes paprika al roerend 2-3 minuten zweeten.
- Giet de gevogeltefond erbij, breng het vocht aan de kook en stoof de paprika met een deksel op de pan in circa 20 minuten gaar.
- Pureer de massa met de staafmixer en wrijf de saus door een fijne zeef.

### **Bereidingswijze:**

#### **Groente:**

- Verhit een scheutje olijfolie in een braadpan en fruit hierin de sjalotjes tot ze glazig zijn.
- Voeg de artisjokbodems, asperges en courgette toe en verwarm de groente 2-3 minuten.
- Roer de kruiden erdoor, draai het vuur uit en laat de groente iets afkoelen.
- Voeg de stukjes tomaat vlak voor het serveren toe.
- Giet de dressing (let op, naar smaak toevoegen), over de groente en schep alles voorzichtig door elkaar.

#### **Vlees:**

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Dep de kalkoenfilets droog met keukenpapier. Plet ze iets!
- Verhit de boter in een koekenpan en laat de filets aan beide kanten dichtschroeien.
- Bestrooi het vlees met zout en peper en bak de filets nog circa 2 minuten per kant.
- Leg de filets op een bakplaat en bedek ze met een lepel auberginepuree.
- Zet de plaat circa 8 minuten in de oven tot de auberginemousse mooi goudbruin begint te kleuren.

#### **Saus:**

- Warm de saus op en breng ze op smaak met zout en peper.

#### **Groente:**

- Warm de groente snel op.

#### **Serveren:**

- Leg de kalkoenfilets in het midden van een voorverwarmd bord.
- Schep de groente in een krans om het vlees heen.
- Nappeer de saus om het geheel en serveer direct.

## Gratin en savarin met passievruchtensiroop en rum

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Gistdeeg:</b>			
Bloem	140 gram	350 gram	700 gram
Gist (verse)	8 gram	20 gram	40 gram
Melk	0,4 dl	1 dl	2 dl
Boter	60 gram	150 gram	300 gram
Suiker	16 gram	40 gram	80 gram
Eieren	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Citroenrasp	mespuntje	½ theelepel	1 theelepel
Bloem voor de vormpjes			
Zout	snufje	½ theelepel	1 theelepel
<b>Siroop:</b>			
Passievruchten	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Mandarijnensap	50 cl	1,25 dl	2,5 dl
Suiker	120 gram	300 gram	600 gram
Water	1,5 dl	3,75 dl	7,5 dl
Rum (bruine)	2 eetlepel	6 eetlepels	12 eetlepels
<b>Glazuur:</b>			
Abrikozenconfituur			
<b>Garnering:</b>			
Carambola	1 stuks	1 stuks	2 stuks
Kiwi	1 stuks	2 stuks	3 stuks
Pitahaya	1 stuks	1 stuks	2 stuks
Chocolade	1 dl	2,5 dl	5 dl
Slagroom	1 dl	2,5 dl	5 dl
Amandelsnippers	20 gram	50 gram	100 gram
Suiker	20 gram	50 gram	100 gram

### Materiaal:

Savarinvormpjes (9 cm)	Zeef	Spatel	Garde
Bekken	Steelpan	Rasp	Boter kwastje
Koude borden	Mixer	Spuitzak met kartelmond	

### Vorbereiding:

#### Gistdeeg:

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Verwarm de melk lauw.
- Zeef de bloem in een kom. Maak een kuiltje in het midden, brokkel de gist erin en los de deze op met de lauwe melk.
- Bestrooi de massa met bloem. Dek de kom af en laat het 15 minuten rijzen op een warme plek.

Zie blad 2

## **Gratin en savarin met passievruchtensiroop en rum (vervolg)**

### **Gistdeeg (vervolg)**

- Was de citroen en rasp de schil eraf.
- Smelt de boter (let op, niet te hoge temperatuur) en roer er de suiker, het zout, de citroenrasp en de eieren door.
- Roer dit mengsel goed met een garde door zonder dat het schuimig wordt.
- Schenk dit mengsel bij de bloemmassa zodra de bovenkant barstjes krijgt en roer het vanuit het midden door elkaar.
- Kneed het mengsel, het liefst met de handen, tot een soepele deegbal die niet te stevig mag zijn.
- Laat het deeg nogmaals 15 minuten rijzen.
- Beboter de vormpjes en bestrooi ze met bloem. Druk het deeg er tot de helft van de hoogte in.
- Dek de bakvormen met een doek af en laat het deeg nogmaals 10-15 minuten rijzen tot de hoeveelheid verdubbeld is.

### **Vruchten:**

- Schil de kiwi's en de pitahaya's. Snijd ze in plakjes, 2 plakjes kiwi en 1 plakje pitahaya per persoon.
- Was de carambola's en snijd ze in plakjes (1 plakje per persoon).
- Klop de slagroom met de suiker stijf. Doe de slagroom in een spuitzak met grote kartelmond.

### **Glazuur:**

- Verwarm de abrikozenconfituur zachtjes. Voeg een klein beetje water toe tot hij mooi dik vloeibaar is.
- Bruineer de amandelsnippers in een droge koekenpan. Let op dit gaat heel snel, blijf er dus bij staan.

### **Bereidingswijze:**

#### **Gistdeeg:**

- Bak de savarins ongeveer 12-18 minuten in de oven tot ze bruin en gaar zijn.

#### **Siroop:**

- Haal de schil van de passievruchten.
- Breng het vruchtvlees van de passievruchten, het mandarijnensap, de suiker en het water aan de kook. Schep het schuim eraf. Laat het 2-3 minuten zacht doorkoken.
- Passeer met mengsel door een fijne zeef; voeg de rum toe.
- Dompel de savarins in de warme siroop tot ze helemaal doordrenkt zijn.
- Leg ze op een rooster en bestrijk ze met de warme abrikozenconfituur.

#### **Serveren:**

- Leg in het midden van elk bord een savarin.
- Spuit een rozet slagroom in het midden van de savarin en bestrooi dit met de amandelsnippers.
- Leg de vruchten aan de voorkant erbij.
- Nappeer een beetje chocoladesaus vanaf de rozet slagroom tot aan het fruit.