

## Maandmenu



April 2016

Millefeuille van mediteraanse groenten  
met champignons en basilicumpesto

\*\*\*\*\*

Groene asperge soep met krokant gebakken spek

\*\*\*\*\*

Avocadotartaar met brickdeeg  
gerookte forel en saus vierge

\*\*\*\*\*

Lamsfilet uit de correze  
Lamsnietjes stoof en mango

\*\*\*\*\*

Tomaat duizend smaken  
met roomijs van gegrilde amandelen

\*\*\*\*\*

Mokka

# Millefeuille van mediterrane groenten met scampi en basilicumpesto

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
<b>Ingrediënten</b>		
<b><i>Gegrilde groenten:</i></b>		
Rode paprika	1,5 stuks	3 stuks
Gele paprika	1,5 stuks	3 stuks
Courgette	1,5 stuks	3 stuks
Aubergine	1 stuk	2 stuks
Knoflook	1,5 teentje	3 teentjes
Tijm	1,5 takje	3 takjes
Rozemarijn	1,5 takje	3 takjes
Olijfolie	75 ml	150 ml
Zout		
Peper		
<b><i>Uienragout:</i></b>		
Rode uien	3 stuks	6 stuks
Suiker		
Zout		
Rode wijnazijn	30 ml	60 ml
Balsamicoazijn	30 ml	60 ml
Tomatenpuree	1 eetlepel	2 eetlepels
<b><i>Saus:</i></b>		
Ontvelde tomaten	150 gram	300 gram
Tomatenketchup	1,5 eetlepel	3 eetlepels
Rode paprika	0,5 stuk	1 stuk
Olijfolie	1,5 eetlepel	3 eetlepels
Balsamicoazijn	1 eetlepel	2 eetlepels
Knoflook (gekneusde)	0,5 teentje	1 teentje
Gelatine	2,5 blaadje	5 blaadjes
Zout		
Peper		
suiker		
<b><i>Scampi:</i></b>		
Scampi (zonder schaal) 6/10	16 stuks	32 stuks
Olijfolie	50 ml	100 ml
Zout		
Peper		
Knoflookolie	1 eetlepel	2 eetlepels
Boter	40 gram	80 gram
Sjalotjes (brunoise gesneden)	1,5 stuk	3 stuks
Peterselie (fijn gehakt)	1,5 eetlepel	3 eetlepels
Tomaten (geplisseerd en brunoise)	50 gram	100 gram
<b><i>Basilicumpesto:</i></b> Zie ander recept		

# Millefeuille van mediterrane groenten met scampi en basilicumpesto

## Vorbereiding:

### Gegrilde groenten:

- Verwarm de oven voor op 180 °C.
- Halveer de paprika's; verwijder de zaden en de zaadlijsten.
- Leg de paprika's op een ingevette bakplaat.
- Plaats ze in de oven en bak ze ongeveer 25 minuten of to dat de schillen bijna zwart zijn.
- Laat de paprika's afkoelen en trek de schil eraf.
- Was de aubergines en de courgettes.
- Verwijder de steelaanzet en snijd ze over de lengte in plakken van 3 mm. (stand 10 snijmachine)
- Kneus de knoflooktenen.
- Verhit de olijfolie samen met de knoflook en de kruiden en bak daarin de courgette goudgeel.
- Haal ze uit de pan.
- Bak vervolgens de aubergineplakken in 8 eetlepels olijfolie goudgeel.
- Bestrooi courgette en aubergine met zout en peper.

### Uienragout:

- Schil de uien en snijd ze julienne.
- Bak ze in 4 eetlepels olijfolie gaar.
- Voeg suiker toe.
- Blus af met de rode wijnazijn en de balsamicoazijn en laat iets inkoken.
- Roer de tomatenpuree erdoor.
- Breng op smaak met zout.

### Saus:

- Week de gelatine in koud water.
- Verhit in een pan de tomaten, gegrilde rode paprika, ketchup, olie, azijn en knoflook.
- Pureer het mengsel met de staafmixer.
- Los de gelatine op in de saus.
- Breng de saus op smaak met zout, peper en suiker.

# Millefeuille van mediterrane groenten met scampi en basilicumpesto

## **Bereidingswijze:**

### **Millefeuille van groenten:**

- Leg in een metalen bak bekleed met plastic folie van 20 x 25 x 5 cm een laag courgette.
- Verdeel daarover wat uienragout.
- Bestrijk de laag met tomatensaus.
- Leg daarop weer een laag aubergine, uienragout en tomatensaus.
- Eindig met een laag paprika.
- Bedek de millefeuille met huishoudfolie en plaats in de koelcel en laat afkoelen

### **Scampi:**

- Bak de scampi kort in wat olie aan.
- Breng op smaak met zout, peper en knoflookolie.
- Voeg de boter, sjalotten, peterselie en de tomatenbrunoise toe en laat kort al omscheppend meebakken.

