



Menu januari 2023 – 4 gangen

Thema: “zuurkool”

Het thema “zuurkool” hoeft niet al te letterlijk worden genomen; het staat symbool voor eenvoud t.o.v. de overvloedige decembermaand. Daarom geen ingewikkelde gerechten en dure ingrediënten, maar leuke recepten die niet al te zwaar op de maag zullen vallen.

Carpaccio rode biet – aardappelsalade – dronken maatjesharing
Rode mul op filodeeg met tomaat, venkel, auberginecrème en witte miso
Fazantfilet met winterse groenten
Charlotte Russe - deconstructie

Samengesteld door kookgroep maandag 3D
(chef: Wilma de Haas)

Eet smakelijk!

Carpaccio van rode biet

met aardappelsalade en dronken maatjesharing

Uitserveren: op gewenste tijd - Uitvoering: 2 personen - Apparatuur: Japanse mandoline, slowjuicer

Ingrediënten voor 11 porties

Carpaccio rode biet (fase 1)

7 gekookte rode bieten
marinade carpaccio (zie onder)

Marinade carpaccio

Restjes van de bietjes
200 ml appelsap
100 ml bietensap van restjes
100 ml balsamico azijn
3 el donkere basterdsuiker
1 laurierblaadje

Aardappelsalade

400 g vastkokende aardappelen
100 g zilveruitjes
100 g diepvries doperwten
1 appel (Jonagold)
80 g zoetzure augurk
1 sjalot
3 volle el crème fraîche
gladde mosterd
augurkennat
peper, zout, paprikapoeder
¼ bosje peterselie
¼ bosje dille
bakje zeekraal

Bereidingswijze

Trek keukenhandschoenen aan als je geen rode handen wenst. Snijd de bietjes overdwers doormidden en schaaf vervolgens in vliedsdunne plakjes op de Japanse mandoline. Schaaf tot je voldoende plakjes hebt voor 11 carpaccio's.

Gebruik de resten van de bietjes voor de marinade. Leg de plakjes biet voorzichtig in de marinade.

Maak sap van de restjes van de bietjes. Breng in een steelpan het biet- en appelsap aan de kook met de balsamico, laurier en los er naar smaak bruine basterdsuiker in op. Laat wat afkoelen. Ga nu verder met de bereiding van de bietencarpaccio.

Schil de aardappelen en snijd de aardappelen brunoise (kleiner dan 1 cm). Kook de aardappelblokjes beetgaar, direct terug koelen met koud water.

Snijd de ingrediënten voor de salade klein. Maak -naar smaak- een dressing van de crème fraîche, een likje mosterd, een scheutje augurkennat, peper, zout en paprikapoeder. Maak de zeekraal schoon, verwijder harde stukjes. Blancheer de zeekraal beetgaar, koel direct terug en breek in kleine stukjes. *Bewaar een deel voor de presentatie.* Hak de rest fijn en meng samen met wat gehakte peterselie en dille naar smaak door de salade. Zet weg op kamertemperatuur tot de bordopmaak.

Dronken haring

3 gefileerde haringen
prikertjes (met vlaggetje)
2 dl aquavit (Ouborg)
2 g agar-agar

Snijd de zoute haringen in stukjes van ca. 1 cm, druk er een prikker in en vries kort aan.

Breng de aquavit samen met de agar agar aan de kook en laat afkoelen tot 70°C, of tot het gaat geleren. Doe over in een kleine smalle maatbeker of bekertje.

Doop de haring met behulp van de prikker in de gelei en laat afkoelen.

Zet de 'dronken' haringstukjes in de koelkast tot de bordopmaak.

Haringsalade

5 gefileerde haringen

Snijd de haring in ¾ cm kleine dobbelsteentjes en zet weg in de koelkast tot eindbereiding.

Eindbereiding

22 walnoothelften
zeekraal
2 citroenen
½ bosje dille

-
- Haal de vis uit de koeling.
 - Rooster de walnoten in de oven knapperig op 180°C
 - Was de citroenen en snijd er 6 mooie plakjes van en halveer deze weer.
 - Maak toefjes dille
 - Plaats op kleine bordjes een rozet bietencarpaccio met een doorsnede van ca 15 cm. Dep elk plakje eerst wat met keukenrol.

