

Maandmenu



SEPTEMBER 2023

Melanzane tonnato

Napolitaanse vissoep

Taco met Parmezaanse kaas en kipreepjes

Mul met couscous kokos en garnalen

Baklava met pistache en aardbeien

Mokka

Melanzane tonnato			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
3 340g	6 680g	Grote aubergines gekookte kikkererwten kappertjes	<p>Melanzane Snij de aubergines in plakken van 5 mm. Verhit een grillpan en vet de plakken aubergine licht in met olijfolie. Gril de aubergine totdat de plakjes aan beide kanten geblakerd zijn met een patroon. Zet de aubergine nog even in de oven als het niet gaar is.</p> <p>Pureer voor de tonnatosaus de kikkererwten, kappertjes, augurk, knoflook, norivlokken met de Griekse yoghurt en het sap van de citroenen tot een gladde romige saus.</p>
2el 2 1	4el 4 2	grote augurken citraenen Griekse yoghurt	
120g 1 2tl	240g 2 4tl	tenen knoflook norivlokken	
		vleestomaten	
3 8	6 16	zongedroogde tomaten	
1/2bos 30g	1bos 60g	basilicum kappertjes	
		rucola	
50g	100g		
		ciabattabrood	
1	2		
			<p>Tomatentartaar Lepel de pitjes uit de tomaten. Snij voor de tartaar het vruchtvlees van de vleestomaten, de gedroogde tomaten en de basilicum fijn. Schep in een kom en breng op smaak met peper, zout en wat olijfolie.</p>
			<p>Afwerking Verdeel de aubergines over de borden, en schep een lepel van de tonnatosaus op de aubergines, schep vervolgens een lepel tomatentartaar hierboven op. Garneer met de rucola en de kappertjes. Geef er wat brood en de rest van de saus bij.</p>

Napolitaanse vissoep			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
2	4	Stengels bleekselderij	Snij de bleekselderij in boogjes en snipper de knoflook. Bak de selderij en de knoflook samen met de chilivlokken in wat olijfolie op laag vuur.
1tl 800g	2tl 1600g	chilivlokken gepelde tomaten(blik)	
200ml 200ml	400ml 400ml	droge witte wijn water	Doe de tomaten samen met het vocht, de wijn en het water erbij. Druk de tomaten met een spatel klein. Breng aan de kook en laat 5 minuten zachtjes koken.
300g 500g	600g 1000g	witvisfilet schelpen (vongole)	Snij ondertussen de witvis in 8 of 16 porties en controleer de schelpen. Gooi kapotte schelpen of schelpen die na een tikje niet sluiten weg.
8	16	grote garnalen ongepeld	Breng water aan de kook. Als het water ruim kookt doe je de garnalen erin. Zodra het weer kookt dan de garnalen uit de pan scheppen met schuimspaan en zet direct in ijswater. Laat op ijswater staan en leg de garnalen na 15 minuten op keukenpapier.
2	4	tenen knoflook	Snij de peterselie grof . Verhit wat olijfolie in een grote koekenpan en bak de schelpen met de peterselie tot de schelpen openstaan. Breng de soep op smaak met zout, peper en wat citroensap. Afwerking Breng de soep op temperatuur en laat de wit vis hier heel kort in meekoken, afhankelijk van de dikte van de vis. Schep de soep in de borden met 1 stukje vis en leg een garnaal pp op de soep Verdeel de schelpen met het kookvocht erover en garneer met peterselie en evt. wat groene olijfolie.
3	6	takjes platte peterselie	
1	1	citroen	
extra	extra	peterselie	

