

FEBRUARI 2010

~0~

GEGRILDE TARBOT MET COQUILLES, BASILICUMOLIE EN FIJNE
GROENTEN

**

ZALMPLAKJES MET TERIYAKISAUS, ENOKITAKE EN MIHOEN

**

KIPROLLETJES IN SESAM MET GROENTESLIERTEN IN
TOMATENGELEI

**

TWEE BEREIDINGEN MET RUNDVLEES, EEN SLAATJE VAN APPEL,
AVOCADO, NOTENSLA EN
TARTAAR

**

GEPOCHEERDE PEREN MET MARSALA EN ZABAGLIONE

GEGRILDE TARBOT MET COQUILLES, BASILICUMOLIE EN FIJNE GROENTEN

Fijne groenten

1 prei
400 gr winterwortel
200 gr knolselderie
1 courgettes

1 à 2 tarbotten (**kweek**) ca 1300 gr totaal(vuil)
12 coquilles

Fleur de sel

Fijne groenten

Snijd de groenten in kleine blokjes (brunoise, 3 x 3 mm)
Stoof de groenten à la minute met een klontje boter in twee pannen, de winterwortel en selderie in een pan en de courgette in een andere pan (de courgette heeft minder tijd nodig).
Zorg dat de groenten knapperig blijven.
Meng de groenten door elkaar en breng op smaak met peper en zout

Basilicumolie

Pluk de basilicum en blancheer de blaadjes kort.
Koel ze vervolgens direct in ijswater.
Draai de basilicum samen met de olijfolie zeer fijn.
Druk door een puntzeef.
Doe in een spuitflesje met een kleine opening

Tarbot

Fileer de tarbotten.
Zet de koppen en graten in een plasticzak in de vriezer.
Snijd de coquilles in dunne plakjes.
Portioneer de tarbot in 12 rechthoekige stukjes even groot als de rechthoekige stalen vormpjes.

Basilicumolie

1 bos basilicum
2 dl arachideolie

Gril de tarbotstukjes op een zeer hete grillplaat op het gas aan de mooie kant.

Peper en zout de tarbot en bedek de mootjes tarbot op de gegrilde kant met de dunne plakjes coquille.

Spuit een klein beetje van de basilicumolie op de coquilles.

Gaar de tarbotmootjes met daarop de plakjes coquille ca 3 minuten in de oven op 180°C.

Opmaak

Zet een rechthoekige stalen vorm op een groot bord.

Druk het à la minute gegaarde groentemengsel in de vormpjes verwijder de vormpjes en leg de tarbot erop.

Strooi er een beetje fleur de sel over.

Spuit zigzag streepjes basilicumolie over het bord.

Wijnadvies: Pouilly Fumé of Bourgogne Les Herbeux

ZALMPLAKJES MET TERIYAKISAUS, ENOKITAKE EN MIHOEN

Ingrediënten

Saus

2	dl	sojasaus zout	200	gram	sojascheuten
2	dl	sake	200	gram	wortelen
2	dl	mirin	200	gram	peultjes
8	el	bruine basterdsuiker	400	gram	enokitake paddestoelen
			12	sneden	gerookte bacon
1000	gram	zalmfilet	200	gram	japanse noodles
		Olijfolie	12	takjes	koriander
		Sesamolie			sesamzaadjes

Bereiding

Verwarm voor de saus in een pannetje de sojasaus, sake, mirin en de basterdsuiker.

Snijdt de zalm in plakken van 5 cm dik.

Bak de zalm in zeer weinig olijfolie tot hij dichtgeschroeid is en begin hem daarna te oversauzen. Draai de zalm regelmatig om en blijf sausen tot de vis gaar is. Pas op voor de grootte van het vuur (**anders verdampt het vocht te snel**).

Neem de vis uit de pan en laat de saus verder inkoken tot stroperig.

Snijdt de wortelen en de peultjes in gelijke julienne. Blancheer ze daarna. Bak de sojascheuten, de wortelen en de peultjes krokant in de wok in een mengeling van sesamolie en olijfolie (niet teveel sesamolie).

Neem de enokitake en maak er 12 bundeltjes van. Wikkel ze in een sneetje bacon en laat ze ongeveer 12 minuten bakken in de oven op 160° C.

Kook de japanse noodles (stomen) kort gaar.

Rooster de sesamzaadjes.

Presentatie

Maak met de teriyakisaus een tekening op een groot warm bord.

Leg de zalm, de noodles en de enokitake op een decoratieve manier op het bord.

