

## **Kookclub 14 oktober 2021**

### **Kalfstartaar met avocado op kroepoekzand**

#### **Nodig :**

200 gr kalfsfilet, 3 rijpe avocado's, sap van 2 limoenen, 1 theelepel wasabi, peper, kroepoek, koriander, mayo, 1 chilipepertje, zure room

#### **Werkwijze :**

Koel het stuk kalfsvlees in de diepvriezer gedurende min. 30 minuten.

Snijd het vlees eerst in plakjes en dan in blokjes. Bewaar.

Bereid de guacamole : 1 ½ rijpe avocado, verwijder de schil en prak de avocado met een lepeltje mayonaise en zure room en het ½ versnipperde rood pepertje, limoensap en versneden blaadjes koriander tot een smeùge massa, bewaar.

Ontpit en schil de andere 1 ½ avocado's en snijd in blokjes.

Versnijd de koriander blaadjes en steeltjes en meng onder het vlees, bewaar enkele blaadjes als versiering.

Meng het limoensap met de wasabi.

Roer het mengsel door de avocado's en breng op smaak met vers gemalen peper.

Roer net voor het opdienen de kalfsblokjes toe en proef, kruid bij indien gewenst.

Verpulver de kroepoek in de vijzel of keukenrobot tot een grof korrelige structuur, bewaar.

#### **Service :**

Onderaan op een apero bordje, wat van het kroepoekzand, daar bovenop een lepel van de kalfstartaar, we werken af met een quenelle van de guacamole en versieren met blaadjes koriander.

### **Aubergine met halloumi**

#### **Nodig :**

1 aubergine, 200 g halloumi, 60 g walnoten

Bladpeterselie, ½ citroen, 2 knoflookteentjes

#### **Bereiding :**

Snijd aubergine in dikke plakken, even dik, wrijf in met zout en laat even uitlekken, wrijf in met olijfolie en pezo en grill de plakken aubergine op de grill gedurende 5 à 7 minuten tot ze gaar zijn. Steek de aubergine plakjes uit met een uitsteekvorm tot gelijke grote en liefst ook gelijke dikte.

Snijd de halloumi in schijfjes of plakjes van ongeveer dezelfde grootte als de aubergine en bak in een anti-kleeflaag pan, in een heel klein beetje olie. De pan moet **zeer heet** zijn, in enkele min. tot ze bruin worden, werk af met een beetje honing en wat citroensap (maak een oplossing van beide!) en bestrijk lichtjes.

Hak de walnoten en bladpeterselie grof en knoflookteentjes klein. Voeg de walnoten, peterselie en knoflook erbij en giet er nog wat olijfolie bij alsook het citroensap. Kruid bij met zwarte peper. Bereid voor de service.

### **Service :**

Kies een aangepast apero schaalpje, deponeer onderaan de gegrilde aubergine, daarbovenop de halloumi en zet eventjes in een warme oven – 120°C- gedurende 5 minuten, haal eruit en werk af met het notenmengsel.

En bedruppel nog even met goede olijfolie en dien op.

### **Schelvis, linzen, spek, blanke boter**

#### **Nodig :**

schelvisfilets 1.50 kg, 200 g linzen, 5 dl kippenbouillon  
2 sjalotjes, platte peterselie, salie, komijn, knoflook, bloem, eieren, paneermeel, arachideolie om te bakken,  
150 gram gerookt spek, witte azijn, witte wijn, visfumet, boter en room, citroen, 1 aardappel, pezo

#### **Bereiding :**

Kook de linzen, knoflook in de schil (3 teentjes) en de aardappel in de kippenbouillon gedurende ongeveer 25 minuten, tot ze romig en zacht zijn. Giet ze af en laat ze afkoelen en verwijder zoveel mogelijk vocht.

Doe de gekookte linzen, samen met de ontpelde knoflook, de versneden salieblaadjes ,wat peterselieblaadjes, komijn, de aardappel, een snufje zout en peper, in de keukenmachine en pureer ze tot een gladde massa.

Laat even rusten.

