

2023 maart

Stichts Culinair Genootschap Utrecht · Lente

VOORGERECHT Spitskool, nori, rettich en tempeh

Spitskool, nori, rettich en tempeh

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
spitskool	1	
groentebouillon (van het gerecht paksoi met zwezerik)		scheutje
gemalen komijn	4	tl
roomboter	1	klontje
tempeh	0.5	blok
zonnebloemolie		
silken tofu	160	gr.
sushiazijn	2	el
limoen	1	
sesamolie	8	tl
zout		
peper		
rettich	0.5	
norivellen	4	
sakura cress		

Spitskoolrouleaux: Haal de buitenste bladeren van de spitskool. Blancheer in gezouten water en dompel in ijswater. Snijd de nerven eruit. Dep droog tussen keukenpapier. Snij het binnenste van spitskool zeer fijn en stoof gaar in boter, gemalen komijn en groentebouillon. Rol de bladeren op met de helft van het koolmengsel en snij er 12 gelijke tonnetjes van. Tempeh: Schaaf op de mandoline dunne plakken van de tempeh, en steek deze vervolgens uit met een steekringetje. Maak 24 rondjes. Frituur op 180 gr C krokant. FILTER EN BEWAAR DE OLIE VOOR DE VOLGENDE AVOND. Tofucreme: Maal de tofu glad met de staafmixer. Voeg sushiazijn, limoensap en sesamolie toe. Breng op smaak met zout en peper. Zet koel weg in een spuitzak. Norisushi: Schaaf op de mandoline, in de lengte, dunne plakken van de rettich. Marineer in 2 el sushiazijn met zout en peper. Beleg de norivellen met dunne plakken rettich en de overgebleven gestoofde spitskool. Rol op als sushi. Snij er 12 gelijke tonnetje van. Afwerking: Plaats op de krokante tempeh de sushi van nori en de spitskoolrolletjes. Spuit er een stip tofucréme tegenaan. Garneer met sakura cress.

Gebakken octopus met misosaus, shiitake en yuzu-vinaigrette

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
uien	4	
knoflook	6	tenen
rode pepers	6	
zonnebloemolie		scheutje
kokosroom	4	dl
rijstazijn	4	el
donkere miso	6	el
suiker		snufje
zout		
limoen (schil en sap)	1	
gecontreerd yuzusap (alternatief: citroensap)	2	el
xantana		mespunt
druivenpitolie	1	dl
baby octopus p.p.	1 a 2	
shiitake	100	gr.
rode peper	1	
sjalot	1	
peper		
taugé	100	gr.
bosuitjes	3-4	
koriander	0.5	bosje

Saus: Draai de ui, knoflook en pepers in de keukenmachine tot een gladde pasta. Gebruik een hoge pan om deze pasta in een scheutje olie uit te bakken tot de uien gaar zijn. Voeg de kokosroom, rijstazijn en miso toe. Breng al roerend aan de kook en breng op smaak met zout en suiker. Zeef de saus. Houd warm. Vinaigrette: Voeg limoen (sap en fijne rasp), yuzu en suiker samen in de blender. Voeg de xantana toe en draai dit glad. Voeg al draaiend de olie toe. Houd koel. Octopus: Spoel de baby-octopus goed uit met water. Bak in een goed hete pan de shiitake, rode peper en sjalot in halve ringen. Voeg nu de octopus toe en breng op smaak met zout, peper en suiker. Bak dit kort op hoog vuur tot de octopus gaar is. Afwerking: Spoel de taugé af en dep droog. Snijd de bosui in ringen. Schep in ieder bord een flinke lepel saus en verdeel de octopus daarover. Besprenkel met de yuzu-vinaigrette en garneer met taugé, gesneden bosui en flink wat blaadjes koriander.

Krokante gamba's met Aziatische groentesalade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gamba p.p.	1	
zeezout	50	gr.
gember	1	duim
knoflook	1	teen
citroengras	1	stengel
limoen (sap)	1	
japanse sojasaus	4	el
mirin	2	el
sake	2	el
sushiazijn	2	el
oestersaus	2	el
chilisaus	2	el
sesamololie	4	el
zonnebloemolie	4	el
sesamzaad	2	el
rode peper	1	
grote of 2 kleine sjalot	1	
agave siroop	3	el
sushiaijn	2	el
natuurazijn	2	el
komkommer	1	
prei	1	
bladstengels paksoi	6	
winterpeen	1	
tauge	100	gr.
enoki	100	gr.
limoen	1	
ei	1	
kerriepoeder	2	el
panko		
koriander cress (ghoa cress)		

