

# 2013 mei

Kookclub Barendrecht · Lente

---



## Frise cocktail van asperges, sinaasappelpartjes en parelhoenhaas

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges (aa)	14	
parelhoenhaasjes (van hoofdgerecht)		
kippenbouillon poeder	5	dl
mayonaise		
eidooier	1	
gladde mosterd	1	tl
zonnebloemolie	1.5	dl
zout en peper		
citroen (sap van)	1	
worcestersauce		
kerriepoeder	1	mespuntje
slagroom	1	dl
basismayonaise	1	dl
sherry	1	scheutje
gembernat		
peper en zout		
citroensap		
sinaasappelen	2	handsinaasappelen
frisee sla	75	gr.
cocktailglazen	14	
kervel	14	plukjes

Schil de asperges en verwijder, indien nodig, het harde uiteinde van de asperges. Kook ze 2 minuten in gezouten water, zet de pan van het vuur en laat ze 10 minuten in het vocht nagaren tot ze beetbaar zijn. Controleer dit regelmatig door met een vork te prikken. Haal de asperges uit het kookvocht en laat ze afkoelen. Verhit de kippenbouillon tot tegen het kookpunt en pocheer de parelhoenfilets in de bouillon ca. 1 min en rook ze daarna in de rookpan ca. 5 min. Snijd de parelhoenhaasjes in kleine blokjes van ca. 1 cm. Mayonaise als basis voor de dressing: Klop de eidooier glad met de mosterd en klop er dan eerst druppelsgewijs en later met een dun straaltje de olie door tot de juiste consistentie bereikt is. Mocht de mayonaise te stijf worden of de neiging tot schiften krijgen, verdun hem dan met een weinig lauw water. Breng de mayonaise vervolgens op smaak met zout, peper wat citroensap en worcestersaus. Dressing: Klop de room lobbig en roer deze door de basismayonaise samen met, naar smaak, de kerrie, sherry en gembernat. Breng verder op smaak met versgemalen witte peper, zout en citroensap. Afwerking: Snijd de schil met het wit van de sinaasappelen en snijd vervolgens de partjes tussen de vliesjes uit. Snijd de kopjes op 5 cm van de asperges en snijd de rest in stukjes van ca. 1 cm. Houd de kopjes apart. Verwijder de buitenste blaadjes van friseesla, was de sla en slinger hem droog in de slacentrifuge. Presentatie: Bedek de bodem van de cocktailglazen met wat friseesla, leg er enkele stukjes asperges en blokjes parelhoenfilet op, steek er de partjes sinaasappel tussen en een eetlepel dressing er over. Garneer af met de aspergekopjes met een plukje kervel.



## Asperges met tonijn, aardappel/peterseliepuree en gele Paprika-coulis

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges aa	14	
olijfolie	0.75	dl
citroen (sap van)	1	
peper en zout		
kwarteleitjes	7	
rode tonijn als een mooie hele moot	600	gr.
fleur de sel	10	gr.
zwarte peper		
afkokende aardappelen	350	gr.
boter	20	gr.
eidooier	20	gr.
koksroom	0.75	dl
peper, zout		
nootmuskaat		
peterselie	25	gr.
gele paprika	1	
ui	1	kleine
knoflook	1	teentje
gevogelte bouillon (extract)	1	dl
laurierblaadje	1	
tijm	1	takje
sjalotje	1	
tonijnafsnijdsel		
mayonaise	4	el
peper, zout, citroen		
rucola	42	blaadjes

Schil de asperges, snijd het onderste stukje eraf. Snijd de asperges gelijk op 10 cm vanaf de kopjes, snijd de rest van de stelen brunoise. Kook de aspergekopjes apart, 5 minuten in water met wat zout, zet de pan van het vuur en laat de asperges nog ca 10 minuten nagaren tot ze beetbaar zijn. Controleer dit door met een vork te prikken. Laat ze goed uitlekken. Snij deze in 3 gelijke delen. Vinaigrette: Maak een niet al te zure vinaigrette van de olie en citroensap. Breng op smaak met peper en zout. Meng de asperge brunoise met wat vinaigrette. Bewaar de rest van de vinaigrette voor op de tonijn. Kwarteleitjes: Kook de kwarteleitjes in 4 minuten hard en schrik ze af in ijswater. Pel ze en halveer ze voorzichtig. Tonijn: Snij de tonijnmoot in twee rechthoekige blokken. Bewaar het afsnijdsel voor de saus. Bruin de tonijn in royaal met zeer hete olijfolie aan elke kant precies 30 sec. Kruid met fleur de sel en zwarte peper. Snijd de tonijn voorzichtig met een scherp mes in plakken van een ½ cm dikte (of op de snijmachine) en smeer met een kwastje de plakken licht in met het restant van de vinaigrette. Zet op kamertemperatuur weg. Puree: Was en schil de aardappelen, snijd ze vervolgens in blokjes en kook ze in ca 5 minuten gaar in water met wat zout. Giet af en bewaar wat kookvocht. Knijp de

