

2023 september

Kookclub Barendrecht · Herfst

Vega wonton

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
gedroogde paddenstoelen	10	g
shiitake	50	g
rijstwijn	1	el
paksoi	1	kleine
peper zonder lijsten en zaad	1/2	
knoflook	2	tenen
lichte sojasaus	20	ml
oestersaus	20	ml
eiwit	30	ml
groentebouillon	1	
peper zout		
wontonvelletjes rond		

Week de gedroogde paddenstoelen in 1 el water en 1 el rijstwijn. Verwijder de harde stelen van de shiitake en snij de hoedjes fijn. Eveneens de peper, de knoflook en de gedroogde paddenstoelen. Zet alles even aan in een koekenpan in een scheutje neutrale olie. Verdeel de vulling voor het aantal personen. Leg een paar wontonvelletjes naast elkaar op tafel of snijplank. Leg een theelepeltje vulling op elk vel. Bestrijk de rest van het deegvel met eiwit. Vouw in halve maan, bestrijk de rand met ei, breng ze naar elkaar toe en knijp dicht en druk aan met een vork. Duurt het nog even voor je ze gaat stomen boven bouillon, bestrooi het bord waarop je ze zolang bewaart met wat maïzena en dek af met folie. Breng water met een bouillonblokje aan de kook in een grote pan. Stoom de wontons in ca 6 min gaar.

Vega wonton saus

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	2	tenen
lichte sojasaus	30	ml
chinese rijstazijn	30	ml
sesamolie	15	ml
chiliolijfolie	10	ml
sap en rasp van een halve limoen	1/2	
poedersuiker naar smaak		

Pers of hak de knoflook fijn en meng alle ingrediënten door elkaar. Zet in de koeling tot gebruik.

Gyoza

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
varkensgehakt	100	g
paksoi zeer fijnsnijden	75	g
aardappelzetmeel	5	g
knoflook	1	teen
licht sojasaus	15	ml
sesamolie	5	ml
suiker	10	g
fijngesneden bieslook	6	g
peper zout		

Meng de ingrediënten zorgvuldig. Heb je de tijd laat dit dan 1-2 uur marineren. De gyoza vouwen als een halve maan. Randjes met eiwit insmeren. De pakketjes worden eerst in een koekenpan met 2 el olie van onderen knapperig gebakken in een hapjespan. Dan gaat er wat vocht bij (1 dl water), een deksel (met gaatje) erop en worden de deegpakketjes gaar gestoofd (ca 8 min). Gyoza's zijn Japanse dumplings oftewel kleine gevulde deegpakketjes, gemaakt van tarwemeel en gevuld met een sappige vlees-en-koolvulling. De panstickers worden op authentieke wijze eerst in de pan gebakken, dan gaar gestoomd en opnieuw even knapperig gebakken.

Gyoza saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
sojasaus	40	ml
rijstazijn	20	ml
poedersuiker	15	g
geraspte gember	2	tl

Meng alle ingrediënten door elkaar. Zet in de koeling tot gebruik.

Garnalen wontons

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
middelgrote garnalen	250	g
lente-uitje grof gehakt	1	
verse gember geraspt	1	cm
knoflook fijngesneden	1	teentje
limoensap	10	ml
fijngehakte verse munt	15	g
fijngehakt verse thaise basilicum	15	g
wontonvellen vierkant		

Pel de garnalen en verwijder zo nodig het darmkanaal. Snijd ze fijn. Meng de garnalen, lente-
ui, gember, knoflook en limoensap tot een pasta. Roer de munt en het basilicum erdoor. Bak
de vulling kort in een koekenpan. Leg 1 flinke theelepel van de garnalenvulling in het midden
van elk wontonvel. Bestrijk de randen met ei; vouw in een driehoek. Frituur in 2 delen de
wontons max 1-2 min in 190 graden olie. Dompel ze na een paar seconden onder, waarbij de
bolle kant onder ligt. Draai ze halverwege om.