Kleine borden op kamertemp

Presentatie

restant zeekraal



Zet een ring (Ø 7 cm) op het midden van de carpaccio en schep daar een laagje aardappelsalade in. Druk wat aan. Leg hierop een laagje (gewone) haringstukjes. Verwijder de ring. Leg op de salade een half schijfje citroen en een toefje dille.

Verdeel enkele prikertjes zoute haring in aquavitgelei en stukjes zeekraal rond de salade. Leg op elk bord nog 2 walnoten

Rode mul op filodeeg

met venkel, auberginecrème, tomaat en witte miso

Uitserveren: op gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 180°C, 200°C, 160°C, en 90°C

Ingrediënten voor 11 porties

Rode mulfilet

11 kleine rode mullen
6 vellen filodeeg
60 g eigeel
100 g boter
olijfolie
zout, peper

Bereidingswijze

Haal het filodeeg 1 ½ uur voor de bereiding uit de vriezer
Fileer de mullen. *Geef de visresten door aan de coquilles.*
Klop het eigeel los.
Klaar de boter.

Ontdooi het filodeeg en bewaar onder een vochtige theedoek.
Filodeeg droogt erg snel uit.

Bestrijk de velzijde van de filets met eigeel.
Snijd het filodeeg in plakjes die groter zijn dan de filets.
Leg de filets met de velzijde op de filodeegplakjes.
Breng de bovenzijde (niet de velkant dus) op smaak met zout en peper. Snijd het filodeeg op maat rond de filets.
Keer de filets, met daarop geplakt het filodeeg, om. Bestrijk met geklaarde boter. Zet in de koeling tot eindbereiding.

Auberginecrème

2 aubergines
2 teentjes knoflook
Extra vierge oliefolie
1 takje rozemarijn.
3 takjes koriander
1 el crème fraîche
½ limoen
zeezout en peper

Oven voorverwarmen op 200°C.
Prik de aubergines in. Snijd de aubergines in de lengte doormidden.
Snijd het vruchtvlees kruislings in en smeer in met de doorgesneden knoflookteentjes. Bedruppel met olijfolie, bestrooi met zeezout, leg er de rozemarijn op en verpak in aluminiumfolie.
Pof de auberginehelften gaar (30 minuten of langer) in de oven.
Schep de aubergines leeg en snijd het vruchtvlees fijn. Verhit een lepel olijfolie in een koekenpan. Voeg het vruchtvlees toe. Laat het water in het vruchtvlees verdampen. Doe het vruchtvlees daarna in een hoge (maat)beker en vermeng met het sap van ½ limoen en de crème fraîche.
Ris de blaadjes van de koriander en voeg bij het vruchtvlees. Pureer fijn met de handmixer. Breng op smaak met peper en zout.
Doe over in spuitzak en leg opzij tot eindbereiding.

