

# 2017 maart

Stichts Culinair Genootschap Utrecht · Lente

**VISGERECHT** VISFILET OMWIKKELD MET COURGETTE MET ZEEKRAAL, LINGUINI EN GROENE KRUIDENSAUS

## Visfilet omwikkeld met courgette met zeekraal, linguini en groene kruidensaus

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
courgettes	2	
olijfolie		
peper, zout		
zeekraal	100	gr.
tasty tom tomaten ø 6 cm	2	
heilbot filets van 40 gr. per persoon	1	
kervelblaadjes	30	gr.
visfond	1,5	dl
eigeel	75	gr.
boter	100	gr.
citroensap, vers		
linguini di sepia (zwarte pasta)	100	gr.

Was de courgette. Snijd de courgette op de snijmachine in de lengte in plakken; 2 plakken per persoon. Bestrijk de plakken met olijfolie en grill ze aan een kant in een grillpan tot een lichtbruine arcering ontstaat. Kruid ze met peper en zout. Leg ze afgedekt weg op een snijplank tot gebruik. Maak de zeekraal schoon, verwijder de harde stukken en spoel af in een zeef. Droog de zeekraal. Ontvel en ontpit de tomaten en snijd ze in smalle reepjes. Controleer de heilbot op graat en vel. Droog met keukenpapier. Kruid de filets met peper en zout. Leg op elke heilbot filet gelijke hoeveelheden van de zeekraal en omwikkel met 2 plakken courgette, die elkaar overlappen. Zorg dat de naad van de courgette aan de onderzijde van de heilbot zit. Leg op de courgette wat reepjes tomaat en kruid deze met peper en zout. Stoom de vis op 100° (hete lucht) gaar in de oven, bij dunne filets 6-8 minuten, bij dikkere iets langer. Controleer of de vis gaar is. Overgiet de kervelblaadjes met kokend water en maak ze droog. Kook de visfond in tot 1 dl. Doe de kervelblaadjes en de afgekoelde visfond in een keukenmachine en pureer dit tot een egale massa. Voeg het eigeel, beetje zout en peper toe en meng alles nog even in de keukenmachine. Verwarm de boter tot deze gesmolten is. Voeg daarna al draaiend de boter bij de massa. Verwarm de saus vlak voor het uitserveren op laag vuur tot de saus gaat binden max. 80 °C. Pas op voor schiften! Breng verder op voorzichtig op smaak met iets citroensap, peper en zout. Kook de linguini beetgaar in licht gezouten water voor het uitserveren; zie op de verpakking voor de kooktijd. Besprenkel na het afgieten met een beetje olijfolie en roer dit even door elkaar. Presentatie: Leg op een groot warm bord speels wat linguini. Maak een klein spiegeltjes met een spuitfles van saus en leg de heilbot hierop.

## Luchtige crème van eendenlever met wolk van appelstroop en loempia met appel en gekonfijte sjalot

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rauwe eendenlever	200	gr.
gevogeltefond	1	dl
slagroom	1,5	dl
peper & zout		
gelatine	1	blok
water	0,5	dl
appelstroop	50	gr.
sjalotjes	2	
boter		
suiker		
rode port	1	dl
appels goudrenet	2	
loempiavel per persoon	0,5	
eiwit		

Verwarm de fond tot kookpunt en voeg de in stukken gesneden en schoongemaakte eendenlever toe, haal pan van het vuur en pureer met de staafmixer. Breng op smaak en laat afkoelen. Klop slagroom iets verder dan yoghurt dikte en spatel dit door koude massa. Vul brede glaasjes met crème en zet ze koel weg. Week de gelatine in koud water. Verwarm water en stroop tot alles opgelost is. Zet hiervan 85 gr stroopwater in de diepvries en koel dit terug tot  $\pm 1^{\circ}\text{C}$ . Bewaar de rest van het stroopwater voor verdere bewerking. Als de massa koud is, verwarm dan deze rest van het stroopwater, knijp gelatine uit en los deze erin op. Klop dit stroop/gelatine mengsel op met de mixer en voeg geleidelijk de ijskoude stroop toe. Klop tot  $\pm 8$  maal oorspronkelijke hoeveelheid. Zet in de koeling. Snijd sjalot in ringen en fruit aan in een steek boter. Bestrooi dit met wat suiker en laat op laag vuur karamelliseren. Blus af met port en laat zachtjes inkoken tot vocht verdampt is. Laat afkoelen. Schil de appels en snijd deze brunoise. Laat suiker in boter karamelliseren tot lichtbruin, voeg de appelbrunoise toe en laat kort meebakken. Laat afkoelen. Halveer de loempiavellen, bestrijk ze met eiwit, beleg met appel en met wat van de gekonfijte sjalot. Rol de loempia vanuit 1 kant op, klap de zijkanten naar binnen en rol nog een keer rond. Verwijder overmaat deeg. Bak de loempiaatjes in arachideolie van  $180^{\circ}\text{C}$  ong. 3 min en laat ze uitlekken op keukenpapier. Presentatie: Schep een lepel appelstroopwolk op de crème in het glaasje en leg de loempia ernaast. Eendenlevercrème en wolk dienen als dip voor de loempia.