Strooi een beetje geroosterde sesamzaadjes over het gerecht en werk af met een takje koriander

Wijnadvies: Bourgogne (rood, pinot noir!!)

KIPROLLETJES IN SESAM MET GROENTESLIERTEN IN TOMATENGELEI

		kiprolletjes			groenteslierten
6	st	kippenbouten(mais of hoevekip)	500	gr	wortel
100	gr	sesamzaad	2	st	groene courgettes
		kipkruiden	2	st	gele courgettes
		vinaigrette	½	st	knolselderij
9	el	maiskiemolie			tomatengelei
3	el	azijn	6	st	vleestomaten
1	el	mosterd	1	st	ui
2	st	Sjalot	1	Te	knoflook
1	tn	knoflook	9	bl	gelatine
3	takjes	peterselie	3	takjes	tijm
Afwerking					
6	takjes	platte peterselie			
12	takjes	tijm			

Kiprolletjes: Leg de kippenbouten op de snijplank, haal het vel eraf.

Haal voorzichtig de botten uit de bouten.

Sla het vlees lichtjes plat met een batte en kruid ze met kipkruiden. Neem een vel aluminiumfolie en leg er het vlees van een bout op en rol zo strak mogelijk op, draai de uiteinden zo strak mogelijk aan.

Doe dit voor alle bouten.

Plaats de rolletjes op een ovenplaat en gaar ze gedurende 40 minuten in een oven van 100°.

Haal ze uit de oven en verwijder de folie als ze afgekoeld zijn.

Zet koel weg.

Tomatengelei: Ontvel de tomaten, verdeel in vieren en verwijder de zaden.

Snipper de ui en knoflook zeer fijn.

Warm wat olijfolie in een steelpan en stoof de ui en knoflook aan zonder ze te laten kleuren.

Voeg de stukken tomaat toe, de takjes tijm en wat suiker.

Laat dit alles zachtjes gedurende 10 minuten sudderen.

Laat intussen de gelatine weken in water.

Verwijder de tijm en mix alles zeer fijn met de staafmixer.

Druk het mengsel met een omgekeerde sauslepel door een puntzeef.

Breng op smaak met peper en zout.

Knijp de gelatine uit en los de blaadjes al roerende op in het tomatenmengsel.

Giet de puree in de rechthoekige wit stenen ovenschaal waarin een stuk bakpapier is gelegd, de puree moet ongeveer 2 cm hoog zijn.

Laat opstijven in de vriezer en daarna in de koelkast.

Vinaigrette: was en droog de peterselie en hak hem grof. Versnipper de knoflook.

Snijd de sjalotten fijn.

Doe mosterd en azijn in een mengkom en voeg er al roerende met een garde de olie druppelsgewijs aan toe.

Doe ook de gesnipperde sjalot en de peterselie erbij en breng op smaak met peper en zout.

Groenteslierten: Schil de wortels, was de courgettes.

Verwijder de schil van de knolselderij.

Snij al de groenten met een dunschiller of op de mandoline in dunne slierten.

Warm wat olijfolie in een tefalpan en stoof de groenteslierten tot ze beetbaar zijn (start met de wortel en knolselderij en voeg later de courgettes toe).

Haal de groenten uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier.

Meng de slierten een half uur voor opdienen door de vinaigrette.

Alternatief: stoom de groenten in de stoomoven op stand 3 gedurende ca 10 minuten.

Afwerking: Verhit boter en wat olijfolie in een braadpan.

Haal de rolletjes door de sesamzaadjes en bak de kiprolletjes goudbruin.

Schik de groenteslierten op koude borden en leg de kippenrolletjes er bovenop.

Snijd de gelei in rechthoekjes en plaats ze ook op de borden.

Werk het geheel af met de tijm en platte peterselie en wat tijm.

Wijnadvies: Croix Ronde Topaze

TWEE BEREIDINGEN MET RUNDVLEES, EEN SLAATJE VAN APPEL,
AVOCADO, NOTENSLA EN
TARTAAR

Slaatje

50	gram	notensla
1	st	appel Granny Smith
1	st	avocado
		Pijnboompitten
2	el	olijfolie
2	el	notenolie
1	el	balsamico azijn
1	el	sushi azijn

Saus

300	gram	mirepoix
		Bouquet garni
3	dl	port
9	dl	runderbouillon
		boter
		peper en zout
		panko
50	gram	spinazie
		afsnijdsels van de ossenhaas

Slaatje

Snijdt de appel en de avocado in fijne brunoise
Meng de olijfolie, notenolie, balsamico azijn en sushi azijn tot een vinaigrette.
Meng de ingrediënten voor het slaatje en breng op smaak met de vinaigrette.

