

Maandmenu



april 2007

Coquilles Saint Jacques met sinaasappelsaus

Tompouce van gerookte zeebaars met tartaar van verse zeebaars en
een saus met foreleitjes

Gevulde sardientjes met gamba's, vergezeld van een parelgortsalade

Gevulde lamsfilet met primeurgroente

Spongecake en tropisch sorbetijs met passievruchtenjus

Mokka

Pommes dauphine

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Aardappelen (bloemig)	300 gram	750 gram	1500 gram
Boter	37 gram	92.5 gram	185 gram
Ei	0.5 stuk	1.25 stuks	2.5 stuks
Bloem	25 gram	62.5 gram	125 gram
Boter	23 gram	57.5 gram	115 gram
Ei	1 stuks	2.5 stuks	5 stuks
Zout, peper nootmuskaat			

Materiaal:

Kookpan	Pureeknijper	Bekker	Zeef
Garde	Spatel	Schilmesje	Frituurpan
Spuitzak	Bakpapier	Kwastje	

Vorbereiding:

Aardappelen:

- Schil de aardappels, kook ze gaar in water met zout.
- Druk de aardappels door een pureeknijper. Voeg de boter en het ei toe en schep dat door elkaar.
- Breng het op smaak met zout, peper en nootmuskaat.

Beslag:

- Zeef de bloem.
- Breng het water met de boter aan de kook en voeg de bloem toe.
- blijf roeren tot het een bal geworden is.
- Haal de pan van het vuur en voeg een voor een de eieren toe.
- Meng deze massa met de puree. Breng het op smaak met zout en peper.
- Doe de massa in een spuitzak met kartelmondje.
- Vet het bakpapier in. Spuit hierop rozetten.

Bereidingswijze:

- Verhit de frituurolie tot 180°C.
- Bak de rozetten goudbruin. Laat ze uitlekken. Verwijder het bakpapier en leg ze op de borden bij het hoofdgerecht.

Coquilles Saint Jacques met sinaasappelsaus

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vis			
Coquilles Saint Jacques	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Biet (gekookte)	1 stuk	2 stuks	4 stuks
Saus			
Visbouillon	1.2 dl	3 dl	6 dl
Wijn (witte)	0.5 dl	1,25 dl	2,5 dl
Sinaasappelsap (vers)	0.5 dl	1.25 dl	2,5 dl
Sinaasappelmarmelade	50 gram	125 gram	250 gram
Zestes (van sinaasappels)	1 stuks	2.5 stuks	5 stuks
Grand Marnier	4 cc	10 cc	20 cc
Garnering:			
Rucola	5 gram	25 gram	50 gram
Tomaat	0.8 stuk	2 tuk	4 stuk

Materiaal:

Koude borden	Keukenpapier	Grilplaat	Snijplank
Schilmesje	Steker (4 cm Ø)	Kookpan	Zesteur
Bakpapier			

Vorbereiding:

Vis

- Dep de Coquille Saint Jacques droog met keukenpapier.
- Schil de biet. Snijd de biet in plakjes en steek er rondjes uit.
- Snijd de tomaat in kleine partjes en maak er zwaluwstaartjes van.

Saus:

- Kook de visbouillon samen met de witte wijn in tot 1/3 van de oorspronkelijke hoeveelheid.
- Haal met een zesteur zestes van de sinaasappels en pers ze uit. Voeg dit toe aan de bouillon en kook dit dan weer voor de helft in. De saus moet stroperig zijn.

Bereidingswijze:

Vis

- Olie de grilpan licht in en verwarm de pan. Gril de Coquilles Saint Jacques 2 à 3 minuten aan iedere kant. Let op dat je een ruitpatroon krijgt.

Serveren:

- Leg wat rucola aan de bovenkant van het bord en een plakje biet in het midden. Leg de Coquille Saint Jacques op de biet.
- Napeer de saus rondom de coquille Saint Jacques en garneer met de tomaat.

Tompouce van gerookte zeebaars met tartaar van verse zeebaars en een saus met foreleitjes

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vis:			
Zeebaars	500 gram	1250 gram	2500 gram
Crème fraîche	50 gram	125 gram	250 gram
Bieslook			
Zout en vers gemalen peper			
Saus:			
Witte wijnazijn	0.4 dl	1dl	2 dl
Sjalotjes	1 stuk	2 stuks	4 stuks
Visfond	1 dl	2.5 dl	5 dl
Eidooiers	2,4 stuks	6 stuks	12 stuks
Maïsolie	2 dl	5 dl	1 l
kaaschips:			
Parmezaanse kaas	60 gram	150 gram	300 gram
Maanzaad	3 gram	7,5 gram	15 gram
Garnering:			
Foreleitjes	8 gram	20 gram	40 gram
Bieslook			

Materiaal:

Koude borden	Snijplank	Mes	Bakje
Pan	Zeef	Rookoven	Bekken
Bakpapier			

Vorbereiding:

Vis:

- Bestrijk het rooster met olie of leg bakpapier op rooster met gaatje in geprikt
- Hak de bieslook
- Haal het vel van de zeebaars en snijd de helft van de zeebaars in blokjes van circa 0,25 cm.
- Meng de blokjes vis met de gehakte bieslook en de crème fraîche, breng het op smaak met zout en peper en zet het in de koeling.
- Rook de andere helft van zeebaars in een rookoven met eikenzaagsel of rookmot circa 4 minuten (maximaal) op een laag vuur. Laat de zeebaars afkoelen.

Zie blad 2

Gerookte zeebaars met tartaar van verse zeebaars en een saus met foreleitjes (vervolg)

Vorbereiding: (vervolg)

Saus:

- Hak de sjalotjes.
- Kook de wijnazijn met de gehakte sjalotjes in tot het vocht bijna verdampt is.
- Voeg de visfond toe en laat het geheel tot 1/3 inkoken.
- Doe het mengsel over in een bekken en klop de olie er au-bain-marie door. Voeg de eierdooiers langzaam toe.
- Giet de saus door een zeef en laat ze afkoelen.
- Breng de saus op smaak met zout en vers gemalen peper.

Kaasreepjes:

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Rasp de kaas.
- Leg bakpapier op een bakplaat en bestrooi deze met de geraspte kaas. Verdeel het maanzaad over de kaas.
- Laat de kaas onder de salamander smelten.
- Bak daarna de kaas in de oven (circa 3 minuten). Haal de bakplaat uit de oven en snijd reepjes van de kaas. laat dit afkoelen.

Bereidingswijze:

Vis:

- Snijd de gerookte zeebaars overdwars in schuine stukken.
- Schep de tartaar op een stukje vis en leg een stukje vis bovenop de tartaar.
- Garneer de zijkant met gehakte bieslook.

Serveren:

- Leg 1 zeebaarstompouce op het bord.
- Leg de kaasreepjes erbij.
- Nappeer de saus eromheen.
- Garneer met sprietjes bieslook en de foreleitjes.

Gevulde sardientjes met gamba's, vergezeld van een parelgortsalade

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Parelgortsalade:</i>			
Parelgort	50 gram	125 gram	250 gram
Bonenkruid	1 theelepel	2 theelepels	4 theelepels
Crème fraîche	80 gram	200 gram	400 gram
Paprika (groen)	0,5 stuk	1 stuk	2 stuks
Kurkuma	0,5 theelepel	1 theelepel	2 theelepels
Spaanse peper	0,25 stuk	0,5 stuk	1 stuk
Arachideolie			
Zout en peper			
<i>Sardientjes:</i>			
Sardientjes	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Prei	40 gram	100 gram	200 gram
Wortel	40 gram	100 gram	200 gram
Paprika (groen)	0,25 stuk	0,5 stuk	1 stuk
Limoen (zestes)	1 stuk	2 stuks	4 stuks
Arachideolie			
Zout en peper			
<i>Gamba's:</i>			
Gamba's (13/15)	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Spaanse pepers	0,25 stuk	0,5 stuk	1 stuk
Knoflook	0,5 teentje	1 teentje	2 teentjes
Arachideolie			
<i>Waterkerscoulis:</i>			
Waterkers	0,25 bosje	0,5 bosje	1 bosje
Arachideolie	0,25 dl	0,5 dl	1 dl
Zout en peper			
<i>Garnering:</i>			
Zeekraal	80 gram	200 gram	400 gram

Materiaal:

Warme borden	Zesteur	Knoflookpers	Snijplank
Mes	Pannen	Kleine keukenmachine	Huishoudfolie
Flesje voor dressing			

Vorbereiding:

Parelgortsalade:

- Kook 1 deel parelgort en de kurkuma met 2 delen water circa 15 minuten.
- Laat dit nog 35 minuten wellen. Laat het afkoelen.
- Snijd de paprika en de Spaanse peper heel fijn brunoise en fruit dit aan in olie.
- Pers de knoflook erin uit en laat dit afkoelen. Voeg het bonenkruid toe.

Zie blad 2

Gevulde sardientjes met gamba's, vergezeld van een parelgortsalade (vervolg)

Vorbereiding: (vervolg)

Sardientjes:

- Snijd het wit van de prei, wortel en de paprika julienne.
- Snijd van het groen van de prei linten (3 per sardientje) en blancheer deze.
- Haal de zestes van de limoen.
- Maak de sardientjes schoon, haal de graat eruit. Let op: er zitten veel schubben op!

Gamba's:

- Pel de gamba's, haal het staartstuk eraf en verwijder het darmkanaal. Steek er in de lengte een cocktailprikker door (ze trekken dan niet krom bij het bakken).
- Snijd de Spaanse peper fijn en pers de knoflook uit.

Waterkerscoulis:

- Haal de blaadjes van de takjes en was ze.
- Dep ze droog en hak ze met de keukenmachine met olie, zout en peper fijn.
- En druk ze dor een zeef.

Bereidingswijze:

Parelgortsalade:

- Meng de parelgort en de brunoise met de crème fraîche.
- Breng dit op smaak met zout en peper.
- Breng per persoon een deel van de salade op een vel huishoudfolie, rol dit strak op draai de uiteinden dicht. Laat ze in de koeling opstijven.

Sardientjes:

- Verwarm de oven voor op 160°C.
- Fruit de groente in wat olie. Voeg de limoenzestes toe en laat het geheel afkoelen.
- Kruid de sardientjes met zout en peper en vul ze met de groente. Bind ze met 3 preilinten dicht. Of met een touwtje.
- Braad ze aan in de olie, zet ze in de koeling.

Gamba's:

- Meng de knoflook en de Spaanse peper met de olie en marineer de gamba's daarin.

Serveren:

- Laat de sardientjes 10 minuten in de oven garen. Bak de gamba's.
- Wok de zeekraal kort in een beetje olie.
- Schep een beetje zeekraal midden op het bord.
- Haal de folie van de rolletjes parelgort en leg die links (iets uit het midden) van het bord.
- Leg het sardientje ernaast en zet de gamba ertegenaan.
- Druppel de waterkerscoulis in cirkelvorm aan de rand van het bord.

Gevulde lamsfilet met primeurgroente

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vlees:			
Lamsfilet	302 gram	800 gram	1600 gram
Varkensnet			
Morieljes (gedroogde)	8 gram	20 gram	40 gram
Shiitake	80 gram	200 gram	400 gram
Sjalotjes	1 stuk	2,5 stuks	5 stuks
Olie			
Boter			
Zout en peper			
Groente:			
Waspeen	1 stuk	3 stuks	6 stuks
Snijbonen	3 stuks	8 stuks	16 stuks
Asperges (groene)	3 stuks	8 stuks	16 stuks
Lente-uitjes	0,5 bosje	1,5 bosje	3 bosjes
Zout en peper			
Kruidenkorst:			
Peterselie	2 takjes	5 takjes	0,25 bosje
Dragon	2 takjes	5 takjes	0,25 bosje
Knoflook	0,5 teentje	1,5 teentjes	3 teentjes
Boter	70 gram	175 gram	350 gram
Brood (oud, wit)	1 sneetje	3 sneetjes	6 sneetjes
Sjalotjes	1 stuk	2,5 stuks	5 stuks
Tijm	2 takjes	5 takjes	0,25 bosje
Eiwit			
Zout en peper			
Saus:			
Wijn (witte, droog)	2 dl	5 dl	1 l
Kalfsfond	1,5 dl	4 dl	8 dl
Mosterd	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Gerook spek	4 plakjes	10 plakjes	20 plakjes
Rouxkorrels			
Zout en peper			
Garnering:			
Pommes Dauphine (zie apart recept)			

Materiaal:

Warme borden	Keukenmachine	Snijplank	Mes
Pannen	Saucière	Kwastje	Zeef
Wokpan			

Zie blad 2

Gevulde lamsfilet met primeurgroente (vervolg)

Vorbereiding:

Vlees:

- Spoel het varkensnet schoon en snijd een paar mooie stukken eruit.
- Week de morieljes in water. Hak de sjalotjes fijn. Borstel de shi-take schoon en snijd ze in kleine stukjes.
- Spoel de morieljes schoon. Dep ze droog.
- Stoof de paddestoelen en de sjalot in wat boter. Kruid ze met zout en peper.
- Snijd de lamsfilet in de lengte in tot 1/3 van het vlees. Let op: niet doorsnijden. Klap dit open en maak aan de andere kant ook een snede tot 1/3 van het vlees zodat je een grote lap krijgt.
- Bestrijk de plak dun met eiwit, zout en peper. Verdeel het paddestoelmengsel hierop.
- Klap de filet weer dicht in zijn oorspronkelijke vorm en wikkel hem in varkensnet.
- Braad de filet kort aan in boter en olie en laat hem daarna rusten.

Groente:

- Maak de wortel, snijbonen en de asperges schoon. Snijd ze in schuine stukjes (circa 2 cm). Blancheer ze. Spoel ze koud en laat ze uitlekken. Pel de lente-uitjes en snijd ze in schuine stukjes.

Kruidenkorst:

- Doe de peterselie, dragon, knoflook, sjalotjes, zachte boter in kom van een keukenmachine. Snijd de korsten van het brood en voeg dat bij de kruiden.
- Maal het geheel fijn in de keukenmachine.

Saus:

- Snijd de plakjes gerookt spek in reepjes. Fruit ze even in de pan.
- Deglaceer de pan met de witte wijn en de kalfsfond. Laat het tot de helft inkoken.

Bereidingswijze:

Vlees:

- Verwarm de oven voor op 150°C. Haal het varkensnet van de filet.
- Smeer de filet aan de bovenkant in met het kruidenmengsel. Gaar het circa 8 minuten in de oven.

Saus:

- Schep de mosterd door de saus en giet de saus door een zeef. Breng op smaak met zout en peper en bind hem met rouxkorrels.

Groente:

- Wok de groente heel kort in wat olie in een wokpan en breng ze op smaak met zout en peper.

Serveren:

- Snijd de filet in plakken (2 per persoon). Leg ze op het bord en giet er wat saus over.
- Leg drie pommes dauphine op het bord en een schep groente.

Spongecake en tropisch sorbetijs met passievruchtenjus

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Tropisch sorbetijs:</i>			
Mango (schoon)	125 gram	315 gram	630 gram
Bananen (schoon)	100 gram	250 gram	500 gram
Ananas	125 gram	315 gram	630 gram
Poedersuiker	150 gram	390 gram	780 gram
Citroen of limoensap	Scheutje	Scheutje	2 scheutjes
<i>Spongecake:</i>			
Kokos	110 gram	275 gram	550 gram
Eiwitten	110 gram	275 gram	550 gram
Suiker	105 gram	262.5 gram	525 gram
Citroensap	Scheutje	Scheutje	2 scheutjes
<i>Passievruchtenjus:</i>			
Passievruchtensap	100 gram	250 gram	500 gram
Suiker	50 gram	125 gram	250 gram
Gelatine	0.6 blaadje	1,5 blaadjes	3 blaadjes
<i>Garnering:</i>			
Bananen	1 stuk	3 stuks	6 stuks

Materiaal:

Koude borden	Blender	IJsmachine	Mixer
Bekken	Bakvorm	Bakpapier	Staafmixer

Bereidingswijze:

Tropisch sorbetijs:

- Zet de ijsmachine alvast aan.
- Meng alle ingrediënten voor het ijs, pureer ze in de blender en wrijf het door een zeef.
- Doe de massa in de ijsmachine en draai er ijs van.

Spongecake:

- Maal de kokos tot poeder.
- Verwarm de oven voor op 130°C.
- Klop de eiwitten luchtig en voeg al kloppend de suiker toe. Blijf kloppen tot het een taai schuim is en niet meer wegloopt.
- Spatel de kokos en het citroensap erdoor.
- Strijk de massa uit tot een 3-4 cm dikke laag in een bakvorm met bakpapier en dek het af met een stuk bakpapier.
- Bak de spongecake in circa 18 minuten gaar. Haal het papier eraf en bak het daarna nog 10 minuten zonder papier.
- Neem de spongecake uit de oven en vries het kort aan.

Zie blad 2

Spongecake en tropisch sorbetijs met passievruchtenjus (vervolg)

Passievruchtenjus:

- Week de gelatine in koud water.
- Breng het passievruchtensap met de suiker aan de kook. Neem het van het vuur en voeg de uitgeknepen gelatine erdoor.
- Laat de saus afkoelen.
- Is de saus te dik, klop dan even met een staafmixer erdoor.

Serveren:

- Snijd de spongecake in plakken en de bananen in schijfjes. Leg de cake op de borden.
- Nappeer de passievruchtenjus op het bord. Leg de plakjes banaan op de spongecake en leg een bolletje ijs ernaast.



1 Coquilles Saint Jacques met sinaasappelsaus



5 Tompouce van gerookte zeebaars



3 Gevulde sardientjes met gamba's



4 Gevulde lamsfilet met primeurgroente



5 Spongecake en tropisch sorbetijs met passievruchtenjus