Garnalen wonton saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zoete chilisaus	125	ml

Eindbewerking

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
geroosterd sesamzaad	50	g
groen van 1-2 bosui		

Maak leisteen plank op volgens de foto. Bestrooi de plank met wat sesamzaad. Garneer de
vega wonton met wat bosui.

Groentebouillon

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
groentebouillon wups	9	
winterwortels	2	
ui	1	grote
preien	2	
bleekselderij	4	stengen
water	1,5	l
mergpijp	1	
laurierbladjes	3	
peterselie	35	g

Trek een bouillon van de WUPS en het mergpijpje. Aanzetten in een bakpan met een beetje olie. Gebruik vervolgens de snelkookpan. Op druk brengen en 20 min garen. Door een zeef gieten. Reduceren tot 1 liter.

King boleet

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
king boleten paddenstoel	5	
knoflook	3	teentje
pepertje	1	rood
lente-uitje	2	
gember	25	g
groentebouillon	1	lk
sesamolie	10	ml
sojasaus	10	ml

Poets met een keukenpapiertje eventuele modder van de King Boleten en halveer deze. Verhit de arachideolie in een koekenpan en bak de King Boleet aan beide kanten mooi goudbruin (ongeveer 2 minuten per kant). Snijd ondertussen een teentje knoflook in mooie dunne plakjes, een rood pepertje in ringetjes en het lente uitje schuin in plakjes. Houd ondertussen goed de King boleet in de gaten en draai ze geregeld om zodat ze van beide kanten mooi kleuren. Schil de gember en snijd twee tot drie dunne plakjes af. Snijd de gember vervolgens in mooie en dunne julienne (reepjes). Zet het vuur uit wanneer de King Boleet goudbruin gekleurd is en voeg de fijngesneden knoflook, het rode pepertje, het lente-uitje en de gember eraan toe. Giet hier groentebouillon bij, sesamolie en sojasaus. Zet het geheel opzij.

Knoflook couscouscrunch

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
couscous 4el	60	g
knoflookgarnulaat	10	ml
arachideolie	15	ml
olijfolie	15	ml
peper zout		

Verhit in een wokpan de olijfolie en bak hier 2 eetlepels rauwe couscous in aan. Het gaat net als met popcorn een beetje poffen. Strooi hier een beetje knoflookgarnulaat overheen. Bak het samen aan op laag vuur en houd goed in de gaten dat het niet aanbrandt. Wanneer het mooi bruin is haal dan het van het vuur en giet het in een zeef zodat de olie er goed uitlekt. Breng op smaak met peper en zout toe en roer goed door.

Eindbewerking

Leg de King Boleet in een diep warm bord. Leg de garnituren erbij. Schenk aan tafel m.b.v. een theepot de bouillon erbij en garneer het gerecht tot slot met de knoflook-couscouscrunch.

Gestoomde visrolletjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
schollen 2 filets p.p.	5	middelgrote
gember	1	cm
sesamolie	20	ml
rijstwijn	20	ml

Fileer elke schol in 4 filets. Vel verwijderen. Overige ingrediënten mengen en de filets insmeren. Minimaal 30 min afgedekt marineren. Daarna oprollen en vastzetten met een cocktailprikker.

Visbouillon

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ui	1	
bleekselderij	2	stengel
venkelknol	1/2	

Trek van de graten, koppen, vellen en de groenten een mooie bouillon (max 30 min). Deze bouillon is bedoeld om later de filetrolletjes boven te stomen.

Zwarte bonensaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gefermenteerde zwarte bonen	30	g
lichte sojasaus	30	ml
rijstwijn	15	ml
knoflook	2	tenen
peper zonder zaadjes	1	rode

Pureer de ingrediënten tot een pasta. Voeg na eigen inzicht ca. 50 ml water toe, tot sausdikte en verwarm voor opdienen.

