



LES
DE AMIS
CUISINE

Menu februari 2011

3 amuses

Zalmballetje met wasabi-erwten

Crostini met avocado en haring

Inside-out van tonijn

St.-Jacobsmosselen doorboord met vanille op gekaramelliseerde
witlof met een jus van wortel en gember

Groninger mosterd cappuccino met blokjes kabeljauw

Zwezerik met een dragon-demi-glacesaus in een ring van wortelcoulis

Gepocheerde lamsrugfilet met stoofvlees van lamsnek
en pesto van notensla met groene asperges

Dessertvariatie met hazelnoot en chocolademousse

Wijnen

3 amuses

VOORGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴

Uitvoering: 2 personen

Oven een kwartier voor gebruik voorverwarmen op: 175°C

Tijd van uitserveren: 20.00 uur

Zalmballetje met wasabi-erwten

BENODIGDHEDEN:

400 gr zalm

4 sjalotjes

4 teentjes knoflook

4 tl gemarineerde gember

peper en zout

8 tl aardappelzetmeel

4 el olijfolie

90 gr wasabi-erwten (gedroogde erwten gerold in wasabipoeder)

BEREIDING:

Hak de zalm in kleine stukjes. Snipper sjalotten en teentjes knoflook fijn en fruit samen met gemarineerde gember in olijfolie.

Neem van het vuur en voeg fijngehakte zalm toe. Breng op smaak met peper en zout en meng aardappelzetmeel erdoor. Rol van dit mengsel balletjes van ongeveer 2 cm diameter en laat rusten in de koelkast.

Hak de erwten tot gruis in de keukenmachine. Neem net voor het serveren de balletjes uit de koelkast en paneer met het erwtengruis.

Crostini met avocado en haring

BENODIGDHEDEN VOOR HET TOASTBROOD:

800 gr bloem

20 gr zout

40 gr suiker

2 zakjes gedroogde gist

1 dl melk

10 eieren

250 gr boter

VOOR DE HARING:

16 dunne sneetjes toastbrood

4 tl olijfolie

5 schoongemaakte en gefileerde haringen

sap van 2 limoenen

4 tl fleur de sel

peper uit de molen

3 avocado's

BEREIDING:

Het toastbrood: Meng alle droge ingrediënten goed. Voeg melk en eieren toe en kneed.

Smelt de boter in een pan. Voeg gesmolten boter toe aan het deeg en kneed tot een gladde massa.

Zet op een warme plaats en laat voor de eerste keer rijzen.

Kneed het deeg opnieuw. Beboter een broodbakblik en bestuif met bloem.

Verdeel het deeg over het blik, laat opnieuw rijzen tot het volume verdubbeld is en bak het brood gedurende 35 minuten in de oven op 175°C.

Neem uit het bakblik en bak nog 10 minuten na.

Laat op een rooster helemaal afkoelen.

Snij het afgekoelde brood in dunne sneetjes.

De haring: Neem de sneetjes toast en steek er rondjes uit van 5 cm diameter. Besprenkel met olijfolie en toast ze in de oven op 175°C.

Neem de haringfilets en besprenkel met limoensap. Breng op smaak met peper en *fleur de sel*.

Schil de avocado en snijd er met een dunschiller dunne plakken van. Rol deze op. Serveer de maatjes op de toast met de avocado.

Inside-out van tonijn

BENODIGDHEDEN:

*8 lente-uien
4 norivellen
800 gr sushirijst
200 gr tonijnfilet (van het middenstuk)
80 gr sesamzaad
sushi-azijn
1 stuk kombu van ca. 10 x 10 cm*

BEREIDING:

Kook de sushirijst 10 minuten in 4 dl water en voeg een stukje kombu aan het water toe en haal dat er na 5 minuten uit.

Als de rijst klaar is een beetje sushi-azijn erdoor roeren.

Sushimatje bekleden met plastic folie.

Snijd de lente-uien in fijne reepjes (*en julienne*) en leg in ijskoud water.

Spreid de norivellen en bedek onderaan voor de helft met rijst. Draai het norivel om en leg onderaan de in repen gesneden tonijn. Rol vervolgens op met de rijst aan de buitenzijde en verpak in plasticfolie.

Snijd de sushi in plakken en rol deze door het sesamzaad.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Dresseer de 3 amuses op een langwerpige bordje. Garneer met een beetje lente-ui.

