

Maandmenu



Maart 2010

Anti pasti:

Ricotta frita con piccola insalata di pomodori
(Gebakken ricotta met tomatensalade)

Spiedini primavera
(Lentespiesjes)

Gnocchi met citroen-paramezaansaus en rucola

Vitello tonnato

Risotto al a Milanese
met op de huid gebakken rode poon

Pollo con noce (Kip met hazelnoot)
Cavolo strascicato (kool in witte wijn gesmoord)

Krokant-Panna cotta met bramencompote

Mokka

Ricotta frita con piccola insalata di pomodori

Gebakken ricotta met een beetje tomatensalade

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Ricotta:</i>			
Kruimelige ricotta kaas	180 gram	450 gram	900 gram
Geraspte Parmezaanse kaas	0.8 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Bloem	0.8 eetlepel	2 eetlepel	4 eetlepels
Zwarte peper (gemalen)			
Groot ei	0.5 stuk	1 stuk	2 stuks
Olijfolie			
<i>Tomatensalade:</i>			
Rijpe tomaten	110 gram	275 gram	550 gram
Basilicum	1 takje	2 takjes	4 takjes
Verse Spaanse peper	0.5 stuk	1 stuk	2 stuks
Olijfolie extra vierge			
Rode wijnazijn van goede kwaliteit			
Nootmuskaat (bol om te raspen)			
<i>Garnering:</i>			

Materiaal:

Meng kom	garde		

Vorbereitung:

Ricotta:

- Meng de ricotta met de Parmezaanse kaas, de bloem en het ei.
- Roer er een beetje zwarte peper uit de molen door.
- Zet nu het mengsel tot verder gebruik in de koelkast.

Tomatensalade:

- Halveer de tomaten; knip de pitjes eruit en gooi die weg.
- Hak het vruchtvlies in kleine blokjes en laat die uitlekken.

Zie blad 2

Ricotta frita con piccola insalata di pomodori **Gebakken ricotta met een beetje tomatensalade(vervolg)**

Tomatensalade:

- Hak de steeltjes van het basilicum fijn, scheur de blaadjes in grove snippers.
- Snijd de Spaanse peper door midden en verwijder de pitjes en hak de pepers fijn.
- Meng nu het basilicum en de Spaanse peper met de tomaat
- Breng het mengsel op smaak met peper en zout, een flinke scheut extra vierge olijfolie en een scheut rodewijn azijn.

Bereidingswijze:

Ricotta:

- Zet een pan met antiaanbaklaag op een laag tot matig vuur en giet er een scheutje olijfolie in.
- Schep lepel na lepel hoopjes ricottamengsel in de pan.
- Maak de pan niet te vol, de koekjes mogen elkaar niet raken.
- Bak de ricottakoekjes in een paar minuten goudbruin,
- Keer ze voorzichtig om met een spatel en bak ze nog een minuut aan de andere kant.

Serveren:

- Schep op de borden wat tomatensalade en leg hierbij de ricottakoekjes.
- Rasp een beetje nootmuskaat en wat Parmezaanse kaas over de koekjes.

Spiedini primavera

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Aubergine	0,4 stuk	1 stuk	2 stuks
Courgette	0,8 stuk	2 stuks	4 stuks
Gehakte peterselie + takje	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Knoflook	2 teentjes	5 teentjes	10 teentjes
Rode paprika (groot)	0,2 stuk	0.5 stuk	1 stuks
Gehakt selderijblad	0,6 eetlepel	1.5 eetlepels	3 eetlepels
Sinaasappel	0,4 stuk	1 stuk	2 stuks
Cherrytomaat	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Geschilde waspeen	1,5 stuk	3 stuks	6 stuks
Witte wijnazijn	3 ml	7,5 ml	15 ml
Knoflook			
Gehakte peterselie restant			
olijfolie			
Ananas	1 schijf	2 schijven	4 schijven
Zout en peper			
Topping:			
Broodkruim	2 eetlepels	5 eetlepels	10 eetlepels
Gehakte peterselie	0,4 eetlepel	1 eetlepel	2 eetlepels
Basilicum	0,4 eetlepel	1 eetlepel	2 eetlepels
Knoflook	0,6 teentje	1.5 teentjes	3 teentjes
Extra vergine olijfolie	3 ml	7,5 ml	15 ml
Zout en peper			
Garnering:			