Tartaar:

Maak mayonaise volgens basisreceptuur.

Tartaar

600	gram	ossenhaas
2	el	kappertjes
		zeezout
		olijfolie
		mayonaise
4	el	bieslook

Rundvlees

900	gram	ossenhaas
-----	------	-----------

Aardappelpuree

800	gram	aardappelen
		Parmezaanse kaas (geraspt)
200	gram	gerookt spek
3	st	lente ui

Verwijder vliezen van de ossenhaas en snijd in zo klein mogelijke blokjes.
Meng naar smaak met de gehakte kappertjes, de gehakte bieslook, grof zeezout, olijfolie, mayonaise, peper en zout.

Verdeel over kleine ringen, druk stevig aan en bewaar in de koelkast.

Paneer ze voor het uitserveren met bloem, eiwit en daarna in de panko en bak om en om krokant

Saus

Stoof de groenten (mirepoix) met de kruiden (bouquet garni) aan in weinig boter, bevochtig als ze gekleurd zijn met de port, kook in en voeg de bouillon toe.

Laat opnieuw inkoken en breng op smaak met peper en zout en bind met koude boter. (voldoende boter in stukjes in de koelkast klaarzetten)

Aardappelpuree

Kook de aardappelen en maak er een puree van.

Meng de puree met blokjes gebakken spek en gesneden lente ui.

Vlees: Snijd de ossenhaas in 12 tournedos, bind ze op met een touwtje, kruid met peper en zout en bak in de boter.

Spinazie: Snijd de spinazie in fijne reepjes, laat slinken in hete boter en breng op smaak met peper en zout.

Presentatie

Zet twee ringen ter grootte van het vlees op een groot bord en vul met een beetje aardappelpuree.

Plaats de tournedos en de tartaartjes op de puree.

Leg op de tartaar de fijn gesneden spinazie en op de tournedos een beetje van het slaatje .

Breng wat van de saus aan op het bord, breng een streep mayonaise aan.

Strooi er wat krullen Parmezaanse kaas over.

Wijnadvies: Hostens Picant of Castel del Remei

GEPOCHEERDE PEREN MET MARSALA EN ZABAGLIONE

6	rijpe handperen (geschild, gehalveerd en klokhuis verwijderd)	5		eidooiers
		2	el	poedersuiker
		4	dl	perensap (zie recept)
6	pl bladerdeeg			
1	kaneelstokje	50	gr	basterdsuiker
2,5	dl marsala			pecannoten
4	dl droge witte wijn			(ter garnering)
1	dl Poire William			
100	g suiker			
6	dl Roomijs (volgens algemeen recept)			

Peren

Doe de peren met het kaneelstokje, de Marsala, de witte wijn, de Poire William de suiker en eventueel wat water in een pan, zodat de peren onder de vloeistof staan, en breng aan de kook.

Laat op een laag vuur koken tot de peren zacht zijn en licht glazig (ongeveer 15 – 25 minuten).

Neem de peren uit de pan en kook de vloeistof in tot ongeveer de helft. Zeef het sap en weeg 4 dl af.

Bladerdeeg

Snij van een zijde van de plakjes bladerdeeg één centimeter (voor de garnering) af en halveer de plakjes vervolgens in de lengte.

Bestrijk de bovenkant met wat eigeel opgeklopt met een scheutje water.

Bak ze af (ca 210°C, 12/14 min) en snij het kapje er overlangs af. Bewaar dat ter garnering.

Zabaglione (sabayon)

Klop de eidooiers met de suiker in een kom en voeg het sap toe.

Roer opnieuw goed door.

Plaats de kom in een pan met kokend water, zodanig dat de bodem het water niet raakt.

De massa wordt nu langzaam warm onder voortdurend roeren met een garde.

Blijf kloppen tot de juiste dikte van de Zabaglione is ontstaan en neem daarna de kom van de pan. Serveer direct uit.

Pas op voor schiften (zeef eventueel de massa voordat het over het gerecht wordt uitgeschonken).

Halveer de peren en snij ze in waaivorm.

Presentatie

Leg het onderste deel van het gehalveerde bladerdeeg op de borden, leg er de peer op, giet royaal sabayon half over de peer.

Leg het afgesneden kapje van de bladerdeeg half over de peer.

Leg het bolletje ijs op het bord.

Garneer met het lange staafje bladerdeeg, dat samen met het bladerdeeg is gebakken.

Garneer met de noten.