Trostomaatjes 33 kleine trostomaatjes olijfolie peper en zout	Verwarm de oven voor op 160°C. Leg de tomaatjes in een ovenschaal. Kruis de tomaatjes in. Strooi er wat peper en zout op en besprenkel licht met olijfolie. Rooster de tomaatjes ongeveer 20 minuten. Controleer regelmatig.
Miso kruim 3 el witte miso	Verwarm de oven voor op 90°C. Strijk de miso héél dun uit op een siliconen mat. Laat de miso <u>compleet</u> uitdrogen. Dit duurt ca. 70 minuten. Hak de gedroogde miso fijn en zet apart tot serveren.
Geconfijte venkel 2 venkelknollen 1/2 bol knoflook 6 perssinaasappelen 25 g boter olijfolie peper en zout scheutje pastis	Snijd de venkelknollen, m.b.v. een mandoline, in de lengte in plakjes van een paar mm dikte. Pers de sinaasappelen uit. Pel de halve knoflookbol voorzichtig en snijd hem doormidden. Verhit een klein beetje olijfolie in een steelpan. Stoof de venkel even aan en voeg daarna de knoflook toe. Giet het sinaasappelsap over de venkel. Voeg daarna de boter toe. Laat de venkel en knoflook ongeveer 20 minuten op zo laag vuur konfijten. Als de venkel beetgaar is het mengsel zeven. Verwijder de knoflook en knijp, naar smaak, enkele teentjes uit over de venkel. Breng verder op smaak met peper en zout. Houd de venkel warm. Kook het sinaasappelvocht in tot ongeveer een kwart. Voeg een scheutje pastis toe. Bewaar tot het uitserveren.
Eindbereiding	<ul style="list-style-type: none"> - Haal de vis een half voor bereiding uit de koeling. - Leg de spuitzak met auberfinepuree in de warmhoudkast. - Neem een koekenpan met een goede antiaanbaklaag. Bak de filets op de filodeegzijde op laag vuur goudbruin met een beetje olie. Draai de filets om en bak de andere zijde heel even aan. - Vlak voor serveren: warm het sinaasappelvocht op.
Presentatie <i>voorverwarmde borden</i>	Leg een gegaarde filet op het bord. Voeg 3 tomaatjes, een lepel aubergine crème en wat plakjes gekonfijte venkel toe. Schep wat sinaasappelvocht over de venkel. Breng tenslotte op smaak met de misokruim op en om de filet.

Fazantfilet

met winterse groenten

Uitserveren: op gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 180°C, sousvide

Ingrediënten voor 11 porties

Groenten I

1 stuks lange rammenas
350 g aardappelen
1 sjalot
teentjes knoflook
100 g Coburger ham
peper en zout
50 gram boter

Groenten II

350 g witlof
1 sjalot
1 el suiker
30 g boter
nootmuskaat
peper en zout

Groenten III

300 g pastinaak
300 g winterwortels
150 g spruitjes
2 takjes tijm
50 g boter

Kruiden voor fazant

1 theel. dragon - gedroogd
¾ theel. marjolein - gedroogd
¼ theel. tijm - gedroogd
¼ theel. salie – gedroogd
¼ theel. knoflookpoeder
1 el paprikapoeder
½ theel. cayennepeper
versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

Zet 11 ringen klaar Ø 7 cm en vet in met wat boter.
Snij van de rammenas mooie, gelijke repen (gaat goed met een mandoline of snijmachine). Bak ze even in boter tot ze zacht zijn en bekleedt er direct de cilindervormpjes mee.
Schil de aardappelen en snij in kleine (1 cm) brunoise. Blancheer de aardappelblokjes in kokend water.
Bak ze vervolgens in boter lekker krokant, samen met de gesnipperde sjalot en de geperste knoflookteentjes.
Snij de ham in reepjes en voeg toe. Kruid met peper en zout. Zet opzij.

Snij de witlof doormidden en verwijder het bittere hart.
Snij de witlof klein (1 cm). Snipper de sjalot.
Bak de witlofsnippers samen met de sjalot in boter en voeg er de suiker aan toe. Giet, als ze gaar en mooi gekaramelliseerd zijn, in een zeef, zodat het overtollige vocht en vet kan uitlekken. Kruid met verse muskaatnoot, peper en zout. Zet opzij.

Snij de pastinaak en wortel in niet te kleine blokjes en halveer de spruitjes. Blancheer alle groenten in gezouten water. Smelt een flinke klont boter en bak de groenten tot ze mooi glanzen. Strooi er de verse tijmblaadjes over. Zet opzij tot eindbereiding.

Maal de kruiden in de koffiemolen fijn.
Wrijf er de fazantfilets er aan één zijde mee in en laat intrekken.

Fazant fileren

3 fazanten (hennen!)

Fileren:

- Indien met pootje: geef een paar flinke tikken boven het drietenig pootje en trek met een draai los.
- Snijd de poten netjes in en dan bouten zorgvuldig los van 'de koffer.
- Halveer het karkas overdwers met mes of wildschaar.
- Snijd de filets los van de borst en trek het vel eraf.
- Snij de haasjes van de filets voor de jus.

