



Menu Maart 2019
Dames 3

**Anita ter Maat, Ria ter Horst, Annemiek Roelofs, Henriëtte Leenknecht
en Mirjam Hobbelink**

voorgerecht

Zalmforel/Bulgur tartaar met citroen olijven salsa

tussengerecht

Soep van gepofte en gerookte knoflook met harissa

hoofdgerecht

Groenten in hun sap met hertenwangetjes en aardappelmousseline

Nagerecht

Red Delicious



Voorgerecht: Zalmforel en Bulgur tartaar met citroen olijven salsa

<p>Ingrediënten: Zalmforel 4 hele zalmforellen ingewanden verwijderd (800/900 gr. zalmforel filet)</p>	<p>Bereiding: Zalmforel Filets uit de forel snijden en de huid verwijderen, verwijder ook alle graatjes. Zalmforel in blokjes van ½ cm snijden. Bewaar afgedekt in de koeling tot gebruik.</p>
<p>Bulgur 125 gr. bulgur 2 rode chilipeper 3 sjalotten (100gr.) 1,5 gr. komijnzaad (korrels) 1 gr. korianderzaad (korrels) 2 gr. piment korrels 40 ml. citroensap Grof zeezout Zwarte peper</p>	<p>Bulgur Spoel de bulgur goed in een zeef onder de koude kraan en breng over in een schaal. Overgiet met 185 ml koud water, roer er 1 theelepel fijn zout door. Zet 30 minuten opzij tot de vloeistof is opgenomen en de bulgur nog steeds stevig is. Giet het eventueel te veel aan water af en laat de bulgur ½ uur aan de lucht drogen. Daarna de bulgur 8 minuten in een oven van 100 °C plaatsen om helemaal droog te krijgen. Van de chilipeper de zaadlijst verwijderen en zeer fijne brunoise snijden. Sjalotten in zeer fijne brunoise snijden. Komijnzaad roosteren en fijn malen. Koriander roosteren en fijn malen. Piment fijn malen in de vijzel. Alle ingrediënten behalve het citroensap 1 uur voor uitserveren in een grote kom overbrengen en de bulgur en de zalmforel blokjes toevoegen. Zout en vers gemalen peper naar smaak toevoegen. Zet de kom afgedekt in de koelkast. Roer vlak voor het opdienen het citroensap erdoor.</p>
<p>Salsa 120 gr. groene olijven zonder pit (in water) 4 kleine ingemaakte citroenen 20 gr. peterselie 60 ml. Olijfolie peper</p>	<p>Salsa De olijven in fijne brunoise snijden. Vruchtvlees van de citroenen verwijderen (dit wordt niet gebruikt) de schil van de citroenen in fijne brunoise snijden. Peterselie fijn hakken. Alle ingrediënten voor de salsa in een kommetje mengen en versgemalen peper naar smaak toevoegen. Tot uitserveren afgedekt wegzetten (niet in de koelkast)</p>
<p>Peterselie olie 50 gr. platte peterselie 1 teen knoflook Sap van ½ limoen 150 ml. olijfolie</p>	<p>Peterselie olie De peterselie en knoflook in de blender samen met de olie helemaal fijn pureren, limoensap toevoegen. Daarna door een zeer fijne zeef gieten. Mengsel overbrengen in een spuitfles</p>



Zout/peper	
Pastinaak en wortel krul 150 gr. pastinaak 150 gr. winterpeen 1 liter zonnebloemolie	Pastinaak en wortel krul De pastinaak en winterpeen schoonborstelen. Met een kaasschaaf of mandoline 2 mm dikke korte linten schaven van de pastinaak en de winterpeen. Olie op 160 °C in een wok verwarmen en de linten frituren tot ze mooi bruin en krokant zijn (pas op niet laten verbranden).
Limoenolie 75 ml. olijfolie Hojiblanca 1 limoen Zout en peper	Limoenolie Rasp de schil van een ½ limoen. Pers de hele limoen uit. Meng rasp, sap van de limoen met de olie en breng op smaak met peper en zout. Breng de olie over in een spuitflesje.
Opmaak	Opmaak Zet een kookring van 7 cm op het bord en vul deze met de tartaar tot een hoogte van 3 cm haal de ring weg zodat er een mooie ronde plak tartaar op het bord staat. Schep de salsa in de vorm van een streep erop zoals op de foto en sprenkel wat limoen olie over het geheel, leg de pastinaak en wortel krullen als laatste op de tartaar. Rondom de tartaar druppels peterselie olie napperen.



