

## Maandmenu



oktober 2005

\*\*\*\*\*

Zalmforeltartaar met komkommerkrans, kwartelei, zalmkaviaar en  
gazpachodressing

\*\*\*\*\*

Roomsoep van gele paprika met lamsrugfilet

\*\*\*\*\*

Zeebaarsfilet op een bedje van wakamesalade met  
gedroogde tomaat en tomatencoulis

\*\*\*\*\*

Fazantenborst in een jasje van savooienkool met een zwarte bessensaus,  
vergezeld van een zuurkoolstampot

\*\*\*\*\*

Warme chocolade-walnoottaartjes met schuimige rumsabayon

\*\*\*\*\*

Mokka

## Zalmforelartaar met komkommerkrans, kwartelei, zalmkaviaar en gekoelde gazpachodressing

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Zalmforelfilet	225 gram	450 gram	900 gram
Zeezout (grof)	30 gram	60 gram	120 gram
Asperges (groene)	4 stuks	8 stuks	12 stuks
Komkommer	0,25 stuks	0,5 stuks	1 stuks
Peper			
<b>Ansjovismayonaise:</b>			
Eierdooiers	1 stuks	1.5 stuks	3 stuks
Witte wijnazijn	0.5 eetlepel	1 eetlepels	2 eetlepels
Mosterd (grove)	0.5 theelepels	1 theelepels	2 theelepels
Ansjovisfilets (op olie)	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Basilicumblaadjes	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Arachideolie	1 dl	2 dl	4 dl
Heet water	0.5 eetlepel	1 eetlepels	2 eetlepels
Peper			
<b>Dressing:</b>			
Knoflook	0.5 teentje	1 teentjes	2 teentjes
Tomaten (pomodori)	200 gram	400 gram	800 gram
Witte wijnazijn	0.5 eetlepel	1 eetlepels	2 eetlepels
Rietsuiker (fijn)	0,25 theelepels	0.51 theelepels	1 theelepels
Zout	0,25 theelepels	0.5 theelepels	1 theelepels
Olijfolie	0,25 dl	0.5 dl	1 dl
Citroensap			
<b>Garnering:</b>			
Kwarteleitjes	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Komkommer	0,25 stuks	0.5 stuks	1 stuks
Zalmeitjes	4 theelepels	10 theelepels	20 theelepels
Gemengde sla			
Kervel	4 takjes	10 takjes	20 takjes

### Materiaal:

Koude diepe borden	Kookpan	Zeef	Koksmes
Keukenmachine	Mandoline	Snijplank	Uitsteekvormpjes 6 cm Ø
Bekken	Garde		

Zie blad 2

## **Zalmforelartaar met komkommerkrans, kwartelei, zalmkaviaar en gekoelde gazpachodressing (vervolg)**

### **Vorbereiding:**

#### **Vis:**

- Haal het vel van de vis
- Bedek de zalmforel rondom met het zeezout
- Zet de zalmforel 1,5 uur in de koeling.
- Kook de asperges beetgaar in kokend gezouten water.
- Laat de asperges onder de koude kraan schrikken en laat ze vervolgens goed uitlekken.
- Snijd de asperges in blokjes van 5 mm en zet ze koud weg.
- Snijd de komkommer over de lengte door en haal de zaadlijst eruit. Snijd ze in blokjes van 5 mm en zet ze ook koud weg.

#### **Ansjovismayonaise:**

- Maal de ansjovis in een vijzel met eventueel wat ansjovisoli fijn. Snijd de basilicum heel fijn.
- Doe de eierdooiers, witte wijnazijn en de mosterd in een bekken. Meng alles goed.
- Voeg al kloppend met een garde heel voorzichtig, eerst druppel voor druppel, later wat geleidelijker, de olie toe. Voeg het water geleidelijk toe tot je een dikke, gladde, mayonaise hebt. De olie moet langzaam toegevoegd worden om te voorkomen dat de mayonaise gaat schiften.
- Voeg de ansjovis en de basilicum toe en meng het geheel goed.
- Breng de mayonaise op smaak met peper.

