

## Maandmenu



September 2013  
Mediterraan

### Zeevruchten met chermoula

\*\*\*\*\*

Yoghurtsoep met saffraan en venkelbruschetta

\*\*\*\*\*

Viscouscous met aardappel, wortel en spinazie

\*\*\*\*\*

Moorse kip met sherry, pijnboompitten  
en gevulde groenten uit Tunesië

\*\*\*\*\*

Taartje van pink lady appel met ras el hanout, vanille-ijs,  
karamelsaus en panna cotta van limon cress

\*\*\*\*\*

Mokka

# Zeevruchten met chermoula

Pagina 1 van 2

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Middelgrote garnalen 13/15	12 stuks	30 stuks	60 stuks
Mosselen	400 gram	900 gram	1800 gram
Citroen	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Zwarte olijven	8 stuks	20 stuks	40stuks
Zout			
<b>Chermoula:</b>			
Olijfolie (koud geperst)	1 dl	2 dl	4 dl
Platte peterselie	0,5 bosje	1 bosje	2 bosjes
Koriander	0,2 bosje	0.5 bosje	1 bosjes
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Ingelegde citroen	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Verse citroenen	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Paprikapoeder	1 mespuntje	2 mespuntjes	4 mespuntjes
Saffraan	0,5 mespuntje	1 mespuntje	2 mespuntjes
Gemalen komijn	1 mespuntje	2 mespuntje	4 mespuntjes
Gemalen kurkuma	1 mespuntje	2 mespuntjes	4 mespuntjes
Zwarte peper			
Zout			
<b>Garnering:</b>			

## Vorbereiding:

### Chermoula:

- Schil de knoflook en hak die fijn
- Hak ook de peterselie, koriander en de ingelegde citroen fijn.

### Vis:

- Kook de mosselen tot ze open gaan
- Spoel ze meteen met koud water af en haal de mosselen uit de schaal.
- Pocheer de garnalen in water met zout en citroen en pel ze daarna.
- **Als ingelegde citroenen niet verkrijgbaar zijn, dan verse citroenen In 8 parten snijden en ± 10 minuten in water met zout blancheren**

# Zeevruchten met chermoula

Pagina 2 van 2

## **Bereidingswijze:**

### **Chermoula:**

- Verhit een pan wat olijfolie samen met de peterselie, koriander, knoflook en de ingelegde citroen.
- Blijf enkele minuten roeren en breng de saus op smaak met zout en peper.
- Voeg de paprika, komijn, saffraan en kurkuma toe.
- Laat de saus nog 10 minuten onder voortdurend roeren zachtjes koken.

### **Vis:**

- Doe de garnalen bij de chermoula en braad ze kort aan.
- Blijf goed roeren.
- Voeg vervolgens de mosselen toe en laat enkele minuten al omscheppend pruttelen.
- Haal alles uit de pan en laat afkoelen tot kamertemperatuur.

### **Serveren:**

- Doe de zeevruchtensalade op een koud bordje.
- Garneer met gesneden zwarte olijven, plukjes verse koriander en citroenschijfjes.

# Yoghurtsoep met saffraan en venkelbruschetta Pagina 1 van 2

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<b><i>Yoghurtsoep:</i></b>			
Ui	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Olijfolie			
Saffraan	6 draadjes	12 draadjes	24 draadjes
Kippenbouillon	1 liter	2 liter	4 liter
Citroen	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Turkse volle yoghurt	500 gram	1000 gram	2000 gram
Zout en peper			
<b><i>Venkelbruschetta:</i></b>			
Pijnboompitten	25 gram	50 gram	100 gram
Venkelzaad	1 eetlepel	2 eetlepels	4 eetlepels
Platbrood (“Pide” uit de Turkse winkel)	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Zeezout			
<b><i>Garnering:</i></b>			

## Vorbereiding:

### Yoghurtsoep:

- Maak de ui en de knoflook schoon en snijd deze fijn.
- Verhit een scheut olijfolie in een pan en bak hierin de ui aan met de knoflook.
- Voeg de saffraan toe en laat 15 minuten op een heel zacht vuur gaar worden
- Voeg de bouillon toe, rasp de citroen erover en breng aan de kook.
- Laat op laag vuur 30 minuten trekken.
- Rooster de pijnboompitten kort in een droge, hete koekenpan en laat ze afkoelen.

