

**menu** december 2019

"The Happy Cooker" chef: Wim Luchtenborg  
m.m.v. Pieter v. der Sar, Ed Arendsen en Rob Prenger

Amuse: **Zeeduivelwang op citrusvruchten**

Vg: **Fregola met langoustine en hazelnoot**

Tg: **Steak van kalfshaas met haringkaviaar,  
hollandse garnalen en Dashi bouillon**

Tg: **Fumet van langoustines met sojaroom**

Tussendoortje voor aan de bar: **Oester in rodewijnsaus**

Hg: **Picanha met een crunch van gepofte quinoa en bacon,  
broccolipesto en jus met morilles**

Ng: **Chocolade, crème van bosbessen, kumquat en  
sinaasappel-muntsorbet**

**Ingrediënten:**

5 sinaasappels  
 2 grapefruits  
 75 gr fijne kristalsuiker

**Ingrediënten:**

500 gr zeeduivelwangetjes  
 30 ml olijfolie  
 10 cl witte wijn  
 zout  
 peper

bieslook

**Amuse: Zeeduivelwangen met citrusvruchten**

**Bereiding marmelade:**

Schil de citrusvruchten. Snijd ze in partjes (zonder de vliesjes) en halveer deze. (De grapefruits in 3 stukjes) Verwijder daarbij alle pitten en vang het sap op.

Doe het opgevangen sap, samen met de suiker, in een kleine pan en laat dit op een matig vuur inkoken tot het iets stroperig wordt. Doe er dan het vrucht vlees bij en laat nog 5 min. op een laag vuur verder inkoken. Zet weg en laat afkoelen.

**Bereiding wangen:**

Snijd de zeeduivelwangen bij, op de maat van de amuselepels. Bestrooi de stukjes met wat zout en peper. Bak ze 1 minuut aan elke kant in de olijfolie op een matig vuur. Giet de witte wijn erbij en laat die helemaal inkoken.

**Opmaak:**

Schep wat mengsel van citrusvruchten op de lepels. Schik daarna een licht afgekoeld stukje zeeduivelwang op elke lepel. Garneer met wat bieslook, maal er ietsje peper over en serveer.





**Ingrediënten:**

4 sjalotten  
750 gr champignons,  
3 teentjes knoflook,  
12 takjes tijm, blaadjes  
½ dl witte port  
7dl paddenstoelenbouillon  
3 dl room  
15 ml citroensap  
4 gr lecitine

**Ingrediënten:**

350 gr fregola  
2 teentje knoflook,  
2 sjalotjes  
350 gr gemengde  
paddenstoelen  
2 dl saus (van boven)  
8 el olijfolie  
150 gr parmezaanse kaas  
sap en rasp van ½ citroen  
40 gr gezouten boter

**Ingrediënten:**

32 verse langoustines

**Ingrediënten:**

100 gr hazelnoten

## Fregola met langoustine en hazelnoot

**Bereiding champignonsaus:**

Snipper de sjalotten en stoof deze samen met de fijngesneden champignons, fijngesneden knoflook en blaadjes tijm goed aan. Kruid met zout en peper, voeg de port toe en laat die verdampen.

Voeg de bouillon en room toe en laat zachtjes inkoken tot 3/4. Verfris met citroensap (proeven).

Voeg de lecitine toe en kook nog 2 min. door.

Zeef de saus, voeg (indien nodig) wat koude boter toe en breng op smaak met zout en peper.

Mix met de staafmixer – vlak voor het uitserveren – voor een schuimige saus.

**Bereiding fregola:**

Kook de fregola vlg de verpakking al dente.

Stoof de gesnipperde sjalotjes en -knoflook aan in een beetje olijfolie

Snijd de paddenstoelen in plakjes en laat die even meestoven en kruid met zout en peper.

Voeg de (reeds gekookte) fregola toe en bevochtig met 2 dl van de reeds gemaakte champignonsaus.

Roer alles goed door en verwarm.

Voeg de olijfolie en boter toe en laat het zachtjes verder stoven. Rasp de Parmezaanse kaas en voeg toe. Verfris met citroenrasp en -sap (proeven).

