

Maandmenu



September 2018

Japan

Zeevruchten in matchagelei

Zure makreelsashimi met in umeshu ingelegde laos

Miso soep

Japanse omelet, beef teriyaki, kip yakitori,
bimi-paprikahoorntjes en chirashi-zushi saffraanrijst

Sushi van banaan, marsepein en pistachenoten met zwart sesamijs

Mokka

Zeevruchten in matchagelei

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
8	16	Zeeuwse Creuses nr.1	Oesters Open de oesters en vang het vocht op. Steek het vlees los van de schelp. Bewaar de onderkanten van de schelp en maak de schelp schoon.
100ml	200ml	wortelsap	Week de gelatine in water. Breng het wortelsap met 50ml van het oestervocht aan de kook. Breng op smaak met de sojasaus.
100ml	200ml	oestervocht	Los de gelatine er in op en vul de schelpen ermee.
2tl	4tl	sojasaus	
2	4	blaadjes gelatine	
8gr	16gr	matchapoeder	Mix 4 gr (de helft) matchapoeder met de Agar Agar en de visbouillon. Breng even aan de kook en doe over in een kommetje. Haal de oesters er snel doorheen, de bouillon moet warm zijn. Laat afkoelen.
4gr	8gr	Agar Agar	
400ml	400ml	heldere visbouillon	
20gr	40gr	gele wortel in brunoise 2mm	Blancheer de wortel in brunoise beetgaar.
100gr	200gr	tempurameel	Meng het tempurameel met de rest van het matchapoeder. Roer het koude water erdoor. Haal de zeekraal door het beslag en frituur kort op 180C. Laat uitlekken
160ml	320gr	ijskoud water	
16	32	takjes zeekraal	
1/4	1/2	bakje Rock Chives of preischeuten	
8	16	grote ongepelde blacktigergarnalen	Garnalen Verwijder eventueel de inhoud van het darmkanaal van de garnalen. Probeer de kop en staart te laten zitten, of minimaal de staart. Meng de wasabi met de mayonaise
0,5tl	1tl	wasabi	
50ml	100ml	mayonaise	
			Afwerking Bak de garnalen kort in een hete pan met een beetje olie. Leg in elke oesterschelp met matchagelei een oester en een garnaal. Zet er een takje zeekraaltempura op en garneer met de wortelbrunoise en preischeuten. Drapeer de wasabimayonaise tegen de garnaal.

Zure makreelsashimi met in umeshu ingelegde laos

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
4 4 100ml 100ml	8 8 200ml 200ml	Laoswortels steranijs umeshu water	<p>Laos inleggen Maak eerst de ingelegde laos door deze in een potje met de steranijs, umeshu en water te marinieren. Om dit voor elkaar te krijgen eerst flinterdunne plakjes snijden op de snijmaschine. Gebruik een doek om de wortel vast te houden. Leg de ronde plakjes in het boven beschreven mengsel.</p>
4 350g 2 300ml	8 ±700g 4 600ml	makreelfilets met vel, zonder graten vellen kombu witte rijstazijn fijngemalen zeezout voor het pekelen cress appelbloesem	<p>Makreel Dep de makreelfilets droog en wrijf ze in met een flinke laag zout. Vacumeer de filets. Laat 30 minuten pekelen. Leg intussen de vellen kombu in een bak waar de filets straks naast elkaar passen, giet de azijn erop en laat in de kombu trekken. Haal de makreel uit de verpakking en spoel het zout af. Dep droog en leg bovenop de kombu in het azijnbakje. Als de vis niet onderstaat nog wat azijn toevoegen. Laat dit weer 30 minuten marinieren.</p> <p>Afwerking Haal de laos voor gebruik uit de umesu. Haal de makreel uit de azijn en snij netjes bij. Snij de makreel onder een schuine hoek in plakjes van een halve centimeter. Serveer op een gekoeld bord met de laos ernaast. Garneer met een appelbloesem takje.</p>

Miso Soup

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
1,4 L 14 g 14 g	2,8 L 28 g 28 g	Water Gedroogde kelp Bonito flakes	<p>Dashi Bouillon <i>Veeg het kelpblad af met een vochtige doek/papier. Laat de kelp 3 uur weken in koud water. (of gebruik warm water zodat het sneller gaat indien nodig) Breng het water aan de kook. Haal de kelp er na 1 minuut uit. Voeg de Bonito flakes toe. Laat het 3 minuten trekken. Zeef de bouillon. Klaar.</i></p> <p>Tijdens het koken zullen we kant en klare Dashi bouillon gebruiken ivm de tijd.</p>
2 300g 6 g 1,2 L 3 el	4 600g 12 g 2,4 L 6 el	Lente uitje Zijden Tofu Gedroogde gemengde zeewieren Dashi bouillon Bruine Miso pasta	<p>Miso Soup Snijd de tofu in MOOIE kleine blokjes van 1 cm. Snijd de lente ui schuin in MOOIE stukjes van 1 cm. Spoel de zeewieren goed schoon ivm het zout. Snijd daarna in MOOIE stukjes Breng de bouillon aan de kook. Zet het vuur uit. Los de Miso pasta op in de bouillon met een garde. Voeg de Tofu, de zeewieren en de ui toe. Warm alles op tot aan de kook. NIET LATEN KOKEN!!!</p> <p>Fonetisch, tadakimas (smakelijk eten)</p> <p>Bron, http://yjc.tokyo/category/yjc-media/cooking-class-recipe/page/3/</p>