# Yoghurtsoep met saffraan en venkelbruschetta

Pagina 2 van 2

## **Bereidingswijze:**

### **Venkelbruschetta:**

- Snijd het brood horizontaal in twee platte schijven.
- Rooster het brood knapperig onder de salamander.
- Meng de venkelzaadjes met zout in ruim olijfolie.
- Bestrijk het brood hiermee.
- Snijd het brood in partjes.

### **Yoghurtsoep:**

- Voeg vlak voor het serveren een scheutje hete soep door de yoghurt.
- Daarna de los geroerde yoghurt voorzichtig aan de soep toevoegen.
- Verwarm de soep maar laat hem niet meer koken, want dan schift hij.
- Breng op smaak met zout en peper.

### **Serveren:**

- Schep de soep in voorverwarmde kopjes.
- Bestrooi de soep met de geroosterde pijnboompitten
- Serveer de venkelbruschetta erbij.

# Viscouscous met aardappel, wortel en spinazie

Pagina 1 van 2

<b>Hoeveelheid</b>	4 personen	10 personen	<b>20 personen</b>
<b>Ingrediënten</b>			
<b>Vis:</b>			
Grote sardine, schoongemaakt Harissa Olijfolie Zout	4 stuks 2 eetlepels	10 stuks 5 eetlepels	20 stuks 10 eetlepels
<b>Couscous:</b>			
Couscous (snelkook variant) Olie Uien Knoflook Tomatenspuree Saffraan Paprikapoeder Komijn Peterselie (verse)	125 gram 1 stuk 1,5 teentje 0,5 eetlepel 2 draadjes 0,5 eetlepel 0,5 theelepel 0,5 bosje	250 gram 2 stuks 3 teentjes 1 eetlepel 5 draadjes 1 eetlepel 0,5 eetlepel 1 bosje	500 gram 4 stuks 6 teentjes 2 eetlepels 10 draadjes 2 eetlepels 1 eetlepel 2 bosjes
<b>Groente:</b>			
Vastkokende aardappels Wortels (waspeen) Wilde spinazie	1 stuk 4 stuks 200 gram	2 stuks 10 stuks 500 gram	4 stuks 20 stuks 1000 gram
<b>Garnering:</b>			

## Vorbereiding:

### Vis:

- Maak de vis schoon.
- Maak een papje van de harissa, olie en zout. Marineer de vis in 2/3 van dit mengsel.

### Couscous:

- Bereid de couscous volgens de aanwijzingen op de verpakking.

## Vorbereiding:

### Groenten voor couscous:

- Pel en snijd de uien en de knoflook
- Schil en snijd de aardappels in plakjes.
- Snijd de wortelen in stukjes.
- Week de saffraan in wat water

## Bereidingswijze:

### Groenten voor couscous:

- Verhit een flinke scheut olie in een braadpan en fruit de knoflook en ui aan en bak ze glazig op een laag vuur.
- Voeg de tomatenpuree, saffraan, water, paprikapoeder en komijn toe.
- Voeg de rest van de harissa toe en bak die even mee.
- Doe vervolgens water, de helft van de peterselie (met touw samengebonden) en wat zout erbij en breng aan de kook.
- Voeg nu de aardappelen aan de bouillon toe.
- Voeg na 10 minuten de wortelen toe.
- Kook de groenten in ca 10 minuten op laag vuur gaar.
- Verwijder de peterselie.
- Doe de sardines erbij en pocheer ±10 minuten op laag vuur.
- Schep dan de sardines uit de bouillon en houd ze warm.
- Hak de spinazie en de rest van de peterselie grof en voeg toe aan de bouillon.
- Kook kort mee.
- Haal de groenten uit de bouillon en houd ze warm.
- Breng de bouillon eventueel op smaak.