Neem kleine porties van het deeg en rol ze tot koekjes als de grootte van een golfbal.

**Paneren:** haal ze door de bloem, de losgeklopte eieren en daarna door het paneermeel.

Bewaar eventjes.

Bak de koekjes snel aan in een tefalpan, bestrooi met zout tot ze mooi bruin zijn, bewaar voor de service.

Bak de spekjes krokant aan in de boter, dep af en bewaar.

Snijd de sjalot in reepjes en laat glazig worden in de pot, blus met visfumet, witte azijn en wat witte wijn; laat inkoken tot sausdikte, voeg een beetje room toe en klop de saus verder op met koude boter, voeg aan het einde krokante spekjes toe.

Verdeel de schelvis in gelijke stukken, ongeveer 80 gram per stuk. Kruid met pezo.

Snijd het vel van de schelvis in met een scherp mesje en bak aan op de velkant, we leggen een dun sneetje gerookt vetspek op het vel van de schelvis en laten dit in de oven over de vis smelten bij 100° C. en laat verder garen in de oven tot de gewenste gaarheid.

Citroen : Versnij de citroen in dunne plakjes ,grill even op de grillpan

**Service :** op een warm bord serveren we een linzenkoekje, schuin op het koekje de gebakken schelvis en we werken af met de blanke botersaus met spekjes en bovenop de vis een takje peterselie en een partje citroen.

**Varkenswangen, gelakt met miso en sojasaus, sushirijst, kousenband, paksoi, waterspinazie, papaya**

**Nodig :** 15 varkenswangen, 2 uien, 2 tenen knoflook, gember, citroengras, 3 stuks steranijs, 1/2 kaneelstok, sojasaus, miso, kippenbouillon, bruine suiker, koriander, rood chilipepertje, sinaasappel

Sushirijst : sushigember en sushiazijn, suiker

Groenten: kousenband, paksoi, chayote, papaya,

**Bereiding :**

Ontdoe de varkenswangen van de overtollige witte vliezen. Kruid met pezo.

Verhit de olie en bak de varkenswangen in porties op hoog vuur rondom bruin. Neem uit de pan en bak in dezelfde pan de uien op halfhoog vuur in ± 5 min. lichtbruin.

Doe het vlees weer in de pan, samen met de miso, sojasaus, basterdsuiker, gember, het sinaasappelsap en de helft van de -rasp, het pepertje, steranijs, ½ kaneelstok en het citroengras.

Voeg kippenbouillon toe en zorg dat het vlees onderstaat. Breng aan de kook, draai het vuur heel laag en laat afgedekt ± 1½ uur stoven tot het vlees gaar is en de saus donkerder en dikker is geworden. Het moet een rijke, volle saus zijn.

Haal de wangen uit de saus en laat opstijven in de koelkast.

**Lakken :**

Deel van het kookvocht van de wangen, look fijn gesneden, gember, citroengras geplet, honing, dikke sojasaus, ketchup en wijnazijn

Meng alle ingrediënten en laat 30 minuten zachtjes koken tot een siroop.

Borstel de laksaus over het vlees en laat karameliseren in de oven bij 120° C of voeg de wangen toe en laat in de saus karameliseren.

**Sushi rijst**

**Nodig :**

120 gram kleefrijst, 160 gram water, 5 gram zout, suiker, sushiazijn, sushigember

**Bereiding :**

Was de rijst 1 keer, spoel hem goed na en laat uitlekken.

Zet de pot rijst, water en zout met gesloten deksel (leg een Al folie rondom het deksel en druk goed aan) op het vuur.

Wanneer het geheel opkookt, laat je de rijst 15 minuten zachtjes doorkoken.

Neem de pot van het vuur en laat de rijst, zonder het deksel af te nemen, nog 15 minuten trekken.

Schep er de fijngesneden sushigember door en werk af met enkele druppels sushiazijn en mss wat suiker en zout, voor de service maken we quenelles.

