

Kookclub 23 april 2015

-Rucola-geitenkaas

-Scampo-vadouvan-pompelmoes-sojascheut

-Mooie meid-asperges-peterselie-noot

-Lam-tuinboon-aubergine-venkel-daslook-olijf-cheddar

-Chocolade-yoghurt-framboos-amandel-loquat

Rucola-geitenkaas

350 g raketsla	ui, fijngehakt	olijfolie	aardappel,
1/2 l melk	1 ½ l groentebouillon	pezo	geitenkaas
pijnboompitten	room		

Bereiding:

Verwarm de olijfolie. Fruit e de uien in de olie, voeg de aardappel toe en laat deze 2 tot 3 minuten zacht stoven (niet laten verkleuren).

Was de raketsla en snij de steeltjes af. Hak deze laatste in kleine stukjes.

Doe de groentebouillon en de melk met de gehakte steeltjes in de pan, breng aan de kook en laat alles zo'n 10 minuten koken, tot de aardappelblokjes zacht zijn.

Doe de rucola blaadjes erbij en laat nog 2 minuten koken. Mix de soep en breng op smaak met citroensap, zout en peper.

Gebruik niet alle blaadjes, de rest laat je mixen in de blender met wat water zodat je een papje krijgt, dit roeren we onder de soep voor de service om een mooie kleur te bekomen.

Grill de pijnboompitten en bewaar.

De geitenkaas roer je los met wat room en daar maak je quenelles van ,één quennelle per persoon als hapje.

Service :

In een tasje lepel je de soep ,op de soep de quenelle die wordt afgewerkt met wat geconccasseerde pijnboompitten en een blaadje rucola.

Scampo-vadouvan-pompelmoes

Vadouvan zonnebloemolie scampi sojascheuten roze pompelmoes

Bereiding

Vadouvan olie : Bak de vadouvan 2-3 minuten op zacht vuur in 2 eetlepels olie.

Voeg de rest van de olie toe en verwarm het mengsel nog 5 minuten op heel zacht vuur, zodat de smaken goed kunnen intrekken. Laat de olie afkoelen, schenk hem door een zeef en vang de olie op.

Sojascheuten : Verwijder zoveel mogelijk de zwarte uiteinden van de sojascheuten,wok ze in de pan op hoog vuur en kruidt met wat sesamolie en pezo. bewaar voor de service.

Pompelmoes : Schil de pompelmoes à vijf en haal de billetjes eruit,versnijdt deze in twee en bewaar.

Scampi +/- 25 stuks maat 20/25

Pel de scampi maar laat het staartstukje eraan zitten.

Verwijder ook de zwarte darm aan de rugzijde van de scampi.

Marineer de scampi in de vadouvan-olie aangelengd met wat zonnebloemolie of andere olie en met een beetje zout en wat cayenne peper. .

Haal de garnalen uit de olie en bak ze snel in de pan tot ze roze kleuren, keer ze halverwege om.

Sabayon van vadouvan

Geklaarde boter 250 ml 100 ml vadouvan olie 4 eidooiers citroen
witte wijn bieslook versnipperd

Meng de boterolie met de vadouvan olie

Klop eidooiers te samen op met wat witte wijn en citroensap. Verwarm tot circa 70°C.

Voeg eerst druppelsgewijs de olie toe en vervolgens in een dun straaltje totdat een homogene massa ontstaat. Wanneer de sabayon klaar is moet ook de mise en place klaar zijn, er wordt niet gewacht.

Service:

Meng de warme sojascheuten en de stukjes pompelmoes en deponeer op een bordje,, daarbovenop een gebakken scampo en we werken af met een koffielepel sabayon en wat versnipperde bieslook.

Mooie meid-asperges-peterselie

Mooie meid dat is heek maar dat wisten jullie reeds lang ;het is familie van de kabeljauw en wordt bvb in Spanje zeer veel gebruikt in de zarzuela bvb....de naam is daar merluza.