#### **Dressing:**

- Ontvel de tomaten, verwijder de zaadlijst en hak ze grof.
- Draai het tomatenvruchtvlees en de rest van de ingrediënten, behalve de olijfolie, in de keukenmachine en pureer ze.
- Druppel er al draaiend wat olijfolie bij en giet de olie er dan geleidelijk in een dun straaltje bij totdat je een gladde dressing hebt.
- Passeer dit door een fijne zeef en zet dit een half uur in de koeling totdat hij volledig gekoeld is.

#### **Garnering:**

- Kook de kwarteleitjes circa 3 minuten.
- Schep ze uit de pan en dompel ze even in een kom ijswater om het kookproces te stoppen.
- Pel de eieren zorgvuldig zodra ze voldoende afgekoeld zijn.
- Halveer de komkommer in de lengte en haal de zaadlijst eruit.
- Snijd (bij voorkeur met een mandoline of kaasschaaf) elke helft in flinterdunne plakjes.
- Was en meng de sla met een beetje ansjovismayonaise.

Zie blad 3

## **Zalmforeltartaar met komkommerkrans, kwartelei, zalmkaviaar en gekoelde gazpachodressing (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Vis:**

- Haal de zalmforel uit het zout en spoel deze zeer goed af.
- Dep ze droog en snijd ze in blokjes van 5 mm.
- Meng de zalmforel, de asperges en de komkommer samen, breng het geheel met de ansjovismayonaise op smaak.
- Schep alles goed om.

#### **Serveren:**

- Gebruik hoge uitsteekvormpjes van 6 cm Ø.
- Neem een groot diep bord. Schik met behulp van de steker een tartaar in het midden van het bord.
- Schik de plakjes komkommer dakpansgewijs langs de buitenrand van de tartaar.
- Leg een plukje gemengde sla in het midden van de komkommerkrans op de tartaar.
- Snijd een heel klein stukje van het dikste gedeelte van het kwarteleitje af en hol een klein stukje van het topje van het ei uit, dan vallen de zalmeitjes er minder snel af.
- Zet het ei in het midden van het taartje.
- Garneer met kervel en zalmeitjes.
- Schep de gekoelde dressing op het bord rondom de tartaar en dien dan onmiddellijk op.

## Roomsoep van gele paprika met lamsrugfilet

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vlees:</b>			
Lamsrugfilet	100 gram	250 gram	500 gram
<b>Soep:</b>			
Paprika (gele)	4 stuks	8 stuks	16 stuks
Boter	30 gram	50 gram	100 gram
Sjalotjes	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Suiker	12,5 gram	25 gram	50 gram
Gevogeltebouillon	2,25 dl	5 dl	1 l
Room culinair	1,6 dl	4 dl	8 dl
Saffraandraadjes	0,25 gram	0,5 gram	1 gram
Tijm	1 takje	2 takjes	4 takjes
Citroen (sap van)	0,2 stuks	0,5 stuks	1 stuks
Peterselie	4 plukjes	10 plukjes	20 plukjes
Zout en peper			

### Materiaal:

Warme diepe borden	Snijplank	Mes	Zeef
Koekenpan	Kookpan		

### Vorbereiding:

#### Vlees:

- Bestrooi het vlees met wat peper en zout en schoei sneldicht in het olie en zet in vriezer tot gebruik

#### Soep:

- Pluk de blaadjes van de takjes tijm.
- Was de paprika's, snijd ze over de lengte in vieren, verwijder de zaden en de zaadlijsten en snijd ze in dunne repen.
- Hak de sjalotjes fijn.
- Verhit de boter in een pan en fruit de sjalotjes hierin aan.
- Strooi de suiker over de sjalotjes en laat dit al roerend karamelisereen.
- Voeg de paprikareepjes toe en bak ze al roerend mee.
- Blus af met het citroensap.
- Voeg de bouillon toe en laat het mengsel aan de kook komen.
- Laat het geheel 20 minuten zachtjes pruttelen. Pureer het in de keukenmachine.
- Druk daarna de massa met een bolle kant van een lepel door een zeef.

