



4 gangenmenu november 2023

Thema:

Het thema voor de maand november is Wild. Het leek mij wel aardig om dit herfstige thema uit te werken aan de hand van recepten van mijn favoriete kok Yotam Ottolenghi. In de vermelde kookboeken en internet (The Guardian) vind je de receptuur.

Hapje: zoete aardappel galette (uit: Flavour)

In boter gebakken garnalen en aspergesalade met zeekraal (uit: Het Kookboek)

Fazantenborstfilet met sinaasappel en steranijs (uit: Het Kookboek)

Gekruide cranberry/rode wijn tiramisu (uit: The Guardian)

Samengesteld door : Wilma de Haas (wilmadehaas@kpnmail.nl)

Eet smakelijk!

4_gangenmenu_november_2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)

Hapje: zoete aardappel galette

Uitserveren op gewenste tijd - Uitvoering: 2 personen - Apparatuur: oven 200°C (2x), rasp

Ingrediënten voor 12 porties

Gepofte zoete aardappelen

1 kg zoete aardappelen (geel en ongeveer even groot/dik)

Bladerdeeg voorbereiden

1 rol bladerdeeg (kant en klaar)

Dressing

4 el olijfolie
2 teentjes knoflook
4 el bladpeterselie
zout en zwarte peper

Eindbereiding

90 g ei
225 g zure room
180 g harde geitenkaas
3 el pompoenpitten
1 a 2 middelscherpe rode pepers

Presentatie

klein bordje



Bereidingswijze

Verhit de oven voor op 200°C. Pof de zoete aardappelen 35-45 minuten in de schil tot ze gaar, maar in het midden nog iets rauw zijn (controleer dit door in het midden een spies in de aardappel te steken). Laat ze wat afkoelen en snijd ze met de mandoline in 3 mm dikke plakjes. (Schillen hoeft niet) (Als je de snijmachine gebruikt, dan deze meteen schoonmaken!) Zet opzij tot bereiding.

Bekleed een bakplaat met bakpapier. Steek uit de rol bladerdeeg 16 vierkantjes (van ong. 10 cm) + 1 voor de afwasser. Prik de plakjes grondig in met een vork. Zet de bakplaat een klein half uur in de koeling.

Pel en hak de knoflook fijn. Snijd ongeveer 6 eetlepels peterselieblad fijn. Men alle ingrediënten en voeg zout en peper naar smaak toe. Zet opzij tot bereiding.

Verhit de oven voor op 200°C. Haal het deeg uit de koeling. Rasp de geitenkaas. Maak de pepers schoon en hak heel fijn. Klop de eieren los en kwast over de deeglapjes. Klop de zure room glad. Verdeel de zure room over de bladerdeeglapjes, maar laat een randje van 1 cm vrij. Schik de plakjes aardappel licht overlappend over de roomlaag. Bestrooi met zout en peper en de geitenkaas. Bestrooi met pompoenpitten en fijngeneden chilipeper. Bak de galettes 20-25 minuten tot het deeg gaar is. Controleer de onderkant: die moet goudbruin zijn!

Zodra de galettes uit de oven komen, deze besmeren met de nog even losgeklopte dressing.

Serveer de galettes warm.

4_gangenmenu_november_2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)

In boter gebakken garnalen

en aspergesalade met zeekraal

Uitserveren op gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven voor de foccacia

Ingrediënten voor 12 porties

Aspergesalade met zeekraal

2 el sesamzaad
24 dunne groene asperges
150 g zeekraal
olijfolie
2 tenen knoflook
3 el dragonblad
peper

Tomaten

12 pomodorie of roma tomaten
pan kokend water
bak ijskoud water

Foccacia

1 foccacia broden

Garnalen

12 grote tijgergarnalen zonder kop en zonder darmkanaal
75 g zachte boter
½ tl gedroogde chilivlokken
75 g goede! kalamata olijven
15 ml bacardi
2 tenen knoflook
1 ½ el platte peterselie
grof zeezout

Presentatie

voorverwarmde borden met opstaande rand

Bereidingswijze

Rooster de sesamzaadjes in een koekenpan tot ze beginnen te kleuren. Stort op een bord en laat afkoelen.
Breek het houtige deel van de asperges (schil eventueel de onderkant nog eens extra) en blancheer 2 à 3 minuten in heet water zonder zout (!). Voeg de (zoute) zeekraal toe en pocheer nog 1 minuut tot de asperges beetgaar zijn.
Giet af in een vergiet en koel ze direct onder de stromende koude kraan. Laat uitlekken en dep handdoekdroog. *(Je kunt er ook voor kiezen om de asperges te grillen.)*
Haal dragonblad van de steeltjes. Pel de knoflook en snijd in flinterdunne plakjes
Meng alles tot een mooie salade en zet koel weg.