### **Serveren:**

- Snijd de millefeuille in ruiten (p.p. één ruit).
- Schik die met de scampi (2 p.p.) op de borden.
- Garneer met de pesto.

# Basilicumpesto

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
<b>Ingrediënten</b>		
<i><b>Basilicumpesto:</b></i>		
Basilicum	1 bos	2 bossen
Licht geroosterde pijnboompitten	2 eetlepels	4 eetlepels
Knoflook gehakt	3 tenen	6 tenen
Zout		
Olijfolie	150 ml	300 ml
Verse geraspte Parmezaanse kaas	60 gram	120 gram

## Vorbereiding:

### **Basilicumpesto:**

- Basilicumblaadjes samen met de pijnboompitten, knoflook en wat zout pureren.
- Afwisselend steeds een eetlepel olie en een eetlepel Parmezaanse kaas erdoor mengen en mixen totdat een homogene crème ontstaat.

# Groene aspergesoep met krokant gebakken spek

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
<b>Ingrediënten</b>		
<i>Vlees:</i>		
Verse groene asperges	700 gram	1400 gram
Groentebouillonpoeder	20 gram	40 gram
Water	1L	2 L
Sjalotje	2 stuks	4 stuks
Kookroom	100 ml	200 ml
Olijfolie	2 eetlepels	4 eetlepels
<i>Garnering:</i>		
Ontbijtspek	4 plakjes	8 plakjes

## Vorbereiding:

### Garnering:

- Bak het spek in een koekenpan krokant en laat uitlekken op een keukenpapiertje.

### Groene aspergesoep:

- Maak de sjalotjes schoon en hak ze fijn.
- Snijd het uiteinde van de asperges af (laatste harde stukje).
- Snijd de asperges in stukken van ca 3 cm.
- Houd van de kopjes per persoon 2 apart.
- Snijd het ontbijtspek in reepjes.

## Bereidingswijze:

### Groene aspergesoep:

- Fruit de sjalotjes met een klein scheutje olijfolie in een soeppan.
- Giet het water erbij en breng aan de kook.
- Los de groentebouillonpoeder erin op.
- Voeg de stukjes asperge toe aan de kokende bouillon en laat ze 6 minuten koken.
- Schep in een kleine pan wat van de kokende bouillon en kook daarin de apart gehouden aspergekopjes gedurende 3 minuten.
- Pureer de soep fijn met een staafmixer en zet de pan terug op het vuur.
- Giet de room erbij en verwarm kort.
- Schuim de soep voor het serveren op met de staafmixer.
- Eventueel opsmaak brengen met witte peper.

### Serveren:

- Schep de soep in borden en leg de aspergekopjes en stukjes spek erin.
- Je kunt ook de aspergekopjes toevoegen aan de pan soep en het spek er apart bij serveren.

# Avocadotartaar met blaadjes van briquedeeg, roodbaars en sauce vierge

<b>Hoeveelheid</b>	<b>8 personen</b>	<b>16 personen</b>
<b>Ingrediënten</b>		
<i><b>Avocadotartaar:</b></i>		
Avocado	4 stuks	8 stuks
Wortel	30 gram	60 gram
Bleekselderij	30 gram	60 gram
Sjalotjes	30 gram	60 gram
Pijnboompitten	30 gram	60 gram
Citroen	1 stuk	2 stuks
Witte basilicumazijn	2 eetlepels	4 eetlepels
Citroenolie	2 eetlepels	4 eetlepels
Walnotenolie	enkele druppels	enkele druppels
Citroentijm	2 takjes	4 takjes
Zout		
Witte peper		
<i><b>Briqueblaadjes:</b></i>		
Briquedeeg	3 blaadjes	6 blaadjes
Eiwit	2 stuks	4 stuks
Sesamzaad	4 eetlepels	8 eetlepels
Bakpapier		
<i><b>Roodbaars:</b></i>		
Roodbaarsfilet met huid (klein)a 100 gr	8 stuks	16 stuks
Zeezout		
Witte peper		
Olijfolie	2 eetlepels	4 eetlepels
Tijm	2 takjes	4 takjes
Gedroogde venkeltopjes	2 theelepels	4 theelepels
<i><b>Sauce vierge:</b></i>		
Peperkorrels	4 stuks	8 stuks
Zeezout		
Knoflook	1 teentje	2 teentje
Citroentijm	2 takjes	4 takjes
Courgette, brunoise	30 gram	60 gram
Bleekselderij, brunoise.	30 gram	60 gram
Wortel, brunoise	30 gram	60 gram
Prei, brunoise	30 gram	60 gram
Artisjokkenbodern, brunoise	30 gram	60 gram
Olijfolie	4 eetlepels	8 eetlepels
Druivenpitolie	4 eetlepels	8 eetlepels
Citroensap	enkele druppels	enkele druppels