Materiaal:

Snijplank	Messen	Bekken	Grilplaat of pan
Spiesjes of saté pennen	garde		

Vorbereiding:

Algemeen:

Hak alle kruiden fijn en houd ze apart voor later gebruik

Aubergine:

- Snijd de aubergine op de snijmachine (stand 12) in de lengte in dunne plakken. Per persoon is 1 plak nodig.
- Grill de plakken en doe ze over in een kom.
- Schenk olie erover en breng op smaak met peper, zout, fijn gehakte peterselie en knoflook

Zie blad 2

Spiedini primavera (vervolg)

Courgette:

- Snijd de courgette in de lengte in dunne plakken (snijmachine stand 12).
- Grill de plakken en doe ze over in een kom.
- Schenk olie erover en breng op smaak met peper, zout, fijn gehakte peterselie en knoflook

Paprika:

- Rooster de paprika en verwijder het vel.
- Snijd in vierkanten van 2.5 cm
- Schep om met selderijblad, knoflook, beetje olijfolie en zout.

Sinaasappel:

- Snijd de schil met het wit weg.
- Snijd de sinaasappel in plakken van 1 cm dik en deze plakken in vieren.

Wortel:

- Snijd de geschilde wortel in stukken van 1 cm. Stoom of kook al dente. De stukken mogen vooral niet te gaar zijn, want ze moeten op de spiesjes gestoken kunnen worden.
- Doe over in een kom en bestrooi met zout, peper, de rest van de gehakte peterselie, knoflook, olijfolie en witte wijnazijn.

Ananas:

- Snijd elke schijf in 5 stukken

Topping:

- Hak de kruiden voor de topping fijn
- Meng alle ingrediënten in een kom.

Bereidingswijze:

Spiesen:

- Neem 1 spiesje of satépen per persoon.
- Steek aan elke spies achtereenvolgens: stukje courgette, aubergine, halve cherrytomatje, wortel, sinaasappel, paprika en ananas
- Leg de spiesen op een bakplaat.
- Bestrooi ze met de topping en grill ze 10 minuten op 180°C of grill ze onder de salamander totdat de topping lichtbruin kleurt.

Serveren:

- Leg ze op klein bordjes en geef ze met de andere anti pasta

Gnocchi met citroen-parmezaansaus en rucola

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten (voor kleine gnocchi)			
Gnocchi:			
Melk	1 dl	2,5 dl	5 dl
Eidooiers	20 gram	50 gram	100 gram
Bloem	20 gram	50 gram	100 gram
Nootmuskaat			
Zout			
Kaneel poeder	mespuntje	0,25 theel.	0,5 theel.
Broodkruim om te paneren			
Olie om te bakken			
Saus:			
Bloem	5 gram	12.5 gram	25 gram
Boter	8 gram	20 gram	40 gram
Kippenbouillon	0.5 dl	1.25 dl	2,5 dl
Citroen	0.05 stuk	0.10 stuk	0,25 stuk
Vers geraspte Parmezaanse kaas	6 gram	15 gram	30 gram
Room	4.5 ml	11.25 ml	22,5 ml
zout			
Peper			
Rucola			

Materiaal:

Bekken	Kook pan	Garde	Snijplank
messen			

Vorbereiding:

Gnocchi:

- De ingrediënten voor de gnocchi goed mengen en al roerend aan de kook laten komen.
- Enkele minuten al roerend gaar laten koken.
- De massa laten afkoelen.
- Uit de massa kleine gnocchi vormen. Per persoon 1 gnocchi.
- De gnocchi met broodkruim paneren.

