



## Menu maart 2022

11 personen

### Thema: "Voorjaar"

*Licht, groen, kleur etc zijn woorden die aansluiten bij de beleving van het voorjaar. Dit menu haakt hierop met niet te zware vaak kleurige gerechten, waarin ook veel groen is verwerkt.*

Soep van gele paprika met heilbot  
Peruaanse ceviche met zoete aardappel en avocado  
Kalfsoester met voorjaarsgroenten  
Bieten/bramensorbet met een szechuan pavlova en zoete citroenroom

**Samengesteld door : Mario Stoel**

Eet smakelijk!

# Soep van gele paprika

## met heilbot, venkel en pastisroom

*Uitserveren om: 14.00 uur - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: Snelkookpan, Japanse mandoline, Staafmixer, rookpan, oven 75°C.*

### Ingrediënten voor 11 porties

---

#### Kippenbouillon

750 g kippendijen  
75 g winterwortel  
75 g ui  
75 g prei

---

#### Soep van paprika

4 a 5 teentjes knoflook  
1,5 stengels bleekselderij  
3 gele paprika's  
1 of 2 venkelknollen  
1,5 theel. kurkumapoeder  
1,125 l kippenbouillon  
135 ml slagroom  
Peper, zout

---

#### Gerookte heilbot

450 g heilbot met vel  
½ el rookmot

---

### Bereidingswijze

---

Verwarm 2 el zonnebloemolie in de snelkookpan. Bak de kippendijen aan. Voeg de gesneden wortel, ui en prei toe en laat even meebakken. Voeg 1,75 l water toe totdat de dijen net onder water staan.

Breng het water aan de kook en laat onder druk ca. 40 minuten op laag vuur koken. Haal de pan van het vuur en laat afkoelen door stromend koud water over de zijkant van de pan te laten lopen. Zeef en ontvet de bouillon, druk het vocht uit de groente. Proef en breng verder op smaak. Gebruik de bouillon voor de bereiding van de soep.

---

Maak de knoflook schoon en snijd in plakjes.

Snijd de bleekselderij in kleine stukjes

Snijd de venkelknollen in 2 stukken. Probeer zoveel mogelijk van het venkelpluim t.b.v. de garnering bij opmaak over te houden.

Snijd 1 ½ venkel in blokjes van ca 1 cm. De resterende halve venkel is voor de garnituur. Verwijder de zaadlijst uit de paprika's en snijd ze in stukken van ca 1 cm.

Verhit een scheutje olie en bak op middelhoog vuur de knoflook, blokjes venkel en blokjes bleekselderij totdat deze glazig zijn.

Voeg de kurkumapoeder en de paprikablokjes toe en bak 1 minuut mee.

Voeg de kippenbouillon toe en breng het mengsel aan de kook. Laat ca 10 minuten koken totdat de ingrediënten gaar zijn.

Pureer de soep en schenk het mengsel door een zeef (niet te fijn, de soep mag nog vezelresten bevatten) in een andere pan. Voeg 180 ml room toe. Breng het geheel op smaak met peper en zout.

---

Dep de filet droog en bestrooi het visvlees met wat zeezout. Smeer de velkant licht in met wat olijfolie. Smeer ook wat olijfolie op het rooster van de rookpan.

Verdeel de rookmot over het midden van de bodem van de rookpan. Zet de rookpan op laag vuur met het deksel voor 2/3 gesloten. En wacht tot het begint te roken. Zet de vlam uit. Leg de heilbot met de velkant op het rooster en schuif het deksel dicht. Rook de vis ca 8 minuten, totdat het visvlees niet meer glazig is.

---

---

**Pastisroom**

150 ml slagroom  
4,5 el pastis

---

Klop de room half en voeg de pastis toe. Klop door tot een mooie lobbige room waar gemakkelijk quenelles uit geschept kunnen worden.