Zorg ervoor dat de fregola mooi smeug is.

**Bereiding langoustines:**

Verwijder de kop en scharen van de langoustines en haal ze uit hun pantser. (Bewaar de koppen en pantsers voor de bisque).

Snijd de rugzijde in en verwijder het darmkanaal.

Bestrooi licht met zout en bak de langoustines vlak voor het uitserveren ca. 1 min. per zijde.

(tip. steek een satéprikker door de langoustine tijdens het bakken om hem mooi recht te houden).

**Bereiding hazelnoten:**

Rooster de hazelnoten en hak deze grof.

**Ingrediënten:**

16 verse eieren  
fijn zeezout en  
versgemalen zwarte peper  
50 ml natuurazijn

**Ingrediënten:**

300 g veldsla  
2 bakjes tuinkers  
Arbequina-olijfolie

**Bereiding gepocheerde eieren:**

Zet water met een flinke scheut natuurazijn op en breng naar een kookpunt. Zet dan het vuur op de laagste stand. Neem een kopje en plaats hierin plastic folie, vet dit iets in en breek er een eitje in. Draai aan de bovenkant dicht, laat het in het water zakken en pocheer 3 min. tot de buitenkant stevig is, maar nog zacht van binnen.

Haal de eitjes uit het water en leg ze op een theedoek, of in een pan met **lauw** water om ze op temperatuur en makkelijk hanteerbaar te houden. Kruid met fleur de sel en versgemalen peper.

(De eitjes kunnen van tevoren al in de kopjes klaargezet worden)

**Opmaak en uitserveren:**

Plaats de smeüige fregola onderin een soepbord, met daarop het gepocheerde eitje.

Leg er 2 langoustines mooi naast, lepel de saus er royaal rond en werk af met de (reeds geroosterde en gehakte) hazelnoten, veldsla en tuinkers en enkele druppels olie.





**Ingrediënten bouillon:**

1 l. Spa blauw  
1 vel kombu of Dashima  
(gedroogd bruin zeewier)  
25 gr bonito vlokken  
(is 1 zakje)  
zout

**Ingrediënten mayonaise:**

1 eidooier  
10 gr Dijonmosterd  
30 ml witte wijnazijn  
10 ml citroensap  
2 dl druivenpitolie  
1 gr Worcestershire saus  
1 gr Tabasco

**Ingrediënten kalfsvlees:**

ca. 800 gr. kalfshaas  
80 gr sjalotje  
peper  
zout

**Ingrediënten:**

250 gr hollandse  
garnaaltjes  
120 gr haring kaviaar  
1 bakje (50st.) Salty  
fingers  
1 bakje Accla cress

**Steak van kalfshaas met haringkaviaar,  
hollandse garnaaltjes en Dashi bouillon**

**Bereiding Dashi bouillon:** (hiermee beginnen)

Week eerst het kombuvel in Spa blauw. Breng dit **langzaam** tegen de kook aan, (duurt ongeveer 30 min,) haal het vel eruit voordat het water kookt, anders wordt het bitter. Maak de bouillon op smaak met de bonitovlokken en zout en laat iets inkoken tot het goed op smaak is.

Passeer de bouillon en laat afkoelen tot lauwwarm.

**Bereiding mayonaise:**

Draai met de staafmixer alle ingrediënten zonder de olie en schenk er gelijktijdig een dun straaltje olie door tot de juiste dikte is bereikt.

Voeg de Worcestershire saus en Tabasco naar smaak toe (**proeven**).

**Bereiding kalfsvlees:**

Snijd zo klein mogelijke blokjes van ca.3x3 mm. (snijden niet hakken).

Meng met het heel fijn-gesneden sjalotje en zoveel lepels mayonaise tot het geheel lekker smeug is.

Maak op smaak met peper en zout (**proeven!**).

Weeg de benodigde 16 porties à 50 gr. af en zet weg tot gebruik.

**Opmaak en uitserveren:** (Soepborden kardinaalshoed)

Zet de ring (Ø 6 cm) in het midden, vul deze met de afgewogen portie tartaar. Verwijder de ring en smeer er een dun laagje mayonaise op. Bedek dit geheel (gelijkmatig) met de kaviaar. Leg in het midden wat garnaaltjes op de kaviaar.