# Avocadotartaar met blaadjes van briquedeeg, roodbaars en sauce vierge

## Vorbereiding:

### Avocadotartaar:

- Snijd de avocado's in blokjes van 4 mm.
- Snijd de wortel en de bleekselderij in fijne brunoise en blancheer die.
- Snijd de sjalotten zeer fijn en voeg die toe aan de groenten.
- Rooster de pijnboompitten licht in een droge pan.
- Pluk de blaadjes van de citroentijm en hak ze fijn.
- Meng het citroensap, de olijfolie, witte balsamico, walnotenolie, zout en peper.
- Schep deze vinaigrette voorzichtig door het groentemengsel, voeg de citroentijm toe.
- Meng vlakvoor serveren de avocadoblokjes en de pijnboompitten door het groentemengsel.
- Pas op dat de avocado niet gekneusd wordt.

### Briqueblaadjes:

- Knip het deeg in de gewenste vorm ( bijv. rond, vierkant, rechthoekig) 3 p.p. Ø 7 cm
- Bestrijk ze met eiwit en bestrooi ze met sesamzaad.
- Leg de Briqueblaadjes op bakpapier op de bakplaat.
- Plaat een rooster hierover, zodat de blaadjes niet wegwaaien in de oven.
- Bak ze goudbruin in de kleine oven van 180 °C. ± 3 minuten  
**Bij blijven staan!!!!!! Let op gaat snel**

### Sauce vierge

- Wrijf de knoflook met de peperkorrels en zeezout in een vijzel fijn.
- Hak de kruiden fijn en meng ze door knoflookpasta.
- Meng de olijfolie met de druivenpitolie.
- Voeg toe aan de kruidenpasta in de vijzel.
- Voeg dit toe aan de groentebrunoise
- Verwarm het mengsel licht, maar laat die niet te warm of heet worden.
- De groenten en kruiden moeten rauw blijven.
- Breng op smaak met citroensap.
- Voeg wat olie toe om een dressing te maken (dik vloeibaar).



# Avocadotartaar met blaadjes van briquedeeg, roodbaars en sauce vierge

## **Bereidingswijze:**

### **Roodbaars:**

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Snijd de roodbaars in 8 gelijke grote stukken
- Bestrooi de filets met zout, witte peper, venkeltopjes en tijm op de vleeskant
- Leg twee filets met de huidkant naar buiten op elkaar, bindt vast met keukentouw (2 touwtjes per 2 filets)
- Leg ze op een met olie bestreken bakplaat.
- Bak de vis ± 8 minuten op 180°C

### **Serveren:**

- Schep op het bord wat Avocadotartaar; leg daarop een briqueblaadje.
- Herhaal dit twee maal. (dus eindigen met brique)
- Leg daarnaast de gebakken roodbaarsfilet met de huid naar boven.
- Schep de saus om de vis.
- Garneer met de gebakken kruiden.

# Lamsfilet met curry van Lamsrump en mango

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
<b>Ingrediënten</b>		
<i><b>Lamsnietjes:</b></i>		
Lamsrump ontbeend	400 gram	800 gram
Lamsfond	300 ml	600 ml
Witte wijn	100 ml	200 ml
Olie	3 eetlepels	6 eetlepels
<i><b>Aubergine:</b></i>		
Aubergine	0,5 stuks	1 stuks
Olijfolie		
Tijm	3 takjes	6 takjes
Vloeibare honing	3 eetlepels	6 eetlepels
<i><b>Lamsfilet:</b></i>		
Lamsfilet	4 stuks	8 stuks
Mango	2 stuks	4 stuks
Limoen	2 stuks	4 stuks
Lamsfond	150 ml	300 ml
<i><b>Couscous:</b></i>		
Couscous	200 gram	400 gram
Verse koriander	4 eetlepels	8 eetlepels
Sultanarozijnen	2 eetlepels	4 eetlepels
Sap van limoen	0,5 stuk	1 stuk
<i><b>Currysaus:</b></i>		
Komijnzaad	3 gram	6 gram
Korianderzaad	3 gram	6 gram
Kardemompeulen	3 gram	6 gram
Kaneelstokjes	1 stokje	2 stokjes
Olie		
Knoflook (fijn gehakt)	15 gram	30 gram
Verse gember (fijn gehakt)	15 gram	30 gram
Laurier	2 blaadjes	4 blaadjes
Ui, kleine (fijn gehakt)	2 stuk	4 stuks
Tomaat in blokjes	1 stuk	2 stuks
Groene peper (door midden, schoon)	1 stuk	2 stuks
Kookroom	100 ml	200 ml
Verse korianderblaadjes (fijn gehakt)	2 eetlepels	4 eetlepels
Limoen	1 stuk	2 stuks
Nam pla		

