

Maandmenu



Februari 2014

Salade van ganzenborst met appel

Soep van pastinaken met sinaasappelaroma en
gamba's in knapperig deeg

Claressefilet met in sinaasappel geglaceerde venkel

Gevulde kalflende met ratatouille en pandanrijst

Eigentijds huwelijk:
Gekonfijte paprika en frambozensorbet

Mokka

Salade van ganzenborst met appel

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vlees:			
Ganzenborsten (tamme)	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Kaneel			
Zout en peper			
Appelsalade:			
Appels (grote Elstar)	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Pijnboompitten	40 gram	100 gram	200 gram
Sherryazijn	1 eetlepel	2,5 eetlepel	5 eetlepels
Arachideolie	3 eetlepels	7,5 eetlepel	15 eetlepels
Citroensap			
Groente:			
Wortel	60 gram	150 gram	300 gram
Bleekselderij	40 gram	100 gram	200 gram
Sinaasappel (partjes van)	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Garnering:			
Waterkers			
Korianderzaadjes	0,5 eetlepel	1 eetlepel	2 eetlepels
Sinaasappels (schil)	1 stuks	2 stuks	4 stuks

Vorbereiding:

Vlees:

- Snijd de ganzenborsten aan de velkant in zodat er ruitjes ontstaan.
- Bestrooi de ganzenborsten met kaneel, zout en peper.
- Zet een pan zonder olie op het vuur en leg de ganzenborsten met de velkant naar beneden in de pan.
- Laat de ganzenborsten aan één kant circa 6 minuten bakken; dan omdraaien en de andere kant slechts kort laten bakken.
- Haal het vlees uit de pan en laat het ongeveer 10 minuten in aluminiumfolie rusten.

Appelsalade:

- Schil de appels, snijd ze in stukjes en besprenkel ze met citroensap.
- Rooster de pijnboompitten in een droge koekenpan. Let op: niet te lang; blijf erbij, ze zijn heel snel bruin.
- Maak een vinaigrette van sherryazijn en arachideolie.

Salade van ganzenborst met appel

Garnering:

- Haal met een dunschiller de schil van de sinaasappel, snijd dit julienne en blancheer dit in water met zout ± 10 minuten
- Schil de sinaasappels en snijd partjes uit de vliezen .
- Maal het korianderzaad fijn in de vijzel.

Groente:

- Maak een julienne van de wortel en de bleekselderij en blancheer dit.
- Meng de sinaasappel partjes erdoor.

Bereidingswijze:

Vlees:

- Snijd de ganzenborst in dunne plakken. (Op de snijmachine: stand 7)
- Besprenkel de plakken met een kwart van de dressing.

Appelsalade:

- Meng de stukjes appel en de pijnboompitten met de rest van de dressing.

Serveren:

- Leg in het midden van het bord een schepje appelsalade.
- Strooi er wat wortel en bleekselderij omheen.
- Leg de plakken ganzenborst eromheen.
- Garneer met wat sinaasappelreepjes, waterkersblaadjes en korianderzaad.

Soep van pastinaken met sinaasappelaroma en gamba's (black tiger garnaal) in knapperig deeg.

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Soep:</i>			
Geschilde pastinaken	250 gram	500 gram	1000 gram
Prei, alleen het wit	15 gram	40 gram	80 gram
Boter	2 eetlepels	4 eetlepels	8 eetlepels
Witte wijn	0,5 dl	1 dl	2 dl
Gevogeltefond	500 ml	1200 ml	2000 ml
Room	200 ml	400 ml	800 ml
Sinaasappels	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Zout			
Peper			
<i>Gamba's:</i>			
Grote black tiger garnaal 10/20, gepeld	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Filodeeg	4 vellen	10 vellen	20 vellen
Eiwit	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Korianderblaadjes (vers)	12 stuks	24 stuks	48 stuks
Olie			
Zout			
Peper			
Kerrie			
Koriander, gemalen			
Satéspies	4 stuks	10 stuks	20 stuks
<i>Garnering:</i>			
Peterselie (fijngehakt)			

Vorbereiding:

Soep:

- Snijd de pastinaak in blokjes; snijd de prei fijn.
- Bak de pastinaak en de prei aan in de boter, maar laat ze niet bruin worden.
- Voeg de wijn en fond toe en laat aan de kook komen.
- Schil de sinaasappel zeer dun zodat er een lange sliert schil ontstaat. Voeg die toe aan de soep.
- Laat het geheel 10 minuten zachtjes koken.
- Verwijder de sinaasappelschil.

Soep van pastinaken met sinaasappelaroma en gamba's (black tiger garnaal) in knapperig deeg.

Vorbereiding:

Gamba's:

- Verwijder de staart en de darmen van de gamba's.
- Kruid ze met zout, peper, koriander en een klein beetje kerrie.
- Snijd het deeg in stukken van 12x12 cm.
- Bestrijk de deegplakjes dun met eiwit.
- Leg iedere gamba in het midden van een deegplak.
- Leg daarop 3 koriander blaadjes en rol de gamba's in het deeg.
- Leg ze op een bebloemde schaal.