---

**Garnituur**

110 g zeekraal  
Halve bol venkel  
Venkelpluim  
Gerookte heilbot

---

***Zeekraal:***

Verwijder evt. harde uiteinden van de zeekraal. Blancheer de zeekraal ca 20 seconden in kokend water. Giet af in een zeef en koel direct met koud stromend koud water. Goed laten uitlekken.

***Venkel:***

Snijd, m.b.v. de Japanse mandoline, de venkel in flinterdunne plakjes. Snijd evt. grotere plakken kleiner. Blancheer 1 minuut. Giet af in een zeef en koel direct met koud stromend koud water. Goed laten uitlekken.

***Gerookte heilbot:***

Verwijder het vel van de heilbot en verdeel het visvlees in 12 porties.

***Venkelpluim:***

Verdeel de pluim in 11 porties.

---

**Eindbereiding**

---

Verwarm de soep en klop deze schuimig door de staafmixer met de golfjes aan de bovenkant van de vloeistof te houden.

---

**Presentatie**

*voorverwarmde soepborden*



---

Leg wat venkelplakjes op de bodem van het bord. Leg daarop wat zeekraal. Daarop heilbot en een toefje venkelpluim. Schep voorzichtig de schuimige soep om de garnituur. Schep tenslotte aan tafel er een quenelle pastisroom bij.

---

# Peruaanse ceviche

## *met zoete aardappel en avocado*

*Uitserveren om: 14.45 uur - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: Japanse mandoline, Staafmixer, pureeknijper*

### **Ingrediënten voor 12 porties**

---

#### **Ceviche**

4 a 5 zeebaarzen van ca 450 g

---

#### **Bouillon**

koppen en graten van de zeebaars

1,1 l water

2 stengels bleekselderij

½ rode ui

½ bos koriander stelen

---

#### **Tijgermelk**

560 ml visbouillon

De afsnijdsels van de filets.

2 stengels bleekselderij

2 tenen knoflook, fijngehakt

1 kleine rode ui

½ bos koriander stelen

5 cm verse gember, fijngehakt

Sap van 6 limoenen

1 grote rode pepers zonder pit  
fijngehakt

¾ el rocoto peper paste

170 ml fijngehakt korianderblad

2 rode uien

---

#### **Zoete aardappelpuree**

1100 g oranje bataat

30 ml olijfolie

1 el gele chili pasta (aji  
Amarillo)

1,5 limoen

### **Bereidingswijze**

---

Snijd de filets van de zeebaarzen en verwijder het vel en evt. graten in de filets.

Snijd de filets in blokjes van ca 2x 2 cm. Zet de blokjes vis tot de eindbereiding, afgedekt in de koelkast.

Gebruik de graten en de koppen voor de visbouillon. Gebruik de afsnijdsels van de filets bij de tijgermelk.

---

Snijd de bleekselderij en de rode ui grof en kneus de korianderstelen. Doe alle ingrediënten in een pan. Breng aan de kook en laat op laag vuur trekken gedurende 30 minuten. Schep evt. schuim weg. Zeef en gebruik 750 ml voor de tijger melk.

---

Doe de visbouillon, visafsnijdsels, bleekselderij, knoflook, korianderstelen, rode ui en gember in een keukenmachine. Pulseer totdat de ingrediënten fijn zijn gehakt. Laat even staan om de smaken in te laten trekken en giet het mengsel door een fijne zeef. Gooi de vaste elementen uit de zeef weg.

Snijd de uien dun op de Japanse mandoline.

Doe het gezeefde mengsel in een kom en voeg het limoensap, de rode peper en de rocoto toe (evt. minder rocoto als het mengsel te pittig wordt gevonden). Voeg tenslotte de koriander en de rode uien toe en zet koel weg tot een kwartier voor de eindbereiding.

---

Schil de bataat en snijd ze in blokken van een paar cm. Kook ze in ca 7 tot 10 minuten gaar en giet ze af. Laat ze kort droogstomen. Knijp de bataat door een pureeknijper en voeg er het sap van 2 uitgeperste limoenen en de olijfolie bij en meng dit. Voeg NAAR SMAAK aji amarillo toe.

