

Maandmenu



Januari 2017

Verse geitenkaas met gegrilde watermeloen
en balsamicostroop

Uiensoep met sherry en saffraan

Zeebaarsfilet met vanillejus

Eendenborstfilet met druivencompote
en chips van aardpeer

Ananassoufflé met citrussaus

Mokka

Verse geitenkaas met gegrilde watermeloen en balsamicostroop

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
Watermeloen:		
Watermeloen	1,5 kg	3 kg
Olijfolie		
Zeezout		
Vers gemalen peper		
Droge witte wijn	1 dl	2 dl
Water	1 dl	2 dl
Sushiazijn	0,5 dl	1 dl
Suiker	2 eetl	4 eetl
Geitenkaas:		
Heezer geitenkaas (verse, zachte kaas)	225 gram	450 gram
Roomkaas	100 gram	200 gram
Limoensap	10 ml	20 ml
Garnering:		
Pommodori tomaten	6 stuks	12 stuks
Balsamicoazijn	40 ml	80 ml
Basilicum blaadjes		

Vorbereiding:

Watermeloen:

- Verwijder de schil van de watermeloen; snijd het witte gedeelte eraf; houd apart.
- Snijd uit de watermeloen stukken van 9 x 3 x 2,5 cm (l x b x h).

Garnering:

- Ontvel de tomaten en snijd ze in vieren.
- Houd het zaad apart.
- Wrijf een rooster in met olie; leg hierop de partjes tomaat.
- Droog de tomatenpartjes 2 uur in een voorverwarmde oven op 120°C.
- Kook de balsamicoazijn in tot een stroop.

Verse geitenkaas met gegrilde watermeloen en balsamicostroop

Bereidingswijze:

Watermeloen:

- Snijd het witte gedeelte in stukjes.
- Meng de witte wijn, water en sushi azijn.
- Doe de stukjes watermeloen in een pan; voeg de vloeistof toe tot de meloen net onder staat.
- Voeg de suiker toe.
- Konfijt de watermeloen hierin tot die helemaal transparant is, in ca 1 uur.
- Vet de grillpan in met olijfolie.
- Grill de rode stukken vruchtvlees in de grillpan ca 1 minuut per kant.
- Besmeer de watermeloen met olijfolie en bestrooi met zeezout.

Geitenkaas:

- Draai in de keukenmachine de geitenkaas met de roomkaas tot een gladde homogene massa.
- Breng op smaak met limoensap en peper.

Serveren:

- Leg op een bord de gegrilde watermeloen.
- Besprenkel met de ingekookte balsamicoazijn.
- Spuit de geitenkaas erop.
- Leg de gekonfijte watermeloen en de gedroogde tomaten erop.
- Garneer met wat basilicumblaadjes en het tomatenzaad.

Uiensoep met sherry en saffraan

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Uiensoep:</i>		
Boter	3 eetlepels	6 eetlepels
Uien. groot	6 stuks	12 stuks
Knoflook	2 teentjes	4 teentjes
Saffraan	snufje	snuf
Gepelde amandelen	100 gram	200 gram
Kippenbouillon	1,2 liter	2,4 liter
Fino sherry	6 eetlepels	12 eetlepels
Paprikapoeder	1 theelepel	2 theelepels
Zout		
Gemalen zwarte peper		
<i>Garnering:</i>		
Amandelschaafsel	4 eetlepels	8 eetlepels
Peterselie		

Vorbereiding:

Uiensoep:

- Pel de uien en snijd ze in fijne stukjes.
- Pel de knoflookteentjes en hak ze fijn.
- Rooster de amandelen en maal ze fijn.
- Hak de peterselie fijn.
- Rooster de geschaafde amandelen.

