

Maandmenu



September 2016

Komkommer-makreelrolletjes
met groene salade

Pastinaaksoep
met hazelnoten

Kwartel gevuld met compote van vijgen
en saus van honing

Rode mul met salade van bulgur

Taartje van bramen
en vanillecrème

Mokka

Komkommer-makreelrolletjes met groentesalade

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Groentesalade:</i>		
Bospeentjes	8 stuks	16 stuks
Peultjes	100 gram	200 gram
Ovale mini tomaatjes	8 stuks	16 stuks
Honing	1 eetlepel	2 eetlepels
Zout		
Peper		
<i>Dressing:</i>		
Witte wijnazijn	50 ml	100 ml
Groene kruidenmosterd	4 theelepels	8 theelepels
Olijfolie extra vierge	160 ml	320 ml
Honing	1 eetlepel	2 eetlepels
<i>Komkommer-makreelrolletjes:</i>		
Gerookte makreel	1 stuk	2 stuks
Zure room	125 ml	250 ml
Kappertjes	30 ml	60 ml
Komkommer	2 stuks	4 stuks
Little gems	2 stuks	4 stuks
Rucola	32 takjes	64 takjes

Vorbereiding:

Groentesalade:

- Schil en halveer de bospeentjes in de lengte.
- Blancheer ze in circa 2 minuten beetgaar.
- Spoel direct koud en laat uitlekken.
- Rang de peultjes en blancheer ze op dezelfde manier als de worteltjes.
- Maak met een klein mes een kruisje bij de steelaanzet van de tomaten.
- Dompel ze 10 seconden in kokend water en schep ze vanuit de pan direct in ijswater.
- Verwijder het velletje.

Dressing:

- Roer de mosterd los met azijn en zeezout naar smaak.
- Voeg de olie langzaam, druppelend en onder voortdurend roeren met de garde, toe tot de dressing is gebonden.
- Voeg honing toe en roer kort door elkaar.

Komkommer-makreelrolletjes met groentesalade

Vorbereiding:

Makreel:

- Maak de makreel schoon zodat alle graten en stukjes huid verwijderd zijn.
- Meng de vis met de zure room tot een smeug mengsel met de staafmixer.
- Spoel de kappertjes af onder de kraan en meng ze erdoorheen.

Bereidingswijze:

Komkommer:

- Schil de komkommer met een dunschiller.
- Snijd met de dunschiller lange linten van de komkommer.
- Leg $\frac{3}{4}$ komkommerlint neer.
- Snijd een stukje van de onderkant van de little gems en maak de blaadjes los van elkaar.
- Schep een eetlepel makreel aan het begin van het komkommerlint,
- Leg er een blaadje little gems en 2 takjes rucola op en rol strak op
- Herhaal dit voor het benodigde aantal rolletjes.

Groentesalade:

- Verhit een scheutje olie en de honing in een (antiaanbak) koekenpan.
- Bak de tomaatjes circa 1 minuut tot ze warm zijn en
- Breng ze op smaak met peper en zout

Serveren:

- Zet 2 komkommer-makreelrolletjes op het bord.
- Verdeel de groente en de tomaatjes tussen de komkommer-makreelrolletjes.
- Serveer er wat dressing bij.

Pastinaaksoep met hazelnoten

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
Soep:		
Pastinaak (schoongemaakt)	500 gram	1000 gram
Olijfolie om in te bakken	2 eetlepels	4 eetlepels
Gemalen nootmuskaat	Snufje	Snuf
Kippenbouillon	1000 ml	2000 ml
Room	120 ml	240 ml
Citroen (rasp van)	1 stuk	2 stuks
Crème fraîche	2 eetlepels	4 eetlepels
Hazelnootolie	2 eetlepels	4 eetlepels
Vulling:		
Olijfolie om in te bakken	2 eetlepels	4 eetlepels
Pastinaak	100 gram	200 gram
Prei (wit/lichtgroen)	15 cm	30 cm
Gebrande blanke hazelnoten	48 stuks	96 stuks
Kippenbouillon	200 ml	400 ml
Hazelnootolie	2 eetlepels	4 eetlepels
Paling in blokjes	200 gram	400 gram
Garnering:		

Vorbereiding:

Soep:

- Schil de pastinaak en snijd deze fijn in de keukenmachine.
- Verwarm de olijfolie in een pan en zweet hierin de pastinaak aan.
- Kruid die met vers gemalen peper, zeezout en de nootmuskaat.
- Blus af met de kippenbouillon en de room.
- Voeg de citroenrasp toe.
- Kook op laag vuur tot de pastinaak net zacht is, dit duur 5 a 8 minuten.
- Voeg de crème fraîche toe en mix de soep glad met een staafmixer of in de blender.
- Roer de hazelnootolie erdoor.

Vulling:

- Maak de pastinaak schoon en snijd deze in blokjes.
- Snijd de prei in **dunne** ringen en was deze.
- Rooster de hazelnoten en hak ze grof.
- Snijd de paling in kleine blokjes.

