



## Menu oktober 2024

### 6 gangen

#### Thema:

#### ***Ready Steady Cook***

Vanaf 1994 werd het programma Ready Steady Cook op de BBC uitgezonden. Een kookwedstrijd met als doel om in kort tijdsbestek op zo'n creatief mogelijke manier de aanwezige ingrediënten (verrassing) te verwerken in gerechten.

De koks konden ook een beroep doen op de ingrediënten in de keukenkast.

Deze maand gaan wij allemaal Ready Steady Cooken! Wij willen jullie kookcreativiteit aanboren en dagen jullie uit om zelf fantastische gerechten te bedenken en maken. Per gang vinden jullie op de avond zelf ingrediënten waarmee je iets kunt bedenken. Uiteraard kunnen jullie ook gebruik maken van de basis ingrediënten, zoals eieren, droge kruiden, room etc., die voorradig zijn. Wees creatief, probeer en experimenteer.

Net als de originele Ready Steady Cook kunnen jullie als kookgroep meedoen aan een kookwedstrijd. En een wedstrijd is natuurlijk niets, als je niet kunt winnen. We loven de unieke Les Amis de Cuisine RSC prijs 2024 uit! Mail als kookgroep de foto's van jullie gerechten met een korte omschrijving naar [david.verschoor@yahoo.com](mailto:david.verschoor@yahoo.com). De jury bepaalt in overleg met de presentator van Ready Steady Cook, Ainsley Harriett, de winnende kookgroep.

Samengesteld door Vr4 – David Verschoor, Arthur Gerritsen,  
Cees Bakker, Coen Brinkman, Leo van der Lubbe en Reinier Morra.

Veel creatief kookplezier & eet smakelijk!

# Gerecht 1: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 19.30 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

8 eieren

80 g Parmezaanse kaas

kruiden zoals tijm, rozemarijn

8 little gem

1 citroen

½ stokbrood of ander stevig brood (andere helft naar gang 1)  
(blikje ansjovis)

### **Suggesties:**

- Gegrilde little gem met gnocchi in parmezaan saus en gefrituurde ansjovis
- (Vegetarische) caesar salad
- Little gem soep met crumble van ansjovis en parmezaan-citroenschuim

# Gerecht 2: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 20.00 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

100 g gerookte zalm  
800 g heilbotfilet (dikke deel)  
200 g zilveruitjes (vers)  
1 krop Romaanse sla  
300 g diepvries doperwtjes  
5 sjalotjes  
5 el mierikswortelpuree  
citroen  
slagroom  
droge witte wijn

### **Suggesties:**

- Heilbot sauce Albert
- Tartelette van vis met sabayon van mierikswortel
- Ceviche van heilbot met creme van doperwten en mierikswortel

# Gerecht 3: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 20.30 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

4 eieren

16 grote kastanje champignons of 16 kleine portobello's

16 mini (buffel) mozzarellabolletjes

16 cherry tomaatjes

verse basilicum

takjes verse rozemarijn

200 g San Marzano tomaten

twee handenvol taggia olijven

1 blik (400 g) gepelde San Marzano tomaten

100 g Parmezaanse kaas

### **Suggesties:**

- Grote ravioli met paddestoelen in een tomaten kruiden bouillion
- Gegrilde paddestoelen met een coulis van tomaat en olijvenpasta en blokjes blauwe kaas
- Pasta pomodoro met gevulde paddestoel

# Gerecht 4: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 21.00 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

1 venkelknol  
2 rode paprika's  
200 g tomaten  
2 kg visgraten  
800 g vis, 400 g tarbot of zeeduivel en 400 g poonfilets of rode mul  
1 kg mosselen  
basilicumblad  
dragon  
100 g gruyère  
½ stokbrood of ander stevig brood (andere helft naar gang 1)

### **Suggesties:**

- Risotto met zeevruchten
- Bouillabaisse met rouille
- Broodjes viskroket met home-made rouille

# Gerecht 5: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 21.30 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

1,5 kg sucade aan een stuk  
250 g blokjes ontbijtspek  
5 plakjes bacon  
16 plakjes ontbijtspek  
1,5 flessen rode wijn (bordeaux)  
200 ml port  
750 ml runderbouillon  
½ bosje tijm  
½ bosje peterselie  
½ bosje selderij  
200 g zilveruitjes (vers)  
500 g kastanje champignons  
500 g haricots verts (jonge groene sperziebonen)  
1 kg aardappelen (kruimig)  
melk

### **Suggesties:**

- Klassieke Franse Boeuf Bourguignon
- Gegrilde flat iron steak met rode wijn saus, groene groenten en een soufflé van aardappel
- Rendang met sajoer boontje en perkedel kentang

# Dessert: Ingrediëntenlijst



*Uitserveren om: 22.00 uur*

## **Ingrediënten voor 16 porties**

---

0,8 ltr melk  
4 eieren  
65 g boter  
200 g slagroom  
5 sinaasappels  
2 citroenen  
30 ml Grand Marnier  
30 ml Cognac  
1,5 vanillestokje of 1 theelepel  
vanilleconcentraat

### **Suggesties:**

- Vanille sinaasappel panna cotta met tarte tatin van sinaasappel
- Iles flottante met sinaasappelstroop
- Crêpe Suzette