



VEGETARISCH MENU OKTOBER 2015

GERECHTEN

AMUSE

Belegde artisjok

SOEP

Wortelsoep notencrackers

VOORGERECHT

Carpaccio van salad blue

HOOFDGERECHT

Auberginetaartje met kappertjes-
peterseliesaus met worteltjes en snijboontjes

NAGERECHT

Dessert van kweeper

AMUSE

BELEGDE ARTISJOK:

Mayonaise:

1 ei

1 eetlepel mosterd

Peper, zout

1 scheutje azijn

Milde olijfolie

3 artisjokken

2 takjes basilicum

2 appels (Elstar)

1 eetlepel mayonaise

Citroensap

1 teen knoflook

1 takje rozemarijn

2 takjes tijm

1 liter melk

2 liter water

Doe het ei in een hoge kom samen met de mosterd en peper en zout.

Zet de staafmixer erin en roer even goed door.

Doe dan de olijfolie erbij totdat de substantie dik wordt.

Doe er een scheutje azijn bij en een paar lepels water en klop nog goed door.

Proef af en breng zo nodig op smaak met peper, zout of mosterd.

Appel/artisjokbodem met basilicum:

Snijd de appel in fijne brunoise en maak deze aan met een eetlepel mayonaise (zie receptuur) en de fijngehakte basilicum

Kook de artisjokken in ongeveer 20 minuten gaar in de melk met water, knoflook, tijm, rozemarijn en citroensap.

Laat afkoelen.

Haal de blaadjes er af en zet opzij.

Verwijder het hooi en maak de bodems schoon en snijd deze in fijne brunoise.

Vermeng met de appel en de basilicummayonaise en breng op smaak met peper en zout en een beetje citroensap.

Leg de salade met behulp van twee lepels op de artisjokblaadjes.

SOEP

WORTEL SOEP NOTENCRACKERS

700 gram wortelen
1 dunne prei in hele fijne ringetjes
gesneden
2 eetlepels verse gember
1 eetlepel honing
1 citroen, uitgeperst
2 takjes verse tijm, van takje gerist
2 sjalotjes gesnipperd
2 eetlepels boter
1 theelepel gemberpoeder
800 ml. Groentebouillon
4 eetlepels kokosmelk
Keltisch zeezout en peper

Notencrackers:

200 gram noten en zaden
1 eetlepel gesmolten kokosolie
10 gram kastanjemeel
1 ei
0,5 theelepel komijn
Keltisch zeezout
Versgemalen peper

Verhit de soeppan op het vuur en voeg de boter toe.
Bak de sjalot met de gemberpoeder zachtjes
Voeg de wortel, tijm, citroensap, de honing, wat zout, groentebouillon en tweederde van de verse gember
Kook de wortel afgedekt in 15 minuten zachtjes gaar.
Pureer de soep met de staafmixer. Z
eef de soep, zodat een gladde soep ontstaat.
Roer van het vuur af de kokosmelk erdoor.
Schep de soep in een kommetje en strooi er wat verse gember en ringetjes prei over.
Serveer de soep met een notencracker.

Verwarm de oven voor op 180 graden.
Doe de helft van de zaden in een hoge mengkom, samen met de kokosolie, kastanjemeel en het ei.
Maal het fijn met de staafmixer.
Doe alles in een grote kom, voeg de rest van de zaden toe en het zout, peper en kruiden.
Meng alles goed tot een deegbal.
Leg een stuk bakpapier op ene vlakke ondergrond, leg de deegbal erop en druk het plat.
Leg er nog een vel bakpapier op en rol het deeg uit.
Rol het zo dun mogelijk uit.
Verwijder het bovenste vel bakpapier en steek lange dunne vormpjes uit.
Bak ze in de oven in ongeveer 15-20 minuten, tot ze lichtbruin en knapperig zijn.
Laat afkoelen en serveer ze bij de soep.

VOORGERECHT

CARPACCIO VAN SALAD BLUE

Voor de dressing:

1,5 gesnipperde sjalot

75 ml witte wijn

120 ml crème fraîche

Kook voor de dressing het sjalotje met de wijn in tot de wijn helemaal verdwenen is

Klop de crème fraîche luchtig en meng met het sjalotje. Breng op smaak met peper en zout.

Warm even op, maar laat niet koken, want dan verdwijnt het luchtige effect.

6-8 Salad Blue aardappelen in de schil
gestoomd

Peper en zout

2 eetlepels gesneden bieslook

3 stronkjes witlof in hele dunne
reepjes

150 gram Oude kaas in dunne plakjes

3 eetlepels geroosterde
pijnboompitten

1,5 eetlepel kappertjes

Takjes kervel

Takjes waterkers

Peper en zout

Haal de schil van de aardappelen, laat ze iets afkoelen en snij in hele dunne plakjes.

Beleg de borden met plakjes aardappel, bestrooi de aardappelen met peper en Keltisch zeezout.

Druppel de warme dressing erover en bestrooi met bieslook

Leg de reepjes witlof op de aardappels.

Leg er de plakjes kaas, pijnboompitten, kappertjes en kruiden op.

HOOFDGERECHT

AUBERGINETAARTJE MET KAPPERTJES-PETERSELIESAUS MET WORTELTJES EN SNIJBOONTJES

3 aubergine, geschild in blokjes van 5 mm

200 gram Scamorza kaas in blokjes van 5 mm

2 eieren, lichtgeklopt

40 gram Parmezaanse kaas

2 tenen knoflook fijngehakt

1 eetlepel oregano

Zout en peper

Week de blokjes aubergine 10 minuten in koud water.

Giet af, knijp uit en doe ze in een pan op hoog vuur.

Verwarm de aubergines onder af en toe roeren, tot zacht en bijna droog.

Koel af tot kamertemperatuur.

Schep om met de Scamorza en ei, Parmezaanse kaas, knoflook en organo en meng goed.

Breng op smaak met peper en zout.

Beleg de bodem van de bakvormpjes met bakpapier en vet licht in.

Schep het mengsel in de vormpjes en verdeel met een vork.

Zet weg tot gebruik.

Kappertjes-peterseliesaus

2 eetlepel kappertjes

4 eetlepels platte peterselie

Extra vierge olijfolie om te bedekken

Was en spoel de kappertjes.

Hak ze fijn met de peterselie, meng met de olijfolie in een kommetje.

Zet weg tot gebruik.

Worteltjes uit de oven

- 500 g worteltjes, liefst biologische, geschraapt, en heel

- 1/2 theelepel komijnzaad, geplet

- 1 handvol verse tijmblaadjes

- 4 klonten boter

- 1 glas Chardonnay

- zout en peper uit de molen

Verwarm de oven voor op 200C.

Scheur ongeveer anderhalve meter aluminiumfolie af en vouw dat dubbel zodat het twee keer zo dik en twee keer zo sterk wordt.

Leg alle ingredienten, behalve de wijn en zout en peper, in het midden van het stuk folie.

Vouw de zijkanten omhoog en giet de wijn in het pakket.

Voeg zout en peper toe.

Prop of vouw de randen van de folie in elkaar, zodat het pakket ook vanboven dicht is.

Bak het 45 minuten in de voorverwarmde oven tot de worteltjes zacht zijn.

Snijboontjes

1 pond snijbonen in wiebertjes gesneden

1 sjalot gesnipperd

Zout

Kook de snijboontjes beetgaar met een snuf zout. Bak de sjalot zachtjes in een beetje boter. Voeg de snijboontjes toe en breng op smaak.

Bak de taartjes een half uur voor het serveren 25 minuten af in een oven van 180 graden. Haal uit de vorm en leg voorzichtig op het bord. Serveer meteen met 1 eetlepel kappertjes-peterseliedressing. Leg de worteltjes op het bord. Leg een stapeltje snijboontjes erbij. Maak het taartje af met een takje groen en leg een paar kappertjes op het bord.

NAGERECHT

DESSERT VAN KWEEPEER

4 personen

Ingrediënten:

2 Kg Kweeperen

Citroensap

1 Conferencepeer

Kaneelpoeder

½ Liter (vers) sinaasappelsap

Poedersuiker

½ Eetl Kruidnagels

Filodeeg vellen

2 Kaneelstokjes

Korstdeeg

2 Steranijs

Takjes mint

475 Gram

Suiker

4 Tuilles (basisrecept)

honing

4 Kletskoppen (basisrecept)

Koken van de kweeperen

Schil de kweeperen. Snijd in stukken en verwijder de pit.

Kook de stukken gaar in de oven op 100°C in ½ liter sinaasappelsap samen met de kruidnagels, kaneelstokjes en steranijs.

Laat de kweeper 24 uur trekken in het kookvocht.

Zeef ze daarna en bewaar het kookvocht.

Kweepeersorbet

Pureer 250 gram gare kweeper en zeef de puree, zodat de pitjes verdwijnen.

Breng 125 gram kookvocht met 125 gram suiker aan de kook.

Meng er van het vuur de kweeperpuree door en laat deze compositie afkoelen.

Draai er in de ijsmachine sorbetijs

van en bewaar in de vriezer.

Kweepercompote

Hak of snijd 500 gram gare kweeper in stukjes en breng de compote op smaak met (200 gram) suiker en wat kaneel.

Kweepeersaus

Kook de rest van het kookvocht met 150 gram suiker in tot een dunne siroop en breng deze op smaak met honing en citroensap.

Chips van Peer

Snijd de peer in zeer dunne plakjes en gaar de plakjes kort in suikerwater (1 deel water en 1 deel suiker).

Laat zo mogelijk het steeltje eraan zitten. Snijd dus van steeltje naar beneden.

Laat de plakjes snel afkoelen, dep ze droog en leg ze op een bakplaat. Zorg dat ze plat blijven.

Droog ze gedurende circa 2 uren in een oven met hete lucht op 100°C.

Kaneelstengels

Snijd een plakje korstdeeg (eventueel diepvries bladerdeeg) in dunne stroken van een halve cm breed en draai ze in een schroefvorm. Leg de gedraaide stroken op een bakplaat en bestrooi ze met kaneelpoeder en bak ze goudbruin op 200°C.

Buideltje van filodeeg met compote Snijd vierkante stukken van circa 25x25 cm uit het filodeeg

Schenk op elk stuk in het midden een kwart van de compote.

Vouw het buideltje dicht. Bind het vast met een touwtje en strooi er poedersuiker over.

Bak de pakketjes kort in een hete oven van 225°C tot het filodeeg goudbruin begint te kleuren.

Verwijder voorzichtig het touwtje, want het deeg breekt snel.

Opmaak:

Leg de compote met een steker (in de vorm van een peer) op het bord.

Leg er een (warm) buideltje bij, een bol sorbetijs en een amandeltuille.

Lepel er de warme kweepeersaus en warme honing tussen en garneer met perenchips, takje mint en de kaneelstengels