Verdeel wat van de Salty fingers rondom.

Garneer de accla cress tussen de garnaaltjes.

Schenk de Dashibouillon (op het laatst aan tafel) rond de tartaar.





## **Ingrediënten:**

Alle langoustine karkassen van het voorgerecht.

1 dl cognac  
12 tomaten  
3 laurierblaadjes  
8 takjes tijm  
4 knoflookteentjes  
1 dl kikomansoja  
olijfolie  
3 l water

3 dl room  
20 ml zoete soja  
20 ml zoute soja

## **Ingredienten:**

75 gr. poedersuiker  
25 gr. gesmolten boter  
50 gr. chilisaus  
40 gr. zwart sesamzaad  
15 gr. bloem  
15 gr. water  
½ eetlepel glucosestroop

## **Fumet van langoustines met sojaroom**

### **Bereiding:**

Roerbak alle karkassen om en om in de olijfolie zodat de geur en smaakstoffen goed vrijkomen. Blus dit af met de cognac en het water. Voeg nu de in vieren gesneden tomaten, tijm, laurier, knoflook en kikoman soja toe. Laat dit 1 uur zachtjes trekken met de deksel op de pan. Giet het geheel door een fijnmazige doek dat u in een zeef heeft gehangen. Vang de bouillon op en breng op smaak met zout.

Klop de room met de zoete en de zoute soja lobbig. Giet de hete bouillon in een hoog glaasje of kopje. Lepel daar de sojaroom op.

### **Bereiding pittige kletsoppen:**

Meng alle ingrediënten tot een beslag. Laat het beslag minimaal 1 uur rusten. Doe het beslag in een spuitzak. Spuit 16 kleine dopjes (van 3 cm) met voldoende tussenruimte op een siliconenmat. Bak de kletsoppen gedurende 7 minuten op 160°C in de stille oven

### **Presentatie:**

Zet een klein glaasje op een schoteltje en vul de glaasjes met de bisque. Schep er een theelepeltje crème fraîche op en leg er een pittig kletsopje naast.

Geen foto beschikbaar



**Ingrediënten:**

16 grote Zeeuwse Creuse  
(nr. 1 of 2)

**Ingrediënten:**

150 ml rode wijn  
60 ml ruby port  
30 ml rodewijnazijn  
40 gr sjalotjes  
6 takjes tijm  
60 ml olijfolie  
15 gr aardappelzetmeel  
peper

**Ingrediënten:**

100 g serranoham

Enkele blaadjes tijm

Tussendoortje: **Oester in rodewijnsaus**

**Bereiding oesters:**

Open de oesters, snijd ze los en verwijder evt. achtergebleven schilfertjes.

Vang het oestervocht op en zeef en bewaar dit.

Bewaar de oesters in hun schelp in de koelkast tot later gebruik.

**Bereiding rodewijnsaus:**

Schenk de wijn, port, wijnazijn en het oestervocht in een pannetje.

Snipper de sjalotjes en voeg samen met de takjes tijm toe en kook alle ingrediënten 10 minuten zachtjes door.

Roer het aardappelzetmeel met een klein beetje water tot een papje. Roer door de saus en kook nog een paar minuten door.

Zeef de saus, schenk terug in de pan en breng op smaak met peper. Laat iets afkoelen.

**Bereiding ham:**

Snijd de ham in korte reepjes.

Verhit de olie in een koekenpan en bak de hamreepjes knapperig

**Presentatie:**

Serveer de oesters in de schelp met lauwwarme rodewijnsaus, hamreepjes en blaadjes tijm.