Kerf de tomaten aan de bolle kant kruislings in en dompel ze 30 seconden in kokend water. Leg ze dan direct in ijskoud water en laat uitlekken. Pellen en elke tomaat in 6 parten snijden.

Bak de foccacia volgens de gebruiksaanwijzing.
Snijd de foccacia in dunne repen.

Klaar de boter. Ontdooi de garnalen in wat kraanwater.
Pel de garnalen op de staartjes na. Droog de garnalen zorgvuldig op keukenpapier. Snij de garnalen aan de onderzijde langs in (dan krullen ze bij het bakken).
Snijd de knoflookteentjes in flinterdunne plakjes. Hak de peterselie fijn. **Geef de rest van de peterselie aan de Fazantenborstfilet.**
Verhit twee pannen op hoog vuur. Smelt de helft van de geklaarde boter en bak hierin de garnalen gedurende 1 minuut. Verdeel dan de tomaten, chilivlokken en olijven over de pannen en bak alles nog 2 minuten tot de garnalen bijna gaar zijn.
Giet dan voorzichtig de bacardi erbij. Laat de alcohol verdampen en doe dan snel de resterende boter, knoflook, peterselie en zout bij.
Schep op ieder bord aan een zijde de salade en de asperges en aan de andere zijde de garnaal, wat olijven en wat van de bakvloeistof.
Geef er een snee foccacia bij om te deppen.

4_gangenmenu_november_2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)

Fazantenborstfilet



met sinaasappel, steranijs en pompoenpuree

Uitserveren op gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 220°C, pureestamper

Ingrediënten voor 12 porties

Grove pompoenpuree

750 g flespompoen
40 ml olijfolie
1 el ahornsirop
1 el witte misopasta
1 of 2 jalapeno-chilipepers
½ tl kaneelpoeder
½ tl gemalen komijnzaad
2 teentjes knoflook (of meer)
zout

1 limoen
1 bosuitjes

Fazantenfilet voorbereiden

700 g fazantenborstfilets
2 el venkelzaad
½ tl chilivlokken
3 theel gemalen komijnzaad
3 theel gemalen zwarte peper
1 ½ theel grof zeezout
olijfolie

Sinaasappels voorbereiden

6 (bloed) sinaasappels

Bereidingswijze

Eerst doen:

Verhit een oven op 220 °C.
Schil de flespompoen met een dunschiller, verwijder de pitten en draden en snijd in stukjes van 3-4 cm. Pel de knoflook en plet met de zijkant van een keukenmes. Halveer de pepers. Meng alle ingrediënten goed door elkaar. Doe over in een grote oventray met hoge wand waar alles goed in past. Voeg 2 eetlepels water toe en bestrooi met zout.
Dek af met alufolie en rooster de pompoen 40 minuten in de hete oven. Indien bijna gaar, dan nog even roosteren zonder alufolie tot de bovenkant bruin kleurt.
Haal de jalapenos eruit en snijd in fijne ringetjes.

Was de limoenen en rasp er 1 ½ a 2 theelepels schil vanaf. Pers 1 limoenen uit. Snijd de bosui in reepjes van 4 cm. Prak de pompoen grof met een vork of een pureestamper, besprenkel met wat olijfolie en meng met limoensap naar smaak. Maak de puree af met limoenrasp, bosui en jalapenoringetjes. Houd warm in de warmhoudkast.

Vermeng de kruiden en wrijf de borstfilets met de hand rondom in. Vet ze vervolgens in met olijfolie.
Leg ze in een schaal, dek af met huishoudfolie en laat tot de bereiding in de koelkast marinieren.

Snijd met een scherp mes boven- en onderkantje van elke sinaasappel. Zet rechtop een plank en snijd de schil en witte vlies weg; volg hierbij de bolling van de vrucht.
Snijd elke vrucht horizontaal in circa 6 plakken. Verwijder de pitjes, leg de plakken in een kom en zet opzij tot de eindbereiding.

4_gangenmenu_november_2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)

Saus voorbereiden

325 ml (bloed) sinaasappelsap
van ca. 3 vruchten
300 ml rode wijn
2 el sherryazijn
2 anijssterren

Meng de ingrediënten en lees verder bij 'Eindbereiding' voor vervolg van het bereiden van de saus.

Eindbereiding

2 gedroogde chilipepers

Verhit 2 (of misschien wel 3) grote koekenpannen met een stevige vlakke bodem tot goed heet. Bak de filets snel om en om bruin. Haal ze uit de pan en houd ze warm onder alufolie.

Giet vrijwel alle vet uit de pannen en verdeel de voorbereide saus over de pannen. Breng aan de kook en laat in 5 à 6 minuten tot de helft inkoken. Proef en breng op smaak met wat peper en zout. Leg de borstfilets weer terug in de pan en schep de saus erover.

Schik de gedroogde chilipepers, de plakken sinaasappel en het uitgelopen sap uit de kom naast het vlees in de pannen. Laat alles afgedekt nog 3 minuten sudderen. Het vlees is nu 'medium' gebakken.