Gevulde gem bladeren

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
taugé	200	g
shiitake paddenstoelen	20	
sjalotten	2	
arachide olie	10	ml
lichte sojasaus	20	ml
sesamolie	10	ml
bosui	4	
gem bladeren 3 kroppen little gem sla	20	

Gem bladeren loshalen, wassen en drogen. Taugé afspoelen met heet water en de te lange taugé halveren. Shiitake in kleine blokjes snijden. Sjalotten fijnsnijden. Dit in de wok aanzetten. Sojasaus en sesamolie toevoegen. Op het laatst de gesneden bosui en taugé toevoegen. Vul hiermee de gem bladeren.

Eindbewerking

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
pinda's	50	g

Pinda's roosteren en grof hakken. Boven zacht kokende bouillon de visrolletjes 5-6 min stomen. Zwarte bonensaus verwarmen. Leg 2 gevulde gem bladeren op het bord. Leg daarin de visrolletjes en bestrooi met de pinda's. Zet een schaalte met zwarte bonensaus op het bord en doe aan tafel een lepeltje zwarte bonensaus naar smaak over het gevulde gem blaadje.

Eend

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eendenborst filets	5	
vijfkruidenpoeder	5	g
sesamolie	15	ml
hoisin saus	20	ml
basterd suiker	15	g
honing	15	ml
sojasaus	20	ml
rijstwijn	10	ml
chiliolie		

Kruis het vel in met een mes. Maak van de ingrediënten een marinade en doe alles in een vacuümzak. Zo lang mogelijk laten marineren (minimaal 1 uur). Uit de marinade halen, bewaar de marinade voor de saus, Dep het vlees droog. Laat het vet van de eendenborst filets op de velkant in een droge koekenpan op medium temperatuur rustig uitbakken. Verhoog de temperatuur, draai de eend om en bak even bruin. Bewaar een beetje braadvet in de pan. Blus af met de marinade en breng op smaak met een scheutje sesamolie en chiliolie en een beetje water. Laat het vlees verder garen in de oven op 120 °C met als kerntemperatuur 53 graden. Laat het vlees in folie 10 minuten rusten. Snij het vlees vlak voor het serveren in plakjes.

Mie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eiermie	250	g
sesamolie		

Kook de mie in zout water. Proef regelmatig op gaarheid. Giet af en meng er een scheutje sesamolie doorheen. Laat afkoelen.

Chinese groenten

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
peper	1	rode
ui	1	
knoflook	2	tenen
bosuitjes	2	
paprika	1	kleine
potimarron oranje pompoen	250	g
peulen	100	g
gember geraspt	2	cm
selderie	10	g
heldere sojasaus	30	ml
rijstwijn	10	ml
palm suiker	10	g
kippenbouillon	75	ml
maïzena	10	g
sichuanpeper vijzelen	1	tl
zout		

Ontdoe de peper van zaden en lijsten. Snijd klein, evenals de ui, knoflook, bosui, paprika en potimarron. Blancheer de potimarron in een paar minuten tot beetgaar. Peulen ontdoen van draden. Wok verhitten en een scheutje arachideolie toevoegen (eventueel i.v.m. allergie vervangen door koolzaadolie). Voeg achtereenvolgens toe: Peper, ui en knoflook. Blijf omscheppen. Dan potimarron, paprika, bosui, peulen, geraspte gember, soja, rijswijn, suiker en bouillon. Bind de saus met in water opgeloste maïzena. Overscheppen in een warme schaal en in de wok kort de uitgelekte en afgekoelde mie bakken. Voeg naar smaak Sichuanpeper en zout toe.

Eindbewerking

Neem kleine diepe borden. Beetje mie en on top de gemengde groenten en het vlees in plakjes gesneden ernaast. Schep een beetje saus over het geheel.