**Ingrediënten picanha:**

1 staartstuk van 1500 gr  
met mooie vetkant  
grof zeezout

**Ingrediënten broccoli:**

1 stronk broccoli

**Ingrediënten pesto:**

1 stronk broccoli  
(bruto ca. 550 gr  
= netto ca.300 gr.)  
100 gr pijnboompitten  
100 gr parmezaankaas  
50 gr basilicum  
50 gr rucola  
1 dl Arbequina olijfolie

**Ingrediënten asperges:**

32 kleine groene asperges  
50 gr zwarte olijven in  
schijfjes  
2 teentjes knoflook  
10 takjes tijm  
30 ml olijfolie

**Ingrediënten gefrituurde  
zoete aardappel:**

2 grote zoete aardappels  
arachideolie  
10 gr paprikapoeder hot

**Ingrediënten quinoa:**

20 gr gepofte quinoa

**Picanha met een crunch van gepofte quinoa en  
buikspek, broccolipesto en jus met morilles.**

**Bereiding 1 Picanha:**

Verwijder evt ongerechtigheden en overtollig vet.  
Bewaar het afsnijdsel voor de saus. Snijd de vetrand  
van het staartstuk kruislings in tot bijna op het  
vlees. Wrijf de vetkant in met grof zeezout. Gaar het  
staartstuk met de vetkant naar boven, in de oven op  
100°C tot een kerntemperatuur van 50°. Laat in  
aluminiumfolie rusten tot later.

**Bereiding broccoliroosjes:**

Maak 16 kleine roosjes en blancheer deze op het  
laatst tot beetgaar (restant gebruiken voor de pesto).

**Bereiding broccolipesto:**

Blancheer de broccoli ca. 3 min. Pureer alle overige  
onderdelen in de Magimix, voeg geleidelijk de  
broccoli en olijfolie toe en blijf proeven. Er moet  
een duidelijke pestosmaak overeind blijven. Voeg  
zoveel olijfolie toe tot er een smeùige substantie  
ontstaat.

Houd de pesto warm in de warmhoudkast.

**Bereiding groene asperges:**

Snijd ca. 3 cm van de harde onderkant van de  
asperges af en blancheer de asperges heel kort  
beetgaar.

Bak ze vlak voor het opdienen even met gehakte  
knoflook en tijmblaadjes in wat olie en voeg de in  
ringen gesneden olijven toe.

**Bereiding gefrituurde zoete aardappel:**

Schil de aardappels. Snijd de puntige uiteinden van  
de aardappel weg en snijd met een dunschiller of  
kaasschaaf dunne stroken over de lengte.

Verhit de olie tot 175°C en frituur tot goudbruin.  
Laat uitlekken op keukenpapier en bestrooi heel  
licht met gerookte paprikapoeder.

**Bereiding quinoa:**

Rooster de gepofte quinoa heel kort (max.1 min) in  
een droge koekenpan op halfhoog vuur. Blijf  
regelmatig schudden. Bestrooi met een klein beetje  
zout en haal uit de pan.



**Ingrediënten spek:**  
100 gr gesneden bacon

**Ingrediënten saus:**  
100 gr morilles  
½ dl cognac  
1 dl madeira  
1 dl port  
7 dl kalfsfond  
1 dl room  
boter  
zout en peper

**Ingrediënten picanha:**  
50 ml rookolie  
50 gr grove mosterd  
kruim van spek  
(zie boven)

**Ingrediënten:**  
1 bakje Ghoe Cress  
Gebruik de gesneden  
olijven van onderdeel  
"groene asperges"

**Bereiding spek:**

Bak de spek in een koekenpan krokant en laat op keukenpapier uitlekken. Draai tot grof kruim in de keukenmachine.

**Bereiding saus:**

Bak in de pan het afsnijdsel van het vlees goed aan. Haal het afsnijdsel uit de pan en blus het aanbaksel af met de cognac en flambeer kort. Voeg de port, madeira en kalfsfond toe en breng aan de kook. Knip de steeltjes van de morilles en pocheer de morilles 2 min. in het vocht. Haal de morilles eruit en voeg de room toe. Breng op smaak met peper en zout. Monteer evt. met koude boter  
Voeg de morilles vlak voor serveren weer toe aan de saus.

**Bereiding 2 picanha:**

Snijd het overtollige vet van de picanha en bak vlak voor het opdienen de picanha nog even heel kort rondom stevig aan. Laat rusten onder folie.

