

Maandmenu



SEPTEMBER 2024

Bloemkooldip met kaasstengels

Mosselsoep met saffraan frisromige hangop en sumak

Gevuld sardientje met couscous en tomatenschuim

Bavette met kruidkorst uienstoof broccoli, aubergine met ansjovis,
zoete-aardappelpuree limoensalsa

Cannoli met kardemom creme

Mokka

Bloemkoldip met harissa, kaasstengels en gevuld eitje

8p	16p	Benodigheden	Bereidingswijze
150g 225g 75g	300g 450g 150g	Boter kamertemp. Bloem oude kaas geraspt	Kaasstengels Klop de boter met 1tl zout met de mixer romig. Voeg de bloem toe en klop tot een samenhangend mengsel. Kneed dan 50g geraspte kaas erdoor. Rol van het deeg stengels van 8mm dik en 10cm lang. Leg ze op een bakplaat en bestrooi met de rest van de kaas. Zet de bakplaat 30 minuten in de koelkast om te rusten.
2 300g 100g	4 600g 200g	tenen knoflook bloemkoolroosjes melk	Bloemkoldip Snij een teen knoflook fijn en fruit de knoflook 1 minuut in wat olijfolie. Doe de bloemkoolroosjes en de melk erbij en breng aan de kook. Draai het vuur laag en laat de bloemkool met een deksel op de pan in 15 minuten gaar worden. Pureer dit samen met de andere teen knoflook en breng op smaak met zout en peper.
4 2el 2 el	8 4el 4el	Eieren mayonaise mascarpone	Half gevuld eitje Kook de eieren 10 minuten, laat ze daarna afkoelen en pel ze. Snij ze in de lengte en haal het eigeel eruit. Prak het eigeel samen met de ingrediënten samen en breng het op smaak met zout en peper. Breng het te samen tot een mooie mousse en doe hem in de spuitzak.
1 tl 0,5 tl 1 tl	2tl 1tl 2tl	harissa paprika poeder citroensap	
2el 2tl 2 1 pot	4el 4tl 4 4	harissa maanzaad takjes munt cornichons	Afwerking Bak de kaasstengels in een voorverwarmde oven op 180 graden in 12-15 minuten goudbruin. Laat ze op een rooster afkoelen. Schep de bloemkoldip op een bord schep er wat harissa op en besprenkel met goede olijfolie. Bestrooi met maanzaad en blaadjes munt. Vul het halve eitje en spuit en dopje op het bord dat het eitje niet verschuift. Leg er vervolgens de kaasstengels en wat cornichons bij.

Mosselsoep met saffraan, knoflook, fris-romige labneh en Sumak

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
300ml 150ml	450ml 225ml	Griekse yoghurt Zure room	<p>Hangop Roer de zure room en de yoghurt door elkaar met wat zout en maak er labneh van. Laat enkele uren uitlekken in een zeef waarin je een theedoek hebt gelegd. Breng op smaak eventueel met extra zout. Druk voorzichtig de massa een paar keer uit zodat een mooie labneh ontstaat</p>
10 8 16 4	20 16 32 8	Zoete uien Teentjes knoflook draadjes saffraan Ansjovisfilets	<p>Soep Snijd de uien en de knoflook fijn. Leg de saffraandraadjes in een bodempje warm water. Verhit in een pan een flinke scheut olijfolie en laat de uien, knoflook, saffraan (met water) en ansjovis op laag vuur 20 minuten “smelten” schep af en toe om. Pureer na 20 minuten zo fijn mogelijk met een staafmixer. Laat afkoelen en zet weg tot gebruik.</p>
6 el 1 kg	12el 2kg	wodka schoongepoetste mosselen peterselie voor garnering sumak	<p>Bereiding Doe het uienmengsel weer in de pan en vul aan met de wodka en 1,5 liter/ 3 liter water. Breng op smaak met zout. Pureer de soep nog een keer.</p> <p>Voeg de mosselen toe en gaar ze in 5-7 minuten. Verdeel de soep over borden of kommen en schep in elke kom een schep hangop. Bestrooi met peterselie en sumak.</p>
2el	4el		