Eet smakelijk (EVS, Pvd, AvE, HvdH, HL)

Def_Am2011-02-01

St.-Jacobsmosselen doorboord met vanille op gekaramelliseerde witlof met een jus van wortel en gember

TUSSENGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: ☹☹

Uitvoering: 2 personen

Tijd van uitserveren: 20.30 uur

BENODIGDHEDEN:

45 St.-Jacobsmosselen

23 vanillestokjes

1 gemberwortel

1 l wortelsap

12 stronkjes witlof

ijskoude boter

poedersuiker

zout/peper

sap van 2 citroenen

BEREIDING:

Halveer de vanillestokjes en steek ze door de mosselen (door de zijkant). Snijd de gemberwortel in plakjes. Zet het wortelsap op met de gemberwortel. Kook het sap in tot de helft en laat het op een laag vuur nog 15 minuten trekken, zeef het dan.

Maak ondertussen het witlof schoon, gebruik alleen de hele blaadjes die binnenin zitten.

Verwarm een koekenpan en bak het witlof kort in een klein beetje boter. Bestrooi het lof met een beetje poedersuiker, zout en peper. Blus het af met citroensap. Verwarm een koekenpan en bak de St.-Jacobsmosselen om en om 2 minuten. Niet te heet laten worden, anders verbrandt de vanille. Breng de mosselen op smaak met zout en peper.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Leg de witlofblaadjes in een bloemvorm en serveer 3 mosselen, met het vanillestokje erdoor, op het witlofblad.

Klop een paar klontjes koude boter door het wortel-gembersap. Schep de wortelsaus bij het gerecht.

Eet smakelijk (EvS, PvD, AvE, HvdH, HL)

Def_Am2011-02-02

Groninger mostercappuccino met blokjes kabeljauw

SOEP VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍴

Uitvoering: 1 persoon

Tijd van uitserveren: 21.00 uur

BENODIGDHEDEN:

750 gr kabeljauwfilet

400 gr grove Groninger mosterd

2 l visbouillon

1 l room

1 bosje peterselie

zonnebloemolie

BEREIDING:

Verhit een beetje olie en bak de mosterd even aan zonder dat deze verkleurt, dus niet te heet laten worden!

Doe de visbouillon en room erbij en roer met een garde tot een gladde massa ontstaat.

Laat de soep zachtjes trekken en indampen tot een iets gebonden soep ontstaat.

Snijd de kabeljauw in dobbelsteentjes.

Vlak voordat de soep wordt opgediend gaat de kabeljauw erin om in de hete vloeistof bijna gaar te worden.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Verdeel de kabeljauw over de kopjes en schenk de soep erover en garneer met een beetje peterselie.

Eet smakelijk (EvS, PvD, AvE, HvdH, HL)

Def_Am2011-02-03

Zwezerik met een dragon-demi-glacesaus in een ring van wortelcoulis

Tussengerecht voor 15 personen

Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴

Uitvoering: 2 personen

Tijd van uitserveren: 21.30 uur

BENODIGDHEDEN:

900 gr hartzwezerik
2 el bloem
2 el boter
2 dl demi-glace (ingekookte kalfsfond)
1 bos verse dragonblaadjes
zout en peper
1 kg winterwortel
2 stukjes steranijs
2 laurierblaadjes
1,5 l bouillon van kalfsfond

BEREIDING:

De zwezerik: Spoel de zwezerik enkele malen goed met schoon koud water om evt. bloedrestjes te verwijderen. Snij vetrandjes en vliesjes van de zwezerik.

Zet de zwezerik met ruim koud water met zout op het vuur en breng aan de kook. Haal zodra het kookt van het vuur en laat in het kookvocht afkoelen.

De wortelpuree: Maak 1,5 liter bouillon van kalfsfond.

Schil de winterwortel, snij in blokjes en kook met steranijs en laurierblaadjes gaar in de kalfsbouillon.

Neem anijs en laurier uit de bouillon, giet de bouillon af en bewaar. Pureer de wortel met een beetje bouillon met de staafmixer tot een zalvige substantie, de rest van de bouillon wordt niet gebruikt.

De demi-glacesaus: Verwarm de demi-glace en breng op smaak met peper en zout. Voeg op het laatst een deel van de dragonblaadjes toe en bewaar de rest voor garnering.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Warm de wortelpuree nog even door en bind eventueel licht om het vocht vast te houden. Doe de puree in een spuitzak met grote (nr. 15) gekartelde spuitmond.