## Zalm en parelhoen teriyaki met zoetzure prei, rode ui en gebakken rijst

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
japanse soja	120	gr.
mirin	120	gr.
sake	60	gr.
tenen knoflook	2	
verse gember	2	cm
bruine basterd suiker	20	gr.
zalmfilet per persoon, vers	40	gr.
parelhoenfilet per persoon	40	gr.
scheut arachide olie		
rijst	150	gr.
ui	100	gr.
teen knoflook	1	
prei (rest van andere prei)	100	gr.
arachide olie	2	el
sesamolie	1	el
peper en zout		
dunne preien	4	
grote rode uien	2	
rijstazijn	2	el

Teriyakimarinade: Meng soja, mirin en sake. Snipper de knoflook heel fijn. Schil de gember en rasp deze. Voeg knoflook, 2 theelepels gember en de basterd suiker toe aan de marinade. Meng tot de suiker is opgelost. Zalm: Verwijder van de zalmfilet het vel en vet. Snijd de zalm in gelijke stukken. Maak de parelhoenfilet schoon. Leg zalm en parelhoen ieder in de helft van de teriyakimarinade. Zet in de koeling en laat 30 min marinieren. Nappeer zalm en parelhoen af en toe met de marinade. Verwijder na 30 min de zalm en parelhoen uit de marinade en kook de marinade in tot 1 dl. Maak zalm en parelhoen droog. Bak vlak voor het uitserveren in arachide olie. Bestrijk beide af en toe met de ingekookte marinade. Er kan ook voor worden gekozen om alleen de parelhoen bij het bakken in te smeren met ingekookte marinade. Rijst: Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat afkoelen. Maak ui, knoflook en prei schoon, snijd klein en fruit in een mengsel van beide oliën. Voeg de rijst toe en bak kort mee. Voeg eventueel wat olie toe. Kruid met peper en zout. Prei en ui: Maak de prei schoon; gebruik alleen het witte en licht groene deel. Verwijder eventueel wat buitenblad als de prei dikker is als 2 cm. Snijd prei in schuine stukken van 3 cm. Maak de uien schoon, verwijder een stuk van de onder- en bovenkant. Snijd in schijven van 1 cm dik (per persoon één schijf). Bak vlak voor het uitserveren op laag vuur de stukken prei en de ui ieder apart in olie. De prei mag niet verkleuren; de ui moet een hele schijf blijven. Blus de prei af met azijn en mirin en laat dit verdampen. Kruid alles met peper en zout. Presentatie: Snijd de parelhoen in dunne tranches. Leg op een groot warm bord enkele plakjes parelhoen en een stukje zalm. Giet er wat braadvocht over. Leg op ieder bord een paar stukjes prei, een schijf ui en een beetje rijst.

**HOOFDGERECHT** LAMSRACK MET KRUIDENKORSTJE GESERVEERD MET PUREE VAN AARDAPPEL,  
PASTINAAK EN PAARSE WINTERPEEN, GEGLACEERDE WITLOF MET KROKANTJE VAN TEMPURA  
LAMSHAM

---

## Lamsrack met kruidenkorstje geserveerd met puree van aardappel, pastinaak en paarse winterpeen, geglaceerde witlof met krokantje van tempura lamsham

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardappel	250	gr.
pastinaak	1	
paarse winterpeen	1	
klontje boter		
melk	1	glas
grote lamsracks (2 koteletjes pp)		
olijfolie		
peper/zout		
dyon mosterd		
boter		
sap van 4 (bloed)sinaasappel	3	-
port of rode wijn	2	glazen
takje tijm	1	
takje rozemarijn	1	
honing	2	el
sneetjes witbrood (gedroog)	5	
verse peterselie	2	handen
verse koriander	2	handjes
verse tijm (alleen de blaadjes)	1	Bosje
rozemarijn (alleen blaadjes)	4	takjes
parmezaan kaas (geraspt)	80	gram
peper		
zout		
stronken witlof, blaadje losgepeld	4	
klont boter		
suiker (riet)		
lamsham pp	20	gram
tempura meel	2	kopjes
koude spa rood naar behoefte		
zout voor in beslag		Snufje
arachide olie om te frituren		