Zie blad 2

## **Roomsoep van gele paprika met lamsrugfilet (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Soep:**

- Laat de soep opnieuw aan de kook komen en voeg de room toe.
- Voeg de saffraan en de tijmblaadjes toe en laat de soep twee minuten zachtjes koken.
- Breng de soep op smaak met peper en zout.

#### **Vlees:**

- Snijd het vlees op de snijmachine in dunne plakjes (stand 5).op thuis met een zeer scherp mes

#### **Serveren:**

- Schenk de zeer hete soep in voorverwarmde borden.
- Leg de plakjes vlees op de hete soep en garneer met peterselie.

## Zeebaarsfilet op een bedje van wakamesalade met gedroogde tomaat en tomatencoulis

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Zeebaarsfilet	2 stuks	5 stuks	10 stuks
<b>Tomatencoulis:</b>			
Tomatensaus	1 dl	2 dl	3 dl
Tomatenazijn	1 eetlepel	1,5 eetlepels	3 eetlepels
Gembersiroop	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Olijfolie	1 eetlepel	1,5 eetlepels	3 eetlepels
<b>Groente:</b>			
Wakamesalade	50 gram	100 gram	200 gram
Tomaten (gedroogde, zachte)	20 reepjes	50 reepjes	100 reepjes
<b>Garnering:</b>			
Tijm	4 takjes	10 takjes	20 takjes
Tempurameel	50 gram	100 gram	150 gram
Ijswater	0,7 dl	1,4 dl	1,6 dl
Olie			
Knoflook	0,5 teentje	1 teentje	1,5 teentje

### Materiaal:

Warme borden	Vispincet	Mixer	Snijplank
Kwastje	Bakje	Koekenpan	Knoflookpers
Bakpapier			

### Vorbereiding:

#### Vis:

- Controleer de filets op graatjes en verwijder die.

#### Tomatencoulis:

- Meng de ingrediënten met een mixer door elkaar.

#### Groente:

- Snijd de gedroogde tomaat in reepjes.

#### Garnering:

- Meng het tempurameel met het ijswater tot een mooi papje. Pers de knoflook erbij en breng op smaak met wat zout en peper.

Zie blad 2



## **Zeebaarsfilet op een bedje van wakamesalade met gedroogde tomaat en tomatencoulis (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Vis:**

- Bekleed de grillplaat met bakpapier.
- Smeer de zeebaarsfilet in met wat olijfolie en grill deze op de plaat mooi gaar.
- Halveer de filets.

#### **Tomatencoulis:**

- Verwarm de coulis een beetje.

#### **Garnering:**

- Haal de tijmtakjes door het tempurabeslag en bak ze in een laagje olie.

#### **Serveren:**

- Leg wat wakamesalade in het midden van een voorverwarmd bord en leg de zeebaarsfilet er boven op.
- Verdeel de reepjes gedroogde tomaatjes rondom het geheel. Schep er een beetje warme tomatencoulis tussendoor.
- Garneer met het gefrituurde tijmtakje.

## Fazantenborst in een jasje van savooienkool met een zwarte bessensaus, vergezeld van een zuurkoolstamppot

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vlees:</b>			
Fazantenborsten	3 stuks	8 stuks	16 stuks
Savooienkool	3 bladeren	8 bladeren	16 bladeren
<b>Vulling:</b>			
Champignons	800 gram	1200 gram	1500 gram
Sjalotjes (kleine)	2 stuks	4 stuks	6 stuks
Boter	20 gram	40 gram	60 gram
Peterselie (gehakt)	1 eetlepel	1,5 eetlepels	2 eetlepels
Tijm (gehakt)	1 eetlepel	1,5 eetlepels	2 eetlepels
Eierdooiers	2 stuks	4 stuks	6 stuks
Doorregen spek	8 plakjes	20 plakjes	40 plakjes
Wildfond	1,2 dl	3 dl	6 dl
Varkensnet	4 stukjes	10 stukjes	20 stukjes
Zout en peper			
<b>Saus:</b>			
Ui, wortel, prei en bleekselderij	80 gram	125 gram	250 gram
Boter	8 gram	15 gram	30 gram
Bouquet garni (peper, laurier, tijm)			
Knoflook	0.5 teentje	1 teentjes	2 teentjes
Witte wijn (droog)	0,5 dl	0.9 dl	1.8 dl
Wildfond	0.5 dl	1.5 dl	3 dl
Zwarte bessencoulis	1 dl	2 dl	4 dl
Cassislikeur	8 cc	18 cc	35 cc
Kruiden (gekneusde, peper, jeneverbes)			
Zout en peper			
<b>Stamppot:</b>			
Zuurkoolspek (mager)	60 gram	150 gram	300 gram
Water	0,8 dl	2 dl	4 dl
Aardappels	200 gram	500 gram	1000 gram
Zuurkool	100 gram	250 gram	500 gram
Boter	6 gram	15 gram	30 gram
Zout en peper (naar smaak)			

