

4 GANGEN MENU MAART 2020

Thema: Voorjaar

Sushi met zalm, brie en zoet zure asperge

Courgette met pistou met zeebaars en gepocheerde groenten

Entrecôte met een tarte tatin van aardappel en geitenkaas

Pecannotenijs op een merengue van citroen, lemoncurd en een wafel van appel

Menusamenstelling: Henri van Dun

*Smakelijk eten namens de menucommissie
Henri, Wilma, Pim, Alex, Mario, Frans en Dick*

Sushi met zalm, brie en zoet zure asperge

Amuse voor 11 personen

Uitvoering: 3 personen

Moeilijkheidsgraad: 

Uitserveren: 14.00 / 20.00 uur

Apparatuur: sushi bamboematje, mandoline, frituur 170-180°C

BENODIGDHEDEN:

BEREIDING:

Sushi rijst

300 g sushi rijst
5 dl water
35 ml rijstazijn
15 g witte basterdsuiker
2 g zout

Was de rijst een aantal keren heel goed in water tot het moment waarop het water niet meer troebel is. Kook de rijst in 5 dl water. Als de rijst gaat koken op een plaatje doorkoken zodat het niet te snel gaat. Maak een mengsel van de rijstazijn, de basterdsuiker en het zout. Let erop dat de suiker geheel wordt opgelost. Stort de rijst als deze klaar is in een grotere schaal, voeg het mengsel toe en laat de rijst langzaam afkoelen.

Zoetzure asperges

10 groene asperges
100 ml rijstazijn
60 g suiker
2 sjalotjes
rasp van citroen (zie onder)

Snipper de sjalotjes. Meng de rijstazijn, de sjalotjes, de suiker en de citroenrasp. Verwarm het mengsel tot de suiker volledig is opgenomen. Laat niet koken. Laat de marinade vervolgens afkoelen. Was de asperges. Snijd de harde onderkant van de asperges. Breng ruim water met een beetje zout en suiker aan de kook. Draai het vuur uit en laat de asperges garen in het afkoelende water. De asperges zijn klaar wanneer ze beetbaar zijn. Snijd de afgekoelde asperges door in de lengte om de marinade beter te laten opnemen. Leg ze in een kleine metalen bak om te marinieren. Giet het mengsel over de asperges en laat tenminste 1 uur marinieren.

Wasabi mayonaise

50 g eigeel
4 tl wasabipasta
225 ml zonnebloemolie
35 ml rijstazijn
30 ml gembersiroop
peper en zout

Klop onder het toevoegen van kleine beetjes zonnebloemolie met een garde de eierdooiers en voeg de wasabipasta toe. Doe dat langzaam zodat de zonnebloemolie wordt opgenomen. Dit herhaal je totdat de olie geheel is toegevoegd. Voeg daarna de sushi azijn toe en de gembersiroop. Op smaak brengen met peper en zout en evt. wat meer wasabi. Doe de wasabi mayonaise in een spuitzak.

De sushirol

4 bladen nori
200 g gerookte zalm
200 g verse zalm
125 g brie
1 avocado
1 citroen

Het maken van een sushi rol is niet ingewikkeld. Indien je het niet eerder gedaan hebt: Kijk de video https://www.youtube.com/watch?v=08jwep99A_I

Snijd de avocado in zeer dunne plakjes. Besprenkel de avocado met wat citroen.

Snijd de verse en de gerookte zalm in langwerpige reepjes. Leg een blad nori neer op een sushi matje of op plastic vershoudfolie. Zorg ervoor dat de handen wat vochtig zijn en spreid voorzichtig een laagje rijst

