

Maandmenu



Mei 2017

Aspergemaand

Gefrituurde Parmezaanse kaas-aspergerolletjes
met tomatendip

Aspergebouillon met bieslook-kwarkquenelles

Gekonfijte zalm met asperges en daslookrisotto

Gepocheerde kalfsfilet met kruidenkorst
en spaghetti van asperges met een aspergescoulis

Asperge-kwarksoufflé met rabarber

Mokka

Gebakken Parmezaansekaas-aspergerolletejs met tomatendip

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Tomatendip:</i>		
Ui	1 stuk	2 stuks
Knoflook	1 teentje	2 teentjes
Olijfolie	1 eetlepel	2 eetlepels
Bruine suiker	2 eetlepels	4 eetlepels
Tomatenpuree	1 theelepel	2 theelepels
Rode wijnazijn	2 á 3 eetlepels	4 á 6 eetlepels
Tomaten	3 stuks	6 stuks
Basilicum vers	3 eetlepels	6 eetlepels
<i>Aspergerolletjes:</i>		
Groene asperges	8 stuks	16 stuks
Roomkaas	400 gram	800 gram
Parmezaanse kaas	100 gram	200 gram
Paneermeel	4 eetlepels	8 eetlepels
Zout		
Peper		
Sap van citroen	1 stuk	2 stuks
Loempiavellen	6 stuks	12 stuks
Eiwit	2 stuks	4 stuks
Arachideolie om te frituren		
<i>Garnering:</i>		

Vorbereiding:

Tomatendip:

- Maak de ui schoon en snipper deze.
- Maak de knoflook schoon en hak deze fijn.
- Plisseer de tomaten.
- Snijd de tomaat in vieren en verwijder de zaadlijsten en snijd de tomaat in blokjes.
- Hak de basilicum fijn. Houd kleine blaadjes apart voor garnering.

Aspergerolletjes:

- Verwijder de harde onderkant van de groene asperges.

Gebakken Parmezaanse kaas-aspergerolletejs met tomatendip

Bereidingswijze:

Tomatendip:

- Fruit de ui en knoflook in hete olijfolie aan.
- Bestrooi ze met de suiker en laat ze karamelliseren.
- Roer de tomatenpuree erdoor, blus af met de azijn.
- Breng de dip op smaak met zout en peper.
- Neem de pan van het vuur en laat de dip afkoelen.
- Roer de tomatenblokjes erdoor.
- Meng er de gehakte basilicum door.

Aspergerolletjes:

- Kook voor de rolletjes de asperges 5 minuten in gezouten water.
- Giet ze af en laat ze schrikken onder koud water.
- Snijd de asperges in stukken van circa 1 cm.
- Meng de Parmezaanse kaas met de roomkaas en het paneermeel.
- Breng op smaak met zout, peper en citroensap.
- Schep het mengsel in een spuitzak.
- Snijd de loempiavellen in tweeën.
- Bestrijk de randen van de loempiavellen met wat losgeklopt eiwit.
- Spuit net iets onder het midden 4 toefjes kaasroom op de loempiavellen.
- Leg er stukjes asperges tussen .
- Rol de loempiavellen op en druk de uiteinden stevig op elkaar.
- Frituur de rolletjes goudbruin en krokant.
- Laat ze uitlekken op keukenpapier.

Serveren:

- Leg ze op een bordje met daarnaast 1 eetlepel tomatendip in een bakje.
- Garneer met een klein blaadje basilicum.

Gekonfijte zalm met asperges en daslookrisotto

Hoeveelheid	8 personen	8 personen
Ingrediënten		
<i>Vis:</i>		
Zalmfilet	700 gram	1400 gram
Bieslook (gehakt)	4 eetlepels	8 eetlepels
Zout		
<i>Marinades:</i>		
Druivenpitolie	2 dl	4 dl
Olijfolie	1,2 dl	2,4 dl
Korianderzaad (gemalen) of verse	5 gram	10 gram
Peper (witte, gemalen)	snufje	snufje
Basilicum	20 blaadjes	40 blaadjes
Tijm	6 takjes	12 takjes
Knoflook	1 teentje	2 teentje
Wortel (fijngehakte)	50 gram	100 gram
Bleekselderij (fijn gehakt)	50 gram	100 gram
<i>Groente:</i>		
Asperges (groene)	16 stuks	32 stuks
Olie		
<i>Peterselieolie</i>		
Peterselie	0,2 bosje	0,4 bosje
Olijfolie	1 dl	2 dl
Kappertjes	1 theelepel	2 theelepel
<i>Daslookrisotto:</i>		
Zie apart recept	16 stuks	32 stuks
<i>Garnering:</i>		
Zalmeitjes	8 theelepels	16 theelepels

Vorbereiding:

Vis

- Snijd de zalmfilet in stukken van 60 à 80 gram.
- Hak de wortel en de bleekselderij fijn.
- Hak de bieslook fijn.