### Materiaal:

Warme borden	Snijplank	Koksmes	Bijltje
Kookpan	Koekenpan	Timbaaltjes	Zeef

Zie blad 2

## **Fazantenborst in een jasje van savooienkool met een zwarte bessensaus en vergezeld van een zuurkoolstamppot (vervolg)**

### **Vorbereiding:**

#### **Vlees:**

- Ontvel de fazantenborst en zet ze tot gebruik in de koeling.
- Verwijder de buitenste 8 tot 10 bladeren van de savooienkool, was ze.
- Blancheer ze in zout water, giet ze af en laat ze daarna schrikken in ijswater en droog ze af.
- Snijd de dikke middelste bladnerf eruit en leg telkens twee bladeren in een rechthoek, (bij grote bladeren is een voldoende).
- Bedek ze met een doek en klop ze platter met een bijltje.

#### **Vulling:**

- Snijd de champignons in kleine stukjes en snipper de sjalotjes.

#### **Stamppot:**

- Schil de aardappels, pit ze en was ze. Snijd ze in gelijke stukken.
- Spoel de zuurkool een keer af.

### **Bereidingswijze:**

#### **Vlees:**

- Verdeel het varkensnet in gelijke delen zoveel als je nodig hebt.
- Verhit de oven voor op 180°C.
- Verhit de boter een beetje en fruit de sjalotjes glazig.
- Voeg de champignons toe, bestrooi het met zout en peper en stoof ze daarna totdat de vloeistof gereduceerd is.
- Voeg de gehakte kruiden toe, roer het goed door en laat ze kort meestoven.
- Doe het mengsel in een kom en laat het afkoelen.
- Spatel de eierdooiers door het afgekoelde champignon-kruidenmengsel en verwerk het tot een homogene massa.
- Leg plakjes spek op de savooienkoolbladeren en verdeel de vulling erover.
- Leg een fazantenborst in het midden van het blad, bestrooi dit met zout en peper.
- Vouw de savooienkoolbladeren als een enveloppe zodanig dicht dat de vulling er niet uit kan lopen. Wikkel de rolletjes in varkensnet.
- Verhit de olie in een pan en bak de rolletjes rondom aan. Voeg de wildfond toe.
- Zet de pan in de voorverwarmde oven en laat het vlees 25 tot 30 minuten braden.
- Draai de rolletjes één tot twee keer om zodat alle kanten mooi gaar worden.
- Laat de savooienkoolrolletjes even rusten.
- verwijder eventueel het varkensnet

Zie blad 3

## **Fazantenborst in een jasje van savooienkool met een zwarte bessensaus en vergezeld van een zuurkoolstamppot (vervolg)**

### **Saus:**

- Hak de ui, wortel, prei en bleekselderij brunoise.
- Kneus de knoflook.
- Smelt de boter in een sauspan en fruit de gesneden groente en het bouquet garni hierin.
- Voeg de gekneusde knoflook toe wanneer de groente glazig begint te worden en laat dit even mee fruiten.
- Voeg de witte wijn, wildfond, zwarte bessencoulis toe.
- Roer alles goed door, zet een deksel op de pan en laat de saus circa 30 minuten zachtjes sudderen.
- Roer eens per 10 minuten over de bodem om aanzetten te voorkomen.
- Passeer de saus door een zeef daarna en laat verder inkoken tot de gewenste dikte.
- Voeg de cassislikeur toe en breng de saus op smaak met zout en peper.

