

CULINAIR Gilde ZEELAND - VEGETARISCHE KOOKGOEP

MENU SEPTEMBER 2017

THEMA SPAANS

Amuse

Tortilla de patatas con pan con tomate

Voorgerecht

Gazpacho

Tussengerecht

Empanadillas met groentesaus

Tussengerecht

Salade gegrilde courgette met
radicchio, basilicum en mozzarella

Hoofdgerecht

Pimientos de Padron met Pommes Gaufrette/Dauphin

Nagerecht

Crema Catalana met frambozencoulis en koekkrum

Tortilla de patatas con pan con tomate - Aardappelomelet met tomatenbrood

Ingrediënten

Aardappelomelet

- 600 gr aardappelen, geschild in plakken
- 2 ui, geschild, in ringen
- 6 eieren
- olijfolie
- zout

Tomatenbrood

- 4 sneden ambachtelijk brood, warm geroosterd
- 2 rijpe tomaten
- 1 knoflookteen (optioneel)
- olijfolie
- zout

Benodigdheden

tortilla pan van Coby of Helene

Bereiding aardappelomelet

Schil en was de aardappelen, snij ze in dunne plakken.

Schil de ui en snij de ui in halve ringen.

Bak de aardappelen in olijfolie op medium vuur. Voeg de ui toe als de aardappelen halfgaar zijn.

Bak verder tot ze klaar (zacht) zijn en laat ze uitlekken op keukenpapier. Strooi er wat zout over.

Breek de eieren in een aparte kom en voeg wat zout toe. Voeg het aardappel-uienmengsel er aan toe en meng.

Verwijderde olieresten uit de pan. Bak de omelet in de warme pan tot de bodem bruin begint te worden. Keer de omelet voorzichtig in de pan om en bak af.

Snij in kleine partjes.

Bereiding tomatenbroodje

Pel de knoflookteen en halveer. Snijd de tomaten ook door de helft.

Wrijf het brood in met de knoflookteen en daarna met de tomaat.

Voeg wat zout toe en besprenkel het met olijfolie.

Serveer een klein puntje aardappeltortilla met een puntje tomatenbroodje.

GAZPACHO - Koude groentesoep



Ingrediënten

- 4 sneden wit brood
- 1200 gr tomaten, gepeld, gehakt
- 2 rode paprika, geroosterd en ontdaan van zaadjes, gehakt
- 2 groene paprika, geroosterd en ontdaan van zaadjes, gehakt
- 0,5 rood pepertje
- 1,5 komkommer, geschild en in stukjes gesneden
- 1 bosje bosui, geschild en in gesneden stukjes
- 3 knoflookteentjes
- 10 el extra vierge olijfolie
- 2 theel sherryazijn of citroen
- 1-2 theel zout

Voor de opmaak:

- 2 sneden witbrood voor croutons
- 1 trosje minitomaatjes
- 0,5 komkommer in fijne julienne

Benodigdheden

keukenmachine, mixer

Bereiding

Week het brood in koud water en azijn - 1 uur.

Rooster de paprika's en doe ze in een plastic zak om ze makkelijk te kunnen pellen.

Doe de tomaten even in kokend water en pel ze eraan.

Meng alle gesneden groentes en de knoflook in een aparte kom en mix met mixer/keukenmachine.

Voeg indien nodig wat water toe.

Knijp het brood uit en voeg het toe aan het groentemengsel.

Voeg tijdens mixen de olijfolie beetje bij beetje toe.

Voeg wat zout toe naar gelang nodig.

Laat het koud worden in de koelkast

Bak de croutons in olijfolie

Serveer de gazpacho met de in julienne gesneden komkommer, de croutons en de tomaatjes.