Garnering

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
75g 30g	150g 60g	Rijstazijn Suiker Snufje zout	Saffraan-sushirijst Maak sushi-azijn door rijstazijn, suiker en zout te mengen. Zet apart. Spoel de rijst 3 tot 4 keer om overtollig zetmeel te verwijderen. Laat uitlekken.
360g 450ml	720g 900ml	Rondkorrelige witte rijst Water Enkele draadjes saffraan	Breng de rijst op matig vuur aan de kook voeg de saffraan toe. Draai het vuur laag en laat 12-15 min sudderen of totdat al het water is opgenomen. Voeg evt wat meer water toe voor een zachtere structuur. Neem de pan van het vuur en zet weg met deksel erop en laat 10-15 min stomen. Spatel de rijst om en schenk langzaam de sushi-azijn erover. Kijk hoeveel je nodig hebt. Ga door met omscheppen totdat hij een mooie textuur heeft. Dek af met een vochtige doek.
20 ml 60 ml 10 gr 1/2 el 1/2 el 1/4 tl 1/3 el	40 ml 120 ml 20 gr 1 el 1el 1/2 tl 2/3 el	Dashi (van poeder) Koolzaadolie Eidooier Rijst azijn Citraensap Mosterd Suiker	Japanse mayonaise (Kewpie) Maak de azijn mix door de suiker, azijn, citroensap, mosterd en een beetje zout goed door elkaar te roeren totdat suiker en zout goed opgelost zijn. Klop de eidooiers goed los in een met citroen ontvet bekken en voeg de azijn mix erbij. Voeg onder goed kloppen (elektrische klopper) langzaam de olie toe. Daarna de Dashi toevoegen tot een mooie consistentie. Japanse mayo is iets dunner dan onze mayo.
100g 1/2 2 90g 2tl	200g 1 4 180g 4tl	Bimi Puntpaprika Norivellen Brie Wasabipasta	Garnering Blancheer de bimi, laat uitlekken en dep wat droog. Snij mooie repen van de paprika, ca 6mm dik. Snij dunne plakjes van de kaas. Neem een vel nori. Snij hier mooie ruitjes uit van 8 x 8 cm bv. Leg wat wasabi in een hoek. Neem een steekring van 7 cm en vul deze met de rijst in het midden, schik daar bimi, paprika en kaas op. Doe er wat mayo bovenop.
125 gr 6el	250 gr 12el	aardbeienjam rijstazijn	Aardbeivinaigrette Maak een aardbeivinaigrette van de jam en de rijstazijn
8 1 8	16 2 16	steeltjes bieslook gerookte bokking kaviaar (zwart) Blad ijsbergsla	Bokking Verwijder graatjes uit de bokking en pluk deze, snij de bieslook fijn en meng dit met de aardbeivinaigrette. Snijd een mooie platte ruit van 6 x 6 cm van het slagblad. Leg er wat rijst op en decoreer met de bokking en kaviaar.

Japans omelet (Dashimaki tamago)

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
6 st 120ml 2 el 3 el Snuf 1 tl	12 st 240 ml 4 el 6 el 2 snuf 2 tl	Eieren Dashi (zie Miso soup) Suiker Sake (of wat sherry) Zout Blanke Soya saus (zo licht mogelijk)	<p>Bereiding</p> <p>Breek de eieren in een schaal. Voeg de Dashi, suiker, sake, zout en soya in een kom en roer goed. Meng bij het ei en roer het goed door. (je kunt ook van Dashi poeder een bouillon maken)</p> <p>Zet de speciale vierkante/rechthoekige pan op het vuur. Smeer de pan in met een doekje met neutrale olie. Verwarm de pan op een laag vuur. Schenk wat ei in de pan zodat dit net de bodem bedekt. Als het ei half gaar is en zodra je het met een kunststof spatel of twee vorken kunt oprollen, doe dit dan. Rol het strak op naar de handgreepzijde van de pan. Schuif het dan naar de andere zijde. Laat het in de pan liggen. Vet de pan weer in met het doekje. Voeg weer wat ei toe zodat de bodem weer net bedekt is. Zodra het kan de rol verder oprollen door het nieuwe ei. Herhaal dit tot je een mooie dikke rol hebt van ca. 5 cm doorsnede. Zet deze warm weg.</p> <p>Snijd de rol in mondgrote stukken. Een lauwwarme serveertemperatuur is prima.</p> <p>Bron; http://yic.tokyo/category/yic-media/cooking-class-recipe/page/3/</p>