	<p>over $\frac{3}{4}$ van het nori blad. Leg hierover vershoudfolie. Draai dan het nori blad om zodat de folie op het matje komt te liggen. Verdeel en stapel de zalm, wat schijfjes avocado, de asperge, een deel van het zachte gedeelte van de brie.</p> <p>Spuit er een dunne straal wasabimayonaise over. (Let op dat je wat overhoudt voor de eindbewerking.) Rol met het matje het geheel tot een dikke worst. Zorg ervoor dat het strak wordt ingerold maar dat de nori niet breekt. Laat even het folie erom heen zitten zodat het goed blijft plakken.</p> <p>Op het moment van serveren worden uit elke rol 8 schijven (Sushi's) gesneden. Het snijden gaat het best wanneer het mes na enkele sneden vochtig gemaakt wordt. Dat voorkomt plakken.</p>
<p>Lotus chips 1 lotus wortel (ca. 15 cm) 5 dl water 20 ml rijstazijn zonnebloemolie zout paprikapoeder mosterdpoeder</p>	<p>Schil de lotuswortels met een dunschiller. Schaaft vervolgens dunne schijfjes van de wortel zodat je het patroon met gaten goed blijft zien. (ca 1 tot 2 mm) Doe de schijfjes in een kom met water met een scheutje rijstazijn. Week de schijfjes circa een $\frac{1}{2}$ uur in het azijn bad. Spoel de schijfjes af in een vergiet en laat ze uitlekken. Dep ze vervolgens droog met keukenpapier. Frituur de schijfjes circa 3-5 minuten goudbruin in meerdere etappes, zo voorkom je dat ze niet aan elkaar zullen plakken. Temperatuur frituur 170-180°C.</p> <p>Laat ze uitlekken op keukenpapier, bestrooi ze met wat zout en een klein beetje paprikapoeder en mosterdpoeder voordat ze worden geserveerd.</p>
<p>Gefrituurde paddenstoelen in Tempura 200 g Enokitake paddenstoelen 100 g tempura meel 1,5 dl gevogeltesfond op basis van concentraat snufje zout 1 tl kerrie poeder</p>	<p>Meng 1.5 dl gevogeltesfond met behulp van concentraat en ijskoud water. (gebruik zonodig ijsblokjes om het water te koelen) Maak met het tempurameel, het gevogeltesfond en de kerriepoeder een beslag. Voeg evt een snufje zout naar smaak toe. Niet te lang kloppen om te voorkomen dat er glutenketens ontstaan. Snij de onderkant van de paddenstoelen af zodat de stengels van de paddenstoelen los zijn van elkaar komen. Voeg de paddenstoelen toe aan het beslag en meng dit voorzichtig. Haal de paddenstoelen uit het beslag en frituur deze meteen goudbruin op 180 graden in de zonnebloemolie die ook voor de lotus chips is gebruikt. Droog de stukken tempura paddenstoelen op papier zodat deze krokant blijven. Bewaar de paddenstoelen onder een warmte lamp tot gebruik.</p>
<p>Eindbewerking en presentatie</p>	<p>Snij elke sushirol in 8 schijven. Serveer twee schijven op een bord. Zet een rechtop en leg er een plat. Doe bij elke schijf een dot wasabi mayonaise. Garneer met een klein reepje gefrituurde paddestoelen en gefrituurde lotuswortel.</p>

Courgette met pistou met zeebaars en gepocheerde groenten

Tussengerecht voor 11 personen

Uitvoering: 3 personen
 Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴
 Uitserveren: 14.30 / 20.30 uur
 Apparatuur: Blender, julienne rasp, wokpan

Let op: de bewerkingen zijn kortdurend. Bereid zoveel mogelijk voor en bereid de minigroenten, de vis en de courghetti parallel vlak voor het uitserveren.

BENODIGDHEDEN:

BEREIDING:

Pistou

1 grote bos basilicum
 3 teentjes knoflook
 100 ml olijfolie
 1 gr zout

Verwijder de steeltjes van de basilicum. Pel de knoflook.
 Doe de knoflook in een blender en voeg 1 gr zout en de blaadjes basilicum toe en maal ze tot je een gladde pasta krijgt. Voeg de olijfolie langzaam, druppel voor druppel, toe en blijf ronddraaien met de stamper. Doe de pistou in een kom. Als hij te dik lijkt, roer je er wat meer olijfolie door.

Kappertjesmayonaise

4 el kappertjes
 2 eidooiers
 1 teen knoflook
 1,5 dl zonnebloemolie
 1 citroen
 3 tl witte wijnazijn
 1 tl Dijonmosterd
 ½ tl zout

Pel de knoflook en pers deze uit. Was de citroen. Rasp de schil en pers daarna de citroen uit. Doe de knoflook, de eidooiers, azijn, mosterd, zout en het citroensap en de olie in een mengbeker en meng deze met een staafmixer tot er een mooi geëmulgeerde massa ontstaat. Laat de kappertjes uitlekken en snijd deze zeer fijn. Voeg de kappertjes en de citroenrasp bij de mayonaise. Doe het geheel in een spuitzak en leg deze weg tot het moment van serveren.