### Serveren:

- Schep de couscous op een bord.
- Schep er met een soeplepel wat bouillon over en schep de groenten en de sardine erop.
- Serveer de rest van de bouillon in een aparte kom als saus erbij.

# Moorse kip met sherry, pijnboompitten en gevulde groenten uit Tunesië

Pagina 1 van 3

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i>Vlees:</i>			
Kipdrumsticks	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Olie	2 eetlepels	4 eetlepels	8 eetlepels
Uien in ringen gesneden	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Knoflook	2 tenen	4 tenen	8 tenen
Pijnboompitten	3 eetlepels	6 eetlepels	12 eetlepels
Gedroogde pruimen zonder pit	200 gram	400 gram	800 gram
Bloem	2 eetlepels	4 eetlepels	8 eetlepels
Sherryazijn	100 ml	200 ml	400 ml
Sherry medium dry	200 ml	400 ml	800 ml
Gevogeltefond	250 ml	500 ml	1000 ml
Kaneelstokjes	2 stuks	4 stuks	8 stuks
<i>Gevulde groenten uit Tunesië:</i>			
Tomaten	2 stuks	5 stuks	10 stuks
Citroenen	2 stuks	3 stuks	5 stuks
Courgette	200 gram	500 gram	1000 gram
Aubergine	140 gram	350 gram	700 gram
Groene paprika	2 stuks	3stuks	5 stuks
Zout			
Peper			
<i>Farce:</i>			
Rijst	50 gram	125 gram	250 gram
Rundergehakt	400 gram	500 gram	2000 gram
Ui, fijnggehakt	1 stuks	2,5 stuks	5 stuks
Platte peterselie, fijnggehakt	32 gram	80 gram	160 gram
Geraspte Gruyère	100 gram	250 gram	500 gram
Kummel	1 theelepel	2,5 theelepel	5 theelepels
Harissa	1 theelepel	2,5 theelepel	5 theelepels
Ei	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Zout			
Olie			
<i>Tomatensaus:</i>			
Tomaten	300 gram	750 gram	1500 gram
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Saffraan	0,5 mespuntje	1 mespuntje	2 mespuntjes
Olie	0,5 dl	1 dl	2 dl
Zout			
Peper			



# Moorse kip met sherry, pijnboompitten en gevulde groenten uit Tunesië

Pagina 2 van 3

## Vorbereiding:

### Moorse kip:

- Bestrooi de kipdrumsticks met peper en zout.
- Bak ze in delen rondom bruin in de hete olie in een ruime braadpan.
- Haal ze uit de pan, zet het vuur lager en voeg aan het braadvocht de uien en knoflook toe.
- Bak ze op matig vuur tot ze zacht zijn in 5 à 7 minuten.
- Voeg de pijnboompitten en pruimen toe; bak ze een minuut mee.
- Roer de bloem er goed doorheen en bak dit ook een minuut mee.
- Blus af met de sherryazijn, sherry en de fond.
- Roer goed zodat een licht gebonden saus ontstaat.
- Leg de kip terug in de pan; doe hierbij de kaneelstokjes en breng tegen de kook aan.
- Zet het deksel op de pan en laat het gerecht 1 uur gaar stoven op laag vuur.

### Farce:

- Kook de rijst 10 minuten.
- Meng in een kom het gehakt, de fijngehakte ui, de peterselie, de gemalen Gruyère en de rijst.
- Voeg de kummel en harissa toe en breng met zout op smaak.
- Laat het gehaktmengsel 10 minuten rusten

### Tomatensaus

- Was de tomaten; ontvel ze en verwijder de zaden.
- Doe de tomaten met heel weinig water in een pan en kook ze tot puree.
- Braad in 1 dl olijfolie de geplette knoflook aan.
- Voeg de tomatenpuree toe en laat meebakken.
- Breng met zout en peper op smaak en voeg een half glas water en de saffraan toe.
- Laat de saus inkoken totdat het water verdampt is.