Gekonfijte asperges

2 à 3 kg geklaarde boter,onreinheden afgeschept 65 asperges- geschild

Bereiding

Schil de asperges en snijd ongeveer 3 centimeter van de onderkanten af. Leg de asperges naast elkaar op de bodem van een brede pan of braadslee. Verhit in een andere pan de boterolie tot precies 95°C en giet deze vervolgens over de asperges.

Plaats de pan op een laag vuur en gaar de asperges in 20 minuten of gaar ze in de oven bij 100°C gedurende +/- 25 minuten

Laat de asperges goed uitlekken in een zeef en dep ze eventueel droog met keukenpapier.

Heek gegratineerd onder notenkorstje

Sneetjes oud brood knoflook 2 teentjes bosje lente ui peterselie
gemengde noten 50 gram citroen

Verwarm de oven voor op 200°C.

Meng de blokjes brood in een cutter, besprenkelen met boterolie. Voeg noten, zeste van citroen, knoflook, peterselie en lente ui toe. Alles goed vermengen..

Leg de stukken vis in een ondiepe ovenschaal waar ze precies naast elkaar in passen, velkant naar beneden. Bestrooi ze met een beetje zout en peper.

Verdeel het broodmengsel in een dikke laag over de vis en druk het stevig aan, zodat het op zijn plaats blijft. Bak de vis +/- 20 minuten tot hij precies gaar is en een mooi knapperig en bruin korstje heeft gekregen.

Steek ter controle de punt van een scherp mes midden in een stuk vis: de vis is gaar als hij gemakkelijk in vlokken kan worden verdeeld en ondoorschijnend, maar nog wel sappig is.

Peterseliecoulis

4 dl verse visfumet (met de afsnijdsels van de vis maken we een extra visfumet+ui+selder+laurier)

500 g verse spinazie 1 bosje peterselie pezo nootmuskaat

Maak voor de coulis de spinazie en de peterselie schoon. Trek de nerven uit de spinazie en stoof hem in enkele minuten zonder vetstof gaar in een pan. Giet af en knijp zoveel mogelijk vocht uit de spinazie. Blancheer de peterselie gedurende enkele minuten in licht gezouten kokend water tot hij zacht is en giet af. Knijp er zoveel mogelijk vocht uit.

Breng de visfumet even aan de kook en mix in de helft ervan de spinazie en de peterselie fijn. Voeg fumet toe tot de gewenste dikte is bereikt. Mix enkele minuten tot een gladde saus. Kruid met peper, zout en een snuifje nootmuskaat. Werk af met een klontje boter. Houd warm.

Service

We verdelen de asperges in twee gelijke stukken, iedereen heeft 5 stukken dus 5 halve asperges, verdeeld in twee punten en drie einden en de andere anders natuurlijk.

Op warme borden deponeren we de 5 stukken asperges naast elkaar, daar bovenop het stuk gegratineerde heeffilet met het korstje naar boven rondom een lepel warme peterselie coulis.

Lam-tuinboon-aubergine-venkel-daslook

Tuinbonen (fèves)

Tuinbonen peulen en ontvliezen (eventjes blancheren). De boontjes uit de vliezen duwen. De tuinbonen afwerken met een beetje boter, zout, nootmuskaat en versnipperd bonenkruid.

Venkelcrème (thermomix)

Smoor de venkel in de boter, voeg steranijs, pastis, citroenschillen en zoveel water toe tot venkel net onder staat. Breng het geheel aan de kook en laat de venkel op laag vuur 30 min. zachjes stoven. **Verwijder steranijs en citroenschillen**. Schep de venkel met een schuimspaan in de blender en voeg een klein beetje van het vocht toe. Pureer de venkel tot crème en breng op smaak met zout. Bewaar in een verwarmbaar spuitflesje.

Pesto van daslook

75 gram daslook 40 gr pijnboompitten 1,5 dl olijfolie 30 gr Parmezaan
100 gram verse spinazie

Bak de pijnboompitten lichtbruin. Maal de daslook, spinazie, pijnboompitten en de Parmezaan in een keukenmachine fijn en schenk er de olijfolie bij tot je een mooie pesto hebt. Op smaak brengen met peper en zout en een tikkeltje citroensap. Bewaar in een spuitflesje.