Minigroenten

200 g miniwortels
 100 g minivenkels
 100 g dunne asperges
 50 g minicourgettes
 100 gr miniprei

Pocheren

6 dl witte wijn
 4 dl water
 2 dl olijfolie
 2 citroenen
 2 laurierblaadjes
 1 kleine ui
 2 stengels bleekselderij
 1 tl zout

Was de groenten en maak ze schoon. Laat waar mogelijk de steeltjes en de bladeren zitten. Snijd de groenten afhankelijk van het formaat overlans doormidden of in vieren zodat de stukken even groot zijn. Hele dunne groenten hoeven niet te worden gesneden. Pers de citroenen. Snijd de ui in ringen. Snijd de bleekselderij in dunne reepjes van ca. 4 cm lang. Giet de wijn en het water in een ruime pan en laat deze koken ca 2 tot 3 minuten. Voeg 1,5 dl citroensap, de olijfolie, de laurierblaadjes, de ui en het zout toe en breng de pocheervloeistof tegen de kook aan. Doe vervolgens eerst de venkel en de worteltjes in de vloeistof. Voeg na 3 minuten de asperges, de courgette en de prei toe. Pocheer nog 3 tot 4 minuten. Alle groenten zijn nu beetgaar.

<p>Courghetti 2 grote courgettes 3 sjalotjes 1 limoen zout peper olijfolie</p>	<p>Pel de sjalotjes en snipper de sjalotjes. Was de courgettes. Draai met de spiraalsnijder mooie spaghetti-slierten van de courgettes, zorg dat ze niet al te lang zijn! Zet deze apart. Pers de limoen uit. Verwarm wat olie in de wokpan en doe daar de helft van de pistou in. Voeg courgette toe en bak ongeveer 3 minuten mee. Voeg de helft van het limoensap toe. Schep regelmatig om. Als de courgette slierten gaar zijn overige pistou naar smaak toevoegen!</p>
<p>Gebakken zeebaars 4 stuks (1300-1500 g) verse zeebaars 1 citroen peper zout 4 takjes dille</p>	<p>Fileer de zeebaars. Voor een instructie om zeebaars te fileren zie: https://www.visfileren.nl/component/allvideoshare/video/zeebaars-fileren?Itemid=152 Verwijder de huid niet. Dep de vis droog en portioneer de zeebaars in gelijke stukken. Was de citroen. Rasp de citroen en pers de citroen uit. Wrijf de zeebaars in met peper en zout. Zet klaar om op de huid te bakken. Bestrooi de vis met wat dille en sprenkel er citroenrasp en citroensap overheen. Verwarm olijfolie en bak de vis kort zodat de huid krokant is. Beweeg de vis zo min mogelijk om de stukken heel te houden.</p>
<p>Eindbewerking en presentatie</p>	<p><i>Let op het gerecht dient warm te worden geserveerd. Zorg ervoor dat de borden goed warm zijn. De meeste componenten moeten gelijktijdig worden bereid. Dit vergt zorgvuldige voorbereiding en regie.</i></p> <p>Leg in het midden een hoopje courgette, serveer daarop de zeebaars. Drapeer daaromheen de mini-groenten. Garneer het bord met kleine druppels kappertjesmayonaise.</p>

Entrecôte met een tarte tatin van aardappel en geitenkaas

Hoofdgerecht voor 11 personen

Uitvoering: 3 personen

Moeilijkheidsgraad: 🍳👨🍳

Uitserveren: 15.00 / 21.00 uur

Apparatuur: oven 130°C, oven op 200°C en later op 180°C, snijmachine, frituur

BENODIGDHEDEN:

Tarte tatin (Receptuur Ottolenghi)

450 g Roma cherrytomaten

750 g krielaardappeltjes ongeschild

1 grote ui

300 g harde geitenkaas in plakken

300 g bladerdeeg

150 g suiker

60 ml olijfolie

20 g boter

6 takjes verse oregano

zout

zwarte peper

BEREIDING:

Verwarm de oven voor op 130°C. Was de cherry tomaatjes en snijd deze doormidden. Leg de tomaatjes met de gesneden kant naar boven op een met bakpapier beklede bakplaat. Besprenkel de tomaatjes met olijfolie en strooi er zout en zwarte peper overheen. Zet de tomaatjes tussen de 45 en 60 minuten in de oven. Let op 50 gr van de cherrytomaatjes zijn bedoeld voor de vierde gang.

Was de krielaardappeltjes. Kook de aardappeltjes gaar. Giet de aardappeltjes af en laat ze afkoelen. Snijd aan de bovenzijde en de onderzijde van de aardappeltjes een dun reepje af. Snijd de aardappeltjes dan in plakken van ca. 2 cm dik.

Maak de ui schoon en snijd de ui in dunne ringen. Bak de ui in olie met zout goudbruin. Rits de oreganoblaadjes van de takjes. Vet een kleine bakplaat (ca.30 bij 30 cm) met een opstaande rand van 3 cm in met wat olie. Bekleed de bakplaat met bakpapier.