Bereidingswijze:

Uiensoep:

- Smelt de boter in een zware pan op laag vuur.
- Voeg de uien en de knoflook toe en roer ze goed door de gesmolten boter.
- Leg een deksel op de pan en bak het mengsel zeer zacht onder veelvuldig roeren ongeveer 25 minuten of tot de uien zacht en goudgeel zijn.
- Voeg de saffraandraadjes toe en bak het mengsel 3 á 4 minuten onafgedekt.
- Voeg dan de geroosterde amandelen toe.
- Bak het mengsel al roerend nog 2 á 3 minuten.

Uiensoep met sherry en saffraan

Bereidingswijze:

Uiensoep:

- Voeg de bouillon en de sherry aan het mengsel toe.
- Voeg wat zout, paprikapoeder en zwarte peper toe.
- Breng de soep aan de kook, temper het vuur en laat de soep circa 10 minuten pruttelen.
- Pureer de soep in een keukenmachine glad.
- Spoel de pan af en schenk de soep terug in de pan.
- Laat de soep niet koken; breng hem op smaak met wat peper en zout.

Serveren:

- Schep de soep in voorverwarmde soepkommen.
- Garneer met het amandelschaafsel en wat peterselie.

Zeebaarsfilet met vanillejus

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Vis:</i>		
Zeebaarsfilet	8 stuks	16 stuks
<i>Saus:</i>		
Visbouillon (zie ander recept)	1 liter	2 liter
Vanillestokje	2 stuks	4 stuks
Koude boter (uit de diepvries)	naar behoefte	naar behoefte
<i>Groente:</i>		
Schorseneren	400 gram	800 gram
Venkelknol	2 stuks	4 stuks
Boter	150 gram	300 gram
Citroen	2 stuks	4 stuks
Tijm	2 takjes	4 takjes
Laurier	2 blaadjes	4 blaadjes
Olijfolie	4 eetlepels	8 eetlepels
<i>Garnering:</i>		

Vorbereiding:

Vis:

- Kerf het vel van de zeebaarsfilets licht in met een scherp mes, zodat ze tijdens het bakken mooi plat en strak blijven.
- Snijd de filets mooi bij.
- Gebruik de staartjes en buikstukjes voor de bouillon.

Saus:

- Breng de visbouillon aan de kook
- Snijd de vanillestokjes in de lengte doormidden.
- Schraap er het zaad uit en doe dit in de hete bouillon en voeg het stokje ook toe.
- Neem de bouillon van het vuur en laat volledig afkoelen zodat de vanillesmaak kan intrekken.

Groente:

- Prepareer de schorseneren door ze te schillen en onmiddellijk in koud water met een beetje citroensap onder te dompelen om verkleuring te voorkomen
- Snijd ze in stukken van 4 cm; snijd de stukken over de lengte doormidden.
- Blancheer de schorseneren 2 minuten in gezouten, kokend water met wat citroensap.
- Giet ze af en laat ze schrikken onder de koude kraan; laat ze goed uitlekken en dep ze droog.

Zeebaarsfilet met vanillejus

- Maak de venkelknol schoon; verwijder de harde kern; snijd ze in plakken van 1 á 1,5 cm.
- Blancheer ze ook in kokend water met zout en laat ze uitlekken.

Bereidingswijze:

Groente:

- Verhit de helft van de boter in een pan.
- Voeg een opscheplepel van de vanillevisbouillon toe.
- Breng tegen de kook aan, doe er de stukjes schorseneren in en laat koken tot de bouillon tot een siroop is ingekookt.
- Schep er een derde van de overgebleven boter door.
- De stukjes schorseneren moeten goudgeel zijn; laat ze anders nog een paar minuten koken
- Verhit nog een derde van de boter in een middelgrote pan: bak er de venkel goudgeel in.
- Voeg een opscheplepel van de vanillevisbouillon, de verse tijm en laurier toe.
- Leg het deksel op de pan en laat 8 -10 minuten op matig vuur smoren.