Gamba's: Maak schoon en verwijder darmkanaal. Pekel in het zout voor 4 minuten. Spoel kort af en bewaar tot vlak voor serveren in koelkast. Vinaigrette: Kneus de citroengras met achterkant van een mes. Rasp gember en knoflook. Meng alle ingrediënten. Zet in koelkast. Rooster het sesamzaad in een droge koekepan en zet apart. Pittige compote: Verwijder de zaadjes en de zaadlijst van het pepertje. Snij brunoise. Snij sjalot brunoise, spoel kort af in koud water. Breng een klein laagje water aan de kook in een koekepan, kook hierin kort de rode peper. Giet af. Verwarm agavesiroop en voeg als het warm is de rode peper en sjalot toe. Vervolgens sake, sushiazijn, mirin en natuurazijn toevoegen. Laat heel even koken en zet in de

koelkast. Groentesalade: Schil komkommer en snij in dunne juliennereepjes van 6 cm. Snij ook de paksoi, wortel en het wit van de prei julienne. Pluk de enoki los en snij de puntjes van de tauge. Doe in een kom en meng met sushiazijn, sesamololie en wat limoensap. Opmaak: Klop eieren los, bestrooi de gamba's met kerriepoeder. Haal door het ei, daarna door de iets fijn gemaakte panko. Herhaal. Frituur de garnalen op 190 gr in de zonnebloemolie. Meng sesamzaad door de vinaigrette. Leg de groente op het bord, daarop de garnalen, schep hierop de compote en druppel de dressing over het gerecht. Garneer met koriander cress. FILTER EN BEWAAR DE OLIE VOOR DE VOLGENDE AVOND.

Paksoi met sesam en zwezerik

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
uien	3	
preien	3	
bleekselderij	1	struik
winterpeen	2	
peterselie	2	bos
tijm	2	bos
zout		
zwarte peperkorrels		
sjalotten	2	
knoflook	2	tenen
gember	60	gr.
laos (vers)	60	gr.
sereh	2	stengels
kaffirblaadjes	2	
rode peper	1	
tomatenconcentree (tube)	2	tl
zelfgemaakte groentebouillon	1000	ml
minder zout sojasaus	100	ml
oestersaus	2	el
kalfszwezerik (hart)	400	gr.
witte peperkorrels	2	tl
laurierblad	2	
mini paksoi (of 1 grote paksoi)	8	
cantharellen	32	
olijfolie		scheutje
bloem		
zonnebloemolie		
wit sesamzaad	2	el

Groentebouillon: Zet de groenten, kruiden, zout en peper op met 3,5 liter water. Trek in ca 30 minuten een bouillon. Zeef en kook in tot 2,5 liter. NB een beetje bouillon naar "Spitskool, nori, rettich en tempeh", en 1300 ml naar "Heilbot Tandoori". Oosterse lak: Zweet in een laagje zonnebloemolie: 2 gesnipperde sjalotten, 2 gekneusde tenen knoflook, gember in plakken, laos in plakken, gekneusde sereh en kaffirblaadjes. Voeg gesneden rode peper (zonder zaad) en tomatenconcentree toe. Brus af met groentebouillon. Voeg sojasaus en oestersaus toe. Laat tot de helft inkoken en passeer. Zwezerik: Spoel de zwezerik 10 minuten af onder koud stromend water. Vul een pan met 1 liter water, witte peperkorrels, zout, laurierblad, tijm, in kwarten gesneden sjalotten en gekneusde knoflook. Doe de zwezerik in de pan en breng aan de kook. Haal de pan dan van het vuur en laat de zwezerik in het vocht afkoelen. Verdeel in 12 stukken. Paksoi en cantharellen: Bak de cantharellen kort in een hete pan met wat olijfolie,

zout en peper. Voeg twee lepels oosterse lak toe. Snijd de mini-paksoi doormidden en bak enkele seconden om en om. Afwerking: Haal de zwezerik door wat bloem en klop overtollig bloem af. Bak krokant in een klein laagje zonnebloemolie. Giet de olie uit de pan en giet wat oosterse lak in de pan. Laat uitbruisen en wentel de zwezerik door de lak zodat het om de zwezerik gaat plakken. Bestrooi met witte sesamzaadjes.

Heilbot Tandoori met pompoen en kokosmassala

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ongezouten boter	400	gr.
briochebrood	400	gr.
tandoorikruiden	2	el
witte uien	2	
knoflook	4	teentjes
rode peper	1	
gember	5	cm
kurkuma	0.5	tl
massala (specerijenmix)	1.5	tl
citroengras	2	stengels
kokosmelk	500	ml
groentebouillon	1000	ml
pandanrijst	50	gr.
zonnebloemolie		
flespompoen	1	
sjalotjes	2	
kerrie	2	tl
groetebouillon	300	ml
gembersiroop		
heilbot pp	100 / 150	gr.
zout		
suiker		
olijfolie		
boter		