Secretariat: secretaris@sdge.nl
SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGIONALE





Tussengerecht: Soep van gepofte en gerookte knoflook met harissa

Ingrediënten:

Groentebouillon

250 gr. uien
 550 gr. prei
 350 gr. stengels
 bleekselderij
 250 gr.
 winterwortels
 35 gr. platte
 peterselie
 35 gr. selderij
 10 gr. verse tijm
 25 gr. lavas blaadjes
 2 blaadjes laurier
 3 gr. venkelzaad
 0,75 gr. zwarte
 peperkorrels
 30 ml. olijfolie
 2,25 liter water

Knoflook Soep

500 gr. uien
 400 gr. stengels
 bleekselderij
 50 gr. boter
 30 ml. olijfolie
 2 bollen knoflook
 6 tenen gerookte
 knoflook
 15 gr. gember
 2 gr. gehakte verse
 tijm
 2 dl. witte wijn
 0,20 gr. saffraan
 5 laurierblaadjes
 10 gr. platte
 peterselie
 2 liter
 groentebouillon
 (zelfgemaakt)
 Peper/zout

Harissa

4 rode pepers
 6 gr. komijnpoeder
 2 gr.
 korianderpoeder
 3 gr. karwijzaad
 8 teentjes

Bereiding:

Groentebouillon

Maak de groenten en kruiden schoon en snij alles klein.
 Bak de ui, prei, wortel en bleekselderij in de hete olie
 lichtbruin.
 Voeg de gekneusde peperkorrels en de overige kruiden toe en
 blus af met het water.
 Breng aan de kook en laat het 1 uur zacht trekken.
 Daarna zeven en gebruiken voor de knoflooksoep.

Knoflooksoep

Zet de oven op 200 °C. Pak de bollen knoflook in 2 lagen
 aluminium folie en laat ze een half uur in de oven poffen.
 Snij de uien en de bleekselderij fijn.
 Smoor de uien en bleekselderij in de boter met olijfolie
 gedurende 10 minuten tot ze glazig en gaar zijn.
 Rasp 3 theelepels gember en hak de tijm voeg dit bij het
 groentemengsel en doe de wijn erbij laat even koken.
 Dan de saffraan, laurier en groentebouillon toevoegen laat het
 geheel 15 minuten trekken, verwijder de laurier blaadjes en
 voeg de platte peterselie toe.
 Pureer de soep tot een mooie homogene massa.
 Haal de knoflook na een half uur uit de oven en druk de
 knoflook uit de schil in de soep. Maak op smaak met peper en
 zout.
 Haal de gerookte knoflook teentjes uit de schil en snijd ze in
 zeer dunne plakjes voeg kort voor het uitserveren toe en laat
 nog 5 minuten mee trekken.

Harissa

Was de pepers, verwijder de zaadlijst, snij de pepers zeer fijn.
 Snij de knoflook fijn en bak deze zachtjes, samen met de
 pepers in een scheutje olijfolie pas op voor aanbranden. Na
 een paar minuten van het vuur halen en het mengsel
 overbrengen in een maatbeker.
 Rooster de zaden samen in een anti aanbak pan, weer



knoflook(gerookt)
1,25 gr. gedroogde
munt
30 ml. – 40 ml.
Olijfolie extra
vergine
zout

Opmaak

500 gr. Volle
Griekse yoghurt

Platte Peterselie

Extra Handeling

2 plakjes bladerdeeg
(plus eventueel
bladerdeeg wat over
is van het dessert)
Grof Zeezout

oppassen voor aanbranden. Breng ze over in een vijzel en stamp ze fijn als ze iets afgekoeld zijn. Voeg de gestampte specerijen samen met de munt bij de knoflook en rode peper in de maatbeker, blender alles samen met de olijfolie met de staafmixer. Voeg zout naar smaak toe.

