



Menu april 2024

Thema:

De pure en frisse smaken van de lente

Zeeduivel, salade van snijboon en tuinboon met een
zoete aardappelcreme

Wortelquiche met koriander, salade van groene asperge in zoetzuur marinade,
appel, witlof en frambozendressing

Lamsfilet met een korst van basilicum, geconfijte tomaatjes en gegrilde courgettes

Sinaasappelfestijn, abrikozenbavarois, sinaasappelsorbet,
geconfijte sinaasappel, meringue met Grand Marnier

Samengesteld door: Henri van Dun, Henri@hvandun.nl

Eet smakelijk!



2024-04-Menu-4-gan
gen april 2024 _Henri

Zacht gegaarde zeeduivel

op een salade van snijboon en tuinboon met een zoete aardappelcrème

Uitserveren op de gewenste tijd - Uitvoering: 2 personen - Apparatuur: sous vide 54°C

Ingrediënten voor 12 porties

Zeeduivel

750 g zeeduivel filet (niet schoongemaakt)
zeste van 1 citroen
zout
witte peper

Dille citroen dressing

110 ml zonnebloemolie
40 ml olijfolie
10 g citroensap
5 g mosterd
10 g verse dille
5 g verse bieslook
zout
peper

Snijboon- en tuinboonsalade

200 g snijboon
400 g tuinbonen (diepvries)

Zoete aardappelcrème

450 g zoete aardappels
75 ml room
200 ml melk
zout
peper
1 sinaasappel, sap en zeste

Bereidingswijze

Maak de zeeduivel schoon (ontbenen en ontvliezen). Voor een instructievideo zie:

<https://www.youtube.com/watch?v=ptzYNRsrBZM>

Besprenkel de filet met zout, witte peper en werk af met zeste van de citroen.

Rol de filet in plastic folie zodat deze gelijkmatig van vorm (overal even dik) is. Zorg dat de folie goed afgesloten is zodat er geen water bij de vis komt.

Leg de "worst" gedurende 30 minuten in de sous vide met een temperatuur van 54 °C (alternatief is stoomoven 100% vocht en 54°C)

Hak de kruiden. Doe alles bij elkaar en maak een dressing met een staafmixer in een maatbeker. Breng goed op smaak. Voeg evt. wat extra mosterd en bieslook toe. Het mengsel mag een beetje zuur zijn. Bewaar de dressing in een spuitfles.

Dubbeldop de tuinbonen. "Schil" met een dunschiller de snijbonen langs de lange kant, in de lengte zodat je lange strengen krijgt. Blancheer de tuinbonen 30 seconden en blancheer de snijbonen door deze in een zeef te leggen en deze 1 seconde in kokend water te dompelen en dan vervolgens gelijk terug te koelen in ijswater. Giet de tuinbonen af. Meng de tuinbonen met de snijbonen in een kom en breng het geheel op smaak met de dressing, zout en peper.

Schil de zoete aardappel en snijd deze in gelijke stukken. Doe de brokken zoete aardappel in een pan met room, met de melk, peper en zeste van de gehele sinaasappel en een beetje sap van 1 halve sinaasappel (geen zout). Kook de aardappels. Giet ze af maar bewaar het kookvocht. Kook het kookvocht in tot ¼ van de oorspronkelijke hoeveelheid. Draai de zoete aardappels glad in een blender of magimix en voeg de reductie van het kookvocht toe om het licht lopend te maken. Breng het geheel op smaak met zout.

Eindbereiding

Serveer de vis lauw warm. Eventueel nog even kort bakken of even met de gasbrander er over heen als de vis “nog een tikje mag hebben”.

Maak een nestje van de salade op elk bord. Versier het geheel met wat dotten creme.

Trancheer de zeeduivel in gelijke plakken van 40 gram

Plaats de vis op het nestje. Sprengel wat van de dressing op de vis en rond de garnituur.

Presentatie

Kleine borden op kamertemp.