Tandooricroute: Smelt 100 gr van de boter in een pannetje en voeg tandoorikruiden toe. Roer goed om tot mooie gladde massa. Laat het niet te warm worden want dan krijg je een bittere smaak. Doe het brioche brood en de rest van de boter in een keukenmachine samen met de tandoorimassa, niet te lang anders schift de boter. Schep de tandooricroute op een bakpapier en leg er een ander papier bovenop. Wrijf met je handen plat en daarna met een deegroller om de croute mooi dun te rollen laat de tandoori vervolgens hard worden in de vriezer (minimaal 2 uur). Kokosmassalasaas: Pel ui en knoflook. Verwijder steel van de pepers, schil gember. Maal uien, knoflook, pepers, gember, kurkuma en massala in de blender tot een boemboe. Verhit een scheut zonnebloemolie in een pannetje en voeg boemboe toe. Kneus de citroengras en voeg toe. Laat het aanzweten totdat het gaat schiften. Verwijder citroengras. Voeg ongekookte rijst toe. Blus af met de groentebouillon en de kokosmelk en laat op een middelhoog vuur pruttelen. Giet door een zeef als de kokosmassala is ingekookt en houd warm. Pompoenchutney: Snijd de pompoen brunoise. Snipper de sjalot en de knoflook. Schil de gember en snijd de rode peper fijn. Verhit zonnebloemolie in een pannetje en fruit hierin de sjalot, knoflook, kurkuma, gember en rode peper. Laat zweten voor 1 minuut en voeg daarna de pompoen toe. Goed doorroeren en laat 2 min aanzweten. Blus af met groentebouillon en

gaar op laag vuur. Breng op smaak met gembersiroop tot een zoet-pittige smaak. Heilbot: Bedek de heilbot met zout en suiker en laat 10 minuten pekelen. Spoel de vis goed af onder stromend water en dep droog. Portioneer de heilbot in 12 gelijke stukken. Smeer de vis in met wat olijfolie en bak aan beide zijden kort aan. Gaar de heilbot verder af in een oven van 60°C tot een kerntemperatuur van 54°C, met een klontje boter. Laat de heilbot rusten op een ovenschaal. Afwerking: Controleer of de tandoori croûte hard is geworden. Snijd daarna met bakpapier een stuk uit de croûte ter grootte van de heilbotfilet. Verwijder het papier en leg de croûte op de heilbot. Laat de tandoori smelten in de oven of onder de salamander. Brand de croûte evt kort met de gasbrander. Schuim de kokosmassalasaus op met de staafmixer en de klont boter. Maak quenelles van de pompoenchutney en leg deze op het bord. Leg de heilbot ernaast en maak af met de kokossaus.

DESSERT Samosa's met matcha-ijs en bessensaus

Samosa's met matcha-ijs en bessensaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
matchapoeder	10	gr.
suiker	180	gr.
melk	500	ml
room	250	ml
glucose	36	gr.
frambozenpuree	150	gr.
aardbeien (diepvries)	125	gr.
kersen (diepvries)	125	gr.
basterdsuiker	55	gr.
pectine	7	gr.
zout	1	snufje
vanillestokje	0.25	
griesmeel	50	gr.
ricotta (bij voorkeur buffel)	100	gr.
sukadeschilletjes	25	gr.
limoncello	4	ml
grand marnier	2	ml
oranjebloesemwater	2	druppels
kaneel	1	snufje
loempiavel p.p. 15 x 15 cm	1	
eiwit, losgeklopt, om te glazuren	1	
poedersuiker	2	tl
pistachenoten	2	el
enkele gevriesdroogde frambozen		
eetbare paarse/roze bloemen	1	doosje
zonnebloemolie		

Matcha-ijs: Meng het matchapoeder door de suiker tot een gelijkmatig geheel. Roer samen met de melk, room en glucose in een pan en zet op een middelhoog vuur. Breng het mengsel tot 85°C, roer continu, haal de pan van het vuur en laat afkoelen. Blitz samen met een staafmixer om een gladde room te maken. Breng over naar de ijsmachine en draai er ijs van.

Bessensaus: Meng alle ingrediënten in een pan en breng aan de kook op een middelhoog vuur, constant roerend. Eenmaal gekookt, het mengsel passeren door een fijne zeef. Laat afkoelen.

Samosavulling: Verwarm de melk in een pan op een middelhoog vuur met het vanillestokje, een snufje zout en 30 gram van de suiker. Klop het griesmeel erdoor tot het een gladde pasta wordt, haal dan van het vuur en breng over in een kom om af te koelen. Meng 80 gr suiker, ricotta, sukade, limoncello, Grand Marnier, oranjebloesemwater en kaneel bij de afgekoelde griesmeel.

Samosa's: Plaats een lepel van de vulling in de onderste helft van elk vel en vouw er een loempia van. Bestrijk de randen met een beetje van het losgeklopte eiwit om af te sluiten.

Afwerking: Meng de poedersuiker en matchapoeder. Hak de pistachenoten fijn. Verkruimel de gevriesdroogde frambozen grof. Frituur de samosa's 30 seconden in

zonnebloemolie op 180°C, of tot ze knapperig en licht goudbruin van kleur zijn. Laat uitlekken op keukenpapier. Strooi er direct daarna met een zeefje het poedersuiker-matcha-mengsel over. Schep koude bessensaus op een bord, plaats er een quenelle matcha-ijs in en de warme samosa. Strooi de gehakte pistache en verkruimelde gevriesdroogde framboos erover. Werk af met bloemetjes. FILTER EN BEWAAR DE OLIE VOOR DE VOLGENDE AVOND.