Opmaak

Schep de knoflooksoep in de warme borden (kardinaalshoed groot).

Onder de warmhoudbrug weghalen en een quenelle Griekse yoghurt in de soep leggen en hierop 1 theelepel harissa leggen.

Garneer met platte peterselie.

Extra Handeling

2 velletjes bladerdeeg snijden in 16 reepjes
aan beide zijden bestrijken met het geel van 2 eidooiers,
aangevuld met een paar druppels water.

Strooi er wat zout op, en draai tot een spiraal.

Afbakken in 10 minuten op 210 °C in hete lucht oven.



Hoofdgerecht: Groenten in hun sap met hertenwangetjes en aardappelmoussoline

Ingrediënten:

Hertenwangetjes

3 kilo herten wangetjes
 1 fles = 750 ml. Surani primitivo rode wijn
 2 potten wildfond (400 ml.)
 4 sjalotten (125 gr.)
 1 kleine winterpeen
 10 gr. krul peterselie
 10 gr. rozemarijn
 6 laurierblaadjes
 Peper
 zout

Groente sappen

600 gr. bospeen
 400 gr. rode biet
 600 gr. gele biet
 600 gr. pastinaak
 600 gr. spruitjes (schoongemaakt)
 50 ml. volle melk
 125 gr. gezouten boter
 150 gr. bloem
 allesbinder

Groenten

800 gr. winterpeen
 800 gr. rode biet
 800 gr. gele biet
 400 gr. pastinaak
 400 gr. spruitjes (schoongemaakt)
 4,5 gr. karwijzaad
 6 gr. rozemarijn (vers)
 150 ml. olijfolie

Bereiding:

Hertenwangetjes

Verwijder overtollig vet en loszittende vliesjes, de wangetjes wel in het vlies laten zitten.
 Bak de wangetjes in een grote wildpan aan in de boter tot ze mooi bruin zijn. Blus af met de rode wijn. Voeg de fijn gesneden groenten, peper, zout en kruiden toe en 2 potten wildfond, laat het geheel 1 ¾ uur op een zacht vuur garen.

Groentesappen

Was de groenten voor de sappen goed, **let op hoeven niet geschild te worden** en snijd de wortel, bietjes en pastinaak in stukken. Centrifugeer alle groenten apart tot sap in de slowjuicer.

Begin eerst met de pastinaak, het kan zijn dat er bij de pastinaak geen sap uitkomt, maar pastinaak puree kan verdund worden met een beetje melk tot een hoeveelheid van 100 ml.

Daarna de gele biet, wortel en spruiten, de rode bieten als laatste centrifugereren. Zeef van de slowjuicer na elke groente soort afspoelen.

Maak blokjes van de boter en doe bloem in een schaal, de blokjes boter door de bloem wentelen en deze bebloemde boter in de vriezer plaatsen.

Kook elk sapje in tot 100 ml. Passeer tijdens het koken nog een keer door een fijne zeef. De groentesappen ieder binden met 25 gram boter/bloem blokjes. Let op sausen mogen niet te dun zijn (sausbinder). Elke saus in een spuitfles overbrengen. Voor uitserveren alle spuitflessen even in een pan warm water zetten.