Vis

- Bestrooi de zeebaarsfilet met zout en peper en besprenkel met een beetje citroensap.
- Doe het laatste derde deel van de boter in de pan.
- Leg er wanneer de boter niet meer schuimt de zeebaarsfilets met de velkant onder naast elkaar in de pan en bak ze 3 á 4 minuten. Draai ze om.
- Doe de vis in een bak, dek af en laat op een warme plaats rusten.
- De vis moet stevig en iets veerkrachtig aanvoelen.
- Breng op smaak met wat peper.

Saus:

- Kook de rest van de afgekoelde bouillon in tot ¼ van het totaal.

Groente:

- Verwarm de stukjes schorseneren en venkel in een aparte pan.

Serveren:

- Verdeel de venkel over de voorverwarmde borden
- Leg daarop de vis met de velkant naar boven.
- Schik de stukjes schorseneren in een cirkel om de vis.
- Monteer de saus door er stukjes ijskoude boter door te kloppen.
- Schuim de saus op met een staafmixer.
- Schep de schuimige saus over de vis en lepel de rest over de schorseneren.

Visbouillon

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
Visbouillon:	2 liter	4 liter
Kleine prei	1 stuk	2 stuks
Kleine ui	1 stuk	2 stuks
Stengel bleekselderij	1 stuk	2 stuks
Venkelknol	1 stuk	2 stuks
Knoflook	3 tenen	6 tenen
Olijfolie	1 dl	2 dl
Visgraten	1,5 kg	3 kg
Droge witte wijn	3 dl	6 dl
Water	2 liter	4 liter
Peterselie en tijm van elk	2 takjes	4 takjes
Citroen	0,5 stuk	1 stuk
Witte peperkorrels	0.25 theelepel	0,5 theelepels

Bereidingswijze:

Visbouillon:

- Maak de groenten schoon en snijd ze fijn.
- Verwarm de olie in een pan en voeg dan de groenten toe.
- Zweet ze in 7 minuten tot ze gaar maar niet gekleurd zijn.
- Voeg de grof gehakte visgraten en de wijn toe en laat koken tot de wijn verdampt is.
- Giet er het water bij; de graten moeten net onder staan.
- Breng aan de kook en schep er met een schuimspaan naar boven drijvend schuim af.
- Voeg wanneer al het schuim verwijderd is, de verse kruiden, schijfjes citroen en peperkorrel toe en laat 20 minuten sudderen.
- Neem de pan van het vuur en laat hem ca. 10 minuten onaangeraakt staan zodat de vaste bestanddelen naar de bodem kunnen zinken.
- Schep de vaste bestanddelen eruit.
- Passeer de bouillon door een met een vochtige neteldoek bekleed vergiet in een andere pan
- Laat de gezeefde bouillon afkoelen.
- Gebruik zie zeebaars recept.

Eendenborstfilet met druivencompote chips van aardpeer

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Eendenborst:</i>		
Eendenborstfilet á 180 gram	4 stuks	8 stuks
Zout		
Peper		
Rode wijn	1 glas	2 glazen
Koude boter		
<i>Druivencompote:</i>		
Blauwe druiven (zonder pit)	250 gram	500 gram
Witte druiven (zonder pit)	250 gram	500 gram
Rozijnen	100 gram	200 gram
Sjalotjes	2 stuks	4 stuks
Honing	1 eetlepel	2 eetlepels
Witte wijn	1 dl	2 dl
Witte wijnazijn	1 dl	2 dl
<i>Chips van aardpeer:</i>		
Aardpeer	10 stuks	20 stuks
Fleur de sel		
<i>Garnering:</i>		
Bieslook		

Vorbereiding:

Eendenborst:

- Snijd de eendenborst op de velkant kruislings in en bestrooi met peper en zout.

Druivencompote:

- Snijd de druiven over de lengte doormidden.
- Snijd de sjalotjes fijn.
- Doe alle ingrediënten voor de compote in een pan.
- Breng zachtjes aan de kook.
- Laat 30 minuten sudderen en roer af en toe.
- Breng indien nodig op smaak met honing en laat afkoelen.