Lamskroon

Lamskroontje : portioneer het kroontje zodanig dat er +/- 45 leuke opgekuiste lamskoteletjes zijn met een dikte van +/- 2 cm . Opgekuist wil zeggen alle resten van het beentje zijn geschrapt en het vlees mooi opgeduwd. Rond het beentje een Al-folie.

Strijk de lamskroon licht in met micrio, kruid met peper en zout. Rooster ze op de grillpan gedurende 3 à 4 minuten, draai regelmatig om en gaar de kroontjes verder in de oven bij 110°C zodat ze crispy zijn langs buitenzijde en zacht van binnen. Rekenen toch 20 à 25 minuten voor rosé, afhankelijk van de dikte en grootte. We versnijden de kroontjes in ribbetjes voor de service (2 stuks per persoon). **Vergeet de koteletjes niet af te kruiden tijdens de service met Fleur du Sel !Lamsvlees wordt rosé gebakken, alle andere cuissons zijn uit den boze!**

Crumble van olijf

+/- 30 zwarte ontpitte olijven in kleine stukjes gesneden 100 gram bloem
80 gram boter olijfzout olijfkruid 50 gram amandelpoeder

Versnijdt de olijven tot piepkleine stukjes, versnipper het olijfkruid. Meng alle ingrediënten met de hand, wrijf de massa open in een bakplaat en bak af gedurende 10 minuten in een oven van 180°C. Bewaar.

Courgette en aubergine

Versnijdt de courgette op de mandolinne en gelijke plakken van dikte (1.5cm), bestrooi met zout en laat eventjes rusten. Spoel het zout af en droog de plakken, paneer de plakken met bloem en daarna met panko, waarbij Provençaalse kruiden werden gevoegd. Bak deze plakken in de tefal pan in de olijfolie. Bewaar.

De ½ bol look en de aubergine **laten we in zijn geheel** en we garen in de oven gedurende +/- 25 minuten (200°C), nadien schrapen we het vruchtvlees uit de aubergine en de look en dit stoven we aan in olijfolie, dit laten we eventjes stoven en dan in de cutter alles samen, op smaak brengen met pezo en wat citroensap.

Voor de service werken we de warme gepaneerde courgette af met een quenelle aubergine kaviaar, zo serveren we dit op het bord. De courgette plakken worden dus nog opgewarmd in de oven.

Muntsaus

1 dl wijnazijn 4 sjalotjes verse groene munt pezo
5 dl lamsfond 1 ½ eetlepel honing rozemarijn boter

Sjalot fijn snipperen, alsook de steeltjes van de verse munt en de rozemarijn. In een pan, azijn met sjalotten, samen met de munt en de honing aan de kook brengen en laten reduceren. Zeven en lamsfond toevoegen, terug even laten reduceren, afkruiden met peper en zout. Voeg nog enkele klontjes boter toe en schuim de saus even op met de staafmixer.

Pommes fondantes

Gevogeltefond en kalfsfond teentje look tijm laurier sneetjes cheddar
Aardappels Bintje

Breng de 2 fonds samen met het kruidentuiltje en het teentje look aan de kook.
Schil de aardappels en steek ze uit tot een cilinder .
Schroei de aardappelen langs alle kanten goudbruin in een hete pan met arachideolie.
Doe de fonds erbij tot de hoogte van de aardappel cilinders, voeg nog een klontje boter toe ,
dek af met Al-folie en een deksel en laat ze in +/- 30 minuten gaar worden op een zacht vuur.
Door het toevoegen van de boter zullen de aardappelen wanneer al het vocht verdwenen is
automatisch beginnen bakken en een mooi bruin korstje krijgen
Wanneer ze gaar zijn bewaar de aardappels en steek uit de cheddar sneetjes hetzelfde rondje
uit en leg dit op de aardappels in de ovenschaal langs de andere kant van het korstje.
Laat even smelten in de oven voor de service.