Fazant bouten braden

8 fazantenboutjes

zout

60 g boter

5 eetlepels whisky

100 ml wildfond

Zout de bouten. Bak ze in de boter in 4 minuten bruin. Schenk de whisky en de fond in de pan, sluit af met een deksel en laat op het allerlaagste pitje 1 uur stoven - een sudderplaatje is een goed idee. Draai tussentijds een keer of wat om. Snijd het vlees van de botten en trek met 2 vorken uiteen tot draadjes. Voeg wat van de jus toe. Houd warm in de warmhoudkast.

Fazantsaus

WUPS (wortel, ui, prei, selderij)

boter

175 ml wild bouillon

100 ml room

ev. arrowroot

Maak een saus van de fazantkarkassen en haasjes, wat wortel, ui, prei en selderij (WUPS). Bak de resten aan in wat boter. Blus het aanbaksel in de pan met de bouillon en misschien nog wat water. Kruid met peper en zout. Werk af met de room. Eventueel nog wat binden met arrowroot (even doorkoken).

Fazant filets bakken

75 g boter

2 el olijfolie

Braad de fazantfilets in 2 minuten rondom bruin. Zet het vuur vervolgens lager en bak ze in ongeveer 6 minuten à 7 minuten rustig verder. Kerntemperatuur aan het eind 60 graden. Laat 5 -10 minuten in lauwe oven doortrekken. Dan trancheren.

Eindbereiding

½ bosje peterselie

-
- Vul ondertussen de al met rammenas beklede cilindervormpjes met de aardappel en het witlof (groenten I en II). Plaats ze gedurende 10 minuten in een oven van 180°C.
 - Warm ook groenten III op in deze oven.
 - Trancheer de filets.
 - Maak 11 plukjes peterselie voor decoratie.

Presentatie

warme grote komborden

Plaats de ringen op warme borden en verwijder de ringen. Schik er de fazant, het draadjesvlees en wintergroenten (groenten III) bij.

Lepel de saus op het draadjesvlees en druppel rondom.

Versier met een plukje peterselie.

Charlotte Russe (deconstructie)

met opgeblazen boerenjongens en karamel van speculaas

Uitserveren: op gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 190°C

Ingrediënten voor 11 porties

Perenbavarois

225 g Conference peren (3 à 4 stuks)
½ citroen
170 ml suikerwater (1:1)
90 ml melk
100 g eigeel
35 g suiker
275 ml slagroom
140 ml Poire Williams
10 g gelatine
50 g eiwit
70 g suiker

Bereidingswijze

Knijp de halve citroen uit in een kom. Schil de peren, verwijder het klokhuis, snijd ze in stukjes en doe 225 g in de kom. Hussel ze met je vingers, meteen vanaf de eerste peer, want het citroensap zorgt ervoor dat het vruchtvlies niet bruin kleurt.

Blancheer voor de perenbavarois de 175 gram peren in suikerwater (1:1), laat ze uitlekken. Pureer 60 gram van de perenbrunoise en doe ze in een pan met de melk; breng deze aan de kook. Klop de eidooiers met de suiker schuimig en giet de warme melk hierover, blijf doorkloppen, giet het mengsel terug in de pan en breng het tegen de kook aan zodat het gaat binden (niet warmer dan 80°C). Laat deze crème anglaise afkoelen.

Breng de perenlikeur in een pan tegen de kook aan, roer de geweekte gelatine erdoor en laat afkoelen.

Klop de slagroom bijna stijf en zet even weg. Klop de eiwitten stijf en voeg de suiker toe.

Spatel in een ruime beslagkom de crème anglaise met de slagroom, het eiwitschuim en de licht hangende perenlikeur door elkaar. Voeg de blokjes peer toe en roer de bavarois voorzichtig glad.

Verdeel het beslag over de met amandelolie ingevette siliconen vormpjes en laat opstijven in de vriezer.

Stoofpeertje

5 Gieser Wildeman peren (of 7 kleintjes)
3 dl witte wijn
150 gr suiker
1 vanillestokje
2 steranijs + ½ kaneelpijpje

Schil de peren, verwijder het klokhuis (appelboor), snijd ze in 8 schijven. Knijp er wat citroen over uit. Schraap de vanille uit het vanillestokje. Beiden worden gebruikt.

Verwarm alle ingrediënten, behalve de peren, tot een lichte siroop. Gaar de peren op rustig vuur in de siroop. Verwijder het vanillestokje. Laat goed afkoelen in de koelkast en vacumeer ze dan met het vocht tot eindbereiding.

Opgeblazen boerenjongens

1 dl brandewijn
60 ml water
15 g suiker
1 vanillestokje
1 steranijs
50 g rozijnen

Rozijnen eerst wellen: warm water op tot onder het kookpunt en laat het water een klein beetje afkoelen. Doe de rozijnen met het water in een kommetje en laat 5 minuten staan. Laat uitlekken.

Schraap de vanille uit de vanillepeul. Beiden worden gebruikt. Voeg nu alle ingrediënten samen en verwarm tot onder het kookpunt. Laat 10 minuten trekken en laat afkoelen.

Doe over in een sifon en zet onder druk met 2 CO₂ sodapatronen. Laat een uur staan.

2 CO2 sodapatronen (dus geen slagroompatronen!)

Lange vingers

90 g eiwit
45 g suiker
snuf zout
60 g eidooier
50 g suiker
75 g bloem
15 g maïzena

Ontlucht de sifon en schroef de dop eraf. Giet de rozijnen uit de sifon en zeef.

Klop de eiwitten in een vetvrije kom samen met suiker (60 gram) en zout tot er stijve pieken ontstaan. In een andere kom klop je de eidooiers met de overige suiker (65 gram) tot het een licht en luchtig mengsel is. Voeg het eidooiermengsel toe aan de stijfgeklopte eiwitten en spatel dit rustig en voorzichtig door elkaar. Als het bijna egaal van kleur is zeef je de bloem en maïzena in 3-4 delen bij het mengsel. Steeds als het bloemmengsel bijna is opgenomen voeg je weer wat meer toe. Blijf rustig en voorzichtig spatelen, je wilt dat het mengsel zo luchtig mogelijk blijft. Doe een gladde spuitmond met een opening van zo'n 10 mm in een spuitzak en schep het beslag in de zak. Spuit op een met bakpapier beklede bakplaat de lange vingers, maak ze zo'n 8 – 10 cm lang. Strooi de fijne kristalsuiker over de lange vingers. Kantel dan de bakplaat voorzichtig zodat je het overtollige suiker dat eraan is gevallen kunt verwijderen. Wegblazen kan eventueel ook. Bak de lange vingers in 10-12 minuten op 190 graden. Plaats alle lange vingers op een rooster (geen bakpapier eronder) en schuif ze nog even 3-4 minuten in de oven. Dat kan ook als de oven net is uitgezet en dus afkoelt. Ze komen zachter uit de oven, maar wees gerust. Tijdens het afkoelen worden ze lekker bros.

Karamel van speculaaskruiden

75 g fondant
40 g isomaltsuiker
40 g glucose
8 g speculaaskruiden

Kook de fondant, isomalt en glucose tot 155°C. Haal van het vuur en laat doortrekken tot 160°C. Roer dan de speculaaskruiden er snel en krachtig door. Stort op een siliconen bakmat. Laat afkoelen. Breek het suikerwerk in stukjes en maal fijn in de blender of koffiemolen. Bestrooi een siliconenmatje héél dun met het poeder (door een zeefje) en zet 2 minuten in een voorverwarmde oven van 150°C. Laat afkoelen en breek in schotsen.

Charlotte Russe strik



250 g roze rolmarsepein

Een Charlotte Russe hoort een strik te hebben. We maken deze van marsepein.

Snijd uit de roze marsepein 11 repen van 14 cm lang en 1 cm breed met behulp van een liniaal. Vorm hiervan 11 strikken. Snijd uit de overgebleven rode marsepein 11 korte reepjes en druk deze in het midden van de strikken. De strik van marsepein is klaar!

Presentatie

leisteenborden op kamertemperatuur

Plaats de bavarois op het bord en leg de strik erbovenop. Steek er een karamelschotsje in.

Leg de overige componenten en naar eigen inzicht naast en compleet met enkele lange vingers.