Chips van aardpeer:

- Was de aardperen grondig (niet schillen)

Eendenborstfilet met druivencompote chips van aardpeer

Bereidingswijze:

Eendenborst:

- Verwarm de oven voor op 100°C.
- Bak de eendenborst op de velkant mooi goudbruin.
- Schroei de andere kant dicht.
- Leg ze dan in de oven ±15/20 minuten, afhankelijk van de dikte.
- Giet het vet uit de pan waarin de eendenborst is gebakken; blus de pan af met de rode wijn.
- Laat de vloeistof iets inkoken; monteer met koude boter.
- Breng de saus op smaak met zout en peper en eventueel wat honing.

Chips van aardpeer:

- Verwarm de frituurolie tot 180°C
- Snijd de aardperen op de snijmachine (stand 9) in fijne plakjes.
- Spoel ze met water en dep ze droog in een keukendoek.
- Frituur ze beetje bij beetje gedurende 2 á 3 minuten of tot ze mooi knapperig en goudbruin zijn.
- Haal ze uit de olie; laat ze op wat keukenpapier uitlekken.
- Bestrooi ze met fleur de sel.

Serveren:

- Verwarm de borden voor.
- Snijd de eendenborst in mooie tranches.
- Leg de druivencompote in een diagonale streep op het bord.
- Leg hierop de tranches eendenborst.
- Geef er de chips van aardpeer bij.
- Garneer met de bieslook.(Pijpjes of fijngesneden)

Ananassoufflé met citrussaus

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Soufflé:</i>		
Boter om in te vetten		
Magere kwark	200 gram	400 gram
Eierdooiers	3 stuks	6 stuks
Vanillestokje	0,5 stuk	1 stuk
Eiwitten	3 stuks	6 stuks
Suiker	75 gram	150 gram
Poedersuiker		
<i>Citrussaus:</i>		
Ananas	0,5 stuk	1 stuk
Citroenen	1,5 stuks	3 stuks
Sinaasappels	3 stuks	6 stuks
Suiker	125 gram	250 gram
Maïzena		
<i>Garnering:</i>		

Vorbereiding:

Citrussaus:

- Maak de ananas schoon en snijd hem in heel kleine stukjes.
- Pers de citroenen en de sinaasappels uit en giet het sap door een zeef.
- Verwarm de suiker en het sap in een pan en laat dit inkoken tot de helft.
- Voeg de helft van de ananas toe.
- Laat zachtjes doorkoken tot de ananas gaar is.

Soufflé:

- Vet 8 bakjes in met boter en bestrooi met suiker.
- Meng de kwark, eidooiers, vanillemerg (uit de stokjes) en de helft van de suiker in een kom.

Ananassoufflé met citrussaus

Bereidingswijze:

Citrussaus:

- Pureer het vocht en de ananas in de keukenmachine.
- Gaar de andere helft van de ananaspertjes in het gepureerde vocht maar houd de partjes heel.
- Bind de saus eventueel met wat met water aangemaakte maïzena.

Soufflé:

- Sla de eiwitten stijf met de rest van de suiker in een vetvrij gemaakte kom.
- Spatel het eierdooiermengsel en het eiwitmengsel door elkaar.
- Vul de bakjes tot twee derde; zet ze 15 tot 20 minuten au bain marie in een voorverwarmende oven van 180°C.

Serveren:

- Verwarm de saus.
- Haal de soufflé uit de bakjes.
- Doe wat saus op een bord en plaats hierbij de soufflé.
- Bestrooi de soufflé met poedersuiker.



1. Verse geitenkaas met gegrilde watermeloen



2. Uiensoep met sherry en saffraan



3. Zeebaarsfilet met vanillejus



4. Eendenborstfilet met druivencompote en aardpeer



5. Ananassouffle met citrussaus