Service

Op lange warme borden : één aardappel met gesmolten kaas , twee lamskoteltjes per
persoon, twee courgette 2 rolletjes, tuinbonen , venkelcrème een torentje gespoten , pesto van
daslook, ook enkele druppels uit een spuitflesje indien mogelijk en de crumble een ½
koffielepeltje, de saus , versiering erwtenscheuten.

Witte chocolade-yoghurt-framboos-amandel

Cremeux van witte chocolade

150 gram Griekse yoghurt + 300 gram witte chocolade + 35 gram zure room
4 peulen kardemon

Verpulver de binnenste zaden van de kardemon (4 peulen) in de vijzel en meng dit in de
yoghurt, nadien alles laten smelten au bain-marie bij 50 °C , mengen en dan laten opstijven in
de koelkast. Bewaar

Espuma van framboos

450 gram frambozencoulis 50 gram bloedsuiker 2 ½ gelatineblaadjes
Sifon met een gaspatroon) 1 patroon nodig per halve liter vloeistof. fijne zeef
50 ml zure room

Warm 100 gram van de frambozencoulis op tot 60°C, voeg het bloedsuiker toe en voeg hierin de geweekte gelatine blaadjes, voeg de rest van de frambozen coulis en de 50 ml zure room toe en breng over in een sifon, draai één gascapsule erop en bewaar in de koelkast

Crispy bodem van chocolade en amandel x2

150 g melkchocolade, 75 g amandelpasta, 30 g (amandelschaafsle), 35 g rice crispy, 20 g sinaasappel zestes.

Smelt de chocolade (max 40°C) en spatel er de amandelpasta door. Meng er alle droge grondstoffen door. Strijk dun uit in een bakplaat met boterpapier en laat opstijven. Steek er kleine rondjes of een andere vorm uit voor de service.

Amadelpasta

Vermaal de gepelde amandels in de cutter tot de olie vrijkomt, voeg wat kokosolie toe en zorg ervoor dat de pasta een fijne structuur verkrijgt.

Sinaaszeste : 2x blancheren, dwz tweemaal opzetten in koud water tot kookpunt, afgieten en spoelen en opnieuw opzetten met koud water, daarna bewaren.

Cake we bakken op voorhand een gewone botercake, we snijden de bakkanten er van af en verdelen deze in dikke sneden van 1.5 cm dik en dan nog eens diagonaal in 4, zodat we 4 driehoeken verkrijgen.

Loquat van deze vruchten maken we een tartaar.

We pellen de loquats, halen de pitten eruit en ook het binnenste harde velletje. We versnijden de vruchten in gelijke kleine stukjes, doen dit in een kom,

We maken een dressing met citroensap (1/2 citroen), limoensap, en de zeste van limoen en gembersiroop, we maken het geheel wat zoet met lindehoning, enkel druppels chili olie zorg dat de honing goed is opgelost in het sap. Zorg dat er voldoende dressing is want die gebruiken we nadien om de cake mee te bevochtigen. Een deel gieten we over de versneden loquats en bewaren dit maximaal ½ uurtje om verkleuring tegen te gaan.

Service

De cake 2 driehoeken per persoon, zodanig dat deze rechtop kan staan op het bord, één driehoek wordt rechtop gezet de andere wordt op het bord gedeponneerd, en besprenkelt met de dressing van limoen en honing, op de liggende driehoek plaatsen we een quenelle van de witte chocolade moelleux, de crispy plaatsen we naast de rechtop staande driehoek De tartaar van loquat verdelen we langsheen de neerliggende driehoek en de espuma spuiten we (2x) tussen de driehoeken.

***De loquat** (*Eriobotrya japonica*), Japanse (wol)mispel of nèflef is een bekende vrucht uit de rozenfamilie. Het is een groenblijvende, 5-10 m hoge boom met een ronde kroon en een korte stam. Jonge takken zijn wollig behaard. De eivormige, oranje vrucht is 3-8 x 2-5 cm groot. Onder de oranje schil zit het zeer sappige, aromatische, zoetzure vruchtvlees, wat enigszins doet denken aan abrikoos of pruim.*