Empanadillas met groentesaus

Ingrediënten

600 g bloem
200 g boter
water
250 g kastanje champignons
2 uien
2 rode paprika's
2 teentjes look
20 zwarte olijven (ontpit)
twee grote eetlepels ricotta
2 eieren
kruiden: tijm, marjolein, peper, zout
eventueel een koffielepel Harissa
olijfolie

Voor de saus:

½ gele ui (in stukjes)
1 groene paprika
1 avocado
1 teentje knoflook
¼ bos peterselie
¼ bos koriander
30 ml rodewijnazijn
¼ tl zout
¼ tl peper
60 ml olijfolie



Bereiding

Je begint best met het bereiden van de vulling, zo kan de vulling nog mooi afkoelen.

- Snipper de ui en het teentje look heel fijn.
- Ontdoe de paprika van de zaadlijstje en van het velletje (gebruik hiervoor een dunschiller) en snij in heel kleine blokjes.
- Ook de champignons snij je in heel kleine blokjes. Let op dat alles een gelijkaardige grootte heeft en heel klein is, dit komt de vulling ten goede!
- Doe wat olijfolie in een pan en stook de groenten lichtjes aan.
- Snij de olijven in kleine stukjes en voeg deze op het einde ook toe aan de gestoofde groenten.
- Zet de vulling aan de kant om rustig af te koelen.
- Verwarm de heteluchtoven voor op 200°.
- Smelt de boter in een pannetje of in de magnetron.
- Meng in de keukenmachine de bloem met de boter, gebruik de menghaak.
- Voeg op het einde een scheutje water toe (begin met een klein scheutje, je kan nog steeds wat extra water toevoegen indien nodig). Meng tot je een vast deeg krijgt dat een bol wordt.

- Haal de deegbol uit de mengkom en kneed verder op je werkblad dat je lichtjes met bloem hebt bestoven. Rol het deeg dun uit totdat het slechts enkele millimeters dik is.
- Neem een ronde steekvorm en steek cirkeltjes uit het deeg. Indien je niet beschikt over ronde steekvormen, gebruik dan een groot glas of een kommetje.
- Doe een grote eetlepel ricotta bij de afgekoelde vulling, meng goed.
- Doe een schepje vulling op de deeggrondjes en vouw dicht zodat je halve maantjes krijgt.
- Sluit de empanada door met een vork de ronde rand dicht te drukken, dit zorgt ook voor een decoratief effect.
- Doe de eierdooier in een kommetje, klop los met een scheutje water.
- Leg de empanadas op een bakplaat met bakpapier, bestrijk ze met de eierdooier. Dit zal voor een mooie gouden kleur zorgen.
- Bak gedurende 20 à 25 minuten in de voorverwarmde oven.

Maak de saus:

Doe alle ingrediënten, behalve de olijfolie samen in een hakmolen en mix tot je een homogene saus bekomt. De saus hoeft niet super glad zijn.

Voeg op de laagste stand geleidelijk aan de olijfolie toe tot een goed mengsel. Proef en kruid bij naar smaak.

Serveer de empanadillas, met de saus.

Gegrilde courgette - Salade van gegrilde courgette, radicchio, basilicum en mozzarella

Ingrediënten

Gegrilde courgette

- 4 courgettes
- olijfolie - mild

Salade

- 2 rode uien, in dunne partjes
- 1 krop radicchio, ongeveer 160 gr, in dunne partjes, met de kern eraan
- 4 el olijfolie
- 2 bollen buffelmozzarella
- olijfolie extra vergine
- een paar snufjes za'atar (Gedroogde oregano en tijm met sesamzaad, zout en snufje sumak in een vijzel fijn malen)
- 200 gr zwarte olijven, ontpit
- fijn geraspte schil van 1 citroen
- 20 blaadjes basilicum

Benodigheden

grillpan

Bereiding gegrilde courgette

Snijd de courgette in de lengte in plakken van ongeveer 1 cm dik.

Verwarm de grillpan.

Meng de courgette door de olijfolie.

Leg de plakken naast elkaar om te grillen – niet op elkaar om 'zweten' te voorkomen.

Rooster 2 tot 5 minuten aan beide kanten tot de courgette een mooi grillpatroon heeft.

Bestrooi met peper en zout.

Bereiding salade

Meng de ui en de radicchio door de olijfolie en rooster op dezelfde manier als de courgette.

