

## Kookclub 23 mei 2013

\*Gegrilde makreel filet ,salade van sinaasappel en rode peper

\*Geitenkaas op toast met carpaccio van radijs

\*Zalm mi-cuit met tahin-citroen dressing

**\*Krokante kikkerbillen, Petit gris slakken ,venkel, baby artisjok en sabayon van tuinkruiden .**

**\*Kalfszwezerik en kalfsfilet krokant en zacht, mousseline van koolrabi spinazie, gekonfijte wortel, champignon, saus geparfumeerd met Pineau de Charentes.**

**\*Koffie en ...**

### Gegrilde makreel filet ,salade van sinaasappel en rode peper

makreelfilets	goede olijfolie
partjes sinaasappel à vif gesneden	
rood pepertje gesneden in ringetjes	korianderblaadjes
verse munt	gember
Gembersiroop	citroen

Wrijf de makreel filets in met wat olijfolie.

Meng de partjes sinaasappel met de rode peper ringetjes, de kruiden (gember-munt en koriander) en de gember siroop, peper en zout op smaak.

Verhit de grill pan tot zeer heet, leg de visfilets in een in geolied BBQ rooster en rooster de vis. Voor een filet van 125 gram reken 1 ½ minuut aan elke kant.

Verdeel de sinaasappel salade over de langwerpige apéro potjes en deponeerde versneden gegrilde filets op de salade ,bestrooi de makreel met zeezout en besprenkel met citroensap.

### Geitenkaas op toast met carpaccio van rode radijs

Toastbrood-plat gerold met deegrol, zijkanten verwijderd	radijzen
Honing –groene kruiden –citroensap-peper en zout	

Spoel de kruiden, snij fijn en meng met de overige ingrediënten (honing-citroensap en pezo) tot je een leuke smaakvolle vinaigrette bekomt.

Versnij de radijsjes met de mandoline zeer fijn in plakjes, besprenkel met de vinaigrette en drapeer in een aperopotje,.

Versnij de rol geitenkaas in rondje die passen op het uitgestoken toast brood, plaats de kaasjes op het brood en besprenkel met olijfolie en een drupje honing, bak af in de oven bij 200 ° C. Plaats het kaasje bij de carpaccio.

## Zalm mi-cuit met tahin-citroen dressing

### Tahin-citroendressing

2 eetlepel tahin, rasp van 1/2 citroen, 1/2 theelepel vloeibare honing, 3-4 eetlepels. citroensap, 2 eetlepels yoghurt, 1/2 teentje knoflook gesneden, zout, peper, 2 eetlepels platte peterselie fijngesneden

Roer de tahin los met ca. 3 eetlepels kokend water

Roer het citroensap, honing, 3 eetlepels. citroensap, yoghurt, knoflook door de tahin tot een gladde, dikke vloeibare saus ontstaat.

Roer er zo nodig nog een scheutje kokend water door. Bestrooi met peterselie

### Zalm mi-cuit

sesamolie	mirin	sojasaus	vloeibare honing
verse zalm uit de rugfilet!haasje)		koriander	sesam zaadjes

Marineer de zalmfilet in 1/3 sesamolie- 1/3 mirin en 1/3 sojasaus + 3 eetlepels honing; laat in dit mengsel de zalm eventjes marineren gedurende 1/2 uur.

Dep de marinade droog en bak de zalm op vrij hoog vuur snel korstig aan, zodanig dat je een korstje verkrijgt langs beide kanten, rol na het bakken eventjes één kant in gegrilde sesamzaadjes. serveer in een langwerpige apero potje met de dressing en werk af met een blaadje koriander..

### Krokante kikkerbilden, Petit Gris slakjes, gekonfijte venkel en look, baby artisjok gemarineerd en sabayon van tuinkruiden.

Kikerbilden maat 12/16			petit gris slakken blik		
Peterselie	tuinkers	salie	bieslook	dragon	looktenen
Eidooiers		witte droge wijn		panko	
Frituurolie		bloem		eiwit	olijfolie
Venkel		artisjok		citroen	kippenbouillon
Tijm		pezo		ricard	

Schil en snij de artisjokken rond en wrijf ze direct in met citroen. Gaar ze in kippenbouillon met zout, peper, look, tijm en citroensap. Zorg dat ze onder het vocht staan zodat ze niet verkleuren. Haal ze uit het kookvocht en marineer de artisjokken in olijfolie, citroensap en gehakte tijm. Bewaar.

Paneer de kikkerbilden eerst in bloem met pezo, dan in losgeklopt ei en dan in panko. Bewaar.

Voor de service worden de billen gefrituurd op 175°C gedurende 3 minuten, laat uitlekken op keukenpapier en bestrooi lichtjes met wat zout.