DESSERT Pannacotta van kokos, tartaar van lychee, kersendonut, chocolade cremeux, espuma van zwarte bessen

Pannacotta kokos

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
kokosroom	600	g
suiker	75	g
slagroom	300	g
bladgelatine 2 grote bladen	6,6	g

Zet de shock freezer aan. Verwarm de kokosroom met de suiker en laat voor de helft inkoken. Voeg de slagroom toe en breng weer aan de kook. Week de gelatine in koud water. Los de gelatine in het warme kokosmengsel op en laat afkoelen. Stort daarna in de gewenste siliconen vorm en laat stevig worden in de shock freezer. Haal op tijd uit de vriezer.

Tartaar van lychee

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
verse lychees	500	g
ingelegde japanse gember	50	g
chilipeper	1/8	rode
bladgelatine	1,5	g

Maak de lychees schoon en snijd ze fijn. Doe hetzelfde met de gember en chilipeper. Meng alles met elkaar en laat minimaal een half uur op kamertemperatuur marinieren. Week de gelatine in koud water. Verwarm een beetje sap wat vrijkomt van de lychees en los hier de geweekte gelatine in op. Giet dit bij de tartaar en spatel het goed door. Druk de tartaar in een kleine siliconen vorm en zet koud weg (eerst 30 minuten in de shock freezer) zodat het op kan stijven. Laat iets op temperatuur komen voor het serveren.

Kersendonut

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gist	7	g
water op kamertemperatuur	60	g
patentbloem	75	g
melk op kamertemperatuur	14	g
suiker	25	g
zout	5	g
boter gesmolten	50	g
eidooiers	50	g
kersen zonder pit	10	
fijne kristalsuiker	150	g
kaneel	20	g

Los de gist op in het lauwwarme water en kneed er met de 75 gram patentbloem een voordeeg van. Laat dit rijzen onder een vochtige doek. Meng ondertussen de tweede portie gist met de 14 gram melk, 25 gram suiker, 5 gram zout en meng er de 145 gram bloem, 50 gram boter en 50 gram eidooiers door. Meng dit met het inmiddels gerezen voordeeg en kneed tot een homogene massa. Voeg wanneer nodig wat extra bloem toe. Laat afgedekt koud worden in de koeling. Rol het deeg uit tot een dikte van ongeveer 3 millimeter en steek er rondjes uit die de kers kunnen omsluiten. Pak de kersen in met het deeg en laat nog enkele minuten rijzen. Frituur de kersen in olie van 175°C. (Ze bollen mooi op) Meng ondertussen de fijne kristalsuiker met de kaneel. Haal de kersen uit de olie als ze mooi goudbruin en gerezen zijn en laat uitlekken op keukenpapier. Haal de kersen direct door de kaneelsuiker. De suiker zal zich hechten aan het laatste beetje olie dat aan het deeg zit. Let op: niet warm houden in de warmhoudkast.

Chocolade Cremeux

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
melk	150	g
slagroom 35%	100	g
eieren	100	g
suiker	50	g
bladgelatine geweld in koud water	3	g
pure chocolade 64%	400	g

Breng de melk en slagroom in een pannetje aan de kook voor de crème anglaise. Roer ondertussen de eieren met de suiker los in een bekken. Giet eerst een beetje van het melk-slagroommengsel bij de eieren en roer goed door. Voeg dan de rest van de melk toe en roer weer goed door. Giet dit terug in de pan en laat op laag vuur langzaam binden. Roer regelmatig door met een spatel of garde. Voeg de gelatine en de chocolade toe en roer door met een garde. Giet in een passende bak en zet max 30 minuten in de shock freezer. Schep na afkoelen in een spuitzak met spuitmond. Laat afkoelen en schep in een spuitzak.

Espuma van zwarte bessen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
suikerwater 1:1 190 g water en 190 g suiker	190	g
limoen	170	g

Meng alle ingrediënten. Vul een sifon met het mengsel en zet er 3 patronen op.