Wortelquiche met koriander

met salade van groene asperge in zoetzuur marinade, appel, witlof en frambozendressing

Uitserveren op de gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 225°C

Ingrediënten voor 12 porties

Zoetzure marinade

1 limoen
2 dl rijstazijn
2 dl witte wijn
4 g verse gember
1 citroenblaadje
1 stengel citroengras
1 klein rood pepertje (max 7 g)

Frambozendressing

½ sjalotje
20 g diepvriesframboos
45 ml frambozenazijn
60 ml olijfolie
40 ml hazelnootolie
zout en peper

Salade

6 groene asperges
160 g (=3 stronken) witlof
1 appel
1 mango

Worteltaart

150 g bloem
60 g boter
¼ blokje verse gist of een half zakje droge gist
¼ mespuntje suiker
3 el lauw warm water
¾ tl zout

Bakvorm 24 cm diameter

Bereidingswijze

Snijd het pepertje fijn. Splijt het citroengras. Snijd de gember heel fijn. Doe alle ingrediënten in een pan en breng het aan de kook. Haal de pan van het vuur en laat de ingrediënten 2 uur trekken. Zeef de marinade als deze koud is.

Snipper het sjalotje. Ontdooi en pureer de frambozen (met een koksmes). Meng het sjalotje met de andere ingrediënten. Breng op smaak met zout en peper.

Snijd de asperges in dunne plakjes van 5 mm dik. Breng aan de kook met 3 dl zoet zure marinade. Haal de pan van het vuur en laat het afkoelen. Verwijder de bittere kern van de witlof en maak de blaadjes los. Schil de appel en ontdoe deze van het klokhuis. Snijd de appels julienne. Schil de mango, ontpit deze en snijd de mango eveneens julienne. Meng de uitgelekte asperges met witlof, appel en mango en maak de salade aan met frambozendressing.

De gist met de suiker en het lauw warme water door elkaar roeren. De bloem, de boter en het zout mengen met de handen tot een kruimelige massa. Voeg vervolgens de gist erbij en kneed het mengsel tot een glad deeg. Laat rusten.

Verwarm de oven voor op 225°C. Vet een ronde bakvorm van minimaal 24 cm in met boter. Rol het deeg uit over een licht met bloem bestrooid werkblad. Bekleed de bodem en de rand van bakvorm met het deeg. Bak het deeg blind gedurende 10 minuten op 225°C. Haal deze uit de oven.

De vulling

375 g wortels
20 g platte peterselie
150 g zure room
140 g ei
¾ tl maizena
¾ citroen
¾ tl gemberpoeder
1 tl gemalen koriander
witte peper

Eindbewerking

Presentatie

voorverwarmde bordjes

Maak de wortels schoon. Kook de wortels met een beetje zout beetgaar. Giet de wortels af en laat afkoelen.

Was de peterselie. Dep de peterselie droog, houd wat takjes apart voor de garnering en hak de rest fijn.

Snijd de wortels in de lengte in repen van cm 1 cm dik. Bestrijk de plakken met wat olijfolie.

Meng de zure room met de maizena, de eieren, de citroenschil, het gemberpoeder en de koriander. Breng op smaak met peper, zout en eventueel extra korianderpoeder. Schenk het mengsel over het het blind gebakken deeg. Leg vervolgens de wortelplakken in waaivorm op de vulling waarbij de dikkere uiteinden naar buiten wijzen.

Bak de taart verder in ca. 25 minuten op het onderste rooster in de oven. Bestrooi vlak voor het uitserveren met de opzij gelegde blaadjes peterselie.

Leg op een ovaal bordje een punt worteltaart met daarnaast een nestje gemengde salade.



