

Maandmenu



februari 2008

Rucola-notensalade met pestokip en een sjalottenbroodje

Licht gebonden paprikasoep met garnalen

Rode mul met een puree van gezoete knoflook

Lamschenkel met doperwten, lamsjus en chips

Tarte tatin met kaneelijs en vanillesaus

Mokka

Rucola-notensalade met pestokip en een sjalottenbroodje

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Salade:</i>			
Rucola	30 gram	75 gram	150 gram
Witlof	40 gram	100 gram	200 gram
Roodlof	40 gram	100 gram	200 gram
Bieslook	0,2 bosje	0,5 bosje	1 bosje
Pecannoten	40 gram	100 gram	200 gram
Hazelnoten	40 gram	100 gram	200 gram
Uien (rode)	30 gram	80 gram	160 gram
Sinaasappels (hand)	1 stuk	2 stuks	4 stuks
<i>Dressing:</i>			
Olijfolie (extra virgin)	0,4 dl	1 dl	2 dl
Frambozenazijn	0,2 dl	0,8 dl	1 dl
Honing	0,12 dl	0,3 dl	0,6 dl
Sjalot (gesnipperd)	20 gram	50 gram	100 gram
Preiselberencompote	20 gram	50 gram	100 gram
Limoen	0,4 stuk	1 stuk	2 stuks
Zout en peper			
<i>Kip:</i>			
Maïskipfilet	320 gram	800 gram	1600 gram
Seranoham	8 plakken	20 plakken	40 plakken
Olie			
Pesto (zie apart recept)			
<i>Sjalottenbroodje:</i>			
Bloem	100 gram	250 gram	500 gram
Zout	0,4 theelepel	1 theelepel	2 theelepels
Suiker	0,2 theelepel	0,5 theelepel	1 theelepel
Gist (verse)	10 gram	25 gram	50 gram
Melk (lauw)	0,4 dl	1 dl	2 dl
Boter	12 gram	30 gram	60 gram
Eidooier	8 gram	20 gram	40 gram
Sjalot (gesnipperd)	50 gram	125 gram	250 gram
Knoflook			
Eiwit	12 gram	30 gram	60 gram
Zout en peper			
<i>Garnering:</i>			
Alfalfa	beetje	1/8 doosje	1/4 doosjes
Cherrytomaatjes	4 stuks	10 stuks	20 stuks

Zie blad 2

Rucola-notensalade met pestokip en een sjalottenbroodje (vervolg)

Materiaal:

Koude borden	Snijplank	Mes	Koekenpan
Zesteur	Citruspers	Staafmixer	Zeef
Garde	Bekken	Keukendoek	Bakplaat
Keukenpapier			

Vorbereiding:

Salade:

- Was de rucola, de witlof en de roodlof. Haal de kern uit de lof en snijd de stronken in lange dunne repen.
- Hak de bieslook
- Rooster de noten in een droge koekenpan licht en hak ze grof.
- Maak de uien schoon en snijd ze in dunne ringen.
- Schil de sinaasappel en snijd de parten uit de vliezen.

Dressing:

- Haal de zestes van de limoen en voeg deze bij de ingrediënten voor de salade. Pers het sap uit.
- Meng alle ingrediënten en mix alles goed met een staafmixer.
- Zet weg voor later gebruik.

Sjalottenbroodjes:

- Zeef de bloem. Meng de bloem, de suiker en het zout.
- Verwarm de melk (lauw). Los de gist op in de melk en meng de dooier erdoor.
- Stort het meelmengsel op de werkbank en maak een kuiltje binnenin. Giet het melk/gistmengsel in het kuiltje.
- Meng van binnenuit de bloem met het mengsel tot alles gemengd is.
- Kneed circa 10 minuten totdat een glad deeg ontstaat dat niet meer plakt.
- Zet dit weg op een warme plaats met een vochtige doek erover en laat het 20 minuten rijzen.