### Gevulde groenten uit Tunesië:

- Was de tomaten, citroenen, courgette, aubergine en paprika en schil de aardappelen.
- Snijd de courgette en aubergine in grote gelijke stukken.
- Hol alle groenten en vruchten uit.
- Blancheer de uitgeholde citroen.
- Vul de courgette, aubergine, aardappelen, tomaten, paprika's en citroenen met de farce.
- Klop het ei los en bestrijk hiermee de farce.

# Moorse kip met sherry, pijnboompitten en gevulde groenten uit Tunesië

Pagina 3 van 3

## Bereidingswijze:

### Gevulde groenten uit Tunesië:

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Verhit in een diepe koekenpan de olie.
- Leg de gevulde groenten voorzichtig met de kant van de farce in de hete olie.
- Keer de groenten na enkele minuten om.
- Leg de gevulde groenten in een ovenschaal en giet de tomatensaus erover.
- Plaats de schaal 10 minuten in de voorverwarmde oven.
- Haal dan de schaal uit de oven.

### Moorse kip:

- Haal de drumsticks uit de pan samen met de pruimen en houd ze warm.
- Zeef de saus.

### Serveren:

- Leg op een warme schaal de gevulde groenten en nappeer met de tomatensaus.
- Leg op een tweede schaal de kip en stukjes pruim.
- Nappeer de kip met de sherry saus.

# Taartje van pink lady appel met ras el hanout, vanille-ijs, karamelsaus en panna cotta van limon cress

Pagina 1 van 2

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i><b>Taartje van pink lady:</b></i>			
Bladerdeeg	4 plakken	10 plakken	20 plakken
Pink lady appels	1,5 stuks	3,5 stuks	7 stuks
Citroen	1 stuks	2,5 stuks	5 stuks
Suiker naar smaak			
Ras el hanout naar smaak			
Boter			
<i><b>Panna cotta:</b></i>			
Limon cress	0,25 bakje	0,5 bakje	1 bakje
Sap en schil van limoen	0,25 stuks	0,5 stuks	1 stuks
Room	3 dl	6 dl	12 dl
Melk	0,75 dl	1,5 dl	3 dl
Suiker	65 gram	130 gram	260 gram
Vanille stokje	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Gelatine	2 blaadjes	4 blaadjes	8 blaadjes
<i><b>Vanille-ijs:</b></i>			
Slagroom	2,5 dl	6,25 dl	12,5 dl
Eidooier	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Suiker	60 gram	150 gram	300 gram
Vanille stokje	1 stuks	3 stuks	6 stuks
<i><b>Karamelsaus:</b></i>			
Room	65,5 ml	125 ml	250 ml
Suiker	37,5 gram	75 gram	150 gram
Water	12,5 ml	25 ml	50 ml
Vanillestokje	0,25 stuks	0,5 stuks	1 stuks
<i><b>Garnering:</b></i>			
Atsina Cress	0,25 bakje	0,5 bakje	1 bakje

# Taartje van pink lady appel met ras el hanout, vanille-ijs, karamelsaus en panna cotta van limon cress

Pagina 2 van 2

## Bereiding:

### Taartje:

- Verwarm de oven voor op 190°C
- Steek het bladerdeeg met een grote steker uit en leg dit op een bakplaat met bakpapier. Prik er met een vork gaatjes in.
- Leg op het bladerdeeg ook bakpapier met wat gedroogde erwten.
- Bak het deeg 14 minuten op 190°C
- Schil de appels en snijd ze in plakken; doe ze in een groot bekken, bedruppel de appel met een beetje citroensap tegen het verkleuren.
- Bak de plakjes in boter en bestrooi ze met een mengsel van suiker en ras el hanout.
- Verdeel ze mooi over de afgebakken taartjes.