Lamsfilet met een basilicumkorstje

met geconfijte tomaat en gegrilde courgette

Uitserveren op de gewenste tijd - Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 150°C en 180°C

Ingrediënten voor 12 porties

Lam

750 g lamsfilet
25 g bloem
55 g basilicum
60 g zachte roomboter
15 ml druivenpittenolie

Geconfijte tomaat

375 g kleine trostomaatjes
1 dl olijfolie
2 teentjes knoflook
2 takjes rozemarijn
2 takjes tijm

Gegrilde courgette

2 courgettes
olijfolie

Lamsjus

1500 g lamsbotten
1 ui
375 g winterwortel
1 prei
10 ml olijfolie
2 blikjes tomatenpuree
5 takjes tijm
1 tak rozemarijn
1 scheut rode wijn
water
½ tl hanout
150 g boter
peper en zout

Bereidingswijze

Dep de lamsfilet droog. Kruid de filet met zout en peper. Verhit een koekenpan met olie en bak hierin de lamsfilet kort aan alle kanten bruin. Haal de filet uit de pan en laat het filet afkoelen. Dep de lamsfilet droog. Was de basilicum en pluk de blaadjes. Hak in een keukenmachine de basilicum fijn met de boter. Voeg bloem, zout en peper toe en meng het geheel tot een deeg. Haal het mengsel uit de keukenmachine. Rol het mengsel uit tussen twee lagen vershoudfolie. Snijd de plak op maat en leg deze over de bovenkant van de gebakken lamsfilet. Druk stevig aan.

Verwarm de oven voor op 150 °C. Was de tomaatjes. Halveer de tomaatjes. Hussel ze door de olie met de geperste knoflook, zout en peper. Verdeel ze over een met bakpapier beklede bakplaat. Rits de blaadjes van de verse kruiden en bestrooi de tomaatjes met de kruiden. Gaar de tomaatjes in ongeveer 20 minuten.

Was de courgettes. Schaaf de courgette met een mandoline in lange dunne plakken. Bestrijk de plakken licht met olijfolie. Verhit een grillpan en grill de courgetteplakken a la minute kort aan beide kanten in een mooie ruit.

Verwarm de oven voorop ca. 180 °C. Doe de botten in de schaal en bak ze in de oven mooi bruin. Snijd de ui, de winterwortel en de prei grof. Verhit vervolgens in een pan de olie en bak de gesneden groenten aan. Voeg de tomatenpuree en de gebruikte botten erbij. Voeg vervolgens de wijn, de tijm en de rozemarijn toe. Voeg er zo veel water bij tot alles onder het water staat .
Laat het geheel zachtjes inkoken. Als het niveau van de jus te laag wordt, dan bij vullen met water. Zodra de jus na enige tijd is ingedikt de botten verwijderen en de jus zeven. Vervolgens de jus afmaken met ½ tl el hanout en naar smaak met peper en zout. Monteer de saus met boter zodat deze lichtgebonden is.

Eindbereiding en presentatie
warme borden

Bak het lamsvlees om en om zodat deze een bruin korstje heeft en nog roze van binnen is. Leg de basilicumkorst over de bovenkant van de gebakken lamsfilet. Druk stevig aan. Leg kort even onder de salamander grill zodat de korst knapperig wordt.

Laat het lam even rusten voor het aansnijden. Serveer het vlees op warme borden met tomaatjes en de gegrilde courgette. Maak met de dispenser een spiegelkje waar het vlees op wordt gelegd. Serveer aan tafel het restant van de jus met de dispenser.



LET OP: Haal 2 kilo lamsvlees uit de vriezer voor de volgende kookgroep.

Sinaasappelfestijn

Sinaasappelbavarois, sinaasappelsorbet, geconfijte sinaasappel, meringue met Grand Marnier