Pestokip:

- Maak de pesto.
- Snijd de kipfilet in dunne repen van circa 40 gram, (2 per persoon). Leg de plakken ham op een snijplank en smeer ze dun in met pesto.
- Rol de repen kip in de ham en zet ze koel weg.

Zie blad 3

Rucola-notensalade met pestokip en een sjalottenbroodje (vervolg)

Bereidingswijze:

Sjalottenbroodjes:

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Snipper de sjalotten en bak ze glazig. Breng het op smaak met zout en peper.
- Verdeel het deeg na het rijzen in gelijke stukken (1 per persoon) en maak er bolletjes van.
- Leg de bolletjes op een bakplaat en duw er een kuiltje in.
- Bestrijk de bolletjes met eiwit, Schep wat sjalottenmengsel in het kuiltje.
- Laat het nog eens 20 minuten rijzen.
- Bak de broodjes in een oven van 180°C in circa 20 minuten gaar en bruin.

Kip:

- Bak de kiprolletjes zachtjes in wat olie aan tot ze gaar zijn. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Serveer ze lauwwarm.

Salade:

- Meng alle ingrediënten door elkaar en schep de dressing erdoorheen.

Serveren:

- Verdeel de salade over de borden.
- Schik op de salade 2 kiprolletjes.
- Leg een toefje alfalfa in het midden er bovenop en daarop een cherrytomaatje.
- Serveer met het broodje.

Pesto

Hoeveelheid	20 personen
Ingrediënten	
<i>Pesto:</i>	
Basilicum	120 gram
Olijfolie (extra vergine)	1 dl
Pijnboompitten	3 eetlepels
Knoflook	4 teentjes
Pecorino	200 gram
Zout en peper	

Materiaal:

Keukenmachine of vijzel	Koekenpan
-------------------------	-----------

Bereiding:

Pesto:

- Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan. Let op, niet te lang!
- Maak de knoflook schoon.
- Doe alle ingrediënten, behalve het zout en de peper in een keukenmachine en mix het tot een smeuge massa.
- Breng de pesto op smaak met zout en peper.

Licht gebonden paprikasoep met garnalen

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Soep:			
Paprika (rood)	400 gram	1000 gram	2000 gram
Uien	50 gram	130 gram	260 gram
Knoflook	1 teentje	3 teentjes	6 teentjes
Maïsolie	1 eetlepel	2,5 eetlepel	5 eetlepels
Visfond	0.8 liter	2 liter	4 liter
Kalfsfondpoeder	0,4 eetlepel	1 eetlepel	2 eetlepels
Room culinair	1 dl	2,5 dl	0,5 l
Garnalen (Hollandse)	120 gram	300 gram	600 gram
Cayennepeper			
Zout			
Garnering:			
Bieslook	Beetje	1/8 bosje	1/4 bosje

Materiaal:

Warme borden	Koksmes	Snijplank	Staafmixer
Zeef	Grote pan	Staafmixer	Garde
Bekken			

Vorbereiding:

Soep:

- Maak de paprika schoon en snijd ze brunoise. Pel de uien en snipper ze.
- Maak de knoflook schoon en plet ze met een koksmes met een breed lemmet.
- Die de maïsolie in een grote pan en verhit het.
- Zet de uien, paprika en knoflook hierin aan zonder dat ze kleuren.
- Voeg de visfond erbij en breng het mengsel aan de kook. Laat het circa 20 minuten zachtjes doorkoken en pureer het met de staafmixer.
- Wrijf het mengsel door een zeef en vang het op in een schone pan.
- Klop de room culinair in een ruim bekken lobbig.
- Hak de bieslook fijn.
- Breng de soep aan de kook. Voeg de room bij de soep. Roer alles goed door elkaar. Breng de soep op smaak met zout, kalfsfondpoeder en wat cayennepeper (Let op: heet!).

Serveren:

- Schep wat garnalen op een bord. Verdeel de soep over de borden.
- Garneer met bieslook.