Snij de zwezerik in plakjes van 1 cm dik. Haal door de bloem en bak in de boter goudbruin en krokant.

Spuit langs de rand van het bord drie toeven wortelcoulis. Leg in het midden van het bord twee of drie plakjes zwezerik, gearneerd met een toefje dragon en dresseer een beetje demi-glacesaus om de zwezerik.

Gepocheerde lamsrugfilet met stoofvlees van lamsnek en pesto van notensla met groene asperges

HOOFDGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴

Uitvoering: 3 personen

Oven een kwartier voor gebruik voorverwarmen op: 60°C

Tijd van uitserveren: 22.00 uur

BENODIGDHEDEN VOOR DE LAMSFILET:

1200 gr Lamsfilet
2 l Lamsfond
300 gr bouquet (bleek- of knolselderij,
wit van prei en wortel)
2 tenen knoflook
5 takjes tijm
5 takjes rozemarijn
boter
olijfolie

ras-el-hanoutkruidenmengsel
1,5 l Lamsfond
zout
peper

VOOR DE LAMSNEK:

800 gr Lamsnekpoelet
2 sjalotten
2 teentjes knoflook
olijfolie

VOOR DE PESTO VAN ROQUETTESLA:

125 gr roquettesla (rucola)
60 gr pijnboompitten
2 teentjes knoflook
1,5 dl olijfolie
50 gr geraspte Parmezaanse kaas
zout, peper

30 groene asperges

BEREIDING:

De lamsnek: Peper en zout de lamsnekpoelet. Pel sjalotten en knoflook en snipper de sjalotten en wrijf de knoflook fijn.

Zet de poelet aan in olijfolie en doe sjalot en knoflook erbij en laat voorzichtig meebakken. Voeg wat *ras-el-hanout* en de fond toe en laat stoven in de snelkookpan tot het zacht is.

Schep het gare vlees uit de pan en 'pluk' fijn.

Kook het stoofvocht in en meng weer door het stoofvlees, zodat het vlees de jus opneemt. Maak af met roomboter zout en peper.

De lamsrugfilet: Breng de lamsfond aan de kook, voeg bouquet, knoflook en kruiden toe en laat circa 20 minuten trekken. Passeer door een fijne zeef.

Pocheer het lamsvlees ca. 8 minuten in de gepasseerde bouillon, maar laat de bouillon niet koken!

Doe het vlees in een schaal met iets olijfolie en laat verder in de oven op 60°C langzaam garen.

Kook het gezeefde pocheervocht in tot sausdikte en monteer op het laatst met boter.

De pesto: Was de roquette en slinger droog. Blancheer de sla kort, spoel af en knijp uit.

Rooster de pijnboompitten goudbruin in een droge koekenpan.

Doe alle ingrediënten in de keukenmachine en draai onder langzaam toevoegen van de olijfolie tot pesto. Breng op smaak met peper en zout.

Schil de groene asperges aan de onderkant (klein stukje eraf snijden) Zet op met koud water en laat 2 minuten koken, deksel eraf en gas uit. Laat even liggen in het water.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Warm de asperges in een beetje roomboter even door.

Zout en peper de filets evt. wat na en trancheer.

Verdeel stoofvlees, filettranches en asperges over de borden, garneer met saus en pesto toe.

Dessertvariatie met hazelnoot en chocolademousse

NAGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: ☹☹☹☹

Uitvoering: 2 personen

1e Oven een kwartier voor gebruik voorverwarmen op 125°C

Tijd van uitserveren: 22.30 uur

BENODIGDHEDEN VOOR DE HAZELNOOTPRALINÉ:

200 gr blanke hazelnoten

200 gr suiker

enkele druppels citroensap

360 gr basterdsuiker

200 gr eigeel

120 gr hazelnootpraliné

75 gr melkchocolade

VOOR DE SCHUIMVINGERS:

30 gr blanke hazelnoten

10 gr maïzena

70 gr eiwit

60 gr suiker

VOOR DE CHOCOLADEMOUSSE:

5 eieren

50 gr suiker

200 gr bittere chocolade

100 gr zachte boter

een snufje maïzena

20 gr suiker

scheutje rum

VOOR HET PRALINÉ-IJS:

4,5 dl melk

3 dl room

BEREIDING:

De schuimvingers: Laat de hazelnoten in de oven lichtbruin worden.