**Bereiding 3 picanha:**

Meng de gepofte quinoa met het kruim van spek en smeer de picanha aan beide zijden licht in met rookolie en grove mosterd. Doop deze beide zijden in de mix van gepofte quinoa en kruim van spek. Trancheer in mooie plakken van ca. 1 cm. Snijd deze nog eenmaal overdwars door zodat je 2 kleinere plakjes krijgt.

**Opmaak en uitserveren:**

Maak links van het midden op een rechthoekig bord een dikke spiegel van broccolipesto. Verdeel hier wat schijfjes olijf over en leg er rechts dakpansgewijs 2 plakjes vlees op. Steek links in de broccolipesto een chip van zoete aardappel. Garneer af met 2 halve asperges, een broccoliroosje en een paar blaadjes cress.

Schenk wat saus met morilles langs het vlees.





**Ingrediënten  
crème van chocolade:**

1,3 l room  
90 ml water  
135 gr suiker  
75 gr glucose  
6 gr zout  
12 gr agar agar  
570 g melkchocolade  
(44%)  
4,8 gr gelatine

**Ingrediënten biscuit:**

120 gr bloem  
120 gr maïzena  
35 gr cacaopoeder  
8 eieren  
40 ml warm water  
240 gr suiker  
10 gr vanillesuiker  
mespuntje zout

**Ingrediënten**

**bosbessengelei:** (maantje)  
400 gr coulis van  
bosbessen  
2,4 dl water  
40 ml sushi azijn  
60 ml crème de cassis  
8 gr agar agar  
15 gr gellan van texturas  
(geen kappa gebruiken)

**Chocolade, crème van bosbessen, kumquat en  
sinaasappel-munt sorbet**

**Bereiding crème van chocolade:**

Kook room, water, suiker, glucose en zout op.  
Voeg agar agar toe, roer het mengsel goed door.  
Smelt de melkchocolade au bain-marie.  
Schenk een gedeelte van de room door de  
gesmolten chocolade en roer het mengsel opnieuw  
goed door.  
Doe dit mengsel bij de rest van de room en kook dit  
gedurende twee minuten al roerend door.

Haal de pan van het vuur en voeg de geweekte  
gelatine toe. Laat afkoelen tot lobbijg en stort het  
chocolade-mengsel ca 5 mm dik uit op een plateau  
en zet koel weg. Steek, wanneer het  
chocolademengsel goed  
is opgesteven, een rondje uit met  $\varnothing$  11 cm en  
steek hieruit excentrisch een kleiner rondje uit  
van  $\varnothing$  4,5 cm

**Bereiding biscuit:**

Voeg bloem, maïzena en cacaopoeder samen in een  
kom en roer even kort door. Klop in een vetvrije  
kom de eiwitten, **80 gr** suiker en het water tot stijve  
pieken. Klop vervolgens de eidooiers met de rest  
van het suiker (**160 gr**) en de vanillesuiker tot een  
schuimig geheel. Spatel hier voorzichtig de eiwitten  
door samen met de gezeefde bloem.  
Strijk het beslag uit op een bakplaat met vetvrij  
papier tot een dikte van 5 mm en bak dit ca.15 min.  
af op 175°C. Steek, als het is afgebakken, met een  
steker van  $\varnothing$  11 cm rondjes uit. Doe dit als het deeg  
nog warm is en bewaar voor gebruik. (Bewaar wat  
kruim voor de opmaak)

**Bereiding bosbessengelei:** (maantje - zie foto)

Breng water, coulis en sushi azijn, crème de cassis,  
gellan en agar aan de kook, klop goed door en laat  
dit mengsel nog 1 min. doorkoken.  
Het geheel zeven en uitstorten op een ingevet  
plateau in een dikte van circa 3 mm. Steek er als het  
voldoende is opgesteven, met behulp van een ronde  
steker  $\varnothing$ 11 cm 16 x een maanvorm uit. (zie  
afbeelding)



**Ingrediënten crème van bosbessen:**

30 gr suiker  
75 gr eidooier  
270 gr bosbessen coulis  
30 ml crème de cassis  
75 ml room  
25 gr bloem  
16 gr gelatine (10 bl)  
135 gr eiwit  
115 gr suiker