Verhit in een pan de boter en de suiker. Niet roeren. Je kunt de pan wat heen en weer bewegen zodat alle suiker oplost. Verhit de pan zachtjes zodat de suiker oplost tot een middelbruine karamel. Giet de karamel uit over de bakplaat zodat de hele plaat gelijkmatig is bedekt. Strooi de oreganoblaadjes gelijkmatig over de karamel. Leg de aardappelschijfjes tegen elkaar aan op de bakplaat in de karamel. Druk voorzichtig de gedroogde tomaatjes en de ui in de open ruimten tussen de aardappelschijfjes. Bestrooi de bovenkant met zout en peper (royaal). Verdeel de plakjes geitenkaas over de plakjes aardappel zodat alles is bedekt.

Rol het bladerdeeg uit tot een grote lap die 3cm groter is dan de bakplaat. Leg de uitgerolde lap over de taartvulling en druk de rand rond de aardappels in de vorm. Verwarm de oven voor op 200°C. Bak de taart 25 minuten in de oven. Wijzig na 25 minuten de temperatuur naar 180°C en bak dan nog ca. 15 minuten.

	<p>Haal de taart uit de oven en laat deze ca. 2 minuten afkoelen.</p> <p>Leg een bakplaat op de taart en keer de taart in een snelle beweging in een keer om. Verwijder de bakplaat en het bakpapier. Zet in de warmhoudkast om warm te serveren.</p>
<p>Aubergine 2 aubergines 2 teentjes knoflook 100 g bloem 3 el verse oregano 1 el korianderzaad zeezout zwarte peper</p>	<p>Was de aubergines goed. Droog de aubergines en snijd de aubergines met de snijmachine in plakken van ongeveer 1,5 centimeter dikte. Bestrooi met zout en dek af met keukenpapier. Zet onder lichte druk en laat ongeveer een half uur intrekken. Het keukenpapier neemt het vocht op. Hak de oregano en de knoflook fijn. Maal het korianderzaad in de vijzel. Vermeng de oregano, de knoflook en het gemalen korianderzaad.</p> <p>Leg de gedroogde aubergine schijven in een bak en bestrooi met bloem.</p> <p>Bak de schijven a la minute op hoog vuur in een pan met anti aanbaklaag. Olie is niet nodig. Houd wel de schijven in beweging. Bestrooi vervolgens de schijven met het kruidenmengsel</p>
<p>Entrecote 1100 g entrecote aan een stuk 6 takjes verse rozemarijn 6 takjes verse tijm zout peper 100 gr boter om te klaren</p>	<p>Pel de sjalotjes en snipper deze. Hak de tijm en de rozemarijn. Klaar de boter. Dep de entrecote droog en wrijf het vlees in met zout en ca. 1 el rozemarijn en tijm. Het restant bewaren voor de saus.</p> <p>Bak de entrecote in de geklaarde boter rondom bruin. Haal de entrecote uit de pan bestrooi met wat zwarte peper en verpak de entrecote in aluminiumfolie.</p>
<p>Rode wijnsaus 6 dl rode wijn 60 ml port 4 kleine sjalotjes 10 peperkorrels 2 laurierblaadjes 1 el honing 0,5 l runderfond worchestersaus 100 g koude roomboter</p>	<p>Doe de gesnipperde sjalotjes in de pan en bak deze kort. Voeg de rode wijn en port toe. Kneus de peperkorrels en voeg deze samen met het restant van de rozemarijn en de tijm, de laurierblaadjes en 1 el honing in de pan en laat koken. Als de saus een derde is ingekookt de runderfond toevoegen. Laat verder inkoken totdat deze op smaak is. Voeg eventueel een scheutje worchestersaus toe.</p> <p>Zet de entrecote in de oven zodra de saus inkookt en laat deze doorgaren tot een kerntemperatuur van 51°C. Monteer de saus met roomboter totdat deze de gewenste dikte heeft.</p>
<p>Eindbewerking en presentatie</p>	<p>Portioneer de tarte tatin in 11 porties. Leg deze aan de linkerzijde (net iets van het midden) van een verwarmd groot bord. Leg schuin daartegen aan een schijf aubergine. Portioneer de entrecote en leg voor de tarte tatin de entrecote. Laat wat saus over de entrecote lopen.</p>

Pecannotenijs op een merengue van citroen, lemoncurd en een wafel van appel

Nagerecht voor 11 personen

Uitvoering: 3 personen
Moeilijkheidsgraad: 
Uitserveren: 16.00 / 22.00 uur
Apparatuur: Oven 90°C en oven 120°C