---

---

**Limoenmayonaise**

1,5 ei (90 g ei)  
2 el limoensap  
21,5 el Dijonmosterd  
zonnebloemolie

---

Neem een hoge beker en meng met de staafmixer de eieren, het limoensap en de mosterd tot een glad mengsel.

Voeg, al mixend, geleidelijk de olie toe totdat een smeuijge mayonaise is ontstaan

---

**Avocado**

3 rijpe avocado's

---

Verwijder de schil en de pit en snijd de avocado's in dunne plakjes

---

**Eindbewerking**

---

Meng ca 15 minuten voor het opdienen de blokjes zeebaars door de tijgermelk. De vis gaart nu in het mengsel.

---

**Presentatie**

*Gekoelde bordjes*



---

Neem een ring met een doorsnede van ca 9 cm.

Leg een laagje zoete aardappelpuree op de bodem. Smeer daaroverheen een dun laagje mayonaise. Daarop een laagje avocadoplakjes en daaroverheen weer een dun laagje puree. Schep met een kleine schuimspaan een flinke lepel van het mengsel met daarin de vis er bovenop. Verwijder de ring en garneer nog wat van de losse elementen rondom. Sprenkel tenslotte wat van het vocht op en rondom het gerecht.

---

# Kalfsoester

## *met voorjaarsgroenten en aardappelpoffertjes*

*Uitserveren om: 15.15 uur - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: poffertjespan, blender, grillpan, salamander*

### **Ingrediënten voor 11 porties**

#### **Aardappelpoffertjes**

375 g kruimige aardappels  
38 g ongezouten roomboter  
23 g gepasteuriseerd heel ei  
45 g gepasteuriseerde eidooier  
1, 13 dl water  
60 gr ongezouten roomboter  
52 g bloem gezeefd  
1,5 ei = 90 g ei  
4.5 filets ansjovis  
Melk  
Peper en zout

#### **Croûte van groene kruiden**

113 g roomboter  
1 el kerrie  
55 g dragon  
110 g panko  
Peper en zout

#### **Kalfsoester**

12 kalfsoesters van ca 80 g roomboter

### **Bereidingswijze**

*Zorg dat de salamander vlak voor het opdienen opgewarmd is*

Kook voor de poffertjes de aardappels gaar. Laat ze droogstomen. Knijp de aardappels door een pureeknijper en meng er de roomboter en het gepasteuriseerde heel ei en eidooier doorheen.

Snijd de ansjovisfilets ragfijn

Maak een soezenbeslag. Breng daarvoor het water en de roomboter aan de kook. Voeg de bloem toe en gaar het mengsel. Voeg hierna een voor een de eieren toe en meng tenslotte het soezenbeslag door de aardappelpuree. Voeg de ansjovis toe en meng goed door. Breng verder op smaak met peper en zout. Voeg, zo nodig, wat melk toe om het mengsel (licht) te verdunnen. Doe het mengsel in een spuitzak.

Bak er op een ingevette poffertjespan in delen aardappelpoffertjes van en houd die, afgedekt met aluminiumfolie, warm in de warmhoudkast.

Meng de kerrie door de, op kamertemperatuur gebrachte, boter. Doe dit mengsel, samen met de andere ingrediënten in een blender en maal dit tot een stevig mengsel.

Rol het mengsel tussen 2 stukken plasticfolie dun uit (ca 2 mm). Leg het mengsel (tussen de folievellen) op een plaat in de vriezer. Laat het een uur opstijven/bevriezen. Snijd 4 cm brede stroken uit de croûte en snijd hier plakjes van 6 cm van. Zet alles weer terug in de vriezer. *Bij de eindbereiding gaat op elke kalfsoester een stukje croûte om te gratineren onder de salamander.*

*15 minuten voor opdienen*

Verwarm wat boter in een koekenpan en bak de kalfsoesters ca 1 minuut per kant (niet langer: ze gaan nog met de kruidenkorst onder de salamander). Haal ze uit de pan en houd warm onder aluminiumfolie. Gebruik (een deel van) het bakvocht voor de saus.