Bereidingswijze:

Soep:

- Voeg de room en de oranjebloesem toe, laat opnieuw aan de kook komen.
- Zet het vuur lager en laat de soep nog 5 minuten tegen de kook aan trekken.
- Pureer de soep met de staafmixer.
- Zeef de soep en breng op smaak met zout en peper

Gamba's:

- Verwarm de olie in een pan tot 160°C
- Bak hierin de gamba's in ongeveer 2 minuten knapperig.
- Steek een houten spies door de gamba's.

Serveren:

- Van de hete soep ongeveer 1 eetlepel per persoon met de fijn gehakte peterselie pureren met de staafmixer.
- De rest van de soep over hete soepkopjes verdelen.
- Een eetlepel peterseliecrème op de soep scheppen.
- Op een klein bordje een gefrituurde gamba leggen en een beetje peterseliecrème erbij scheppen en dit samen met de soep serveren.

Clarsessefilet met in sinaasappel geglaceerde venkel

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
Vis:			
Clarsessefilet à 60 gram	4 stuks	10 stuks	20 stuks
Arachideolie			
Pesto:			
Pijnboompitten	12 gram	30 gram	60 gram
Knoflook	0,5 teentje	1 teentje	2 teentjes
Basilicum	5 blaadjes	25 blaadjes	25 blaadjes
Parmezaanse kaas	20 gram	50 gram	100 gram
Olijfolie	1,5 eetlepel	3 eetlepels	6 eetlepels
Zout en peper			
Groente:			
Venkel	0,5 stuks	1,5 stuks	3 stuks
Sinaasappelsap	0,2 dl	0,5 dl	1 dl
Suiker	5 gram	12,5 gram	25 gram
Arachideolie			
Boter			
Zout			
Garnering:			
Basilicum	4 topjes	10 topjes	20 topjes

Vorbereiding:

Vis:

- Controleer de clarsessefilet op graatjes en snijd elke filet in twee stukjes.
- Dep ze goed af met keukenpapier.
- Zet de vis in de koeling voor later.

Pesto:

- Mix alle ingrediënten in de keukenmachine.
- Breng de pesto eventueel op smaak met zout en peper.

Groente:

- Verwijder de kern van de venkel en snijd ze daarna in reepjes van circa 4 cm.

Clarsessefilet met in sinaasappel geglaceerde venkel

Bereidingswijze:

Groente:

- Bestrooi de venkel met zout en suiker.
- Bak de venkelreepjes in de hete arachideolie tot ze mooi bruin zijn.
- Blus af met het sinaasappelsap.
- Gaar de venkel verder tot beetgaar.

Vis:

- Breng de visfilets op smaak met zout en peper en bak ze in arachideolie.

Serveren:

- Leg de venkel in het midden van een voorverwarmd bord. Leg hier twee stukjes van de vis tegen aan.
- Garneer de clarsessefilet met een schepje pesto en een topje basilicum.

Gevulde kalfslende met ratatouille en pandanrijst

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Vlees:</i>			
Kalfslende	320 gram	800 gram	1600 gram
Boter	28 gram	70 gram	140 gram
<i>Vulling:</i>			
Kalfsgehakt	130 gram	325 gram	650 gram
Ei	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Knoflook	0,5 teentje	1 teentje	2 teentjes
Peterselie(fijn gehakt)			
Gedroogde abrikozen (geweld in cognac)	4 stuks	8 stuks	16 stuks
Groene paprika	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Peper			
Roze peperkorrels			
Zout			
<i>Saus:</i>			
Witte wijn	0,4 dl	3 dl	6 dl
Tomatenpuree	28 gram	70 gram	140 gram
Geknede boter (1 deel bloem +1 deel boter)	8 gram	20 gram	40 gram
<i>Ratatouille:</i>			
Rode paprika	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Groene paprika	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Aubergine	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Courgette	0,5 stuks	1 stuks	2 stuks
Sjalotjes	1 stuks	2 stuks	4 stuks
Knoflook	1 teentje	2 teentjes	4 teentjes
Tijm	1 takje	2 takjes	4 takjes
Zout			
Peper			
Boter			
Olijfolie			
<i>Pandanrijst:</i>			
Pandanrijst	200 gram	500 gram	1000 gram
Water			

Gevulde kalfslende met ratatouille en pandanrijst

Vorbereiding:

Vlees:

- Snijd het vlees met een lang en scherp mes in, zodat er een brede tunnel ontstaat.
- Maal het gehakt in de foodprocessor (Magimix) samen met ei en knoflook met de “pulse” knop fijner.

Vulling:

- Snijd de gewelde abrikozen in grove gelijke stukken (ongeveer 0,5 cm).
- Verwijder zaad en zaadlijsten van de paprika.
- Snijd de paprika in stukken van ongeveer 1 cm groot en blancheer ze. Spoel koud af.
- Meng alle ingrediënten voor de vulling goed en breng op smaak met zout en peper.
- Vul het vlees en bind het dicht aan beide kanten met behulp van cocktailprikkers en touw.