Groenten

Schil de winterpeen, bieten en pastinaak.
 Snijd de wortel, bieten en pastinaak in ronde plakken van 3-4 mm dik op de snijmachine (ze moeten stevig blijven) grote schijven bieten verkleinen tot 5 cm doorsnee. Kook alle gesneden groenten, vijf minuten in aparte pannen. Rooster het karwijzaad in een pan tot het geurt. Maal in een vijzel en meng met de gehakte rozemarijn en met de olijfolie. Leg de groenten op 2 grote bakplaten Bestrijk de groenten met het olie



<p>Aardappelmousseline 650gr Kruidige Aardappelen 125 ml volle melk 100 gr boter 2 teentjes knoflook Peper Zout</p> <p>Opmaak Scarlet cress (spruitjes) Vene cress (wortel) Basil cress (rode biet) Rucola cress (pastinaak) Shiso purple cress (gele biet)</p>	<p>kruiden mengsel. Gaar in een oven van 100 graden de spruiten 45 minuten en de pastinaak, de wortel en de bieten 30 minuten.</p> <p>Aardappelmousseline Schil en snijd de aardappelen in gelijke stukken. Pel de knoflook en kook de aardappelen met de knoflook gaar in water met wat zout. Giet de aardappelen af en bewaar het kookvocht. Stoom ze droog. Druk de aardappelen door de pureeknijper. Breng de melk aan de kook. Voeg al roerend toe aan de gepureerde aardappel. Voeg de boter toe zodat er een smeùige puree ontstaat. Breng op smaak met een beetje peper en zout. Gebruik evt. wat van het kookvocht mocht de puree te dik zijn. Breng de puree over in een grote spuitzak. De puree een half uur voor uitserveren in de borden warmhoudkast leggen.</p> <p>Zeef het vocht van de hertenwangetjes, bind het met wat allesbinder en maak het, zo nodig, af op smaak met zout en peper.</p> <p>Opmaak: Snij de warme wangetjes in plakjes van 1 cm dik. Leg 5 dotten aardappelmousseline op een groot rond bord zie foto. Serveer hierop eerst 1 plakje van elke groente, daar op een stukje hertenwang, daarop weer een plakje van iedere groentesoort. Bij iedere groente een streepje eigen sap napperen. En garneer met de verschillende soorten cress, zoals aangegeven bij de opmaak. Serveer de saus apart in sauskommen.</p>
---	---



Nagerecht: Red Delicious

<p>Ingrediënten: Framboos in gelatin 220 gr. kristalsuiker 13,5 gr. (blaadjes) gelatine 200 ml. water 200 ml. Wodka 20 frambozen</p>	<p>Bereiding: Framboos in gelatin Week de blaadjes gelatine in water. Breng de suiker met het water aan de kook los de suiker op, laat het mengsel iets afkoelen en los dan de gelatine erin op. Voeg al roerend de wodka toe . Giet het mengsel in een maatbeker. Bekleed de special schaal met huishoudfolie (overhangend aan beide zijden) Giet een klein laagje van het gelatine mengsel op de bodem, zet de frambozen met een klein beetje tussen ruimte recht op in de gelatine, ze moeten mooi recht op blijven staan. Laat het even opstijven door terug te koelen in de vriezer. Giet voorzichtig de rest van het gelatine mengsel erover zodat de frambozen net onder staan. Laat verder opstijven in de koelkast. Licht de vruchtenglei uit het blik met de plastic folie en</p>
---	--



Rood sorbetijs

400 gr. rode vruchten
diepvries
18 gr. prosorbet
165 gr. suiker
165 ml. water
7 takjes dragon
Snufje zout
5 ml. citroensap

Tarte tartin

150 gr. suiker
Water
4 elstar appels
6 plakjes bladerdeeg

Koekje van tuilledeeg

30 gr. boter
40 gr. poedersuiker
8 gr. vanillesuiker
1 eiwit (30 gr.)
30 gr. bloem

Frambozen truffel

100 ml. slagroom
200 gr. witte chocolade
pastilles
1 vanille stokje
1,2 gr. (=1 blaadje)
gelatine
40 gr. SOSA

snijd in even grote blokjes. Bewaar in de koelkast.