Rode mul met een puree van gezoete knoflook

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vis:			
Mulfilet (60 gram p.p.)	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Olijfolie			
Knoflook	3 teentjes	8 teentjes	16 teentjes
Ahornsiroop	0,1 dl	0,25 dl	0,5 dl
Balsamico vinaigrette (zie verder)	1 dl	2,5 dl	5 dl
Tijm			
Laurier			
Noilly Prat	1 dl	2,5 dl	5 dl
Zout en peper			
Beurre blanc:			
Visfond	0.25 dl	6.25 dl	1,25 l
Wijn (wit)	1.5 dl	2.25 dl	7,5 dl
Sjalotten	0.5 stuk	1.25 stuk	2,5 stuks
Slagroom	0,25 dl	0.625 dl	1,25 dl
Koriander- en peperkorrels			
Klontjes koude boter			
Balsamico vinaigrette:			
Balsamico	0,2 dl	0,5 dl	1 dl
Olijfolie	0,2 dl	0,5 dl	1 dl
Maïsolie	0,2 dl	0,5 dl	1 dl
Jus de veau	1 dl	2,5 dl	5 dl
Honing	0,5 dl	1,25 dl	2,5 dl
Sjalotje	1 stuk	2,5 stuks	5 stuks
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Basilicum	4 blaadjes	10 blaadjes	20 blaadjes
Zout en peper			
Garnering:			
Dille	4 takjes	10 takjes	20 takjes

Materiaal:

Warme borden	Snijplank	Koksmes	Zeef
Koekenpan	Staafmixer	Pan	Ovenschaal

Zie blad 2

Rode mul met een puree van gezoete knoflook (vervolg)

Vorbereiding:

Balsamico vinaigrette:

- Meng alle vloeibare ingrediënten.
- Snipper de sjalotjes fijn en snijd de basilicumblaadjes klein. Hak de knoflook fijn.
- Meng alles door elkaar en laat het zo lang mogelijk op kamertemperatuur marineren.
- Zeef de massa en breng het op smaak met zout en peper.

Balsamico vinaigrette:

- Maak de knoflook schoon, blancheer ze en laat ze drogen.
- Zet de geblancheerde knoflook in een ruime koekenpaan aan met de ahornsiroop.
- Zet het vuur laag zodra de siroop gaat karameliseren. Laat de knoflook een paar minuten sudderen.
- Blus het af met de balsamico vinaigrette en de Noilly prat. Voeg de laurier en de tijmblaadjes toe en laat het zachtjes inkoken tot de helft.
- Verwijder de tijm en de laurier en mix het met de staafmixer fijn.

Beurre blanc:

- Snijd de sjalotten fijn.
- Breng alle ingrediënten, behalve de slagroom en de boter aan de kook.
- Laat het inkoken tot 1/3 van de oorspronkelijke hoeveelheid.
- Zeef de saus.
- Snijd de boter in klontjes en zet dit koud weg.

Bereidingswijze:

Beurre blanc:

- Voeg de slagroom toe en laat het inkoken tot sausdikte.
- Voeg vlak voor het opdienen de klontjes koude boter toe.

Vis:

- Verwarm de oven voor op 150°C.
- Wrijf een ovenschaal in met wat knoflook en olijfolie. Leg de mulfilets met de velkant naar boven in de schaal. Maal wat zeezout over de vis en bestrooi ze met wat peper.
- Laat de vis in circa 4 minuten garen.

Serveren:

- Verdeel het knoflook massa over de borden. Leg de mulfilet hierop. Nappeer de Beurre blanc eromheen.
- Garneer met een takje dille.