Pastinaaksoep met hazelnoten

Bereidingswijze:

Vulling:

- Verhit voor de vulling de olie in een pan en zweet de pastinaak en de preiringen hierin licht aan.
- Kruid met vers gemalen peper en zeezout.
- Voeg nu de grof gehakte hazelnoten en de kippenbouillon toe.
- Laat ongeveer 2 à 3 minuten stoven tot de groenten gaar zijn.
- Breng op smaak met de hazelnootolie.

Serveren:

- Verdeel het groentemengsel over de voorverwarmde borden.
- Strooi de blokjes paling erover.
- Warm de soep opnieuw op totdat ze goed heet is.
- Schenk de soep over de groenten.
- Serveer direct.

Kwartel gevuld met een compote van vijgen en een saus met honing en lavendel

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Kwartel:</i>		
Kwartel	4 stuks	8 stuks
Olijfolie		
Honing	1 eetlepel	2 eetlepels
Verse tijm	2 takjes	4 takjes
<i>Saus:</i>		
Honing	2 eetlepels	4 eetlepels
Frambozenazijn	0,25 dl	0,5 dl
Kalfsfond	1,5 dl	3 dl
Lavendelbloemen	2 eetlepels	4 eetlepels
Peper		
Zout		
<i>Vijgencompote:</i>		
Verse vijgen	12 stuks	24 stuks
Suiker	1 eetlepel	2 eetlepels
Water		
<i>Garnering: omelet</i>		
Wortel (schoongemaakt)	75 gram	150 gram
Peterselie	0,5 eetlepel	1 eetlepel
Eieren	4 stuks	8 stuks
Room	0,5 dl	1 dl

Vorbereiding:

Vijgencompote:

- Halveer 10 vijgen (voor 8 pers) en schep de zachte rode binnenkant eruit.
- Kook met een bodempje water en een schep suiker op laag pitje in een half uur tot een stevige compote.
- Laat die afkoelen.
- Snijd de twee resterende vijgen elk in vier partjes.

Kwartel:

- Been de kwartel eerst uit (zie Bijlage).
- Leg de ontbeende kwartels uitgespreid op de snijplank.
- Kruid ze met peper en zout.

Kwartel gevuld met een compote van vijgen en een saus met honing en lavendel

Bereidingswijze:

Kwartel:

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Smeer en halve eetlepel vijgencompote over de binnenzijde van de filet.
- Vouw de vleugeltjes en de pootjes eromheen.
- Smeer ze in met olijfolie en leg ze in een braadslee.
- Bestrooi ze met een handje tijmblaadjes en schep er wat honing over.
- Braad ze ca. 17 minuten in een oven van 200°C tot ze lichtbruin zijn maar van binnen nog rosé.
- Leg ze warm weg onder aluminiumfolie.

Saus:

- Verwarm in een steelpannetje de honing .
- Roer de azijn erdoor en voeg de kalfsfond toe.
- Zeef het braadvocht van de kwartels en voeg toe.
- Kook de saus in tot gewenste dikte.
- Voeg op het laatst de lavendelbloemen toe.
- Laat nog 3 minuten doorkoken.
- Zeef de bloemen er weer uit anders wordt de saus te bitter.
- Breng op smaak met peper en zout.

Omelet:

- Snijd de wortel in kleine blokjes (brunoise).
- Hak de peterselie fijn.
- Klop de eieren met de room en voeg de wortel en peterselie toe en breng op smaak.
- Bak van het mengsel twee omeletten in een pan met antiaanbaklaag (dus voor 4 personen per pan).
- Snijd de omelet in repen.

Serveren:

- Snijd de kwartel in tweeën.
- Leg op ieder bord een halve kwartel met de overgebleven partjes vijgen.
- Leg er een mooie reep omelet bij.
- Schep de saus speels eromheen.

Gegrilde rode mul met salade van bulgur paprika-bospeencrème

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Rode mul:</i>		
Rode mulfilet	8 stuks	16 stuks
Peper		
Olijfolie		
Fleur de sel	beetje	beetje
<i>Paprika-bospeencrème:</i>		
Paprika	75 gram	150 gram
Bospeen	250 gram	500 gram
Rode peper	0,5 stuk	1 stuk
Boter	50 gram	100 gram
Kookroom	scheutje	scheut
Zout	4 gram	8 gram
<i>Bulgur:</i>		
Bulgar	400 gram	800 gram
Kippenbouillon	600 ml	1200 ml
Olijfolie	4 eetlepels	8 eetlepels
Peper		
Zout		
<i>Garnituur voor bulgur:</i>		
Komkommer	32 gram	64 gram
Rammenas	20 gram	40 gram
Rettich	20 gram	40 gram
Venkel	20 gram	40 gram
<i>Aubergine compote:</i>		
Aubergine	2 stuks	4 stuks
Knoflook	4 teentjes	8 teentjes
Tijm	2 takjes	4 takjes
Rozemarijn	4 takjes	8 takjes
Zout		
Peper		
<i>Garnering:</i>		
Blaadjes cress	8 stuks	16 stuks

Gegrilde rode mul met salade van bulgur paprika-bospeencrème

Vorbereiding:

Rode mulfilet:

- Controleer eerst de filet op graatjes en schubben (verwijder die).
- Haal de mul door de olie en grilleer aan de velkant een ruitpatroon.
- Bestrijk de filet met boter en breng op smaak met peper en fleur de sel.
- Laat de filets in circa 4 minuten gaar worden in een oven van 160°C.