Uitserveren op de gewenste tijd- Uitvoering: 3 personen - Apparatuur: oven 100°C

Ingrediënten voor 12 porties

Sinaasappelmeringue

1 sinaasappel
½ citroen
90 g eiwit
150 g fijne kristalsuiker
4 ml Grand Marnier

Geconfijte sinaasappel

3 sinaasappels
100 g suiker
150 ml water

Abrikozenbavarois

375 ml abrikozenpuree
375 ml slagroom
75 g suiker
11 g gelatine

Bereidingswijze

Was de sinaasappel. Pers de sinaasappel en zet het sap klaar voor de sinaasappelsorbet. Rasp de schil. Doe het eiwit in een kom. (let op dat deze schoon is, wrijf eventueel in met een halve citroen). Voeg de Grand Marnier en de sinaasappelrasp toe. Klop het eiwit en voeg geleidelijk de suiker toe. Klop onder een hoge stand het eiwit stevig (zodanig dat je de kom ondersteboven kunt houden zonder dat het eiwit eruit valt). Doe het schuim over in een spuitzak en spuit op een met bakpapier beklede bakplaat platte schijven van 1 cm hoog met een doorsnee van ca 5 cm. Zet de meringue in een oven op 100 °C. Bak gedurende ca 1,5 uur tot de buitenkant hard is en de binnenkant zacht en wat kleverig.

Was de sinaasappels. Schil het oranje laagje er netjes vanaf en pers ze vervolgens uit. Bewaar het sap voor de sinaasappelsorbet. Snijd de schil van de sinaasappels in dunne reepjes van 5 mm. Let erop dat er zo weinig mogelijk wit meekomt (het wit smaakt bitter). Doe de schilletjes in een pan en zet ze net onder water met een beetje zout. Kook de schilletjes 1 minuut. Giet de schilletjes af en zet ze opnieuw onder water (nu zonder zout) en kook 1 minuut. Herhaal deze bewerking zodat de schilletjes drie keer zijn gekookt. Giet af en laat ze enigszins afkoelen

Kook het water met de suiker totdat de suiker is opgelost. Doe de schilletjes erin en laat het ca. 30 minuten trekken.

Verwarm de oven voor op 100°C. Laat de schilletjes uitlekken en droog ze in de oven op een vel bakpapier. Duur ca. 35 minuten.

Week eerst de gelatine in koud water. Verwarm de abrikozenpuree met de suiker totdat de suiker geheel is opgelost. Haal de puree van het vuur. Voeg de geweekte en uitgeknepen gelatine bij de abrikozenpuree. Laat dit afkoelen, totdat ze begint te geleren. Klop de slagroom op. Voeg het abrikozenmengsel als spatelend bij de opgeklopte slagroom en verdeel dit over 12 kleine vormpjes (siliconen). Laat ze 2 uur in de koelkast opstijven voordat ze uit de vormpjes worden gehaald. Haal de bavarois uit de vormpjes door ze een paar seconden tot aan de rand van het vormpje in een bak met heet water te zetten. Schud aan het vormpje en zet de bavarois zo op het bord.

Sinaasappelsorbet

450 ml volle melk
4 sinaasappels
260 g fijne kristalsuiker

Was de sinaasappels. Rasp de schil van de sinaasappels. Pers de sinaasappels uit. Vul het verse sinaasappelsap aan met het sinaasappelsap van de meringue en de geconfijte sinaasappel tot 600 ml. Meng de melk, de suiker, de sinaasappelrasp en het sinaasappelsap. Verwarm het mengsel kort tot de suiker goed is opgelost. Proef of het voldoende zoet is. Zet het mengsel weg in de koelkast tot een anderhalf uur voor de eindbereiding. Haal het mengsel uit de koelkast en doe dit in de ijsmachine ca 30 minuten voordat wordt gestart met de opmaak van het dessert. Voeg de helft van de stukjes geconfijte sinaasappel toe. Draai ijs in de machine en start met de opmaak van het dessert.

Eindbereiding en Presentatie

120 g pistachenoten (roosteren)

Hak de pistachenoten grof. Rooster ze. Plaats de bavarois op de leisteen en leg daarnaast de meringueschijf. Serveer een bolletje sinaasappelsorbet op de meringue. Garneer het ijs en de bavarois met wat pistache en geconfijtte sinaasappelschilletjes. Serveer zo snel mogelijk want het ijs smelt snel.

leisteenborden