Gevuld sardientje met couscous en tomatenschuim

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
1 ½ ½ 1 40g	2 1 1 2 80g	Rode paprika gele paprika groene paprika sjalot gerookt spek	Paprikamengsel Snij de paprika's brunoise, de sjalot in fijne ringetjes en het spek in blokjes. Hou alles apart! Bak de groene, gele en de rode paprika, het gerookte spek met de sjalotten aan in olijfolie. Voeg naar wens/smaak chilivlokken toe.
2 6 ~4g ~2g Snuf 20ml	4 12 ~8g ~4g 40ml	tenen knoflook tomaten karwijzaad gemalen gemalen gember cayennepeper kippenbouillon	Tomatensaus Snij de tomaten in stukken en bak ze aan in olijfolie met de fijngesneden knoflook. Voeg karwij, cayennepeper, gember, zout en kippenbouillon toe. Dek af met alufolie en bak 15 minuten. Voeg dan het paprikamengsel toe, pureer alles en passeer door een fijne zeef.
8	16	kerstomaatjes olijfolie	Kerstomaatjes Doe de kerstomaatjes met peper, zout en olijfolie in een schaalte en zet dit een 5 minuten in de oven op 200C.
1 80g 1 bosje		citroen paneermeel koriander olijfolie	Vulling sardientjes Pureer de koriander met paneermeel, voldoende olijfolie, sap van 1 flinke citroen en flinke snuf zeezout tot dik smeersel. Gebruik hiervoor staafmixer en maatbeker. De hoeveelheden zijn voor 16 sardientjes van 100g al ruim voldoende (de afmeting sardientjes varieert nogal over het seizoen). Doe deze vulling in een spuitzak; koel af.
8	16	sardientjes van 100g	Sardientjes Met fileermes schubben verwijderen door van staart naar kop zachtjes over de huid te bewegen. Snijd de kop af, een halve centimeter achter de kieuwdeksels. Knip met een schaar de buikwand open van kopkant naar anus. Verwijder de ingewanden en spoel de vis goed schoon. Met een scherp mes aan de staartkant, vanuit de buikzijde een insnede maken tot naast de ruggengraat; pak met een pincet de ruggengraat zo dicht mogelijk bij de staartvin vast, breek die met een draaibeweging; pak de ruggengraat nu goed vast en trek die richting de kop uit de vis. Zo verwijder je tegelijkertijd ook de graten die de buikholte omvatten. Snijd met een scherp mes de buikwandflappen netjes recht af. Droog de zo verkregen fileetjes met keukenpapier. Spuit een streep koriandervulling over de lengte van de fileetjes en vouw de vis dicht; bestrooi beide zijden met bloem en houd koel tot het bakken.
175ml 160g Snufje 2 80g	350ml 320g Snuf 4 160g	kippenbouillon couscous saffraan teen knoflook koriander parmezaan	Couscous Breng de kippenbouillon aan de kook en laat de saffraan, wat takjes koriander en knoflook 5 minuten trekken in de bouillon. Breng hoog op smaak (met bouillonblokje naar wens), proef en giet de bouillon door een fijne zeef over de couscous zodat die net 'onder' staat en dek dit af. Na 10 minuten is de bouillon opgenomen door de couscous. Maak de couscous los met een vork en meng met 4 – 8 eetlepels van de paprika/tomatensaus en de geraspte Parmezaanse kaas. Warm desgewenst op in magnetron.