# Lamsfilet met curry van Lamsrump en mango

<b><i>Kruidenmix:</i></b>		
Chilipoeder	7 gram	14 gram
Korianderpoeder	15 gram	30 gram
Komijnpoeder	3 gram	6 gram
Garam masala	3 gram	6 gram
Geelwortel poeder (kurkuma)	3 gram	6 gram
<b><i>Garnering:</i></b>		
Korianderblaadjes		

## **Vorbereiding:**

### **Currysous:**

- Begin met de currysous.
- Bak de komijnzaad, korianderzaad, kardemompeulen, en het kaneelstokje ongeveer 4 minuten in een beetje olie.
- Voeg daarna knoflook, gember en laurierblaadjes toe.
- Bak dit mengsel nog 2 minuten.
- Voeg de fijngehakte uien toe en bak op niet te hoog vuur tot de uien goudbruin zijn.
- Voeg de kruidenmix toe en bak het mengsel nog 2 minuten.
- Voeg nu de tomaten en de groene peper toe en bak alles nog 4 minuten.
- Schenk vervolgens zoveel water erbij, dat alles net onder staat.
- Laat de saus op laag vuur pruttelen totdat de uien zacht zijn.
- Voeg tot slot de room en de gehakte korianderblaadjes toe.
- Laat de saus weer aan de kook komen.
- Verwijder de groene peper, laurier en kaneelstokjes
- Mix de saus in de keukenmachine homogeen.
- Zeef de saus en breng die op smaak met limoensap en nam pla.

### **Lamsrump :**

- Snijd de lamsrump aan kleine blokjes.
- Meng ze met de kruidenmix en bak ze aan in de olie
- Aflussen met witte wijn en lamsfond en op laag vuur gaar stoven.

### **Aubergine.**

- Snijd de aubergines over de lengte door midden en maak er repen van.
- Leg ze met het snijvlak naar onder in een hete pan met wat olie en de takjes tijm.
- Kruid met zout en laat de aubergine goudbruin kleuren.
- Giet de honing over de aubergine.
- Zorg ervoor dat de aubergines goed met de honing bedekt zijn.
- Haal de pan van het vuur en zet apart.

### **Lamsfilet:**

- Verhit een beetje olijfolie in een pan.
- Doe de takjes tijm erbij.

# Lamsfilet met curry van Lamsrump en mango

- Bestrooi de lamsfilet met zout en peper en leg ze met de **vetkant** naar beneden op de tijn in de hete pan en bak ze à la minute.
- Keer het vlees om en schroei het vlees snel aan alle kanten dicht.

## **Mango:**

- Schil de mango's en snijd het vruchtvlees evenwijdig aan de pit eraf.
- Steek per persoon 3 of 5 rondjes uit het vruchtvlees.
- Doe de rest van het vruchtvlees in een blender en pureer het met wat sap van limoen tot een homogene puree.
- Wrijf de puree door een zeef en houd apart.
- Bak de mangorondjes in 1 eetlepel olijfolie aan beide kanten goudbruin.
- Zet apart.

## **Couscous:**

- Doe de couscous, de fijngehakte koriander, de sultana's, rasp van wat limoen en wat zout in een kom.
- Voeg 300 ml kokend water toe en dek de kom af met plastic folie.
- Laat minstens 3 minuten staan; verwijder de plastic folie en voeg het sap van de limoen toe.

## **Bereidingwijze:**

### **Lamsfond:**

- Verhit de lamsfond en voeg het bakvocht van de aubergine toe.
- Houd de saus warm.

### **Lamsfilet:**

- Verwarm de mangorondjes, de lamsfilets en de aubergine in de oven.

### **Lamsrump :**

- Als het gaar is helft van het kookvocht afgieten
- Schep 5 eetlepels currysous bij de stukjes lamsrump in de pan
- En nog even door koken.