---

**Auberginemousseline**

2 aubergines  
2 tenen knoflook  
Peper en zout  
2 el olijfolie

---

Schil de aubergines en snijd ze in de lengte doormidden. Snijd de helften daarna nogmaals in de lengten doormidden. Verwijder de zaadlijst. Snijd het vruchtvlees in kleine stukken. Doe de olijfolie in een smalle pan en stoof, met het deksel er op, de massa gaar. Breng verder op smaak met de uitgeperste tenen knoflook, peper en zout. Maal het mengsel in een blender tot een gladde puree. Doe het mengsel in een spuitzak en houd warm in de warmhoudkast.

---

**Saus**

260 ml gebonden kalfsjus  
Scheut marsala  
Bakvocht kalfsoester  
40 g roomboter  
Peper en zout

---

Snijd de roomboter in kleine stukjes en leg tenminste 1/2 uur voor serveren in de vriezer.

Kook de kalfsjus nog wat verder in. Voeg een flinke scheut marsala toe en kook verder in tot licht stroperig. Voeg bakvocht van de kalfsoesters toe  
Breng op smaak met peper en zout.

---

**Groene asperges**

18 groene asperges

---

*Vlak voor het opdienen*

Verhit een grillpan.

Snijd de houtige onderkant van de asperges af en snijd ze in de lengte doormidden. Bestrijk de gehalveerde asperges dun met olijfolie en grill ze kort op de grillpan.

---

**Gekonfijte tomaatjes**

24 honingtomaatjes  
2 el olijfolie  
1 teen knoflook  
1 takje tijm  
2 blaadjes salie  
1 el Aceto Balsamico  
Peper, zout

---

Kruis de tomaatjes aan de onderkant in en zet ze in een kleine pan. Voeg de olijfolie, de knoflook, de salie en de tijm toe en stoof, op laag vuur met deksel op de pan, de tomaatjes in een paar minuten gaar.

Blus af met de Balsamico en breng op smaak met peper en zout. Houd warm in de warmhoudkast.

---

**Gefrituurde salie**

200 cl zonnebloemolie  
36 salieblaadjes  
zeezout

---

Breng olie in een kleine pan op 150°C.

Doe de blaadjes erin en blijf erbij. Als er geen bellen meer van de blaadjes afkomen, deze uit de olie halen en uit laten lekken op keukenpapier. Licht zouten.

---

**Eindbereiding**

---

Leg een stukje kruidenkorst op elke oester en gratineer enkele seconden onder de salamander  
Monteer de saus met de stukjes boter uit de vriezer

---

---

**Presentatie**

*warme borden*

---

Leg de gegrilde asperges kruislings over elkaar en leg daarop de kalfsoester met de kruidenkorst. Schep er wat saus omheen  
Spuut op een poffertje een dotje auberginemousseline. Leg er een ander poffertje op alsof het een macaron is.  
Leg er nog een 3<sup>e</sup> poffertje bij en spuit ook daarop een dotje auberginemousseline. Verdeel over de borden.  
Voeg de gekonfijte tomaatjes en tenslotte de salieblaadjes toe.

---



# Bieten/bramensorbet

## met een szechuan pavlova en zoete citroenroom

Winnend dessert Larissa Takchi Masterchef Australië 2019

Uitserveren om: 15.45 uur - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: Koffiemolen, Oven 100°C, Kitchenaid, slowjuicer, japanse mandoline

### Ingrediënten voor 11 porties

#### Szechuan pavlova

75 g eiwit  
150 g fijne kristalsuiker  
Szechuan peperkorrels  
¾ theel. maizena  
½ theel. witte wijnazijn

### Bereidingswijze

Verhit de oven voor op 100°C. Bekleed een bakblik met bakpapier.