aardappelblokjes door een pureeknijper en maak er met de eierdooier, room en de boter een gladde puree van. Voeg, indien nodig, wat kookvocht toe. Laat de puree niet slap worden, het moet spuitbaar blijven. Breng op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Was en snijd de peterselie zeer fijn en wrijf zo fijn mogelijk in de vijzel. Klop de peterselieprak stevig door de puree. Doe de massa in een spuitzak en houd warm. Paprikasaus: Schil de paprika met een dunschiller, verwijder de zaadlijsten en snijd hem fijn. Snipper de ui en de knoflook en fruit die goudgeel in wat olie. Voeg dan tijm, laurierblad, de paprika en de bouillon toe en laat alles 20 minuten sudderen. Haal de laurier en het tijmtakje eruit. Pureer de massa en druk door een zeef. Kook de saus in tot de gewenste dikte. Tonijn mayonaise: Snij de sjalot klein en fruit deze aan in de olijfolie en voeg de tonijnafsnijdsel toe en gaar deze op lage temperatuur. Pureer de masse in de blender en voeg de mayonaise toe uit de amuse en meng deze goed door elkaar. Zeef de massa en voeg naar smaak peper, zout en citroen toe. Doe het in een spuitfles. Presentatie: Was de rucola en slinger hem droog in een handdoek. Trek een streep van de mayonaise op het bord. Leg 3 blaadjes rucola in een driehoek midden op het bord. Dresseer het plakje tonijn in het midden van een groot warm bord. Bestrooi de snijvlakken met fleur de sel. Leg de asperge brunoise rechts van de tonijn. Leg een half kwarteleitje op de brunoise en garneer verder met een enkel blaadje rucola. Spuit een toef van de aardappel/peterseliepuree links van de tonijn. Leg de asperges aan de bovenkant van het bord. Giet aan de onderkant van het bord een flinke streep warme paprikacoulis.

**Romige amandelsoep met gerookte asperge plakjes**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
olijfolie	4	el
uien	4	flinke
knoflook	4	tenen
witte wijn	2.5	dl
kippenbouillon (extract)	2.5	l
gepelde amandelen	400	gr.
zeezout		
peper		
asperges aa	3	
stokbrood	1	

Verhit de olie in een diepe pan. Snijd de uien in schijven en pers de knoflook uit. Voeg de uien bij de olijfolie en smoor deze goudgeel. Voeg de geperste knoflook toe en bak die ca 1 minuut mee. Voeg de wijn toe en kook op hoog vuur tot 4 el in. Breng de bouillon aan de kook en giet deze dan bij het uimengsel. Laat alles nog 2 minuten koken. Zeef de soep. Maal in de blender de gepelde amandelen tot fijn meel. Doe de helft van de soep bij het amandelmeel in de blender en mix dit goed door elkaar. Passeer de massa door een zeef terug in een pan, waarbij u zoveel mogelijk amandelmelk eruit perst. Doe de massa terug in de blender, voeg 3 soeplepels soep toe en mix goed door elkaar. Doe het weer door de zeef en pers uit. Herhaal dit nog 2 maal om zoveel mogelijk smaak aan de amandelen te onttrekken. Breng op smaak met peper en zeezout. Was en schil de asperges en snijd deze in schuine plakjes. Leg de plakjes in het rookventjes en rook de asperge plakjes 5 minuten. Snijd het stokbrood in dunne schijfjes en rooster deze goudbruin onder de salamander (of zeer hete oven). Presentatie: Verdeel de plakjes gerookte asperges over hete soepkoppen. Giet daarover de hete soep en doe vervolgens 1 el witte wijn in elke kop. Geef er enkele dunne sneetjes geroosterd brood bij.