### **Serveren:**

- Rangschik op voorverwarmde borden de mangorondjes op ieder bord.
- Lepel de mangopuree erlangs en leg daarnaast de couscous (in een kubus- of cilindervorm)
- Leg wat stukjes lamsrump op de borden.
- Leg de aubergine erbij.
- Snijd de lamsfilets in dunne plakken en schik die op de borden.
- Schep wat lamssous eromheen.
- Garneer eventueel met korianderblaadje.

# Tomaat duizend smaken met roomijs van gegrilde amandelen

<b>Hoeveelheid</b>	<b>8 personen</b>	<b>16 personen</b>
<b>Ingrediënten</b>		
<b><i>Tomaat:</i></b>		
Mooie ronde tomaten	8 stuks	16 stuks
<b><i>Vulling:</i></b>		
Frambozen	40 gram	80 gram
Gedroogde abrikozen	40 gram	80 gram
Medjoul dadels	40 gram	80 gram
Pijnboompitten	40 gram	80 gram
Appel	40 gram	80 gram
Peer	40 gram	80 gram
Esdoornsiroop	150 ml	300 ml
Vanillestokje	2 stuks	4 stuks
Steranijs	2 stuks	4 stuks
<b><i>Amandelroomijs:</i></b>		
Zie ander recept		

## **Vorbereiding:**

### **Tomaat:**

- Ontvel de tomaten door ze in te snijden aan de boven- en onderkant (kruisje).
- Dompel ze in kokend water en laat ze 10 a 15 tellen erin liggen.
- Haal ze er uit het water en dompel ze meteen in ijswater.
- Haal dan de velletjes eraf.
- Snijd een kapje van de bovenkant eraf.
- Hol ze uit en laat staan voor later.

### **Vulling:**

- Maak de appel en de peer schoon en snijd deze in kleine blokjes.
- Meng ze met de andere klein gesneden vruchten.
- Rooster de pijnboompitten en voeg die toe.

# Tomaat duizend smaken met roomijs van gegrilde amandelen

## **Bereidingswijze:**

### **Tomaat:**

- Doe de esdoornsirop in een pannetje en doe daar het open gesneden vanillestokje en de steranijs bij.
- Vul de tomaten met de klein gesneden vruchten.
- Doe nu de tomaten in de esdoornsirop
- En laat ze op een laag vuurtje konfijten.
- Begiet de tomaten regelmatig.

### **Serveren:**

- Plaats de warme tomaat naast een quenelle amandelroomijs.
- Bestrooi het gerecht met de grof gehakte amandelpraline (zie recept amandelroomijs).
- Serveer meteen.

## **Bewaar het esdoornvocht**

# Amandelroomijs

Hoeveelheid	8 personen	12 personen	16 personen
<b>Ingrediënten</b>			
<i>Amandelroomijs:</i>			
Blanke amandelen	50 gram	75 gram	100 gram
Suiker	50 gram	75 gram	100 gram
Amandelen met vlies	15 gram	23 gram	30 gram
Slagroom	450 ml	675 ml	900 ml
Melk	125 ml	178 ml	250 ml
Eierdooiers	4 stuks	6 stuks	8 stuks
Witte basterdsuiker	75 gram	112 gram	150 gram

## **Bereiding:**

### **Amandelroomijs:**

- Verwarm de oven op 200°C.
- Leg de blanke amandelen op een bakplaat en bak ze in 15 min lichtbruin.
- Laat afkoelen en maal fijn. Laat de oven aan.
- Verwarm de suiker in een pannetje tot hij karamelliseert, haal van het vuur
- Roer de amandelen met vlies erdoor en schep alles op een vel bakpapier.
- Laat hard worden. Maal de amandelen grof.
- Bewaard om te garneren.
- Verwarm de slagroom met de melk in een pannetje.
- Klop de eidooiers en basterdsuiker met een mixer tot een dikke witte massa.
- Schenk wat warme room door het eimengsel en schep alles terug in de pan.
- Verwarm al roerend op laag vuur tot een dunne vla ontstaat.
- Haal van het vuur en schep de gemalen amandelen erdoor. Draai tot roomijs in een ijsmachine. Schep in een afsluitbare bak en bewaar in de diepvries tot gebruik.



1 Millefeuille van mediteraanse groenten



2 Groene asperges soep met reepjes spek



3 Avocadotartaar met brickdeeg



4 Lamsfilet uit de Correze



5 Tomaat duizend smaken met roomijs en amandelen