Zie blad 2

Gnocchi met citroen-parmezaansaus en rucola (vervolg)

Saus:

- Met bloem en boter een roux maken.
- Kippenbouillon al roerend toevoegen zodat een mooie saus ontstaat.

Bereidingswijze:

Gnocchi:

- In niet te hete olie de gnocchi goudbruin bakken.
- Op keukenpapier laten uitlekken.

Saus:

- De citroenschil in zeer fijne julienne snijden en de citroen uitpersen.
- De citroenschil aan de saus toevoegen en mee laten koken.
- De saus 20 minuten zachtjes laten pruttelen.
- Het citroensap en de geraspte kaas door de saus roeren.
- Op smaak brengen met zout en peper.
- Kort voor het serveren de room en rucola aan de saus toevoegen.

Serveren:

- In een diep bord wat saus scheppen en daarop de gnocchi leggen.
- Garneren met hele rucolablaadjes en eventueel julienne van de citroenschil.

Vitello Tonnato

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Vlees:</i>			
Kalfsfricandeau	400 gram	1000 gram	2000 gram
Ansjovisfilet in stukjes van 2.5 cm	1,2 stukjes	3 stukjes	6 stukjes
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Kippenbouillon	0,4 liter	1 liter	2 liter
Droge witte wijn	1,8 dl	4,5 dl	9 dl
Water	1,8 dl	4,5 dl	9 dl
Uien à 130 gram	0.8 stuk	2 stuks	4 stuks
Wortel	80 gram	200 gram	400 gram
Selderij	1,5 takje	3 takjes	6 takjes
Laurier	1 blaadje	2 blaadjes	4 blaadjes
Peterselie	2,5 takjes	6 takjes	12 takjes
Peperkorrels heel	4 stuks	10 stuks	20 stuks
<i>Tonijnsaus:</i>			
Olijfolie	0.7 dl	1,75 dl	3,5 dl
Eidooier	8 gram	20 gram	40 gram
Tonijn uit blik in olijfolie (Italiaans)	40 gram	100 gram	200 gram
Ansjovisfilet	1,5 filetje	4 filetjes	8 filetjes
Citroensap	12 ml	30 ml	60 ml
Slagroom	24 ml	60 ml	120 ml
Vleesnat van de fricandeau	1 dl	2 dl	4 dl
Kappertjes	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Zout			
Witte peper			
<i>Garnering:</i>			
Fijn gehakte peterselie	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Citroen	1 plakje	2 plakjes	4 plakjes
Kappertjes	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Zwarte olijven	5 stuks	12 stuks	24 stuks
Rucola	10 gram	25 gram	50 gram

Materiaal:

Pan met dikke bodem	Scherp mes	Snijplank	Litermaat
garde	pannenlikker		

Zie blad 2

Vitello Tonnato (vervolg)

Vorbereiding:

Vlees:

- Met een klein scherp mes over de lengte van de kalfsfricandeau diepe inkepingen maken.
- In elk inkeping een stukje ansjovis en een reepje knoflook duwen.
- Het vlees blancheren, door in een grote pan kokend water eroverheen te gieten en op een hoge vlam snel aan de kook te brengen; vervolgens 3 minuten laten doorkoken
- Het water afgieten; het water bewaren.
- Doe het vlees in een pan met dikke bodem, die groot genoeg is om er de fricandeau in te kunnen leggen.
- Voeg de kippenbouillon, wijn, het bewaarde water, uien, wortelen, selderij, laurierblaadjes, peterselie en de peperkorrels toe.
- Als de vloeistof niet boven het vlees uitkomt, meer bouillon of water toevoegen.
- Breng aan de kook, draai het gas laag en laat de fricandeau zachtjes sudderen, met schuin deksel, gedurende ongeveer 1 uur en 40 minuten, tot het vlees gaar genoeg is om erin te kunnen prikken. (**kerntemperatuur 67°C**)
- Neem het vlees uit de pan en laat het geforceerd afkoelen.