Maal, m.b.v. de koffiemolen, de pepers tot er 2 tl gemalen peper beschikbaar is.

Doe het eiwit in de kom van de Kitchenaid en klop m.b.v. de bolgarde op hoge snelheid tot zich zachte pieken vormen.

Voeg geleidelijk de kristalsuiker toe en klop (ca 10 minuten) tot er stevige pieken in het mengsel komen. Voeg tenslotte de gemalen peper, de maizena en de witte wijnazijn toe en klop nog eens 2 minuten.

Doe het mengsel in een spuitzak en spuit 20 rondjes van ca 4 cm op het bakblik met bakpapier.

Bak de pavlova 1 uur in de oven. Zet de oven uit en laat de deur op een kiertje staan tot de merengues zijn afgekoeld. Bewaar ze voor de eindbereiding.

#### Bieten/bramensorbet

560 g rode bieten (ongekookt)  
280 g fijne kristalsuiker  
135 g glucosesiroop  
560 g diepvries bramen  
3/4 el citroenzuur

Pers het sap uit de bieten m.b.v. de slowjuicer. Zet de bietenpulp apart voor het bereiden van de bietensiroop.

Doe de suiker en de glucosesiroop met 375 cl water in een pan en verhit het mengsel op middelhoog vuur. Roer m.b.v. een garde tot de suiker is opgelost. Verwarm op lage temperatuur door tot een temperatuur van 100°C is bereikt.

Zet de pan van het vuur. 150 ml is nodig voor de bereiding van de sorbet. De rest voor de bereiding van de bietensiroop en de bietenplakjes hierna.

Meng (evt in 2 stappen) het bietensap, de bramen, het citroenzuur en 150 ml van het suiker/glucosemengsel in de blender tot het een glad geheel is. Zeef door een fijne zeef om pitjes van de bramen te verwijderen.

Doe het mengsel in de ijsmachine en draai er sorbetijs van. Als het gereed is het sorbetijs in de vriezer doen.

#### Geconfijte bietenplakjes

3 grote rode bieten  
De helft van het resterende suiker/glucosemengsel

Schil de bieten en snijd dmv de Japanse mandoline in plakjes van 2 mm dik. Neem de 12 grootste plakjes er uit en laat deze in het suiker/glucosemengsel ca 15 minuten stoven tot beetgaar. Giet het mengsel door een fijne zeef en vang het vocht op (wordt gebruikt bij de siroop) . Leg de plakjes biet apart tot de eindbereiding.

---

**Bietensiroop**

De bietenspulp van de sorbet  
Het restant van het suiker  
glucosemengsel  
Het opgevangen vocht van de  
bietenplakjes  
Sap van 1 ½ citroen  
1 ½ theel. citroenzuur

---

Doe de ingrediënten in een pan en verhit op laag vuur gedurende ca  
15 minuten tot het vocht wat dikker wordt.  
Giet het mengsel door een fijne zeef en vang het vocht op. Zet dit tot  
de eindbereiding in de koelkast.

---

**Citroenroom**

180 g mascarpone  
375 ml slagroom  
Sap en zeste van 1 ½ citroen  
38 g poedersuiker

---

Doe de ingrediënten in de kom van de Kitchenaid en klop m.b.v. de  
bolgarde op hoge snelheid tot zich stevige pieken vormen.  
Doe het mengsel in een spuitzak en leg in de koelkast.

---

**Eindbereiding**

18 bramen  
Wat blaadjes citroenmelisse

---

Snijd de bramen doormidden

---

**Presentatie**

*Gekoelde borden*



---

Leg een plak gekonfijte biet op een (rond) bord.  
Spuit daar een laagje citroenroom op.  
Leg daarop een quenelle van de sorbet en daar bovenop de pavlova.  
Garneer met de gehalveerde bramen en wat blaadjes citroenmelisse.  
Schenk of lepel tenslotte wat bietensiroop rondom het gerecht.

---