Ratatouille:

- Was de paprika's en verwijder de zaden en zaadlijsten.
- Snijd de paprika, courgette en aubergine in fijne brunoise.
- Snijd de sjalotten en knoflook fijn

Bereidingswijze:

Vlees:

- Bestrooi het vlees met zout en peper en braad het aan alle kanten aan.
- Dek het af met aluminiumfolie en plaats het deksel op de pan.
- Schuif de pan in de voorverwarmde oven. **Ovenstand: 170°C**
- Controleer met de vleesthermometer of het vlees de juiste gaarheid heeft bereikt.
- Als de kerntemperatuur tussen de 65°C is, is het vlees goed. **Braadtijd: ongeveer 45 minuten**
- Haal het vlees uit de pan en houd het warm.

Saus:

- Voeg de wijn toe aan het braadvocht in de pan.
- Voeg ook de tomatenpuree toe.
- Breng de saus aan de kook en laat de saus iets inkoken.
- Bind de saus met de geknede boter
- Breng de saus op smaak.

Groente:

- Verhit in een pan boter en olijfolie.
- Zweet de sjalotten en knoflook aan in het mengsel van boter en olijfolie.
- Voeg de groenten toe en roerbak alles ongeveer 3 tot 5 minuten. De groenten moeten beetgaar zijn.
- Breng op smaak met zout en peper.

Gevulde kalfslende met ratatouille en pandanrijst

Bereidingswijze:

Pandanrijst:

- Was de rijst.
- Kook de rijst volgens voorschrift op de verpakking gaar.

Serveren:

- Snijd het vlees met een elektrisch mes of met een goed scherp mes (bijv. zalmmes) in mooie plakken.
- Leg op een voorverwarm bord een timbaaltje van de pandanrijst en schep er wat ratatouille bij.
- Leg er één mooie plak van de gevulde kalfslende bij.
- Giet er wat saus omheen.

Eigentijds huwelijk: gekonfijte paprika met frambozensorbet

Hoeveelheid	4 personen	10 personen	20 personen
Ingrediënten			
<i>Gekonfijte paprika:</i>			
Gele paprika	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Rode paprika (puntepaprika)	2 stuks	4 stuks	8 stuks
Water	2.5 dl	5 dl	10 dl
Kristalsuiker	200 gram	400 gram	800 gram
Citroen	0.5 stuks	1 stuks	2 stuks
Komijn	1 theelepel	2 theelepels	4 theelepels
<i>Frambozensorbet:</i>			
Frambozen (diepvries)	320 gram	800 gram	1600 gram
Suiker	52 gram	130 gram	260 gram
Mineraal water	0,8 dl	2 dl	4 dl
<i>Frambozen-paprikamengsel:</i>			
Frambozen (diepvries)	160 gram	400 gram	800 gram
<i>Garnering</i>			

Vorbereiding:

Gekonfijte paprika:

- Schil de paprika's met de dunschiller en snijd ze in 1 cm dunne repen.
- Kneus de komijn in de vijzel.
- Breng het water, de suiker, het citroensap en de komijn aan de kook.
- Verdeel het mengsel over twee pannetjes. Doe de reepjes gele paprika in de ene pan en de rode in de andere pan.
- Laat ze ongeveer 10 minuten koken tot ze zacht zijn.
- Zet het vuur uit en laat ze 2 à 2,5 uur trekken.
- Laat ze daarna koud worden.

Frambozensorbet:

- Zet een rvs bak in de diepvries.
- Laat de suiker en het water in een steelpan lauw worden, zodat de suiker oplost.
- Pureer de frambozen en druk de pulp door een fijne zeef om de pitjes te verwijderen.
- Voeg aan de afgekoelde siroop de frambozenpulp toe en meng alles goed.
- Laat het mengsel koud worden en draai het in de ijsmachine tot ijs.
- Schep het in de ijsskoude rvs bak en zet het in de diepvries.

Eigentijds huwelijk: gekonfijte paprika met frambozensorbet

Vorbereiding:

Bereidingswijze:

Gekonfijte paprika:

- Laat de paprikareepjes uitlekken; bewaar het vocht.
- Snijd de reepjes paprika in blokjes.
- Meng de frambozen voorzichtig met de paprikablokjes en voeg eventueel wat van het kookvocht toe.

Serveren:

- Verdeel het Frambozen-paprikamengsel met behulp van een bakring (10 cm) in een laagje over de borden.
- Schep een mooi bolletje ijs in het midden



1 Salade van ganzenborst met appel



2 Soep van pastinaken met sinaasappelaroma en gamba's in knapperig deeg



3 Claresssefilet met in sinaasappel geglaceerde venkel



4 Gevulde kalfslende met ratatouille en pandanrijst



5 Eigentijds huwelijk: Gekonfijte paprika en frambozensorbet