### Vanille-ijs:

- Verhit de slagroom met het doormidden gesneden vanillestokje.
- Laat de vanille 10 minuten trekken in het hete melkmengsel
- Klop ondertussen de eidooiers en de suiker dikschuimig.
- Roer een beetje van het hete melkmengsel door de eidooiermassa.
- Voeg dit daarna al kloppend toe aan het melkmengsel.
- Laat het mengsel op zacht vuur binden.
- Zeef het mengsel en laat afkoelen.
- Draai er ijs van in de ijsmachine.

### Panna cotta:

- Kook de room met de melk, suiker, Limon Cress en het vanillestokje.
- Laat dit even trekken; zeef het mengsel.
- Voeg dan de gelatine toe en laat het geheel afkoelen tot het lobbijg wordt.
- Verdeel over kleine glaasjes

### Karamelsaus:

- Kook in een steelpan de room met het vanillestokje en laat dit even trekken.
- Laat in een andere pan de suiker met het water mooi lichtbruin karamelliseren.
- Giet hierna de room bij het suikermengsel en roer goed door.

### Serveren:

- Leg het taartje op een bord als het nog iets warm is; leg daarop een bol vanille-ijs.
- Schenk de karamelsaus langs en over het taartje.
- Zet daarnaast het glaasje met de panna cotta.
- Garneer met de Atsina Cress



**1 Zeevruchten met chermoula**



**2 Yoghurtsoep met saffraan en venkelbruschetta**



**3 Viscousous met aardappel, wortel en spinazie**



**4 Moorse kip met sherry en gevulde groente uit Tunesië**



**5 Taartje van pink lady appel en ras el hanout vanille-ijs**





## Maandmenu september 2013

Aperitief: *Rode of witte huiswijnen of Riesling*

### **Zeevruchten met chermoula**

*Wijnadvies: Amaral 2012 of Boschendal Sauvignon Blanc of  
Johannisberger Riesling 2011*

\*\*\*\*\*

### **Yoghurtsoep met saffraan en venkelbruschetta**

\*\*\*\*\*

### **Viscouscous met aardappel, wortel en spinazie**

*Wijnadvies: Delais Viognier 2012 of Amaral 2012 of Boschendal of  
Can Bonastre Pinot Noir 2009*

\*\*\*\*\*

### **Moorse Kip met sherry, pijnboompitten en gevulde groenten uit Tunesië**

*Wijnadvies: Delais Viognier of Nuviana of Can Bonastre Pinot Noir*

\*\*\*\*\*

### **Taartje van pink lady appel met ras el hanout vanille-ijs**

*Wijnadvies: Dessertwijn*

\*\*\*\*\*

Mokka

## **Witte wijnen**

**september – oktober 2013**

### ***Delas Viognier 2012***

***huiswijn***

#### ***Vin de Pays d'Oc, Frankrijk***

Druivensoort: Viognier

Eén van de bekendste huizen uit de Rhônestreek (Delas) maakt deze stevige, volle witte wijn, met een bouquet dat doet denken aan buxus en dennenspar, overgoten met een lichte bloemigheid. Smaakpallet van kruisbessen, licht citrus en grapefruit met een lichte muscat afdronk.

Bij: gevogelte, wit vlees, zeevis, Thaise en Chinese keuken.

### ***Nuviana 2011***

***huiswijn***

#### ***Costers del Segre, Noord Spanje***

Druivensoort: Chardonnay

Fruïtdroge wijn met een zachte aanzet met zeer evenwichtige zuren die perfect in balans zijn. Volle zachte smaak met verfrissend zuurtje aangevuld met impressies van ananas en perzik en een vleugje grapefruit in de afdronk.

Bij: wit vlees, gerookte vissoorten.

### ***Amaral 2012***

***huiswijn***

#### ***Leyda Valley, Chili***

Druivensoort: Sauvignon Blanc

Frisdroog, sappig, krachtig met een stuivend bloemig bouquet van citrus. Breed smaakpallet van exoten en limoen met een lichte spicy afdronk.