Puree: Schil de aardappelen, pastinaak en paarse winterpeen en snij in kleine blokjes. Afkoken met zout. Daarna pureren met de pureestamper. Voeg klontje boter toe en naar believen een beetje melk om een zachte puree te krijgen. Op smaak maken met peper en zout. Lamsrack: Oven voorverwarmen op 200 graden. Indien er nog een vlies zit dit verwijderen, evenals eventuele grote stukken vet. Vetkant kruislings insnijden (oppervlakkig) en de racks aan alle kanten goed inwrijven met peper en zout. Olijfolie met klontje boter in braadslee. Als de olie

heet is de lamsrack van alle kanten goed aanbraden totdat hij bruin is. Braadslee met lamsracks (vetzijde onder) in de oven en 7-8 minuten laten braden in de oven. Ondertussen het mengsel voor de kruidenkorst maken. Lamsracks uit de oven en goed insmeren met mosterd en vervolgens door het kruidenmengsel en aan de kant zetten tot kort voor uitserveren, liefst op een plek waar hij warm blijft zonder door te garen. De braadslee op vuur en het braadvocht afblussen met de rode wijn of rode port. Daarna sap van de bloedsinaasappelen toevoegen, de tijm en rozemarijn en even laten trekken op laag vuur. De honing toevoegen en afmonteren met een klontje koude boter. Kruidenkorst: Leg de sneetjes brood een kwartier in een warme oven zodat ze goed droog worden. Snijd de korstjes eraf voordat ze in de oven gaan. Als het brood droog is, breek het in stukken en doe in de keukenmachine. Voeg de andere ingrediënten toe evenals een klein scheutje olijfolie. Zet aan de kant tot de lamsrack uit de oven komt. Witlof: Witlofbladeren wassen en laten drogen op keukenpapier. Boter smelten in koekenpan en de witlof hierin smoren. Rietsuiker toevoegen en laten caramelliseren. (dit gaat snel dus kort voor uitserveren uitvoeren) Tempura lamsham: Snij de plakken ham in dunne repen. Maak het tempurabeslag met koude spa rood. Zorg ervoor dat het dikte heeft van dun pannenkoekenbeslag. Repen ham door beslag halen en frituren in olie van 160 graden tot ze mooi bruin en krokant zijn. Zet de met kruidenkorst bedekte lamsracks 5 minuten voor uitserveren in de oven om weer op te warmen. Warm de puree op evenals de saus en bereidt de witlof. Opmaaksuggestie: Torentje van puree, daartegen de koteletjes plaatsen. Witlof en tempura ham erbij. Saus over de koteletjes.

**DESSERT** BABA MET LIMONCELLO EN LIMOENROOM MET ROOD FRUIT EN MASCARPONE/VANILLE  
IJS

---

## Baba met limoncello en limoenroom met rood fruit en mascarpone/ vanille ijs

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
gedroogde gist	10	gr.
lauwe melk	4	el
patentbloem	35	gr.
suiker (poeder)	15	gr.
eieren	2	
boter (zachte)	80	gr.
zout	4	gr.
sinaasappelrasp	1	tl
water	5	dl
suiker	200	gr.
limoncello	1	dl
citroenrasp van 1 citroen		
bosvruchten (diepvries)	300	gr.
iets citroensap maïzena		
melk	7	dl
slagroom	1	dl
mascarpone	150	gr.
vanillestokjes	1,5	
eigeel	50	gr.
dextrose	50	gr.
cortina	4	gr.
limoen	1	
gepasteuriseerd eiwit	30	gr.
poedersuiker	30	gr.
witte rum	1	el

Verwarm de oven voor op 200°C. Meng de gist met de melk en laat 10 min staan. Meng er dan 35 gr van de bloem door. Laat dit op een warme plek staan tot het schuimt. Spuit de vormpjes van de kleinste flexpan in met de spuitbus met vetstof. Maak een beslag van het gistmengsel met bloem, suiker, zout, boter, eieren en de sinaasappelrasp. Vul de vormpjes tot de helft met beslag en dek af met alu-folie. Laat rijzen tot het beslag bijna verdubbeld is. Bak de baba's in 30 tot 35 min gaar, los ze en laat ze afkoelen op een rekje. Limoncellosiroop: Maak suikerstroop door water, suiker en citroenrasp aan de kook te brengen. Haal van het vuur, voeg de limoncello toe en laat snel afkoelen. Leg de baba's in de suikerstroop tot ze doortrokken zijn. Bewaar de siroop. Bosvruchten: Verwarm de ontdooide bosvruchten met de suiker en citroensap op matig vuur, bind iets met een papje van water met maïzena. Warm serveren! Mascarpone-vanilleijs: Splits de vanillestokjes, schrap het merg eruit en voeg beide toe aan de melk. Laat de melk met vanillestokjes, slagroom, mascarpone op laag vuur ½ uur trekken. Verwijder na afloop de vanillestokjes. Meng eigeel, suiker, dextrose en cortina tot een papje. Voeg het warme melkmengsel hieraan toe en verwarm al roerende au bain marie tot

70°C. Af laten koelen en dan tot ijs draaien. Limoenroom: Rasp de limoen en pers ze uit. Klop het eiwit met de poedersuiker luchtig en klop de slagroom stijf. Roer de rum, het limoensap en rasp door de mascarpone. Spatel er dan voorzichtig eerst de slagroom door en daarna het luchtige eiwit. Presentatie: Doe de warme bosvruchten in een warm amuse glas. Snijd de baba net niet helemaal doormidden en leg ze geopend op een koud bord. Spuit er wat limoenroom op. Schep er een mooie bol mascarpone-vanille ijs bij en schenk hieromheen wat limoncellosiroop van de baba.