Marinade

- Hak de basilicumblaadjes fijn, haal de blaadjes van de tijmtakjes, pers de knoflook uit.
- Doe de druivenpitolie, olijfolie, koriander, peper, basilicum, tijm en knoflook in een ondiepe schaal.
- Leg de stukjes zalm in de marinade, dek ze af en zet ze circa 1,5 uur in de koeling.

Gekonfijte zalm met asperges en daslookrisotto

Groente:

- Schil de asperges alleen aan de onderkant. Snijd ze in stukken van 4 cm.
- Blancheer ze in water met zout beetgaar.

Bereidingswijze:

Vis:

- Verwarm de oven voor op 110°C.
- Haal de vis uit de marinade en laat ze op kamertemperatuur komen (bewaar de marinade).
- Spreid de fijngehakte groente uit in een braadslee.
- Leg de stukjes zalmfilet erop zonder dat ze met de bodem in contact komen.
- Laat de zalmfilet 8 à 10 minuten in de oven garen.
- Kwast de stukjes vis af en toe in met de marinade.
- De vis mag niet van kleur veranderen en moet lauwwarm aanvoelen.
- Haal de stukken vis uit de oven, laat ze afkoelen tot kamertemperatuur.

Peterselieolie:

- Pureer de peterselie en de olie in de keukenmachine. Voeg de kappertjes toe en maal alles heel fijn.

Groente:

- Verwarm de wok met een beetje olie en roerbak de asperges hierin.

Serveren:

- Bestrooi de zalm voor het serveren met een beetje zout en bieslook.
- Schep met behulp van een steker een rondje daslookrisotto op het bord. Leg hierop wat asperges.
- Nappeer wat peterselieolie rondom de daslookrisotto en de asperges.
- Leg de zalmfilet erop en garneer met wat zalmeitjes.

Daslookrisotto

Hoeveelheid	8 personen	10 personen
Ingrediënten		
Ui	0,8 stuk	1,6 stuk
Boter	40 gram	80 gram
Risottorijst	240 gram	480 gram
Wijn (droge, witte)	1,2 dl	2,4 dl
Kippenbouillon	1 l	2 l
Daslook	80 gram	160 gram
Room	0,8 dl	1,6 dl
Parmezaanse kaas	40 gram	80 gram

Vorbereiding:

Daslook:

- Was de daslook en laat het goed uitlekken.
- Kook de daslook in de room, pureer het met de staafmixer en breng het op smaak met zout.

Risotto:

- Hak de ui fijn.
- Rasp de kaas.

Bereidingswijze:

Risotto:

- Maak de benodigde boter warm en bak de ui daarin glazig.
- Voeg de rijst toe en bak die al roerend glazig. Blus af met de wijn.
- Laat het mengsel op middelmatig vuur aan de kook komen.
- Blijf roeren tot de wijn bijna helemaal door de rijst is opgenomen.
- Voeg wat bouillon toe en blijf roeren totdat alles is opgenomen.
- Voeg in kleine hoeveelheden de rest van de bouillon toe en blijf roeren tot de rijst gaar is.
- Meng de daslookpuree door de risotto en voeg de kaas toe.
- Breng de risotto op smaak met zout en peper.