Beef Teriyaki en kip Yakitori

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
640 g 60 ml 60 ml 60 ml 60 g	1280g 120ml 120ml 120ml 120 g	Biefstuk min 3 cm dik Mirin Soja saus Sake Donkere basterd suiker	<p>Marineren beef Teriyaki Snij de beef indien nodig in grote lappen van ca. 3 cm dikte (entrecote maat) Mix de mirin, soja, sake en suiker. Marineer de beef hier ca een uur in. Af en toe keren.</p> <p>Bereiding beef Teriyaki Laat de beef uitdruipen en bak in een pan met wat olie mooi bruin aan alle kanten. Laat het vlees afgedekt rusten in een bak op een warme plek (bovenop de oven bv)</p> <p>Zet het vuur weer hoog en voeg het restant van de marinade toe. Laat dit inkoken tot een dikke saus. Snij de beef in mooie plakjes (trancheren) leg deze op het bord en doe de saus erover.</p>
2 2 4cm 6el 90ml 30ml 60ml 30ml 60ml 700g	4 4 8cm 12el 180ml 60ml 120ml 60ml 120ml 1400g	satestokjes Lente-ui Knoflookteen Verse gember Suiker Lichte soja Donkere soja Mirin Honing Water Kipfilet	<p>Marineren kip Yakitori Leg de satestokjes in het water. Snij de lente-ui, knoflook en gember fijn doe ze met de overige ingrediënten in een sauspannetje en breng aan de kook. Laat een paar minuten koken en laat afkoelen.</p> <p>Snij de kip in kleine blokjes. (2 x 2 cm, top van een vinger) Zeef de saus en doe de saus bij de kip. Laat zo lang mogelijk marineren.</p> <p>Bereiden kip Yakitori Zeef de kip uit de marinade en bewaar het vocht. Rijg de kip aan een stokje. Kook de saus op met een beetje honing en bind eventueel. Leg de stokjes met kip op het rooster van de salamander. Leg aluminium folie op de boden van de salamander zodat druppels van de kip daarop vallen. Gril de kip 3-4 minuten per zijde onder de salamander. BLIJF ER BIJ STAAN en kijk goed!!! Smeer de stokjes in met de marinade en gril ze nogmaals 1-2 minuut per zijde. Ze mogen donker worden maar niet zwart.</p> <p>Afwerking hoofdgerecht Presenteer het rundvlees, kip, ei en de bijgerechten op een groot bord.</p>

Sushi van banaan met kokos, marsepein en pistachenoten met zwart sesamijs

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
4 100ml 8el 250gr 4el 2el	8 200ml 16el 500gr 8el 4el	Bananen, rijp Room Kokosschaafsel Witte marsepein Gehakte pistache noten Monin Kokossirop	Sushi Klop de room stijf, meng deze met <u>de helft</u> van het kokosschaafsel. (vijzel of hak het schaaftsel eventueel kleiner) Pel de bananen. (gebruik een zo recht mogelijk deel) Rol de marsepein uit tot een rechthoekige plak en smeer deze dun in met de kokosroom. Leg de banaan erop en rol het geheel zo strak mogelijk op. Smeer de buitenkant van het marsepein lichtjes in met kokossirop en bestrooi met mengsel van overgebleven gehakte kokosschaafsel en de gehakte pistachenoten. Laat de sushirollen opstijven in de koelkast Snijd in mooie plakken (2 pp)
110gr 115gr 190ml 375ml 3	210gr 225gr 375ml 750ml 6	Zwart sesamzaad Suiker Volle melk Room (35% vet) Eierdooiers	Sesamijs Rooster al het sesamzaad enkele minuten in een droge koekenpan. Laat iets afkoelen, en maal dan 80 cq 160 gram van het zaad met de melk in de blender. Klop de eidooiers los met de helft van de suiker tot schuimig. Breng de melk met het gemalen sesamzaad, ongemalen sesamzaad, de room en de resterende helft van de suiker in een pan van minstens 1.5 cq 3 liter tegen de kook aan, roer tot de suiker is opgelost. Zet het vuur laag, laat niet koken. Schep een lepel van de hete vloeistof bij het eidooiermengsel, terwijl je goed klopt. Als dit is opgenomen, gaat de volgende lepel erbij, en blijf kloppen. Herhaal dit tot het eimengsel heet is. Giet nu het hete eimengsel in de pan, terwijl je daarin goed met de garde klopt. Blijf op tamelijk laag vuur verhitten terwijl je blijft kloppen totdat de vloeistof is gebonden of tot 82°C Giet de compositie over in een bekken die op ijswater staat, laat de compositie geheel afkoelen voordat je er ijs van draait Serveer een bolletje ijs (of 2) bij de sushi.
		Appelbloesem Half gedroogde mangoschijfjes	Serveren: Serveer twee stukjes sushi met een bol sesamijs op een lichtgroen bord. <ul style="list-style-type: none"> • ijs blijft beter liggen als je een dotje van overgebleven kokosroom onder het ijs legt. • Bestrooi het bord eventueel met restant van kokos-pistachemengsel • Garneer met appelbloesemtakje en/of mangoschijfjes • serveer met eetstokjes als echte sushi.



1. Zeevruchten in matchagelei



2. Zure makreelsashimi met laos



3. Miso soep



4. Beef teriyaki, kip yakitori, japanse omelet



5. Sushi van banaan met zwart sesamijs