BENODIGDHEDEN:

citroen merengue

6 eiwitten
125 g suiker
125 g poedersuiker
rasp van 1 citroen

BEREIDING:

Bekleed een bakplaat met bakpapier. Verwarm de oven voor op 90°C.
Klop de eiwitten. Voeg tijdens het kloppen geleidelijk de suiker, de poedersuiker en de citroenrasp toe. Klop de eiwitten stijf zodat je pieken kunt maken die blijven staan.
Neem een spuitzak met rond glad spuitmondje (opening van ongeveer 1 cm doorsnede) en vul deze met merengue.
Spuit eerst een klein cirkeltje van ongeveer 3 tot 4 cm, op de buitenste rand spuit je nog 2 lagen merengue om zo een bakje te vormen. Maak op deze manier 11 schuimbakjes
Bak de schuimpjes in 1,5 uur op 90°C.

Lemoncurd

3 citroenen
300 g fijne kristalsuiker
125 g roomboter
2 eieren

Was de citroenen en rasp de schil. Gebruik de rasp van 1 citroen voor de merengue. Pers de citroenen uit.
Verwarm de citroenrasp, suiker en roomboter au bain marie in een kom. Laat de ingrediënten in de kom smelten en roer rustig door tot een gladde massa.
Als de boter is gesmolten het citroensap toevoegen. Zodra dit is opgelost twee geklopte eieren toevoegen. Blijf rustig roeren in de kom terwijl de lemon curd steeds wat dikker wordt. Als de lemon curd de dikte van yoghurt heeft is hij goed. Giet de lemon curd vervolgens in een schaal en laat afkoelen.

Pecannoten ijs

Het pecannotenmengsel

50 g boter
75 g pecannoten
150 g lichtbruine basterdsuiker

Het ijs

2 eierdooiers
75 g lichtbruine basterdsuiker
470 ml slagroom
een paar druppels vanille extract

Hak de pecannoten grof. Doe de pecannoten samen met de boter en de basterdsuiker in een pannetje en verwarm dit al roerend op laag vuur tot alle suiker is opgelost.
Haal de pan meteen van het vuur zodat het mengsel niet aanbrandt. Stort de helft van het mengsel in een kom en laat dit afkoelen. De rest kan achterblijven in de pan en wordt als topping verwarmd bij het uitserveren. Verkruimel het afgekoelde deel en zet dit klaar om straks bij het ijs te voegen.

Klop de eierdooiers, de basterdsuiker en 350 ml slagroom tot een dik mengsel. Klop vervolgens de rest van de slagroom en het vanille extract erdoor. Doe het mengsel in de ijsmachine en draai er ijs van. Voeg het

	<p>verkrumelde pecannotenmengsel toe aan het ijs voordat het ijs hard wordt in de machine. Zet het ijs in bolletjes vorm in de vriezer nadat de machine gereed is. (Gebruik daar eventueel de siliconenvormen voor of maak met een ijsschep de bolletjes.) Haal het ijs eruit 15 minuten voordat het geserveerd wordt.</p>
<p>Wafel van appel 2 elstar appels 2 dl water 125 g suiker 2 kaneelstokken</p>	<p><i>Let op: maak deze component niet te vroeg om te voorkomen dat hij zacht wordt.</i></p> <p>Verwarm de oven voor op 120°C. Verwarm het water met de suiker totdat het tegen de kook aan komt. Laat de kaneelstokken er ongeveer een half uur in meetrokken. Was de appels. Snijd de appels met behulp van de snijmachine in dunne schijven van 2 mm. Snijd daarna van de schijfjes een fijne julienne. Leg de appel ongeveer 5 minuten in het kaneelsuikerwater, laat vervolgens uitlekken. Bedek twee bakplaten met een siliconenmatje. Neem een rechthoekige steker met 4 cm doorsnede. Verdeel de appel over de siliconenmatjes. Gebruik de steker om vorm te geven aan de appelslierten. Snijd als de vorm wordt weggehaald de vorm doormidden. Je hebt dan stroken van ca 2 cm breed en 5 cm lang Bak ongeveer 30 minuten in een oven van 120°C. Laat afkoelen en zet weg.</p>
<p>Eindbewerking en presentatie</p>	<p>Eindbewerking en presentatie Plaats op elk bordje een bakje van merenque. Vul deze met de lemon curd en steek daar een of twee appelkoekjes in. Leg daarnaast een bolletje ijs. Bestrooi met restant van het pecannotenmengsel.</p>