## Groenten

### **Waterspinazie of kan kong :**

Waterspinazie is een snelgroeïende semi-waterplant uit de windefamilie. Groeit het hele jaar door in warme moerassen, heeft lange, smalle, spitse bladeren en holle, drijvende stengels die ook rood of paars kunnen zijn. Zeer populaire groente in zo'n beetje heel Azië, niet in de laatste plaats omdat ze daar vrij in de natuur groeit.

### **Bereiding :**

Was de waterspinazie en snij het in stukken van 5 cm. Hak de knoflook fijn. Verhit de olie in de wok en doe de knoflook er bij. Voeg de stengels toe voordat de knoflook bruin is op het einde de bladerige delen. Breng het geheel op smaak met de sojasaus en wat Worcestersaus. Bewaar.

### **Kousenband :**

Kousenband is een lange sperzieboonachtige peul van de tropische klimplant *Vigna unguiculata* subsp. *Sesquipedalis*.

### **Bereiding :**

Snijd de uiteinden eraf (bosje in de hand houden en met een schaar de puntjes eraf knippen kan ook), wassen en naar wens in stukken van 3-6 cm snijden.

We roerbakken de versneden kousenband zoals de waterspinazie, werk af met wat look, beetje rood pepertje, sojasaus en wat Worcestersaus.

### **Chayote :**

Chayote is een peervormige, gif-groene vrucht met diepe rimpels. Uit de [Cucurbitaceae](#)-familie, dus zusje van de meloen, komkommer en courgette, oorspronkelijk uit Midden-Amerika, maar nu ook in Azië populair. De vrucht wordt onrijp geplukt en gegeten, heeft weinig smaak en de textuur zit tussen een aardappel en komkommer in.

**Bereiding :** chayote, rode ui, Worcestersaus, sojasaus, pepertje, arachideolie, look

Snij de chayote in dunne reepjes, de rode ui in dunne ringen en doe deze in een kom. Verhit de arachideolie in een pan en bak de knoflook kort aan. Voeg de reepjes chayote toe en bak kort mee.

### **Paksoi :**

Paksoi heeft brede, witte of lichtgroene stelen en donkergroene bladeren. De stelen zijn knapperig en waterig, de blaadjes zacht en in gare vorm bijna weelderig.

**Bereiding** : zoals hierboven, roerbakken en afwerken met sojasaus, worchestersaus, look en wat rode peper

Begin met de harde delen en op het eind de bladeren.

Bewaar alle groenten behalve de papaya; die wordt apart geserveerd als salade !

### **Thaise groene papaya salade**

Groene papaja is de onrijpe vrucht van de papajaboom (eigenlijk een plant). De vorm varieert van langwerpig tot meer rond. In de kern zit een holte gevuld met pitjes. Rijpe, zwarte pitjes kunnen worden gedroogd en gebruikt als alternatief voor peper. De witte, onrijpe pitjes van de groene papaja niet.

### **Bereiding :**

Groene papaya, sap van 1 limoen, 1/2 el tamarindepasta  
1 scherpe groene peper, heel fijn gesneden  
1/2 el sojasaus, cashewnoten

Schil de papaya en haal de pitjes er uit

Snij nu de papaya in kleine sliertjes (julienne). Je kunt dit met de hand doen, of met behulp van het julienne mesje. Doe in een kom.

Meng het limoensap, de tamarinde, de sojasaus en de groene peper door elkaar. Proef of de saus scherp genoeg is, hij mag flink pittig zijn (tenzij je daar niet van houdt).

Roer de dressing door de papaya sliertjes. Het lijkt weinig dressing, maar dat komt goed. Laat 15 minuten trekken.

Rooster de cashewnoten en verpulver ze in grove stukken en voeg toe voor de service.

### **Saus van de varkenswangen**

Kook het kookvocht in en doe er wat kalfsfond bij, laat inkoken tot sausdikte en werk af met een klontje boter of bind bij met maïzena, zorg dat de saus zoet/zuur en pittig is !

### **Service :**

Op een warm bord serveren we wat groenten die bij elkaar zijn gedaan, daarbovenop dressereren we de gelakte varkenswang, met een quenelle van de sushirijst, werk af met veel koriander blaadjes en enkele punten saus van de marinade.