Gevuld sardientje met couscous en tomatenschuim

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
			<p>Afwerking Bak de sardientjes aan beide zijden in ruim olijfolie.</p> <p>Schuim de tomatensaus op. Doe de couscous in een garnering op het bord en druk aan verwijder de ring. Leg hier een sardientje op en garner met een kerstomaatje en een schijfje citroen en blaadje koriander. Lepel tomatensaus rondom.</p>

Bavette met kruidenkorst en garnituur

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
250 g 1 zak 3 teen 1 tak 1 tak 50 gr 800g	375g 1,5 zak 4 teen 2 tak 2 tak 75gr 1600g	Boter Krul Peterselie Knoflook Tijm geritst Rozemarijn geritst Panko bavette	Kruidenkorst Laat de boter smelten zonder te kleuren. Doe alle andere ingrediënten in de in de magimix en hak ze fijn. Voeg al draaiend de boter toe totdat het een mooie massa heeft Laat in de koeling opstijven. Bak het vlees om en om aan in geklaarde boter. Laat het iets afkoelen en vacumeer het. Gaar het in de sousvide op een temperatuur van 55 graden tot vlak voor uitgifte. Druk de kruidenkorst op het vlees en gratineer het onder de salamander.
35g 30g 3 ½ 1 1teen	70g 60g 6 1 2 2teen	Boter ansjovis in olie witte ui rode chilipeper takjes tijm knoflook olie middelgrote stronk broccoli	Broccoli met uienstoof Snij de uien in halve ringen en de chilipeper in dunne ringen Smelt de boter in een pan op laag vuur, smelt de ansjovis met wat olie van de ansjovis hierin. Voeg de uien, de chilipeper en de tijm toe. Laat dit op laag vuur 30 minuten garen, roer regelmatig. Snij de knoflook in dunne plakjes en doe dit met wat olie in een pannetje. Ver warm dit op middelhoog vuur. Schep de knoflook uit de olie als de plakjes goudbruin zijn. Laat uitlekken op keukenpapier. Het zijn nu krokante knoflookchipjes. Snij broccoli roosjes Kook de broccoliroosjes ca 4 minuten beetgaar.
2 30g 1el 1 teen 4	4 60g 2el 2 teen 8	Aubergine Olijfolie Ansjovisfilets op olie Witte wijnazijn knoflook takjes oregano	Aubergine met ansjovis Verhit de oven tot 220 °C. Snij de aubergine in ca 2 cm dikke plakken. Meng de aubergines in een grote kom met ½ theelepel zout. Verdeel de plakken over met bakpapier beklede bakplaten en bestrijk ze met olijfolie aan beide kanten in. Zet ze in de oven tot de plakken aan beide kanten goudbruin en gaar zijn. Haal ze uit de oven en laat wat afkoelen. Snijd de ansjovis heel fijn. Roer in een kleine kom de ansjovis, azijn, geperste knoflook, en wat peper door elkaar. Giet er geleidelijk wat olijfolie bij en blijf roeren tot het een gebonden saus is. Bestrijk de aubergine met wat ansjovissaus. Hak de oregano fijn.

Bavette met kruidenkorst en garnituur

8p	16p	Benodigdheden	Bereidingswijze
1 kg	2kg	Zoete aardappel Olijfolie zout	Zoete-aardappelpuree met limoen salsa Verhit de oven tot 200 °C. Snij de aardappels door over de lengte. Schil ze niet. Vet de zoete aardappels in met olijfolie en bestrooi ze met wat zout. Leg ze op de kant van het vruchtvlees op een met bakpapier beklede bakplaat en rooster ze in de oven in 30-35 minuten heel gaar.
6g	12g	basilicumblad	Snijd de basilicum en koriander fijn. Rasp de schil van de limoenen. Meng alles met olijfolie en de uitgeperste knoflook en limoensap. Maak op smaak met peper en zout Haal het vruchtvlees uit de aardappel en maak het fijn tot puree. Maak op smaak met peper en zout. Afwerking Trancheer het vlees. Schep wat uienstoof op een bord en leg daar de broccoli op en garneer met de knoflookchipjes. Leg een plak aubergine op het bord en strooi er wat fijngehakte oregano op. Maak een bolletje aardappelpuree met een kuiltje waarin de limoensalsa gaat.
6g	12	koriander	
½	1	teen knoflook	
2	4	limoen	
1el	2el	limoensap	
4el	8el	olijfolie	



1. Bloemkooldip kaasstengel



2. Mosselsoep saffraan



3. Gevuld sardientje couscous



4. Bavette in kruidenkosrt



5. Cannoli met kardemomcreme