Taco van Parmezaanse kaas kipreepjes tomato frito			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
400g	800g	Parmezaanse kaas	<p>Taco Verwarm de oven voor op 170 graden. Rasp de kaas. Leg op een bakblik een stuk bakpapier en teken cirkels met een doorsnede van 15cm. Bestrooi deze met de kaas. Bak in de oven gedurende ca 8 min totdat de kaas mooi gesmolten is. Haal uit de oven en hang de cirkels over een rek of deegroller zodat een taco-vorm ontstaat.</p>
600g 200g 200g 3 3	1,2kg 400g 400g 6 6	Kipdijfilet Winterwortel Prei Bleekselderij Takjes Tijm Peper zout Klontje boter Kippenbouillon (<i>optie 2</i>)	<p>Vulling en bereiding optie 1 Doe het kippenvlees met de in brunoise gesneden groenten, de kruiden en een klontje boter in een vacuümzak en laat garen in een waterbad van 65 graden gedurende 90 minuten. Let op: maximaal 2 kippendijfilets per vacuümzak. Trek het vlees uit elkaar. De gesneden groenten spoel je ervan af en gebruik je niet.</p>
1ltr	2L		<p>Vulling en bereiding optie 2 alleen als grote oven beschikbaar is! <i>Doe het kippenvlees met de en brunoise gesneden groenten, de kruiden, een klontje boter en kippenbouillon in een RVS Gastronormbak. Plaats de Gastronormbak in de oven met een deksel er op en laat deze in de oven op 65 graden minimaal 90 minuten garen. Let op; de kip moet volledig onder het vocht liggen (veel kip= ruimere bak) De gesneden groenten spoel je ervan af en gebruik je niet.</i></p>
200ml 2 4 1 ½ 1,5kg	300ml 3 6 1,5 1 2,5kg	olijfolie grote uien tenen knoflook rode paprika groene paprika goed rijpe tomaten zout peper van de molen suiker	<p>Tomato frito Snipper de ui en de knoflook, de paprika bruinoise snijden Doe de uien in de pan en laat ze 10 min zacht worden in de olie op een zacht vuurtje. Voeg de knoflook toe en laat die 5 min mee garen, voor je de paprikablokjes erbij doet. Laat de paprika 10 min mee garen en voeg dan de tomatenblokjes toe. Kruid met zout, peper en wat suiker. De saus mag nu op een heel zacht vuurtje 45 min pruttelen. Je kan er voor kiezen om de saus zo te laten, met stukjes, of om ze te pureren met de passe-vite</p>
100g	150g		
200g 2 200g 200g	400g 4 400g 400g	Ui Teentje knoflook Winterwortel Courgette Zout&peper	<p>Groenten Snij de ui, wortel en courgette in julienne Fruit de ui glazig, voeg daarna de gesnipperde knoflook toe. Voeg daarna de rest van de groenten toe en bak ze zachtjes gaar. Maak op smaak met zout en peper.</p>
			<p>Afwerking Leg op de taco een laagje kip en wat groenten. Schenk er een beetje tomato frito over.</p>

Mul met couscous, kokos en garnalen			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
200ml 2 1	400ml 4 2	kippenbouillon stengels citroengras laurierblaadjes	Bouillon citroengras Snij citroengras fijn. Laat dit samen met het laurier trekken in de bouillon. Wanneer er voldoende smaak aan de bouillon zit, het citroengras en de laurier eruit zeven. (ca 20 min) Vul de (ingekookte) hoeveelheid bouillon weer aan met water tot 250 ml.
300ml 200ml 1tl 1el ½ 1	600ml 400ml 2tl 2el 1 1	kokosmelk bouillon Citroengras Thai green curry sojasaus teen knoflook limoen	Kokosschuim breng de kokosmelk met de bouillon, groene curry, de sojasaus de gesnipperde knoflook en evt. een snufje zout aan de kook en laat dit 10 minuten trekken. Breng dit op smaak en voeg naar smaak limoensap toe. Vlak voor serveren even wat opwarmen en door een fijne zeeg drukken. Schenk het in een kidde met 1 patroon (Misschien in 2 kiddes ivm max volume kidde)
300g	600g ? ?	pastinaak room boter	Pastinaakpuree schil de pastinaak en snijd in kleine stukken. Kook deze met weinig water met zout gaar in ca 20 minuten. Giet het af en draai de pastinaak glad met wat room en wat boter in de keukenmachine. Breng op smaak. Doe de puree in een spuitzak en houd warm of verwarm het in de magnetron net voor de opmaak.
200g 200m 50 ml	400g 400ml 100ml	couscous water Kippenbouillon	Couscous Breng het water met zout aan de kook en giet dit op de couscous. Dek af met folie en laat dit 10 minuten op een warme plaats staan. Maak de couscous los met een vork en laat de couscous wat plakken met boter en wat (niet alles) kippenbouillon
16 50g 50g ½ L	32 100g 100g 1 L	Mulfilets (120g pp) Hollandse garnalen zeekraal Visbouillon	Mul Maak de filets schoon en graatvrij. Brand de huidkant met een gasbrander (ca 10 sec per stuk) . Bestrooi met zout en peper en pocheer de filets in een dun laagje bouillon zodat de huid niet nat wordt. Maak de zeekraal schoon.
			Serveren Maak met een ring een taartje van de couscous. Spuit hier stippen pastinaakpuree op en steek hier de garnalen en de zeekraal in. Leg de mul ernaast.. Als laatste het kokosschuim met de staafmixer opschuimen of neem de kidde en op het bord scheppen.

Baklava met pistache en aardbei			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
75g 150g 1 drup 150g 75g	8 = 16	pistache nootjes gecondenseerde melk pandan extract witte chocolade boter	<p>Pistache pasta Maal de pistache fijn in de Magimix. Breng de pistache , pandan extract/essence en gecondenseerde melk aan de kook op een laag vuur. Smelt de witte chocolade er door. Voeg de boter toe en roer tot alles homogeen is. Giet het in een bak en laat afkoelen.</p> <p>Baklava LET OP Filodeeg droogt heel snel uit dus werk snel en leg en vochtige theedoek over de filodeegvellen.</p> <p>Maal de pistache en de suiker tot gruis in de Magimix. Smelt de boter. Beboter een gastronorm bak1/2 (32x26) of gastronorm bak1/1 (voor 16 p). Snijd de vellen filodeeg op het formaat van de bak Leg een vel filodeeg op de bodem. Bestrijk deze met de gesmolten boter. Plaats een tweede vel op het eerste en bestrijk wederom met gesmolten boter. Verdeel de helft van het pistache-suiker mengsel over het tweede vel en houd de randen vrij. Leg weer twee lagen filodeeg met boter er tussen in de schaal op de eerste lading. Verdeel het restant pistache-suiker mengsel er over. Leg nu een vijfde vel deeg er op en beboter de bovenzijde. Dek de stapel af met een stuk keukenfolie en leg hier een snijplank op of iets anders om het te verzwaren. Zet in de koeling. NB. Kies de bak voor de baklava niet te groot anders wordt de laag vulling te dun.</p> <p>Haal de bak 15 minuten voor gebruik uit de koeling. Haal de plank en folie er af. Snijd de baklava in vierkante stukjes van ca 5x5 cm. Bak de baklava 20 minuten op 175 graden.</p>
5 vel 200 g 60 g 300 g	5 vel 400g 120g 600g	filodeeg boter suiker pistache nootjes	
200 ml 20 gr 35 gr 8 ml 10 ml ½ ½ 0,5 gr	400ml 40gr 70gr 16ml 20ml 1 1 1gr	Water Verveine Rietsuiker Rozenwater Limoensap Limoen rasp Vanille stok Agar agar	<p>Siroop Breng alle ingrediënten behalve de agar agar aan de kook en laat het al roerend 3 minuten doorkoken. Zeef het, meng de agar agar er doorheen en laat het even koken. Proef het. De smaak moet zoet/fris zijn. Laat de siroop wat afkoelen en schenk een deel over de nog warme baklava. Het restant bewaren voor de aardbeien,</p>
40 gr 40 gr 40 gr 40 gr 60 ml	8=16p	Bloem Suiker Boter Amandelpoeder Aardbeienjam	<p>Crunch Meng alle ingrediënten tot een deeg en laat zo lang mogelijk in de koeling rusten. Rol het heel dun uit op bakpapier en bak het 8-10 minuten op 160 graden. Laat afkoelen en vermaal het grof.</p>

Baklava met pistache en aardbei			
8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
300 g 200 g 110 g	450g 300g 165g	Geitenmelk Room Suiker	<p>Geitenmelkijs Breng de melk, slagroom en suiker aan de kook en laat afkoelen. Draai er ijs van</p>
24	48	Aardbeien	<p>Aardbeien Maak de aardbeien schoon en snijd ze in vieren. Marineer ze met de siroop.</p>
30g		Pistachenoten Verveine	<p>Opmaak Maal de pistache nootjes tot crumble. Zet een veeg pistachepasta op het bord en leg de lauwwarme baklava daarop. Lepel nog wat siroop over de baklava Verdeel de aardbeien en crunch. Leg een bolletje ijs op de crumble van pistache..</p>



1. Melanzane tonnato



2. Napolitaanse vissoep



3. Taco met parmezaan, kipreepjes



4. Mul couscous kokos garnalen



5. Baklava met pistache, aardbeien