Bij: zee en zoetwater vis, schaal en schaldieren, al dan niet gerookt.

### ***Dopff & Irion Pinot Blanc 2011***

#### ***Elzas, Frankrijk***

Druivensoort: Pinot Blanc

Dit wijnhuis in Riquewihir bezit één van de mooiste en beste domeinen van deze streek.

Het Domaine du Château de Riquewihir beslaat maar liefst 27 hectare. Deze Pinot Blanc heeft een fruitige neus met pruimen, perzikken en een licht gerookte toon. Een ronde en zachte smaak, evenwichtig met vers fruit, licht droog en een mooie frisheid.

### ***Boschendal Sauvignon Blanc***

#### ***Franschhoek, Zuid Africa***

Druivensoort : Sauvignon Blanc (92%) en Semillion (8%)

In de geur treft men aroma's van kruiden, tropisch fruit en groene vijgen, welke complexe aroma's leiden naar een romige, harmonieuze smaak met een lange afdronk vol mineralen. Ideale partner bij gerookte zalm, calamari, schelp- en schaaldieren, gevogelte en kalfsvlees.

### ***Weingut G.H. von Mumm Johannisberger***

#### ***Reinghau, Duitsland***

Druivensoort : Riesling

Bij Mumm weten ze hoe ze Riesling moeten maken en zij zijn in 2012 toegetreden tot het VDP, de overkoepelende organisatie van top wijnhuizen in Duitsland.

Deze Riesling is een zeer veelzijdige wijn met tonen van citrusvruchten, frisse appel en aroma's van bloemen en mineralen uit de bodem. Ook heerlijk als aperitief.

***Pujol 2012***

***huiswijn***

***Rivera, Uruguay***

Druivensoort: Cabernet Sauvignon

Een wijnland in opkomst met heel veel zon en een ruig landschap. Smaakidee van de Cahors, het zwarte goud uit Zuid-Frankrijk.

Vol, krachtig met houtstructuur van eiken en volle tannines, Robuust smaakpallet van tabak, cederhout en bramen.

Volle licht droge afdrank met een hint van spaans pepertje.

Bij: stevig rood vlees van Argentijns rund, geit en lamsvlees en volle harde kazen.

***Delas Ventoux 2012***

***huiswijn***

***Côtes de Ventoux, Zuid-Frankrijk***

Druivensoort: Carrignan en Grenache Noir

Krachtige rode wijn uit de Ventoux, ten zuiden van het Rhône-dal. Neus van zwart fruit, hout en specerij. Smaakpallet van bramen, zwarte bes en cederhout, licht overgoten met indrukken van laurier. Sappig en donker van kleur met een lichte droge afdrank. Zeer geschikt voor het najaar bij wildgerechten van rood vlees met stevige sauzen en winterse groenten.

***Salice Salentino Riserva 2007*** ***huiswijn***

***Puglia, Zuid-Italië***

Druivensoort: Negro Amaro

Een stevige volle wijn met een onmiskenbaar karakter van laurier en zoethout.

Licht kruidig met volle tannines die middels houtlagering van 14 maanden gerijpt zijn. Geur van bosvruchten en kruiden.

Smaakpallet van zwart fruit en overgoten met hints van laurier, tabak overgoten met een lichte kruidigheid en een vleugje zoethout.

Bij: lamsvlees, stevig roodvlees van rund alsmede harde kaassoorten.

**Can Bonastre Pinot Noir 2009**

**Penedès, Spanje**

Druivensoort: Pinot Noir

Penedès is de historische wijnstreek gelegen tussen Barcelona en Taragona.

De nog jonge bodega Can Bonastre beschikt over 50 ha wijngaard en is gericht op pure kwaliteit. Er is slechts een kleine productie van de zeer bijzondere Pinot Noir van Can Bonastre. Deze weelderige, verfijnde en elegante wijn van uitzonderlijke kwaliteit zal je verrassen.