Tonijnsaus:

- Week de ansjovisfilets 10 minuten in water; laat uitlekken en snijd ze in kleine stukjes.

Bereidingswijze:

Vlees:

- Als het vlees is afgekoeld, het op de snijmachine (stand 10) in plakken snijden. .
- De groenten kunnen nu weg gegooit worden,

Zie blad 3

Vitello Tonnato (vervolg)

Tonijnsaus:

- Maak ondertussen de tonijnsaus klaar,
- Doe de olijfolie, eidooier, tonijn, ansjovisfilets en het citroensap in een foodprocessor.
- Laat 10 seconden draaien op hoge snelheid tot het mengsel puree is geworden.
- Doe de puree in een kom en roer er geleidelijk de room door.
- Breng de saus op smaak.
- Spreid een dun laagje tonijnsaus op de bodem van een schaal
- Rangschik de plakken fricandeau dakpansgewijs in de saus.
- Giet de rest van de saus over het vlees en strijk die glad met een pannenkoek.
- Bedek de schaal met plastic folie en zet de vitello tonnato in de koeling.

Serveren:

- Haal het gerecht uit de koeling.
- Verdeel het vlees over de gekoelde borden.
- Garneer met kappertjes, zwarte olijven, peterselie en rucola.

Risotto a la Milanese met op de huid gebakken rode poon

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Risotto:</i>			
Boter	60 gram	150 gram	300 gram
Olijfolie	6 ml	15 ml	30 ml
Sjalotjes (schoon)	80 gram	200 gram	400 gram
Zeezout			
Zwarte peper			
Droge witte wijn	20 ml	50 ml	100 ml
Groentebouillon	4 dl	1 liter	2 liter
Risotto (vialone nano)	140 gram	350 gram	700 gram
Saffraanpoeder	0.2 gram	0.5 gram	1 gram
Parmezaanse kaas geraspt	40 gram	100 gram	200 gram
Kookroom	24 ml	60 ml	120 ml
Platte peterselie gehaktgewicht	10 gram	25 gram	50 gram
<i>Vis:</i>			
Rodepoonfilet boter	4 stuks	10 stuks	20 stuks
<i>Garnering:</i>			
Dille	4 takjes	10 takjes	20 takjes
Limoen	4 partjes	10 partjes	20 partjes

Materiaal:

Kookpan	Spatel	Snijplank	Koksmessen
Maatbeker			

Vorbereiding:

Risotto:

- Maak de sjalotjes schoon en snipper ze en weeg de benodigde hoeveelheid af.
- Smelt de boter en de olie in een pan, voeg de sjalotjes en peper toe.
- Bak ze 5 minuten totdat ze zacht zijn.
- Voeg de rijst toe en bak die even mee totdat hij glazig wordt.
- Voeg de wijn toe en wat van de groentebouillon (7 el voor 4 pers)
- Laat het mengsel tot de helft inkoken.
- Voeg het saffraanpoeder toe.

Zie blad 2

Risotto a la Milanese met op de huid gebakken rode poon (vervolg)

Vorbereiding:

Risotto:

- Schenk een soeplepel bouillon erbij en roer goed.
- Herhaal tot de rijst *al dente* is en de bouillon op is.
- Dit neemt 18-20 minuten in beslag.
- Haal de risotto van het vuur, voeg zout, de parmezaan, kookroom en de peterselie toe. en meng ze er goed door.
- De risotto moet goed smeug zijn
- Houd hem warm

Bereidingswijze:

Vis:

- Dep de visfilets droog.
- Snijd de huid drie maal in om kromtrekken te voorkomen.
- Verwarm een koekenpan en doe hierin een beetje olijfolie en een beetje boter.
- Bak de vis op de huid en draai hem op het laatst nog even om.
- Kruiden met peper en zout

Serveren:

- Leg op een warm bordje wat risotto
- Leg er de rodepoonfilet schuin tegen aan
- Garneer met een takje dille en een stukje limoen

Pollo con noce met cavolo strascinato

kipfilet met hazelnoten en in witte wijn gesmoorde kool

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Kip:</i>			
Kipfilet (scharrel/maïs/vrije uitloopkip)	400 gram	1000 gram	2000 gram
Zout			
Peper			
Boter			
Salie	2 takjes	6 takjes	12 takjes
Hazelnoten (fijn gehakt)	48 gram	120 gram	240 gram
Broodkruim(van oud brood)	4 eetlepels	10 eetlepels	20 eetlepels
Eiwit			
<i>Saus:</i>			
Donker kalfsfond	2 dl	5 dl	10 dl
Kookroom	2 dl	5 dl	10 dl
Zout			
Peper			
rozemarijn	1 takje	3 takjes	6 takjes
<i>Gesmoorde kool</i>			
Zie ander recept			
<i>Garnering:</i>			
Rozemarijntopjes			
Hele hazelnoten			

Materiaal:

Koekenpan	Snijplank	Messen	Litermaat
Garde	Sauspan		

Vorbereiding:

Kip:

- De kipfilets in mooie plakken snijden (3 à 4 per persoon).
- De fijngehakte hazelnoten met wat zout en peper kruiden en in een pan met wat boter en salie bakken.
- Salie eruit halen.

Saus:

- De fond met de room mengen.
- De rozemarijntakjes toevoegen en laten inkoken tot sausdikte (ongeveer 10 minuten).
-
-

Zie blad 2

Pollo con noce met cavolo strascicato (vervolg)

kipfilet met hazelnoten en in witte wijn gesmoorde kool

Bereidingswijze:

Kip:

- De oven voorverwarmen op 160°C
- De gehakte hazelnoten met het broodkruim vermengen.
- De kipfiletplakken dun met losgeklopt eiwit bestrijken, met het broodkruimmengsel bedekken en dat licht aandrukken.
- De kipfilets in een ovenschaal op bakpapier leggen en ongeveer 6 minuten bakken.
- Verdeel de hele hazelnoten voor de garnering in helften en laat ze in een droge koekenpan bruin kleuren.

Saus:

- De saus op smaak afmaken met peper en zout

Serveren:

- Op een voorverwarmd bord een spiegeltje van de saus maken.
- De plakjes kipfilet in een waaiertje erop leggen.
- Geef er wat in witte wijn gesmoorde kool bij.
- Garneer het geheel met een takje rozemarijn en halve hazelnoten.

Cavolo Strascicato

in witte wijn gesmoorde kool

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Gesmoorde kool:</i>			
Savooiekool	0.24 kg	0.6 kg	1.2 kg
Olijfolie (koud geperst)	0.6 eetlepel	1.5 eetlepel	3 eetlepels
Pancetta	12 gram	30 gram	60 gram
Zout			
Zwarte peper			
Venkelzaad	0.4 theelepel	1 theelepel	2 theelepel
Droge witte wijn	0.24 dl	0.6 dl	1.2 dl
<i>Garnering:</i>			

Materiaal:

Snijplank	Messen	Zware pan	Pepermolen
schuimspaan			

Vorbereiding:

Gesmoorde kool:

- Verwijder de harde nerven van de kool en snijd de koolbladeren in smalle repen.
- Verwijder het zwaard van de pancetta en snijd het spek in dobbelsteentjes.