Paprika-bospeencrème:

- Maak de paprika, bospeen en de rode peper (verwijder de zaadjes) schoon en snijd ze in stukjes.
- Blancheer eerst de rode peper (om de scherper smaak er af te halen).
- Zet alles in de boter aan en laat het op laag vuur gaar worden.

Bulgur:

- Breng de bulgar aan de kook met de kippenbouillon en het water.
- Laat de bulgur daarna 10 minuten van het vuur af verder stomen.
- Snijd alle groenten voor het bulgurgarnituur heel fijn.
- Schep ze door de gare bulgur.

Auberginecompote:

- Halveer de aubergines.
- Leg tussen de helften de fijn gesneden knoflook en takjes kruiden.
- Strooi peper en zout over de halve aubergines en pak ze samen in aluminiumfolie in.
- Pof de verpakte aubergines 1 uur in de oven van 180°C.

Bereidingswijze:

Paprika-bospeencrème:

- Laat de groenten daarna uitlekken en pureer ze in een keukenmachine tot een mooie crème.
- Breng op smaak.

Groente:

- Laat de auberginehelften afkoelen.
- Hak alles fijn en laat in een zeef uitlekken.

Gegrilde rode mul met salade van bulgur paprika-bospeencrème

Serveren:

- Leg op een voorverwarmd bord een spiegel van paprika-bospeen crème.
- Leg de bulgur in een steker van Ø 8 cm op de paprika-bospeencrème.
- Leg er 2 à 3 quenelles van auberginecompote bij.
- Leg op de bulgur de mulfilets en een paar blaadjes cress.

Taartjes Lady Mûres met Vanillecreme

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
Deeg:		
Boter op kamertemperatuur	160 gram	320 gram
Kristel suiker	160 gram	320 gram
Bloem	240 gram	480 gram
Eierdooiers op kamertemperatuur	4 stuks	8 stuks
Bakpoeder	1 eetlepel	2 eetlepels
Vanillestokje	1 stuk	2 stuks
Zout	beetje	beetje
Bramenvulling:		
Gepureerde diepvries bramen	170 gram	340 gram
Suiker	35 gram	70 gram
Gelatine blaadjes	1,5 stuk	3 stuks
Vanillecrème:		
Room	7 dl	14 dl
Suiker	140 gram	280 gram
Gelatine blaadjes	5 stuks	10 stuks
Vanillestokje	2 stuk	4 stuks
Eierdooiers op kamertemperatuur	240 gram	480 gram
Slagroom	5 dl	10 dl
Garnering:		
Bramen	40 stuks	80 stuks
Chocolade krullen		

Vorbereiding:

Deeg:

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Roer voor het deeg de boter met de suiker romig.
- Voeg hier geleidelijk de losgeklopte eidooier door en het vanillemerg
- Meng de bloem met het bakpoeder en spatel dit mengsel door het botermengsel.
- Zet de ringen op de met het bakpapier belegde bakplaat en vul de ringen met het deeg.
- Bak de taartbodems in de oven in ca 15 minuten goudbruin en gaar.
- Laat de bodems afkoelen op een taartrooster en verwijder de ringen.

Taartjes Lady Mûres met Vanillecreme

Vorbereiding:

Bramenvulling:

- Verwarm de bramenpuree met de suiker.
- Week de gelatine in ruim koud water.
- Los de uitgeknepen gelatine op in het frambozenmengsel.
- Schenk het geheel in een teflonvorm waarin pastillevormige uitsparingen zitten of een platte schaal.
- Laat de gelei stevig worden in de diepvriezer.

Vanillecreme:

- Verwarm voor de vanillecrème de room met de suiker en eidooier (au bain marie) al roerend tot er binding optreedt.
- Let erop dat de vla niet gaat koken.
- Week de gelatine in ruim koud water.
- Los de uitgeknepen gelatine op in de vla en roer er het vanillemerg door.
- Laat de crème afkoelen tot de randen beginnen te geleren.
- Zet de ringen op een werkplankje, bedekt met bakpapier en vul de ringen met de helft van de vanillecrème.

Bereidingswijze:

Taartje van bramen:

- Verdeel de bramenpastilles (of in stukjes gesneden gelei) over het midden van de taartjes.
- Dek af met de rest van de crème.
- Laat het geheel in de koelkast opstijven.

Serveren:

- Zet de taartbodems op de bordjes.
- Verwijder de ringen en zet de opgesteven vanillecrème op de bodems.
- Garneer de taartjes naar eigen inspiratie met frambozen, chocoladekrullen.



1. Komkommer-makreelrolletjes



2. Pastinaaksoep met hazelnoten



3. Kwartel gevuld met compote van vijgen



4. Rode mul met salade van bulgur



5. Taartje van bramen en vanillecreme