**Ingrediënten sorbet:**

225 gr suiker  
3,75 dl water  
3 dl sinaasappelsap  
30 gr verse munt  
30 gr cortina  
100 gr glucose  
6 gr gelatine

**Ingrediënten kumquat:**

300 gr suiker  
3 dl water  
6 g anijszaad  
16 stuks kumquat  
3 steranijs

**Ingrediënten confituur van zwarte bessen:**

3 dl vers sinaasappelsap  
150 gr suiker  
48 stuks verse bosbessen

**Ingrediënten gel van zwarte bessen:**

240 gr bosbessen coulis  
120 gr bosbessen vers  
60 ml water  
60 ml sushi azijn

**Bereiding crème van bosbessen:**

De eidooiers met een kleine beetje suiker loskloppen tot wit schuimig.  
Verwarm de coulis, crème cassis en de room.  
Giet dit op het ei en voeg de bloem toe.  
Verwarm opnieuw (tot max 80°C), blijf roeren tot lobbijg. Haal van het vuur en voeg de - vooraf in koud water geweekte - gelatine toe.  
Sla de eiwitten op met de suiker. (voeg de suiker in 3 keer toe).  
Spatel het opgeslagen eiwit rustig door het eigeel mengsel zodat het luchtig blijft..  
Schenk dit in silicone ronde vormpjes van ø 4 cm en koel deze in de vriezer.  
(Zet een uur voor het uitserveren in de koelkast).

**Bereiding sinaasappel-munt sorbet:**

Los de suiker op in het water, voeg de muntblaadjes toe en laat ca. 15 min zachtjes trekken met de deksel op de pan. Haal van het vuur, zeef de blaadjes eruit, los de cortina, glucose en de geweekte gelatine hier in op. Roer er als laatste het sinaasappelsap door.  
Laat afkoelen en draai dit vervolgens licht op in de ijsmachine, doe het ijs in een spuitzak en spuit in 32 kleine ronde siliconen bolvormpjes en zet in de vriezer.

**Bereiding gekonfijte kumquat:**

Kook suikerwater en voeg steranijs en anijszaad toe. Snijd de kumquats in ringetjes en blancheer 3 keer in kokend water en voeg daarna toe aan het suikerwater. Laat verder afkoelen.

**Bereiding confituur van zwarte bessen:**

Kook het sinaasappelsap met de suiker tot een lichte karamel, laat afkoelen. Als de massa een temperatuur heeft bereikt van 50°C roer je er voorzichtig de bosbessen door en zet in de koeling.

**Bereiding gel van zwarte bessen:**

Vermeng alle ingrediënten incl. de agar en kook alles op, laat 1 minuut doorkoken, stort af in een bakje en laat dit hard worden. Eenmaal koud in een blender opdraaien. Voeg op het laatst de Ocal olijfolie toe en monteer tot een gladde gel.



1 el Ocal olijfolie  
5 gr agar agar

### **Ingrediënten**

#### **chocobrokjes:**

85 gr Dark Callets 72,2%  
25 gr kaolin (Agalita)  
15 gr poedersuiker

Shiso Green Cress  
(smaak: anijs, mint)  
chocoladekruim  
(over van koekbodem)

### **Bereiding chocobrokjes:**

Chocolade au bain-marie smelten en de rest van de ingrediënten toevoegen. Laat dit uitharden, daarna in kleine 'steentjes' brokkelen.

### **Afwerking:**

Plak de koekbodem in het midden van het bord vast m.b.v. een toefje zwarte bessengel. Leg de plak chocolade crème precies op de koek. Dresseer – lijnend aan de ronde vorm – de maanvormige chocoladegelei. Plaats de crème van bosbessen in de ronde opening van de plak chocoladecrème. Verdeel twee bolletjes sorbetijs, de gekonfijte kumquat, de confituur van bosbessen, toefjes gel van zwarte bessen en 3 chocobrokjes over de chocolade gelei. Maak af met Shiso Green en wat chocoladekruim.



Secretariat: Postbus 1027, 7500 BA Enschede

# SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGIONALE

