

Menu maart 2017

"The Happy Cooker"

groep 4

Pistachekoekje met kalfswang en kalfsmousse in een groen jasje

*

Zeewolf "Wellington"

**

Lamshaas met artisjok, sherry en hazelnoot

Frisse komkommer-appelsorbet met een citroenmousse

Pistachekoekje met kalfswang en kalfsmousse in een groen jasje

Ingrediënten	Bereiding
Kalfswang ca. 1 kg kalfswang olijfolie 1 ui 1 wortel 5 dl rode wijn 3 dl kalfsfond 1 dl port 1 dl madeira 3 teentjes knoflook 3 kruidnagels 5 geplette zwarte peperkorrels 2 laurierblaadjes 3 takjes tijm zout	Kalfswang Ontvries de kalfswang en bestrooi met peper en zout. Neem een snelkookpan en verwarm hierin een eetlepel olijfolie. Bak de kalfswang rondom bruin aan. Blus af met de rode wijn en kalfsfond. Voeg de peperkorrels, kruidnagels, ui, wortel, knoflook, tijm en laurier toe. Vul aan met port en madeira. Voeg zo nodig water toe, totdat het vlees net onder staat. Breng de pan op druk en kook het vlees in minimaal 60 minuten gaar. Haal het vlees uit de pan en laat het iets afkoelen. Zeef de bouillon en bewaar voor het hoofdgerecht. Snij het vlees in kleine stukjes, voeg een beetje bouillon toe en zet het afgedekt weg tot gebruik.
Pistachekoekjes 150 gr bloem, gezeefd 60 gr ongezouten pistachenoten 100 gr gekoelde, ongezouten boter, in blokjes 30 gr stevige feta 60 gr heel ei snufje zout	Pistachekoekjes Hak de pistachenoten zeer fijn. Kneed de bloem, fijngehakte pistachenoten, boter, feta en ei tot een zacht deeg. Als het deeg te zacht is, voeg dan nog wat extra bloem toe. Maak een platte schijf van het deeg (ca. 2 cm.) en pak deze in plastic folie. Laat het deeg 40 minuten in de koelkast rusten. Verwarm de oven voor op 180 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Rol het deeg uit op een met bloem bestoven aanrecht tot een dikte van max. 1 mm. Neem een uitsteekvormpje van ongeveer 5 cm en steek 32 rondjes uit het deeg. Bak de koekjes 20 minuten in de oven totdat ze mooi goudbruin zijn. Laat de koekjes afkoelen en bewaar ze afgedekt tot gebruik.
Munt-yoghurt dressing 140 gr Griekse yoghurt handvol verse muntblaadjes 100 gr gemarineerde feta, uitgelekt sap van 1/2 citroen	Munt-yoghurt dressing Doe de Griekse yoghurt, handvol verse muntblaadjes, 100 gr feta en het sap van een 1/2 citroen in de keukenmachine en meng tot een gladde saus. Breng op smaak met peper en zout.

Rolletje van kalfsmousse met tonijnmayonaise 400 gr kalfsfricandeau 2 eierdooiers (40 gr) 1 el mosterd 250 ml druivenpit olie 20 ml witte wijn azijn 2 blikjes tonijn (op olie, uitlek gewicht 140 gr) zout en peper naar smaak Geleirolletjes 1000 gr jonge spinazie 25 gr boter 8 dl groentebouillon 1 kleine ui 1 teentje knoflook 9 gr Unique Kappa 4,5 gr Unique Locust Presentatie 1 granaatappel 75 gr ongezouten pistachenoten 1 el honing paar takjes verse munt 100 ml granaatappel-melasse (ingedikt granaatappelsap)	Rolletje van kalfsmousse met tonijnmayonaise Kalfsfricandeau bestrooien met zout en peper. Zet het vlees ca. 20 min in een oven van 170 °C tot het een kerntemperatuur heeft van 58 °C. Met een staafmixer mayonaise maken van eierdooier, mosterd, azijn en olie. Op smaak brengen met zout en peper. Laat de tonijn uitlekken, fijnprakken en mengen met 100 g mayonaise. De afgekoelde fricandeau in blokjes snijden. Dit samen met de (reeds aangemaakte) mayonaise tot mousse draaien in de keukenmachine. Geleirolletjes Snipper de ui en knoflook, doe in een pan met wat boter en fruit 5 min. op een laag vuur. Voeg de bouillon toe en breng aan de kook, voeg de spinazie toe en laat 2 min. meekoken. Neem de pan van het vuur en mix met een staafmixer het geheel tot een gladde massa. Passeer door een zeef en bewaar het vocht. <i>Zorg dat je pèr dl. vocht, 1 gr. Kappa gebruikt en 0,5 gr. Locust.</i> Breng het spinazievocht aan de kook samen met de Kappa en Locust, klop het goed door en laat 3 min. doorkoken. Haal van het vuur en schenk het geheel op een licht ingevette platte schaal, ca. 1 mm dik en laat afkoelen. Als de gelei is opgesteven, snij dan plakjes van 10 cm breedte en ca. 8 cm lengte. Schep hierop wat kalfsmousse en rol op. De rolletjes moeten een diameter hebben van ca. 2,5 cm. Rolletjes tot gebruik wegzetten. Afwerken en uitserveren Haal de pitjes uit de granaatappel en bewaar deze. Pistachenoten fijn hakken en kort roosteren. Granaatmelasse mengen met 1 el honing. Beleg 2 pistachekoekjes met een laagje munt-yoghurt-dressing. Beleg deze vervolgens met enkele stukjes kalfswang. Leg het rolletje kalfsmousse schuin op het midden v/h bord. Plaats aan de linker- en rechterzijde een koekje belegd met kalfswang. Bestrooi het bord met wat gehakte pistachenootjes, granaatappelpitten en leg een muntblaadje op de kalfswang. Besprenkel met de granaatappelmelasse en serveer uit.
---	---



Zeewolf "Wellington"

Ingrediënten	Bereiding
Duxelle 500 gr. kastanjechamp. 4 sjalotjes 4 teentjes knoflook 1/2 citroen	Duxelle Borstel de champignons en hak ze in zeer kleine stukjes. Snipper de sjalot en hak de knoflook. Verhit een klein scheutje olie in een pan, fruit de sjalot en knoflook en voeg de champignons toe. Bak de champignonmix in circa 5 minuten op middelhoog vuur. Voeg het citroensap

4 grote preien Zeewolf ca 1,5 kg zeewolffilet 12 vellen filodeeg ontdooit 1 ei 50 gr sesamzaadjes olijfolie Parels van wortelsap 4 dl zonnebloemolie 3 dl wortelsap 6 gr. Unique Agar	toe. Breng de duxelle op smaak met zout en peper. Laat goed uitlekken in een zeef en zet weg voor gebruik. Snij het eindstuk en het groene deel van de preien weg en snij de rest over de lengte in tot de kern. Was het zand er uit. Pel de prei los tot brede linten ontstaan. Blancheer de prei heel kort en spoel 't daarna af in koud water. Daarna goed drogen. Ontdooi het filodeeg ca. 1 uur van tevoren en dek tot gebruik af met een vochtige doek. Zeewolf Controleer de filets op graten. Snij de filets over de lengte in stroken van ca. 6 cm. breed en ca. 20 cm lang. (In totaal heb je 4 stroken nodig.) Bestrooi de filets met zout en peper. Maak “Wellingtons” van de zeewolf door: - Leg preilinten op huishoudfolie strak tegen elkaar aan tot een oppervlakte van ca 20 x 20 cm - Smeer hierover een dunne laag duxelles - Leg elke zeewolffilet dwars op de besmeerde preilinten en rol 'm strak in. - Bestrijk steeds 3 vellen filodeeg met olijfolie en leg ze op elkaar. - Leg op het filodeeg telkens 1 ingepakte zeewolffilet. Rol deze op en laat het deeg iets overlappen. - Plak de randen met losgeklopt ei stevig vast. - Bestrijk het geheel met olijfolie en strooi er wat sesamzaadjes overheen. Portioneer elke ingerolde filet in delen van ca. 5 cm lang. (totaal 16 delen). Zet ze de rolletjes rechtop op bakpapier klaar. Bak de 'wellingtons' kort voor het opdienen in de oven op 180 °C (met boven- en onderwarmte) in ca. 15 minuten gaar. Parels van wortelsap Zet een bakje met ca. 4 dl zonnebloemolie in de koelast tot de olie koud is. Breng het wortelsap met 6 gr. Agar aan de kook. Blijf kloppen en laat 3 min. doorkoken. Schenk in een spuitflesje en koel terug tot ca. 70 gr. Druppel de wortelsap in het bakje met de koude olie. Scheep de parels vlak voor het uitserveren uit de olie en spoel deze af.
--	---

Garnalensaus 750 gr. diepvries garnaalkoppen en -schalen 1 ui 1 kleine prei 1 stuk winterwortel (200 gr) 1 knoflookteen 1 blaadje laurier 4 dl. witte wijn 50 cl cognac ca. 0,5 l visfond 1 blikje tomatenpuree (klein) 2 el olijfolie cayennepeper (snufje) 1/4 bosje bladselderij 1/4 bosje krulpeterselie 50 ml slagroom peper / zout 1 tl xantana Prei 1 kleine prei zonnebloemolie om te frituren bakpapier 20 gamba's Afwerking 1 bakje Borage cress	Garnalensaus Snijd de ui, wortel en prei in stukken en fruit deze in 2 eetlepels olijfolie en voeg de fijngehakte garnaalschalen en -koppen toe. Zet dit onder goed roeren stevig aan (niet bitter laten worden). Voeg tomatenpuree, knoflook en de overige kruiden toe. Blussen met cognac en zoveel visfond toevoegen dat het geheel net onder staat. Laat dit ca. 30 minuten trekken. Passeer dit mengsel door een neteldoek en laat de saus inkoken. Afmaken met room, peper en zout. Zo nodig de saus binden met xantana. Prei Prei julienne snijden in strookjes van 10 cm, blancheren en laten uitlekken. Frituur voorverwarmen op 180°, de preireepjes met een handvol tegelijk in de frituur. Frituur ze 2 à 3 minuten en laat ze uitlekken op keukenpapier. Bestrooi met zout en peper Gamba's Bak de gamba's -vlak voor het uitserveren- in de koekenpan en warm de saus op. Afwerken en uitserveren: Leg op de voorverwarmde borden een spiegel saus. Zet hier recht op een rolletje zeewolf. Leg op de zeewolf een gamba, strooi er wat worsteitjes op, een pluk gefrituurde prei en wat cress als topping.
--	--



Lamshaas, op een crème van artisjok, met stroop van sherry en hazelnoot

Ingrediënten	Bereiding
Crème van artisjok 10 artisjokken	Crème van artisjok Snij de steel af tot een lengte van ca 2 cm en verwijder de buitenste bladeren. Kook de artisjokken in ca. 40 minuten in ruim water met wat zout en een paar eetlepels

2 sjalotten 1 teentje knoflook 1 dl olijfolie 1 granny smith appel 3 dl crème fraîche 3 takjes tijm 4 blaadjes basilicum peper en zout Stroop van sherry en hazelnoot 400 ml cream sherry 20 ml hazelnoot olie Spaghetti van bietensap 3 dl bietensap 6 gr Unique Kappa 16 rietjes 6 mm Ø Groenten 1 paarse broccoli (red arrow broccoli) 2 bosjes bospeen	citroensap tegen het verkleuren. (De groente is gaar als je een vork in de bodem kunt prikken zonder teveel weerstand, of als je er gemakkelijk een zacht geworden blaadje vanaf kunt plukken.) Tip: artisjok gaat drijven. Zorg dat de artisjokken onder water blijven staan. Snij van de bovenkant ca. de helft tot driekwart weg, zodat alleen de bodem achterblijft. (Bewaar 2 blaadjes per pers. voor de decoratie.) Schil de steel en snij een dun plakje van de onderkant af. Schep het 'hooi', het harige, vezelige binnenste, met een lepel weg. Wat resteert, is een ronde schijf: het hart van de artisjok. Hak de sjalotten en het knoflook fijn en laat dit in een beetje olie glazig worden. Voeg de crème fraîche, tijm, en basilicum toe en breng aan de kook. Draai het vuur laag en laat het geheel ongeveer 20 min. trekken. Passeer de massa door een bolzeef. Schil de appel. Snij de artisjokharten en de appel in dobbelstenen. Doe dit over in de Magimix en pureer, samen met de crème en de olie, tot een gladde massa. Passeer de massa nogmaals door een fijne bolzeef. Breng de crème op smaak met peper en zout. Houd de puree warm tot opdienen. Stroop van sherry en hazelnoot Verwarm de sherry al roerend met een garde, op een middelhoog vuur tot dit zacht begint te borrelen. Laat vervolgens rustig op een laag vuur inkoken tot een dun vloeibare stroop. Voeg daarna de olie toe. De stroop moet op kamertemperatuur dik vloeibaar zijn. Spaghetti van bietensap Breng de bietensap met 6 gr. Kappa aan de kook en laat al kloppend 3 min. doorkoken. Spuit dit in de 16 rietjes en laat opstijven. Druk -vlak voor het opdienen- de bietengelei met de spuit uit de rietjes. Groenten Maak kleine roosjes van de broccoli en blancheer deze kort in kokend water met wat zout. Doe dit kort voor het uitserveren. Maak de bospeentjes schoon, kook deze beetgaar en spoel ze koud af. Verder: zie uitserveren.
---	--

Lamshaasjes 20 lamshaasjes 16 takjes tijm olijfolie peper en zout	Lamshaasjes Ontvries de lamshaasjes (indien nodig) en vacumeer deze, per vier samen met vier takjes tijm in een sous-vide zak. Stel de sous-vide in op 45°C en gaar de lamshaasjes in het waterbad. Haal de lamshaasjes -vlak voor het opdienen- uit het waterbad, verwijder de verpakking en kruid met peper en zout. Bak ze in olijfolie rondom snel bruin. Gebruik hiervoor gelijktijdig 2 of 3 pannen. Leg de lamshaasjes op een bord en bedek met alufolie.
Saus (Gebruik kalfsbouillon van de kalfswang)	Saus Roer de aanbaksels in de pan(nen) los en breng alle braadvocht samen in een pannetje en voeg het kalfsfond toe. Roer goed door elkaar en kook op een hoog vuur snel iets in. Bind af met xantana. (let op: 500 ml = 2 gr xantana) Breng de jus op smaak met peper en zout.
Afwerking 50 gr blanke hazelnoten	Afwerking en uitserveren Hak de hazelnoten in stukjes en rooster deze in een droge pan totdat ze licht verkleuren en gaan geuren. Verwarm de bospeentjes even in een beetje boter en breng op smaak met zout en peper. Snijd de lamshaasjes in plakken van ca. 3 cm dik. Trek op ieder bord een mooie streep crème van artisjok. Zet de stukjes lamshaas hierop met wat tussenruimte. Plaats 2 gekookte blaadjes artisjok rechtop tussen het vlees. Druppel lamsjus over en rond het vlees. Plaats 2 kleine bospeentjes naast elkaar links boven het vlees en rechtsonder 3 roosjes van de paarse broccoli. Drapeer een slinger van bietensap-spaghetti over het vlees. Druppel de sherry-stroop op het bord en strooi de geroosterde hazelnoten er overheen.



SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGONALES

Secretariat: secretaris@sdge.nl



Frisse komkommer-appelsorbet en een mousse van citroen

Ingrediënten	Bereiding
Hangop ½ l hangop 1 el poedersuiker ½ limoen	Hangop Meng de hangop met de poedersuiker, de rasp van een halve limoen en een paar druppels limoensap. Doe over in een spuitzak en leg koel weg.
Citroenbasis 1 l water 450 gr suiker 5 dl citroensap	Citroenbasis Kook alle ingrediënten samen op, zodat de suiker oplost. Bewaar 2 dl voor het komkommersap, 3/4 l voor het sorbetijs en de rest voor de marinade v/d zaadlijsten.
Komkommer 6 komkommers	Komkommer Snijd de zaadlijsten van de komkommers in dunne plakken en daarna 1 x doormidden. Marineer deze met een deel van de citroenbasis tot de zaadlijsten net onder staan. (Per persoon 1 zaadlijst van een halve komkommer) De rest van de komkommers met schil uitpersen in de sapcentrifuge. 1,5 dl voor het ijs en 3 dl. voor het komkommersap met gin.
Komkommersap 2 dl citroenbasis en 3 dl. komkommersap (beide van boven) borrelglas gin 1 afgestreken tl xantana	Komkommersap Breng het komkommersap op smaak met gin en citroenbasis. Breng aan de kook en bind het sap af met xantana. Zeef het komkommersap en laat het goed afkoelen.
Komkommer-appelsorbet 3/4 l citroenbasis (van boven) 1 eetl. Prosorbet 1,5 dl komkommersap 2,5 dl granny smith sap (4 appels) 1 limoen (rasp + sap)	Komkommer-appelsorbet Rasp de schil van de limoen fijn. Pers vervolgens de limoen uit. Appels ontdoen van hun klokhuis en uitpersen in de sapcentrifuge. Voeg de limoen-, appel- en komkommersap en de rasp toe aan de citroenbasis. Voeg de Prosorbet toe. Draai de massa op in een ijsmachine.

Citroenmousse

75 gr eidooier
75 gr suiker
3 blaadjes gelatine
1,25 dl citroensap
25 gr glucosestroop
1,5 dl room

Witte chocoladekruim

100 gr bloem
100 gr suiker
70 gr boter
80 gr witte chocolade

Appel

2 granny smith appels

Afwerking

eetbare bloem
(voorjaarskleur)
bakje Acilla Cress
(smaak: citrus, mint)

Citroenmousse

Kook de suiker, met een klein beetje water, op tot 120 °C. Intussen de eidooiers luchtig kloppen.

Als de suiker de juiste temperatuur heeft bereikt, dit voorzichtig bij de eidooiers gieten. Klop dit mengsel koud en luchtig in de Kitchen Aid.

Week de gelatine in koud water. Meng de glucosestroop met het citroensap en verwarm, zodat de gelatine er in opgelost kan worden. Laat afkoelen.

Klop de room lobbij en meng vervolgens het afgekoelde citroensap door de luchtige eidooier. Spatel hier de room doorheen.

Giet de mousse in halfronde siliconenmatjes en vries in.

Witte chocoladekruim

Zet de witte chocolade tijdelijk in de vriezer.

Meng de bloem met de suiker en boter goed met je vingertoppen tot een kruimeldeeg. Bak dit gedurende 20 min. af in een voorverwarmde oven op 170°C.

Laat afkoelen en draai het tot fijn kruim. De koude, witte chocolade eveneens tot kruim draaien en samen mengen.

Appel

Snij de appel in vieren en verwijder het klokhuis. Snij vervolgens elk partje in de lengte doormidden en snij hier -over de breedte- dunne plakjes van. Doe dit zo laat mogelijk en besprenkel de partjes met citroensap tegen verkleuren.

Afwerken en uitserveren

Leg een zaadlijst in midden van het bord. Plaats hier links en rechts de mousse en appelschijfjes op.

Spuut hier 3 dopjes van de hangop tussen en verdeel het kruim in het midden. Leg hier het bolletje ijs op.

Rondom wat van het komkommersap.

Garneren met wat cress en een bloem.



SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGONALES

Secretariat: secretaris@sdge.nl