Lamschenkel met doperwten, lamsjus en chips

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vlees:			
Lamschenkel	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Sjalotten	1 stuk	2,5 stuks	5 stuks
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Tomatenspuree	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Lamsbouillon	2 dl	5 dl	1 l
Kruidnagels	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Laurier	2 blaadjes	5 blaadjes	10 blaadjes
Rozemarijn			
Jopenkoyt Bier	0.8 flesje	2 flesjes	4 flesjes
Zout en peper			
Aardappels (Nicola, schoon)	400 gram	1000 gram	2000 gram
Doperwten	100 gram	250 gram	500 gram
Boter			
Peterselie			
Groene kruiden			
Olie			
Garnering:			
Aardappels	50 gram	125 gram	250 gram
Zeezout			

Materiaal:

Warme borden	Grote pan	Mes	Frituurpan
Mandoline	Theedoek	Keukenpapier	Pannen
Stamper	Staafmixer	Spuifles	Zeef
Vierkante steker	Sausdispenser		

Vorbereiding:

Vlees:

- Bestrooi de lamschenkels met zout en peper en bak ze rondom aan in wat boter.
- Voeg de sjalot, knoflook, tijm, rozemarijn en tomatenspuree toe. Blus af met Jopenkoyt.
- Voeg de lamsbouillon, de kruidnagels en laurier toe, breng alles aan de kook.
- Laat het geheel stoven totdat de lamschenkel mooi gaar is.
- Schil de aardappels en snijd ze in stukken.

Zie blad 2

Lamschenkel met doperwten, lamsjus en chips (vervolg)

Vorbereiding: (vervolg)

Chips:

- Verwarm de frituur tot 160°C.
- Schil de aardappels. Snijd ze in dunne plakjes. Spoel de schijfjes onder koud stromend water af en dep ze goed droog. Leg ze uit op een droge theedoek opdat ze nog beter kunnen drogen.
- Laat de aardappelschijfjes frituren zonder te laten kleuren. Laat ze uitlekken op keukenpapier.

Kruidenolie:

- Neem een deel olie en wat groene kruiden en mix dit met de staafmixer fijn.
- Doe de kruidenolie in een spuitfles en zet weg voor later.

Bereidingswijze:

Vlees:

- Verwarm de oven voor op 125°C.
- Hak de peterselie fijn.
- Kook de aardappels gaar in water met een beetje zout. Giet ze af en stamp ze met een stamper fijn. Schep wat peterselie en boter door de aardappels.
- Blancheer de doperwten en breng ze op smaak met zout en peper.
- Haal de lamschenkels uit het vocht en pluk het vlees van de schenkels.
- Houd het vlees warm in een gastronoombak in de oven op 125°C.

Saus:

- Snijd de boter in klontjes en zet die in de koeling.
- Laat een deel van het vocht van de schenkels inkoken tot een mooie jus. Zeef de jus en breng die op smaak met zout en peper.
- Roer vlak voor het serveren wat klontjes boter door de jus en giet ze in een sausdispenser.

Chips:

- Verwarm de frituur tot 180°C.
- Bak de aardappelschijfjes nog heel even tot ze bruin zijn. Laat ze uitlekken op keukenpapier en bestrooi ze met zeezout.

Serveren:

- Zet een vierkante steker in het midden van een bord. Schep wat aardappelpuree erin en leg daarop een laagje doperwten. Daarbovenop een laagje vlees.
- Verdeel een paar mooie strepen jus en kruidenolie op het bord.
- Leg wat chips bovenop het taartje.

Tarte tatin met kaneelijs en vanillesaus

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Kaneelijs:</i>			
Slagroom	1,2 dl	3 dl	6 dl
Melk	1,2 dl	3 dl	6 dl
Suiker	45 gram	115 gram	230 gram
Kaneelstokje	1,5 stuks	3 stuks	6 stuks
Kaneel	0,6 theelepel	1,5 theelepel	3 theelepels
Vanillestokje	0,6 stuks	1,5 stuks	3 stuks
Eidooiers	60 gram	165 gram	330 gram
<i>Tarte Tatin:</i>			
Bloem	80 gram	200 gram	400 gram
Eidooier	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Boter	40 gram	100 gram	200 gram
IJswater (van gesmolten ijsklontje	0,4 klontje	1 klontje	2 klontjes
Zout			
Appels (Jonagold)	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Suiker	40 gram	100 gram	200 gram
Boter	40 gram	100 gram	200 gram
<i>Vanillesaus:</i>			
Melk	1 dl	2.5 dl	5 dl
Vanillestokjes	0,2 stuk	0.5 stuk	1 stuk
Eieren	0,3 stuk	0.75 stuk	1,5 stuks
Maïzena	0,1 theelepel	0.25 theelepel	0,5 theelepel
Suiker	7 gram	17.5 gram	35 gram
Amandellikeur	0,2 eetlepel	0.5 eetlepel	1 eetlepel
Amandelessence	0,1 eetlepel	0.25 eetlepel	0,5 eetlepel
Zout			
Garnering:			
Munt	4 topjes	10 topjes	20 topjes

Materiaal:

Koude borden	Snijplank	Kookpan	Koksmes
Zeef	Garde	Vuurvaste vorm (Ø 28 cm)	IJsmachine
Kommen	Theedoek	Deegroller	Grote platte schaal

Vorbereiding:

Kaneelijs:

- Snijd het vanillestokje open. Laat de slagroom, melk, de helft van de suiker, kaneelstokjes, kaneel en het vanillestokje zachtjes trekken. Zeef de massa. Klop de eidooiers met de rest van de suiker schuimig en voeg dit beetje bij beetje bij het roommengsel.
- Laat dit zachtjes au-bain-marie binden tot een temperatuur van 80°C is bereikt.
- Laat dit afkoelen en draai er ijs van.

Zie blad 2

Tarte tatin met kaneelijs en vanillesaus (vervolg)

Tarte Tatin:

- Zeef de bloem in een kom. Kneed de ijskoude boter er beetje voor beetje doorheen.
- Voeg de dooier toe en kneed onder toevoeging van telkens enkele druppels water totdat een soepel deeg verkregen is.
- Dek het af met een vochtige doek en zet het 30 minuten in de koeling.

Bereidingswijze:

Kaneelijs:

- Schep het ijs, wanneer het klaar is, in een kom en zet het in de vriezer.

Tarte Tatin:

- Rol het deeg uit tot een deegcirkel ongeveer even groot als de vorm.
- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Snijd de appels in vieren, verwijder de schil en het klokhuis.
- Zet een vuurvaste vorm (Ø 28 cm) op het vuur en schep er wat boter en suiker in. Laat dit al roerend een mooie karamel worden.
- Leg nu snel (en voorzichtig) de stukken appel met de bolle kant dicht aaneengesloten in de vorm. Laat 1 minuut pruttelen en draai het vuur uit en laat het geheel afkoelen.
- Leg het deeg op de appels. Stop het deeg langs de randen van de vorm in.
- Zet de Tarte Tatin circa 25 minuten in een voorverwarmde oven.
- Laat de taart 10 minuten in de vorm afkoelen. Stort hem dan op een grote schaal of plaat.

Vanillesaus:

- Snijd het vanillestokje open. Breng de melk met het vanillestokje en een snufje zout aan de kook. Laat het circa 20 minuten trekken.
- Klop de eieren los en maak deze aan met de maïzena en de suiker. Voeg al roerend een deel van de kokende melk toe. Giet vervolgens het lauwwarme mengsel onder voortdurend roeren bij de kokende melk en laat dit au-bain-marie gaar worden.
- Verwijder het vanillestokje en schrap het merg eruit. Doe dit terug in de saus en breng de saus op smaak met de amandellikeur en amandelessence.

Serveren:

- Snijd de taart in stukken. Leg een stuk taart op de zijkant van een bord.
- Nappeer een spiegelkje van de vanillesaus ernaast. Leg hierop een bolletje kaneelijs.
- Garneer met een blaadje munt



1 Rucolaloof-notensalade met pestokip en een sjalottenbroodje.



2 Licht gebonden paprikasoep met garnalen



3 Rode mul met puree van gezoete knoflook



4 Lamsschenkel op geprakte aardappelen met doperwten, lamsjus en aardappelfantasie



5 Tarte Tatin met kaneeljs en vanille saus