Bereidingswijze:

Gesmoorde kool:

- Verhit olijfolie in een zware pan op een matig vuur.
- Voeg de pancetta toe en laat die circa 5 minuten zachtjes bakken tot hij glazig is.
- Roer er de repen kool door en laat een paar minuten zachtjes bakken.
- Breng op smaak met zout en peper.
- Strooi er de venkel over en giet er de wijn bij.
- Doe het deksel op de pan en laat de inhoud 15 tot 20 minuten op een laag vuur sudderen tot de kool beetgaar is.
- Controleer af en toe en voeg zonodig een paar eetlepels water toe als de pan te droog wordt.

Serveren:

- Geef dit bij het hoofdgerecht

Krokant-Panna cotta met bramen

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Krokant:</i>			
Suiker	30 gram	75 gram	150 gram
Amandelschaafsel	20 gram	50 gram	100 gram
Boter	10 gram	25 gram	50 gram
Slagroom	6 ml	15 ml	30 ml
<i>Crème:</i>			
Gelatine	2 blaadjes	7 blaadjes	14 blaadjes
Amandelschaafsel	72 gram	180 gram	360 gram
Vanille stokje	0.5 stokje	1.25 stokje	2.5 stokjes
Slagroom	2 dl	5.5 dl	11 dl
Suiker	60 gram	150 gram	300 gram
Crème fraiche	72 gram	180 gram	360 gram
Geraspt sinaasappelschil	0.4 theelepel	1 theelepel	2 theelepels
<i>Bramencompote:</i>			
Bramen(diepvries)	200 gram	500 gram	1000 gram
Suiker	50 gram	125 gram	250 gram
Rode wijn	0,6 dl	1,5 dl	3 dl
Vanille stokje	0,4 stokje	1 stokje	2 stokjes
Bindmiddel (b.v. arrowroot)	0,5 eetlepel	1 eetlepels	2 eetlepels
<i>Garnering:</i>			
Muntblaadjes	4 stuks	10 stuks	20 stuks

Materiaal:

Pan met dikke bodem	Garde	Houten lepel	Bakpapier
Litermaat	Snijplank	Messen	deegroller

Vorbereiding:

Krokant:

- Maal de amandelen grof.
- De suiker in een pan met dikke bodem laten karameliseren.
- Het amandelschaafsel met een houten lepel er krachtig door roeren.
- Pan van het vuur nemen en de boter en room erdoor roeren.
- De massa op bakpapier storten en met een deegroller een beetje plat drukken
- Vul de vormpjes met de krokant en aandrukken als 'n koekje

Zie blad 2

Krokant-Panna cotta met bramen (vervolg)

Vorbereiding:

Crème:

- Gelatine weken in koud water.
- Vanillestokje in de lengte open snijden en het merg eruit schrapen.
- Vanillestokje, vanillemerg, slagroom, amandelschaafsel en de suiker langzaam aan de kook brengen.
- Het mengsel 7 minuten laten koken.
- De room zeven en daarin de gelatine laten oplossen.
- De crème fraîche erdoor roeren en alles een halfuur laten afkoelen.

Compote:

- Het vanillestokje over de lengte splijten.
- De rode wijn met de suiker en het gespleten vanillestokje laten koken totdat alle suiker is opgelost.
- Het bindmiddel met 2 eetlepel wijn losroeren en de wijn daarmee binden.
- De bramen in een schaal leggen en de nog hete wijn erover schenken.
- Voorzichtig mengen.
- De bramen 2 uur in de saus laten trekken; tussendoor de bramen af en toe om scheppen.

Bereidingswijze:

Crème:

- Nu de afgekoelde crèmemassa voorzichtig in de vormpjes met krokant gieten
- De panna cotta in de koeling laten opstijven

Serveren:

- De Krokant-Panna cotta op gekoelde borden storten.
- De bramencompote erover en er naast scheppen
- Garneren met een muntblaadje



1 Anti pasta



2 Vitello Tonnato



3 Risoto al Milanese



4 Pollo con noce **Cavolo strascicato**



5 Kronkante panna cotta mt bramen saus