Maal de gebruiene hazelnoten fijn in een keukenmachine en meng er de maïzena door.

Klop eiwit op en klop op het laatst met de suiker tot stevige pieken. Meng er het hazelnootmengsel door en spuit met een spuitzak staafjes van ongeveer 5 centimeter op bakpapier. Bak de schuimvingers in de oven op 125°C gedurende zo'n tijd dat de vingers droog zijn (controleren).

De hazelnootpraliné: Bruneer de noten licht in een droge tefalpan.

Doe een deel van de suiker en enkele druppels citroensap in een pan met dikke bodem en laat smelten.

Schud het droge deel van de suiker telkens over de reeds gesmolten suiker en blijf dit herhalen tot bijna alle suiker is gesmolten.

Roer daarna alle ingrediënten door elkaar en verwarm op een niet te fel vuur verder tot het geheel bruist en goudgeel begint te kleuren. Doe de gebruide noten erbij en kook het geheel 1 minuut door.

Schenk het mengsel direct op een licht met (zonnebloem)olie ingevette bakplaat en laat bij kamertemperatuur afkoelen.

Verkruimel de praliné wanneer deze volledig is afgekoeld met een deegroller of stamp fijn in een vijzel.

Het praliné-ijs: Breng melk, room en suiker aan de kook. Giet de helft ervan op het eigeel. Klop op met een garde en

giet terug in de pan. Verwarm het mengsel al roerend op laag vuur tot het wat dikker begint te worden. Laat er de chocolade in smelten. Laat afkoelen en draai het in de ijsmachine tot roomijs.

De chocolademousse: Splits de eieren. Klop drie eidooiers met suiker schuimig. Smelt de chocolade *au bain-marie*.

Meng de gesmolten chocolade met het dooiermengsel. Roer in kleine vlokjes de boter erbij tot alles is opgenomen. Voeg een scheutje rum toe.

Klop de vijf eiwitten in een ontvette kom goed stijf, voeg het snufje maïzena toe en spatel door het chocolademengsel en verdeel de mousse over kleine glaasjes. Laat in de koeling opstijven.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Serveer een bolletje ijs tussen 3 schuimvingers en serveer het glaasje chocolademousse ernaast op een langwerpige bordje.

Wijnen

Witte wijn	
Land van herkomst:	Frankrijk
Regio:	Côtes de Duras (AOC)
Domein / Château:	Daguet de Berticot
Jaar van productie:	2009
Druivensoort(en):	Sauvignon Blanc
Serveertemperatuur:	Maximaal 12 graden
Commentaar wijncie.:	De wijn komt uit de Lot-et-Garonnestreek, ten zuiden van Bordeaux en Bergerac, in het hart van de Aquitaine. Door de zuidelijke ligging van de wijngaarden, is het typische "zuur" van de Sauvignondruif in deze wijn wat zachter dan bij noordelijker varianten. Een mooie lichtgele kleur en frisse fruitzuren maken dit een elegante, verfrissende wijn.

Rode wijn	
Land van herkomst:	Portugal
Regio:	Estremadura (Vinho Regional Lisboa)
Domein / Château:	Quinta de Espiga (wijnhuis Casa Santos Lima)
Jaar van productie:	2009
Druivensoort(en):	Castelao, Tinta Roriz, Touriga Nacional en Syrah
Serveertemperatuur:	16 à 17 graden
Commentaar wijncie.:	Een toegankelijke, niet al te zware rode wijn, met zuidelijke tonen, die een mooie begeleiding kan zijn van het lamsgerecht. Met een lage zuurgraad is dit een wijn die vol en sappig smaakt. Het wijnhuis CSL is al vanaf het einde van de negentiende eeuw één van de grootste wijnproducenten van Portugal. De gebruikte druivensoorten vinden ook (de zo bijzondere) toepassing in de bekende Portwijnen.

Kookschema februari 2011

	Ma. Avond	Di. Avond	Wo. Avond	Do. Avond	Vrij. Middag	Vrij. Avond
I	–	1	2	3	–	4
II	7	8	9	10	11	11
III	–	15	16	17	–	18
IV	21	22	23	24	–	25

Algemene ledenvergadering maandag 14 maart 20:00 uur