Haal de fazantenborstfilets uit de saus, leg op de gevogelteplank, Houd warm onder alufolie en laat 3-4 minuten rusten. Snijd elke borstfilet in schuine 1 cm dikke plakken en houd opnieuw warm onder alufolie.

Controleer intussen de saus; hij moet misschien nog iets verder inkoken. Proef en breng zonodig hoger op smaak. Haal de plakken sinaasappel uit de saus, en vis ook de pepers en steranijs eruit. Schenk de saus over in de dispenser en houd warm.

Presentatie

*voorverwarmde borden
juskommetjes*

Ontvang de peterselie van de 'In boter gebakken garnalen'

Schep een lepel pompoenpuree midden op het bord en smeer uit met de achterkant van een lepel.
Verdeel de plakjes borstfilet over de borden. Schik de plakken sinaasappel naast de fazant. Giet er een beetje saus over en doe de rest over in juskommetjes voor op tafel.
Gebruik de peterselie als garnering.

4_gangenmenu_november_2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)

Gekruide cranberry/rode wijn tiramisu

Uitserveren op gewenste tijd - Uitvoering: 2 personen - Apparatuur: foodprocessor, mixer

Ingrediënten voor 12 porties

Cranberry caramel

180 g witte basterdsuiker
250 g cranberries
180 ml fruitige rode wijn
4 kruidnagels
1 ½ kaneelstokjes
Een beetje geraspte
nootmuskaat
1 steranijs
½ vanillestokje
2 bio sinaasappels
250 ml cranberrysap
40 ml water



Mascarpone crème

40 g bruine basterdsuiker
135 g heel ei
375 g mascarpone
snufje zout
45 ml Grand Marnier
1 bio sinaasappel
mespuntje kaneel
mespuntje nootmuskaat

Eindbereiding

16 dessertglazen of coupes
150 g lange vingers
30 ml **instant oplos** espresso
Cacaopoeder (max 1 el)
mespunt kaneel
mespunt nootmuskaat

Presentatie

Bereidingswijze

Houd wat (50 stuks) cranberries achter voor de presentatie. Pureer de cranberries in de foodprocessor. Haal met een dunschiller repen schil van een van de sinaasappel en rasp zeste van de andere sinaasappel. Splijt het vanillestokje en haal het merg eruit. **Geef het merg aan de mascarponecrème.**

Schud de suiker over de bodem van een 20 cm wijde steelpan met dikke bodem. Laat op medium vuur smelten tot de het aan de randen bruin begint te worden. NIET roeren!, beweeg de pan heen en weer. Kook nog zo'n 90 seconden tot een amberkleurige caramel en haal dan van het vuur. *Mocht je een suikerthermometer gebruiken, dan moet je de suiker koken tot ongeveer 170 °C.*

Schep er de cranberriepuree doorheen.

Zet weer op medium vuur tot de suiker weer smelt en voeg dan de wijn, kruidnagels, kaneel, nootmuskaat, steranijs, vanillestokje plus de sinaasappelschil en zeste.

Laat 5 min. zachtjes koken, voeg dan het cranberry sap en het water toe. Laat weer 15 min sudderen totdat het mengsel de consistentie van vloeibare jam heeft. Laat dan afkoelen en vis er de harde kruiden en sinaasappelschillen uit. Zet weg tot eindbereiding.

Rasp zeste van de sinaasappels. Scheid de eieren in eigeel en eiwit. Klop -op hoge snelheid- het eigeel met de basterdsuiker tot dat het bleek en luchtig is. Schep de mascarpone er door, maar niet langer dan 20 seconden (anders wordt de crème dun). Doe over een andere schaal.

Was de kom van de mixer goed om (vetvrij). Klop het eiwit met een snuf zout op hoge snelheid in 3 minuten tot stijve pieken.

Voeg het eiwit toe aan de mascarpone-schaal, samen met de Grand Marnier, zeste, **vanillemerg (zie cranberry caramel)**, kaneel en nootmuskaat. 'Vouw' het eiwit door de mascarpone tot smakelijk gemengd.

Zet de glazen klaar. Maak espresso en laat die afkoelen.

Begin met een bodem mascarponecrème. Doop een lange vinger onder in de cranberrycaramel tot die zacht is en leg in het glas. Daarop komt wat cranberrycaramel en besprenkel met een eetlepel espresso. Herhaal de lagen. Het laatste laagje is mascarponecrème. Zet de glazen in de koelkast tot serveren. Meng de cacaopoeder, kaneel en nootmuskaat. Zet klaar met een zeefje.

Haal de tiramisu uit de koelkast en zeef er wat cacaomengsel over. Werk af met enkele cranberries

4 gangenmenu november 2023

Aandachtspunt:

We snijden niet in bakmatten en houden de gootsteen vrij van afval (deze raakt snel verstopt)