Verdeel alle gegrilde groente over een bord.

Scheur de mozzarella in stukjes en verdeel erover.

Garneer met extra vergine olijfolie, za'atar, olijven, citroenschil en basilicum.

Pimientos de Padron met Pommes Gaufrette/Dauphin

Ingrediënten

36 Pimientos de Padron (groene pepers mild)
200 gram Manchego, geraspt
2 citroenen, geraspte schil
2 eetlepels zure room
Olijfolie

De Pommes Gaufrette

Aardappelen
Frituurolie

De Pommes Dauphin

2,5 dl. Water
100 gram boter
180 gram bloem, gezeefd
4 eieren
1 kilo aardappelen

Garnering

1 krop bindsla
Tomaten, gepeld, pitjes verwijderd, gemarineerd in olijfolie, peper, zout en een drupje witte wijnazijn en in blokjes gesneden.

Bereiding

Kook de aardappelen gaar en stamp ze. Breng ze hoog op smaak met peper en zout en wat knoflookpoeder (in dit geval, anders andere ruiden toevoegen)
Zet het water op, doe de boter erbij en laat smelten in het water.
Doe in een klap de bloem erbij en goed roeren, even laten garen en dan van het vuur af.
Roer ei voor ei erdoor terwijl je flink blijft roeren.
Doe dan 200 gram aardappelpuree en en 250 gram beslag bij elkaar (afwegen)

Pak een Pommes Gaufrette, spuit er een dotje pommes Dauphin op en dek af met een Pommes Gaufrette. Maak zo 2 stuks pp.

De Pimientos de Padron

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Meng geraspte manchego, geraspte citroenschil, een fijngesneden rode paprika en een dot zure room.

Neem 36 pimientos de padrón, keep ze in en verwijder de zaadjes. Vul ze met het mengsel, maak ze dicht.

Leg ze in een ovenschaal. Besprenkel met olie en bak 5–10 minuten, tot ze donker zijn.

Serveren

Frituur 2 gevulde aardappelwafeltjes in frituurolie.

Leg 3 pimientos de Padron op het bord met de twee aardappelwafeltjes en garneer met een blaadjes bindsla en de tomatenblokjes.

Crema catalana – Catalaanse specialiteit met frambozencoulis en koekkruim

Ingrediënten

9 eieren – alleen de dooiers
350 gr suiker
1,5 l melk
60 gr maizena
1 schil van 1,5 citroen
1,5 kaneelstokje
1 vanillestokje

Koekkruimels:

100 gram bloem

70 gram kristalsuiker

60 gram boter

8 blaadjes basilicum fijngesneden

Benodigheden

mixer

Bereiding

Breng 750 ml melk al roerend langzaam aan de kook samen met citroenschil, kaneelstokje. Splijt het vanillestokje en doe het merg erbij.

Haal van het vuur af en laat ca. 15 minuten trekken.

Mix de eidooiers met de suiker tot het romig wordt.

Voeg de melk erbij en mix het geheel.

Verwarm het in een sauspan op medium hoogte, voortdurend blijven roeren.

Los het zetmeel op in de overgebleven melk en roer het door het geheel.

Breng al roerend aan de kook en neem van het vuur zodra het gaat bubbelen.

Roerend laten afkoelen.

Verdeel het over kleine aardewerk schaaltes voordat het geheel compleet is afgekoeld.

Koekkruimels:

Doe alle ingrediënten voor het koekkruim in een kom en kneed het met je handen door elkaar. Zorg ervoor dat het niet een grote klomp deeg wordt, maar allemaal kleine klompjes en kruimels.

Verspreid het over een bakmat en doe het ongeveer 15 minuten in de oven.

Laat het afkoelen en hak het daarna fijn.

Frambozencoulis:

Doe de frambozen (hou er nog wat achter voor de opmaak) in de blender en breng zo nodig op smaak met honing en/of poedersuiker.

Serveren:

Maak de borden mooi op met de crema Catalana, de frambozencoulis, de koekkruimeltjes, frambozen en een blaadje basilicum.