Rood sorbet ijs

Verwarm het water met de suiker en 7 takjes dragon al roerend tot dat alle suiker is opgelost. Laat 15 minuten trekken en verwijder de takjes. Voeg de vruchten toe aan het suikerwater en de prosorbet en pureer met de staaf mixer ,eventueel op smaak brengen met een beetje citroensap. Laat koud worden. Snijd de rest van de dragon blaadjes (van 3 takjes) fijn, voeg dit toe samen met een snufje zout en draai er ijs van in de kleine ijsmachine, eventueel in 2 charges

Tarte tartin

Doe de suiker in een pan met een dikke bodem voeg een beetje water toe en maak op laag vuur een karamel. Let op niet in gaan roeren. Bedek de bodem van de grijze kleine silicone vormen met een laagje karamel. Schil de appels en snijdt van de zijkant 2 mm dikke plakken en steek hier rondjes van 4 cm uit. Leg in elk vormpje 1 rondje appel, dek het geheel af met een plakje bladerdeeg van 4,5 cm doorsnee en druk zijkanten goed aan. Afbakken in een oven op 200 °C 10-12 minuten (bijblijven). Tartins uit de vormpjes halen als ze nog warm zijn.

Koekje van tuilledeeg

De oven voorverwarmen op 200 °C. Klop de gesmolten boter met de suikers zacht en romig, voeg het eiwit toe en klop het nog enkele minuten tot een homogene massa. Zeef de bloem boven het mengsel en spatel dit door het mengsel. Bedek een bakplaat met bakpapier, maak 30 cirkels van 2,5 cm doorsnee per cirkel ½ theelepel deeg gebruiken. Bak de koekjes 6.30 minuten in een stille oven. 10 koekjes grof verkruimelen voor onder de sorbet bol, de andere koekjes bij uitserveren in de sorbet bol steken.

Frambozen truffel

Haal de merg uit het vanille stokje en voeg deze met het stokje toe aan de slagroom. Verwarm de slagroom met het vanillestokje tot deze bijna gaat koken. Verwijder het vanillestokje. Voeg het in water geweekte gelatine blaadje toe. Haal de pan van het vuur en laat de witte chocola in de room smelten. Stort het warme mengsel in



GERD/FRAMBUESA
Crispy 2-10mm

Rode vruchten coulis

150 gr. diepvries rode
vruchten
50 ml. water
suiker

Opmaak

125 gr. blauwe bessen
125 gr. frambozen
150 ml. slagroom
suiker
Munt blaadjes
10 gr gemalen SOSA
GERD/FRAMBUESA

een platte schaal en zet deze schaal in de koeling. Als je met een lepel in het mengsel druk en het is lekker stevig kun je de beginnen om de truffels te maken. Vermaal de Sosa Gerd/Frambuesa in de mini magimix tot poeder. Met een theelepel schep je een kleine hoeveelheid truffel inhoud in je koele hand, rol hier een ovaal vormpje van, rol deze door 30 gr frambozenpoeder, rest van de poeder voor garnering gebruiken. Leg de truffels op een met bakpapier bedekt bord, zet koel weg. Bestuif vlak voor het uitserveren nog een keer met de frambozenpoeder.

Rode vruchten coulis

Rode vruchten pureren met de staafmixer iets water toevoegen. Suiker naar smaak toevoegen.
Mengsel zeven en in een spuitfles doen.

Opmaak

Slagroom met een beetje suiker stijf kloppen in een spuitzak doen.
Alle onderdelen van het dessert, mooi op een bord tegen elkaar aanleggen, onder het kleine bolletje sorbet ijs koekkrumels leggen en in het bolletje ijs het koekje steken.
Als laatste een toefje slagroom plaatsen daar het munt blaadje in steken (munt niet wassen) en nappeer enkele streepjes rode vruchtencoulis rondom.
Strooi als laatste een beetje frambozen poeder op het bord.



Secretariat: secretaris@sdge.nl
SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGIONALE

