

## Maandmenu



november 2007

### Antipasti:

Aardappelwafeltjes met kalfgehaktballetjes

Gegrilde rollade van groente en geitenkaas

Pijlinktvis met een paddenstoelvulling

\*\*\*\*\*

Tomaten-Rucolacappuccino met courgette

\*\*\*\*\*

Canneloni met zalmfilets

\*\*\*\*\*

Kalfsribeye met een crust van zwezerik en gevulde spitskool

\*\*\*\*\*

Citroensorbet

\*\*\*\*\*

Mokka

# Pasta

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i>Pasta:</i>			
Italiaanse bloem (+ extra voor het uitrollen)	100 gram	200 gram	400g ram
Eieren	0,8 stuk	2 stuks	4 stuks
Olijfolie	10 cc	25 cc	50 cc
Zout			

## Materiaal:

Plastic folie	Pastamachine	Stok	
---------------	--------------	------	--

## Vorbereiding:

### Pasta:

- Meng de bloem met het zout.
- Maak van de bloem een “bergje” op de werkbank. Maak een kuiltje in het midden, laat daarbij voldoende bloem op de bodem liggen. Breek de eieren en laat ze voorzichtig in de kuil glijden. Voeg de olijfolie bij de eieren.
- Werk met een vork, beetje bij beetje, de bloem vanaf de binnenkant van de kuil door de eieren en de olijfolie, Pas op dat de rand niet doorbreekt.
- Ga door tot de bloem al het ei heeft opgenomen en er een werkbaar deeg ontstaat.
- Kneed verder met de handen tot een samenhangend deeg.
- Voeg alleen als het echt niet lukt om een samenhangend deeg te maken, een beetje water toe.
- Kneed het deeg 8 - 10 minuten stevig door. Voeg wat bloem tot als het plakkerig blijft.
- Uiteindelijk moet het een glimmende, elastische deegbal zijn.
- Wikkel het deeg strak in plastic folie en laat het minstens een half uur op een koele plaats rusten.
- Neem een deel van het deeg, strooi er wat bloem op en haal dat door de pastamachine. Begin met de hoogste stand. Herhaal dit met de andere delen van het deeg.
- Zet de pastamachine steeds een tandje lager, totdat je een dunne lap van circa 1 mm verkregen hebt.
- Snijd er rechthoeken van 10 x 6 cm van. Hang de lappen op een stok om ze iets te laten drogen.

## Aardappelwafeltjes met kalfsgehaktballetjes

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vlees:</b>			
Kalfsgehakt	100 gram	250 gram	500 gram
Eigeel	12 gram	25 gram	50 gram
Paneermeel			
Zout, peper en nootmuskaat			
<b>Aardappelwafels:</b>			
Aardappels	160 gram	400 gram	800 gram
Amandelen (geschaafde)			
Parmezaanse kaas	10 gram	25 gram	50 gram
Eigeel	beetje	1 stuk	2 stuks
Boter			
Bloem			
Olijfolie			
Zout en peper			

### Materiaal:

Warme borden	Schaal	Schilmes	Stamper
Kookpan	Kaasrasp	Steker 4 cm Ø	Koekenpan

### Vorbereiding:

#### Vlees:

- Meng het gehakt met het eigeel, paneermeel, zout, peper en nootmuskaat.
- Maak er balletjes van.
- Doe de boter in de pan en braad de balletjes snel mooi bruin aan.
- Zet het vuur zacht en laat de balletjes gaar worden.

#### Aardappelwafeltjes:

- Rasp de kaas.
- Rooster de amandelen lichtbruin.
- Schil de aardappels en kook ze gaar.
- Stamp ze, roer de eidooier, geraspte kaas en de geroosterde amandelen erdoor.
- Breng het geheel op smaak met zout en peper.

### Bereidingswijze:

#### Aardappelwafeltjes:

- Vorm koekjes met een steker van 4 cm Ø en 2 cm hoog. Wentel ze door de bloem en bak ze in boter bruin.

#### Serveren:

- Leg de aardappelwafeltjes op een bord en leg op elk wafeltje een balletje gehakt.

## Gegrilde rollade van groente en geitenkaas

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i><b>Pesto:</b></i>			
Basilicum	12 gram	30 gram	60 gram
Pijnboompitten	6 gram	15 gram	30 gram
Knoflook	1 teentje	1 teentje	2 teentjes
Olijfolie	10 ml	25 ml	50 ml
Parmezaanse kaas	5 gram	12,5 gram	25 gram
Zout en peper			
<i><b>Rollade:</b></i>			
Paprika's (rode)	0,8 stuk	2 stuks	4 stuks
Aubergine	0,2 stuk	1 stuk	2 stuks
Olijfolie	12 ml	30 ml	0,5 dl
Geitenkaas (zachte)	20 gram	50 gram	100 gram
Basilicum	4 blaadjes	10 blaadjes	20 blaadjes
Kruiden			
Zout en peper			
<i><b>Rollade:</b></i>			
Olijvenbrood	5 sneetjes	10 sneetjes	20 sneetjes

### Materiaal:

Koude borden	Mes	Snijplank	Kaasrasp
Plastic zak	Plastic folie	Garde	Steker 4 cm Ø
Kwastje	Keukenmachine		

### Vorbereiding:

#### Pesto:

- Rooster de pijnboompitten. Rasp de Parmezaanse kaas.
- Doe de basilicum, knoflook en pijnboompitten in de keukenmachine en maal alles fijn. Voeg al draaiende de olijfolie langzaam toe tot alles gemengd is.
- Voeg de geraspte kaas toe en breng het geheel op smaak met zout en peper.
- Schep de pesto in een bakje en zet het koel weg.

#### Rollade:

- Verwarm de oven voor op 250°C.
- Snijd de paprika's door, verwijder de zaadlijsten en het zaad. Leg ze vervolgens met de snijkant naar beneden in een oven van 250°C. Bak ze circa 10 minuten totdat de schil zwart is geworden en gaat bladderen.
- Doe ze in een plastic zak en laat ze afkoelen. Haal de schil er voorzichtig af. Beschadig de paprika zo min mogelijk.
- Snijd de uiteinden eraf zodat de stukken gelijkmatig zijn.
- Snijd de aubergine in de lengte in plakken van 5 mm.
- Bestrijk de aubergineplakken met olijfolie en bak elke kant op een hete grillplaat totdat ze gaar zijn.

zie blad 2

## **Gegrilde rollade van groente en geitenkaas (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Rollade:**

- Klop de geitenkaas licht op.
- Besprenkel een werkblad met water. Leg er een stuk plastic folie van 50 cm lengte op (het water helpt om het plastic op zijn plaats te houden).
- Leg de helft van de paprikastukken op het plastic in een rechthoek van 30 x 13 cm. Bestrooi de paprika met wat kruiden en leg hierop de plakken gegrilde aubergine
- Leg de helft van de geitenkaas erop zodat de hele rechthoek bedekt is. Voeg wat kruiden toe.
- Leg de helft van de basilicumbladeren in een enkele laag over de kaas.
- Rol met de plastic folie de paprika in de lengte op en druk de einden dicht. Draai de uiteinden goed dicht.
- Vorm nog een rol en zet het minstens 1 uur in de koeling.

#### **Croûtons:**

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Snijd het brood in plakken van 1 cm. Steek met een steker van 4 cm Ø rondjes uit het olijvenbrood.
- Bestrijk de rondjes licht met olijfolie en bak ze tot ze knapperig en lichtbruin zijn.

#### **Serveren:**

- Leg op elke croûton een ½ theelepeltje pesto.
- verwijder het plastic folie van de rollade.
- Snijd met een scherp mes plakken van 2 à 3 cm af. Leg ze op de croûtons.

## Pijlinktvis met een paddenstoelenvulling

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Pijlinktvis (lichaamszakken 10-12 cm)	4 stuks	10 stuks	20 stuks
<b>Vulling:</b>			
Eekhoortjesbrood (gedroogd)	30 gram	75 gram	150 gram
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Peterselie	0,25 bosje	0,5 bosje	1 bosje
Paneermeel	20 gram	50 gram	100 gram
Olijfolie			
Zout en peper			
<b>Saus:</b>			
Olijfolie	3 eetlepels	7,5 eetlepels	15 eetlepels
Wijn (witte, droge)	1 dl	2,5 dl	0,5 l

### Materiaal:

Warme borden	Hakmes	Bak	Zeef
Pan	Keukenpapier	Tandenstokers	
Braadpan	Snijplank		

### Vorbereiding:

#### Vulling:

- Week het eekhoortjesbrood 30 minuten in lauw water. Gebruik hiervoor 7,5 dl voor 30 gram eekhoortjesbrood. Giet ze af en bewaar het vocht voor later.
- Spoel de geweekte paddenstoelen diverse malen in schoon water. Controleer ze goed op zand. Hak ze heel fijn.
- Filter het weekwater door een zeef bekleed met keukenpapier.
- Doe de gehakte paddenstoelen in een pannetje met het weekwater en kook ze in tot het water verdampt is.

#### Vis:

- Doe de pijlinktvis in een kom met koud water en laat ze minimaal 30 minuten staan.
- Neem de lichaamszak van een pijlinktvis in uw ene hand en trek met de andere hand de tentakels los. De weke ingewanden van het dier trekt u daarbij mee.
- Snijd de tentakels vlak boven de ogen recht af en gooi de rest weg. Druk de kleine, snavelachtige bek eruit.
- Was de tentakels met koud water en dep ze met een doek goed droog, hak ze fijn en houd ze apart.

zie blad 2

## **Pijlinktvis met een paddenstoelenvulling (vervolg)**

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

#### **Vis: (vervolg)**

- Pak het losse uiteinde van de cellofaandunne, smalle, “ruggengraat” in de lichaamszak en trek hem eruit. Trek het hele, deels gevlekte, vel rond de lichaamszak weg.
- Om de hele lichaamszak te vullen, prikt u een gaatje van een paar millimeter in het puntje. Houd de opening onder de koude kraan en spoel het door met water.
- Hak de knoflook en de peterselie fijn.
- Doe de tentakels, samen met de paddenstoelen, peper, zout, knoflook, peterselie, paneermeel en de olijfolie in een kom. Meng het geheel goed.

### **Bereidingswijze:**

#### **Vulling:**

- Houd 1 eetlepel vulling apart.
- Verdeel de rest over de pijlinktvissen en schep ze in de lichaamszakken.
- Vul ze voor tweederde en sluit ze met een tandenstoker.
- Blijft er vulling over, doe dit dan bij de achtergehouden eetlepel.

#### **Vis:**

- Neem een braadpan waarin de lichaamszakken naast elkaar in passen. Ze mogen best strak tegen elkaar aan liggen, ze krimpen namelijk. Doe de olie in de pan en zet het vuur hoog. Laat de olie goed heet worden en leg de pijlinktvissen in de pan.
- Bak ze aan alle kanten bruin, Voeg zout, peper, witte wijn en de achtergehouden vulling toe.
- Keer de pijlinktvissen een paar maal snel, zet het vuur laag, het mengsel mag nauwelijks pruttelen. leg een deksel op de pan.
- Laat de pijlinktvissen in circa 45 minuten garen. Keer ze af en toe. Ze moeten zacht aanvoelen als je er met een vork in prikt.
- Leg ze op een snijplank, laat ze een paar minuten rusten en snijd ze in plakken van 1 cm.

#### **Serveren:**

- Leg pijlinktvisstukjes op een bord.

## Tomaten-Rucolacappuccino met courgette

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i>Soep:</i>			
Pomodori	600 gram	1800 gram	3600 gram
Knoflook	2 teentjes	5 teentjes	10 teentjes
Basilicum	0.2 bosje	0.5 bosje	1 bosje
Groentebouillon	3 dl	0,8 l	1,6 l
Slagroom	1 dl	2.5 dl	5 dl
Rucola	10 gram	35 gram	75 gram
Courgette	0.25 stuk	0.5 stuk	1 stuk
Olijfolie	1 eetlepel	3 eetlepels	6 eetlepels
Zout en peper			
<i>Garnering:</i>			
Rucola of cresson			

### Materiaal:

Snijplank	Mes	Staafmixer	Zeef
Warme kopjes	Koekenpan	Kookpan	Passeerdoek
Keukenpapier			

### Vorbereiding:

#### Soep:

- Was de tomaten en snijd ze in stukken. Haal de blaadjes van de basilicumtakjes af. Snijd de knoflook heel fijn.
- Pureer alles samen met de groentebouillon, zout en peper met een stalen staafmixer.
- Doe de massa in een pan en kook het geheel kort door.
- Zeef de massa door een passeerdoek. Laat het goed uitlekken. Er blijft een helder tomatensap over.
- Snijd de courgette heel fijn brunoise. Bak de blokjes courgette met een beetje olie in een koekenpan en laat ze op keukenpapier uitlekken.
- Was de rucola en houd wat apart voor de garnering.
- Hak de rucola in kleine stukjes.
- Klop de slagroom half stijf. Meng de rucola met de slagroom.

#### Serveren:

- Schep  $\frac{3}{4}$  deel van de courgetteblokjes in de kopjes.
- Verwarm de tomatenfond en breng het eventueel op smaak. Vul de kopjes voor  $\frac{3}{4}$  deel met de fond.
- Schep er een laagje rucolaslagroom op en leg er nog wat courgetteblokjes bovenop.
- Garneer met een takje rucola.



## Canneloni met zalmfilets

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Pasta:</b>			
Zie apart recept			
<b>Vulling:</b>			
Zalmfilets	120 gram	300 gram	600 gram
Wijn (wit)	6 cc	15 cc	30 cc
Melk	6 cc	15 cc	30 cc
Brood	30 gram	75 gram	150 gram
Peterselie, dragon, bieslook, dille			
Ei	10 gram	25 gram	50 gram
Zout en peper			
<b>Saus:</b>			
Sjalotjes	8 gram	20 gram	40 gram
Wijn (witte, droge)	16 cc	40 cc	80 cc
Visgraten (tong of tarbot)	60 gram	125 gram	250 gram
Room culinair	10 gram	25 gram	50 gram
Water	0,8 dl	2 dl	4 dl
Maïzena			
Eidooiers	8 gram	20 gram	40 gram
Zout en peper			
<b>Garnering:</b>			
Dille			

### Materiaal:

Warme borden	Spuitzak	Keukenmachine	Pan
Snijplank	Hakmes	Schuimspaan	Spuitzak
Zeef	Gastronoombak		

### Vorbereiding:

#### Pasta:

- Maak de pasta volgens recept.

#### Saus:

- Spoel de visgraat. Hak ze klein.
- Maak het sjalotje schoon en fruit het aan in boter. Voeg de graten toe en fruit die ook aan.
- Blus het geheel af met witte wijn. Voeg het water en de room toe en laat dit circa 10 minuten zachtjes koken.
- Zeef de saus.

zie blad 2

## **Canneloni met zalmfilets (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Vulling:**

- Hak de kruiden fijn.
- Haal de korsten van het brood en maal het in de keukenmachine.
- Week het broodkruim in de melk.
- Snijd de zalmfilets in stukken en doe ze samen met het geweekte broodkruim, ei, zout, peper en de kruiden in de keukenmachine. Voeg de witte wijn toe en draai dit tot een mousse.

#### **Pasta:**

- Blancheer de verkregen pastavellen in ruim kokend water met zout in een gastronoombak op een rooster.
- Haal ze met een schuimspaan uit de pan. Leg ze kort in koud water en laat ze op een schone theedoek drogen.

#### **Saus:**

- Los een theelepel maïzena op in een beetje koud water. Voeg dit aan de saus toe en laat het nog even koken.
- Breng de saus nog een keer aan de kook en klop de eierdooiers erdoor. Laat de saus niet meer koken!
- Breng op smaak met zout en peper.

#### **Canneloni:**

- Verwarm de oven voor op 170°C.
- Beboter een ovenschaal.
- Doe de vismousse in een spuitzak met spuitmondje. Spuit een dikke streep van de mousse op een pastavel en rol ze op tot buisjes.
- Leg ze in de ovenschaal. Schenk de saus over de canneloni en zet ze circa 15 minuten in de oven.

#### **Serveren:**

- Haal de canneloni uit de oven en leg er twee op ieder bord.
- Garneer met de saus en gehakte dille.

# Kalfsribeye met een crust van zwezerik en gevulde spitskool

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vlees:</b>			
Kalfsribeye	400 gram	1000 gram	2000 gram
Kalfszwezerik	150 gram	375 gram	750 gram
Rozijnen (gele)	30 gram	75 gram	150 gram
Olijfolie			
Mosterd (grove)			
Boter			
Zout en peper			
<b>Groente:</b>			
Spitskool	1 stuk	2 stuks	3 stuks
Boter	25 gram	60 gram	120 gram
Zout, peper en nootmuskaat			
<b>Aardappelen:</b>			
Aardappels (vastkokend)	500 gram	1000 gram	2000 gram
Ganzenvet	0.8 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Tijm, laurier, fleur de sel			

## Materiaal:

Warme borden	Snijplank	Mes	Pan
Aluminiumfolie	Zeef	Ovenschaal	Koekenpan

## Vorbereiding:

### Vlees:

- Kruid de kalfsribeye met zout en peper. Bak het in olijfolie goudbruin.
- Bewaar de braadjus voor later
- Smeer de kalfsribeye in met de mosterd.
- Dompel de kalfszwezerik kort in kokend water en spoel het koud af.
- Ontvries de kalfszwezerik en snijd het in kleine blokjes.
- Verwarm de oven voor op 135°C.

### Groente:

- Haal de buitenste bladeren van de kool en blancheer ze in water met zout. Spoel ze koud af en dep ze droog.
- Snijd de rest van de kool julienne. Blancheer dit ook en breng het op smaak met zout, peper, nootmuskaat en wat boter.
- Week de rozijnen.

### Aardappels:

- Schil de aardappels en snijd ze in blokken van 2 x 2 cm.

zie blad 2

## **Kalfsribeye met een crust van zwezerik en gevulde spitskool (vervolg)**

### **Bereidingswijze:**

#### **Vlees:**

- Gaar het vlees 35 minuten in een oven van 135°C. Laat het daarna afgedekt met aluminiumfolie op een warme plaats rusten. ± 30 minuten
- Kruid de blokjes kalfszwezerik met zout en peper. Bak ze goudbruin krokant.
- Laat de rozijnen uitlekken en voeg die bij de kalfszwezerik.

#### **Groente:**

- Verwarm de oven voor op 125°C.
- Rol de julienne van de spitskool strak in de koolbladeren zodat er mooie rolletjes ontstaan.
- Leg ze in een ovenschaal en verwarm ze à la minuten in de oven (stand 3)

#### **Aardappels:**

- Hak de knoflook fijn. Gaar de aardappelblokjes circa 10 minuten in het ganzenvet met tijm, laurier en knoflook.
- Verwijder de tijm en de laurier. Haal de aardappels uit het vet en bak ze in een koekenpan goudbruin. Strooi er wat fleur de sel op.

#### **Serveren:**

- Snijd de kalfsribeye in het aantal stukken dat nodig is.
- Leg een plak in het midden van een bord. Schik aan een kant een spitskoolrolletje en aan de andere kant 3 aardappelblokjes.
- Verdeel de crust van kalfszwezerik en rozijnen over het vlees.
- Nappeer met eigen braadjus.

# Citroensorbet

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i><b>Sorbet:</b></i>			
Citroenen (grote)	7 stuks	17 stuks	34 stuks
Suiker	230 gram	580 gram	1170 gram
<i><b>Garnering:</b></i>			
Blauwe bessen	12 stuks	30 stuks	60 stuks
Limoncello			

## Materiaal:

Koude borden	Koude glaasjes	IJsmachine	Citruspers
Zeef	Kantjes		

## Vorbereiding:

### Sorbet:

- Pers de citroenen uit. Bewaar per persoon 1 citroen.
- Voeg zoveel water toe dat het totaal op 7 dl (voor 10 personen) uitkomt. Voeg de schillen toe.
- Breng het aan de kook en laat het afkoelen.
- Doe het door een zeef en vervolgens in de ijsmachine.
- Draai er ijs van.
- Haal van de overige citroenen in de lengte een kapje eraf en hol ze uit.
- Snijd aan de onderkant ook een stukje eraf, zodat ze goed blijven staan.

### Serveren:

- Vul de uitgeholde citroenen met het sorbetijs.
- Zet ze op een koud bord met een kantje eronder.
- Leg de blauwe bessen de sorbet.
- Serveer met een glaasje limoncello.



1 Aardappelwafel met kalfsgehaktballetjes  
Gegrilde rollade van groenten en geitenkaas  
Pijlintvis met paddenstoelenvulling



2 Tomaten-ruccolacappucino en courgette



3 Cannelloni met zalmfilet



4 Kalfsribstuk met crust zwezerik en gevulde spitskool



5 Citroensorbet