Aspergebouillon met bieslook-kwarkquenelles

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Aspergebouillon:</i>		
Witte asperges	12 stuks	24 stuks
Groene asperges	12 stuks	24 stuks
Groentebouillon	1,5 liter	3 liters
<i>Quenelle:</i>		
Kwark	300 gram	600 gram
Eierdooier	2 stuks	4 stuks
Zachte boter	20 gram	40 gram
Bloem	5 eetlepels	10 eetlepels
Bieslook	0,5 bosjes	1 bosje
zout		
Vers gemalen peper		
Cayennepeper		
<i>Garnering:</i>		
Bieslook		

Vorbereiding:

Aspergebouillon:

- Schil de asperges en snijd de onderkanten eraf.
- Verwijder de harde onderkanten van de groene asperges. (Groene asperges hoeven niet geschild te worden.)
- Bewaar de schillen voor in de bouillon. (**Verzamel ook de schillen van alle andere gerechten**)
- Snijd de asperges schuin in dunne plakken (bewaars voor later)
- Verhit de bouillon met de schillen en uiteinden van de asperges, ook die van de groene.
- Laat aan de kook komen en trek het ongeveer 15 minuten op een middelhoog vuur.

Quenelles:

- Roer de kwark glad met de eierdooier, boter, bloem en de gehakte bieslook.
- Breng op smaak met zout en peper.

Aspergebouillon met bieslook-kwarkquenelles

Bereidingswijze:

Aspergebouillon:

- Schenk de bouillon door een zeef en verhit hem opnieuw
- Voeg de plakjes asperges toe en laat ze in 6 minuten gaar worden.
- Breng de soep op smaak met zout en cayennepeper.
- Haal de plakjes er weer uit voor opmaak.

Quenelles:

- Maak met twee eetlepels ovale quenelles van het kwarkmengsel.
- Pocheer ze 10 minuten in water dat net niet kookt.

Serveren:

- Verdeel de quenelles over diepe warme borden en schep hier de aspergeplakjes bij.
- Giet de hete bouillon erover.
- Garneer met wat bieslook.

Gepocheerde kalfsfilet met kruidenkorst met aardappels en spaghetti van asperges en aspergecoulis

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Aspergespaghetti:</i>		
Witte asperges Olijfolie	24 stuks	48 stuks
<i>Aspergecoulis:</i>		
Aardappelzetmeel Asperges Aspergekontjes	2 theelepels 3 stuks	4 theelepels 6 stuks
<i>Kalfsfilets;</i>		
Kalfsfilet Olijfolie Vers gemalen peper Bieslook Dille Kervel Dragon Peterselie Aardappels Boter Bloem Kookroom	800 gram 4 eetlepels 20 gram 20 gram 25 gram 25 gram 50 gram 1000 gram 50 gram 1 eetlepel 2dl	1600 gram 8 eetlepels 40 gram 40 gram 50 gram 50 gram 100 gram 2000 gram 100 gram 2 eetlepels 4 dl

Vorbereiding:

Spaghetti van asperges:

- Schil de asperges en snijd de onderkantjes eraf (bewaar ze voor de coulis).
- Snijd de kopjes eraf op 4 cm en bewaar ze in een vochtige doek.
- Snijd met behulp van een mandoline spaghetti van de asperges.

Coulis:

- Plaats alle afsnijdsel van de asperges en de in stukken gesneden asperges in een pan met wat water.
- Stoof de asperges zonder deze te koken.
- Pureer de stukken asperges helemaal fijn in de keukenmachine.

Kalfsfilet / Aardappels:

- Kook de aardappels gaar, schil ze en halveer de grote stukken.
- Kook de kopjes van de asperges plus de kopjes van de soep gaar in wat aspergesoep.
- Hak de kruiden fijn.

Gepocheerde kalfsfilet met kruidenkorst met aardappels en spaghetti van asperges en aspergecoulis

Bereidingswijze:

Spaghetti van asperges:

- Stoom de spaghetti in 10 minuten gaar in een vergiet boven kokend water met zout.
- Laat uitwasemen, meng er wat olijfolie door en zet apart.

Coulis:

- Bind deze met aardappelzetmeel en passeer door een bolzeef.
- Breng op smaak met peper en zout.

Kalfsfilet:

- Wrijf de kalfsfilet in met de olijfolie en bestrooi hem met zout en peper.
- Rol de filet vervolgens door de fijngehakte kruiden, zodat er een gelijkmatige laag rond het vlees zit.
- Wikkel de kalfsfilet in plasticfolie en vacumeer daarna.
- Verwarm het water in de sous vide tot 58°C.
- Laat het vlees in de sous vide 1,5 uur gaar worden.