### **Stamppot:**

- Zet het spek op met het water en kook het spek 15 minuten voor.
- Doe de aardappelen en de zuurkool onderin de pan, leg het spek bovenop de zuurkool.
- Laat alles samen in 25 minuten gaar koken.
- Haal het spek uit de pan, giet het kookvocht af en bewaar dat.
- Stamp de aardappelen en de zuurkool fijn. Roer de boter en een deel van het kookvocht door de stamppot.
- Breng de stamppot op smaak met peper en warm hem goed door.
- Snijd het spek in dunne reepjes (een per persoon).

### **Serveren:**

- Snijd de savooienkoolrolletjes in schijven.
- Leg op een groot voorverwarmd bord een paar schijven vlees met daarvoor wat saus en een timbaaltje stamppot. Leg hierop een dun plakje spek.

## Warme chocolade-walnoottaartjes met schuimige rumsabayon

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b><i>Chocolade-walnoottaartjes:</i></b>			
Couverture (puur)	70 gram	105 gram	210 gram
Poedersuiker	70 gram	105 gram	210 gram
Roomboter (zachte)	70 gram	105 gram	210 gram
Eierdooiers	4 stuks	6 stuks	12 stuks
Eiwitten	4 stuks	6 stuks	12 stuks
Bloem	1 eetlepel	1.5 eetlepels	3 eetlepels
Walnoten	70 gram	105 gram	210 gram
Roomboter en suiker (vormpjes)			
<b><i>Rumsabayon:</i></b>			
Eierdooiers	3 stuks	4 stuks	8 stuks
Rode wijn (halfzoet)	6 eetlepels	8 eetlepels	16 eetlepels
Rum	2 eetlepels	3 eetlepels	5 eetlepels
Suiker	1 eetlepel	1,5 eetlepel	3 eetlepels
<b><i>Garnering:</i></b>			
kersen	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Walnoten (halve)	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Munt	4 topjes	10 topjes	20 topjes
slagroom	0.5 dl	1 dl	2 dl

### Materiaal:

Koude borden	Vormpjes	Mes	Bekken
Mixer			

### Vorbereiding:

#### Chocolade-walnoottaartjes:

- Beboter de vormpjes en bestrooi de binnenkant met suiker.
- Smelt de couverture au-bain-marie.
- Zorg dat de boter zacht is (niet gesmolten).
- Hak de walnoten fijn.

#### Bereidingswijze:

#### Chocolade-walnoottaartjes:

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Roer de helft van de poedersuiker met de zachte boter en het eigeel schuimig.
- Meng de gesmolten couverture onder voortdurend roeren hier doorheen.

Zie blad 2

## **Warme chocolade-walnoottaartjes met schuimige rumsabayon (vervolg)**

### **Bereidingswijze: (vervolg)**

#### **Chocolade-walnoottaartjes: (vervolg)**

- Schep de bloem en de fijngehakte walnoten erdoor.
- Klop het eiwit met de rest van de poedersuiker stijf.
- Schep het stijfgeklopte eiwit door het chocolademengsel.
- Verdeel de chocolade-walnootmassa over de vormpjes tot 1 cm onder de rand.
- Plaats de vormpjes in een bak met warm water.
- Laat de taartjes 20 minuten gaar worden in een voorverwarmde oven van 170°C.

#### **Rumsabayon:**

- Doe alle ingrediënten voor de rumsabayon in een grote bekken en klop dit au-bain-marie schuimig totdat de massa gebonden is.

#### **Serveren:**

- Neem de vormpjes uit het waterbad, laat ze even afkoelen en stort de taartjes op de borden. Snijd ze zonodig iets bij.
- Giet de saus gedeeltelijk over de taartjes en gedeeltelijk ernaast.
- Garneer met een halve walnoot en een topje munten
- een toefje slagroom met een kersje