Maak de venkelknollen schoon, snij ze in reepjes en laat aanstoven in een klont boter. Blus met witte wijn, Ricard en wat kippenbouillon, een tikkeltje suiker en laat helemaal gaarstoven tot bijna alle vloeistof verdampt is. Bewaar.

Breng een kommetje olijfolie tot tegen het kookpunt(130°C) en voeg er de 40 teentjes look aan toe (niet pellen), laat zo'n 15 min warmen (niet koken) en laat afkoelen. Haal de (zachte) look uit de pel ,maak ene soort puree en hou apart.

Haal de slakjes uit het blik, spoel ze na met voldoende water en bewaar,voor de service haal je ze eventjes door de gesmolten boter en kruidt met pezo.

### **Sabayon van fijne tuinkruiden**

Tuinkers- basilicum- kervel –salie- dragon –bieslook –peterselie

Alle kruiden versnijden en bewaren .

Geklarifieerde boter 250 gram eidooiers pezo

Peterselie emulsie –verse platte peterselie blancheren en blenden met wat water en citroensap.

Meng de dooiers met witte wijn en citroensap ( voor 6 dooiers + 250 cc vocht :

100 ml kippenbouillon/120 ml witte wijn en 30 ml citroensap bvb )

We maken dit minimaal 3x

Klop deze massa zeer schuimig op , opeen zacht vuurtje ( niet boven de 75°C) ,wanneer er binding optreedt, langzaam de gesmolten boter toevoegen en verder kloppen van het vuur af.

Maak de saus mooi groen door de peterselie emulsie toe te voegen .

Voeg de versneden kruiden toe en werk af met peper, zout en cayennepeper.

### **Kalfszwezerik en kalfsfilet krokant en zacht,mousseline van koolrabi,spinazie,gekonfijte wortel,champignon,sausje geparfumeerd metPineau de Charentes en rancio-azijn.**

De zwezeriken degorgeren (laten weken in gezouten water gedurende minstens 12 uur) daarna de kalfszwezeriken schoonmaken ; blancheren in gezouten water gedurende

2 minuten. De zwezeriken in koud water dompelen en de vliesjes verwijderen. dan opzetten met blanke fond ,laurier, peterselie en tijm,wortel-prei-ui,selder en gedurende 10 minuten braiseren.. (dit is normaal al gebeurd)

De zwezeriken onder een klein gewicht laten afkoelen en dan in mooie plakjes snijden. .

Bak de kalfszwezeriken goudbruin in wat klare boter en deglaceer daarna de pan met de kalfsfond

De kalfsfilet aanbakken in de pan zodat alles is dichtgeschroeid. Neem van de pan en wikkel in plastic folie en laat zachtjes bakken in de oven bij 95°C gedurende +/- 30 minuten afhankelijk van de dikte van het stuk,zodat het lichtjes rosé en vooral sappig en mals wordt.

### **Mousseline van koolrabi**

2 koolrabi

Room

Pezo

2 aardappels-bintje

250 gram boter

nootmuskaat

Was en versnij de rabi in stukken. Stoof de koolrabi aan in boter en blus met water ,laat gaarstoven ,bijna tot alle vocht is verdwenen . Kook ook een 2-tal aardappels. mee voor een beter binding

Pureer alles door en roerzeef met voldoende boter en wat room tot je een smeüige “mousseline” bekomt. Kruidt met peper,zout en een tikkeltje nootmuskaat. Hou apart.

### Jonge wortels

Kuis de wortels en stoof ze aan in boter,blus met kippenbouillon en laat ze zachtjes garen in deze bouillon met boter tot ze zacht en smaakvol zijn. Kruidt met peper en zout.

### Champignons

Kuis de champignons en ontdoe de champignons van alle aarde,bak ze snel aan in een pan met mycrio. Bewaar.

### Spinazie

Spoel de spinazie grondig in veel water,verwijder de grootste stelen,versnij de spinazie in stukken. Stoof aan in boter tot de spinazie volledig is geslonken,kruidt met pezo en nootmuskaat.

### Sausje geparfumeerd met Pineau des Charentes

Stoof de sjalotten glazig en blus met 1/3 droge witte wijn en 1/3 Pineau des Charentes en 1/3 kalfsfond en één soeplepel rancio azijn ,laat inkoken tot de helft ,zeef de sjalotten eruit en voeg een tikkeltje toom toe,werk verder af met klontjes boter en kruidt met peper en zout. Zorg dat de balans zuur/zoet oké is.

### Service

Versnij de kalfsfilet in flinterdunne plakjes met een scherp mes en hou alvast warm. We maken een dikke boog met de rabi mousselinne ,daaronder een toefje van de spinazie en daar tegenaan dresseren we 3 fijne plakjes kalfsfilet, de gekonfijte wortel in het verlengde , de krokante zwezerik (2 stuks) verder op en de champignons 3 stuks verdelen we over het bord. We druppelen wat saus op de kalfsfilet.

Koffie en koekjes