- **Maak ondertussen een saus om de aspergekopjes in op te warmen:**

Maak een roux met de bloem en de boter.

Voeg de kookroom al roerend toe.

Breng op smaak met peper, zout nootmuskaat, citroen en bieslook.

Verwarm daarin de aspergekopjes.

- Haal het vlees uit de sous vide, haal het uit de folie.
- Snijd het vlees in plakken van ca. 3 cm dik.

Serveren:

- Leg op een warm bord wat spaghetti en drapeer de coulis erover.
- Leg hierop de plakken kalfsfilet.
- Leg er de aardappels en de aspergekoppen omheen.

Asperge-kwarksoufflé met rabarber

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Asperge-kwarksoufflé:</i>		
Witte asperges	300 gram	600 gram
Slagroom	2 dl	4 dl
Eieren	6 stuks	12 stuks
Magere kwark	400 gram	800 gram
Zout		
Suiker	160 gram	320 gram
Boter		
Suiker		
Poedersuiker		
<i>Rabarber:</i>		
Stengels rabarber	4 stuks	8 stuks
Grenadine	4 eetlepels	8 eetlepels
<i>Garnering:</i>		
Aardbeien		

Vorbereiding:

- Schil de asperges en snijd de onderkantjes eraf en snijd de asperges in stukken
- Doe de stukken asperges en de room in een pan en laat, onder af en toe roeren, 15 minuten op laag vuur koken.
- Pureer het geheel.

Soufflé:

- Verwarm de oven op 220°C
- Neem een diepe bakplaat of bakblik en schenk er een laag water in.
- Vet ovenvaste vormpjes of glazen in met boter en bestrooi de binnenkanten met suiker.

Asperge-kwarksoufflé met rabarber

Bereidingswijze:

Rabarber:

- Snijd de rabarber in stukken en meng ze door de grenadine.
- Verdeel het mengsel over de vormen.

Soufflé:

- Splits de eieren, roer de eierdooiers samen met de kwark door de aspergepuree.
- Klop de eiwitten heel stijf met een snufje zout.
- Klop er dan beetje bij beetje de suiker door.
- Spatel het schuim voorzichtig door het asperge-kwarkmengsel.
- Breng tegelijkertijd het voorbereide waterbad op het fornuis aan de kook.
- Schep het soufflémengsel op de rabarber in de vormen.
- Zet deze in het waterbad en plaats die in de oven; vul het water zo ver aan dat de vormpjes tot een derde in het water staan.
- Laat de soufflés in 20 minuten gaar worden

Serveren:

- Haal ze voorzichtig uit de oven en zet ze op een bordje.
- Bestrooi ze met poedersuiker.
- Garneer met aardbeien en eventueel sabayon.
- Serveer direct.

Sabayon

Hoeveelheid	8 personen	16 personen
Ingrediënten		
<i>Sabayon:</i>		
eigeel	3 stuks	6 stuks
Suiker	60 gram	120 gram
Witte wijn	0,5 dl	1 dl
Marsala wijn	0,4 dl	0,8 dl
<i>Garnering:</i>		

Vorbereiding:

Leg de benodigde materialen en grondstoffen klaar voor gebruik en controleer de hoeveelheid en de kwaliteit.

Bereidingswijze:

Sabayon:

- Meng de witte wijn en likeur met suiker, citroensap en de eierdooiers in een bekken.
- Roer dit mengsel met een garde goed door elkaar.
- Plaats het bekken in de bain-marie en klop het mengsel met de garde schuimig.
- Let erop dat er een 'zalvige' binding optreedt.
- Let op de temperatuur van het mengsel.
- Bij een temperatuur van boven de 65 °C gaan de eierdooiers stollen en daardoor kan de sabayon gaan schiften!
- Blijf voortdurend met een garde in het mengsel kloppen wanneer je het verwarmt: het moet een zeer luchtige massa vormen.
- Haal het bekken direct uit de bain-marie en klop het mengsel nog even door.

Serveren:

- Serveer de sabayon direct in bij het nagerecht.



1. Gefrituurde Parmezaanse kaas-aspergerolletjes



2. Aspergebouillon met bieslook-kwarkquenelles



3. Gekonfijte zalm met asperges en daslookrisotto



4. Gepocheerde kalfsfilet met kruidenkorst



5. Asperge-kwarksouffle met rabarber