**Aardbeiensorbet met Crème de Casis**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardbeien	750	gr.
suiker	180	gr.
citroen (sap van)	0.5	
sinaasappel (sap van)	0.5	
crème de cassis	1	borrelglas
water	1	dl
crème de cassis	1	borrel glas
suikersiroop	2	el

Doe de aardbeien in een blender en laat enige tellen draaien. Voeg het citroen- en sinaasappelsap toe. Laat draaien tot dat het een homogene massa is. Druk de massa door een zeef. Kook een suikersiroop van de suiker en het water, (bewaars 2 el suikersiroop voor later gebruik) en voeg dit bij de gezeefde aardbeien. Doe de likeur erbij, roer er dit goed door en doe de massa in de ijsmachine. Draai er een mooi sorbet van. Halveer de aardbeien door het kruintje. Marineer de aardbeien in de crème de cassis verdund met de 2 el suikersiroop. Presentatie: Serveer een bol sorbet in ijscoupe's en garneer af met een halve aardbei.

**HOOFDGERECHT** Parelhoenfiletjes onder zoutkoepel met asperges en een Sabayon van Belgisch bier

---

## Parelhoen onder zoutkoepel met asperges en een sabayon van Belgisch bier

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
parelhoenders	5	
peper en zout		
tijm	5	takjes
sjalotten	5	
eiwitten	75	gr.
grof zeezout	3	kg
ui gebruind	1	middelgrote
wortel	250	gr.
bleekselderij	90	gr.
prei	90	gr.
laurierblaadjes	2	
piment bolletjes of 1 tl gemalen piment	6	
zwarte peper-korrels	15	
parelhoendijtjes		
zout		
gemalen zwarte peper	1	tl
rozemarijn	1	takje
knoflook	1	teentje
warm ganzenvet	1	l
asperges aa	14	
aardappelen (roseval)	5	
parelhoenfond	1.5	dl
sjalotje	1	
koksroom	3	dl
donker bier	2	dl
eierdooiers	75	gr.
boter	50	gr.
zout en peper		
bieslook	0.5	bosje
waterkers	0.5	bosje

Haal de poten van de parelhoen af zonder het ruggedeelte, snijd op het lid de drumstick van het dijbeen. Haal het heilbeentje uit de borst en snijd de filets van het karkas. Haal het haasje uit de filet en geef dit aan de amuse collega's. Bestrooi de filets licht met peper en zout. Leg op een filetje een takje tijm en een ongepelde sjalot en leg het tweede filetje daarop. Bind ze op. Klop de eiwitten tot sneeuw en meng het zeezout met de eiwitten. Bedek de bodem van een ovenslee met bakpapier en leg hierop een laag zeezout van  $\pm 1$  cm. Leg hierop de filetjes en bedek ze helemaal met het zeezoutmengsel te dikte van ca 1 1/1 cm. Verwarm de oven voor op 210°C (hl) en plaats, net voor het uitserveren, de ovenslee 30 minuten in de oven.

Haal de ovenschaal uit de oven, verwijder het zeezout met een groot mes, haal de filetjes eruit en halveer ze. Zet warm weg. Hak de karkassen, drumsticks en vleugels klein en zet dit aan in een sauspan, doe dit in een snelkookpan. Snij de groente en zet de groenten aan in het achtergebleven vet en zet dit op een hoog vuur aan, voeg toe aan de karkassen. Voeg er water toe tot de karkassen onder staan en laat dit 40 minuten koken. Giet af door een neteldoek en gebruik 1 liter kook dit verder in tot 1,5 dl, controleer de smaak en gebruik deze voor in de saus. Rest invriezen. Zout de dijtes licht. Verwarm het ganzenvet en voeg de kruiden en knoflook toe, zorg dat de dijtes onder het vet staan. Zet het geheel met deksel in een oven van 150°C, ca. 2,5 uur, tot het vlees gaar is. Houd het warm. Het overgebleven vet verwarmen en door een fijne zeef laten lopen en bewaren voor de volgende brigade. Schil de asperges en verwijder, indien nodig, het harde uiteinde. Snijd de asperges op 2/3 vanaf het kopje af. Kook het lange deel met het kopje op de gebruikelijke wijze in water met wat zout beetgaar. Haal ze uit het water en zet weg. Bewaar het kookvocht. Snijd het korte stukje (1/3) steel in een fijn julienne ter dikte van lucifers en zet die rauw weg. Borstel en kook de aardappelen in een weinig, gezouten, water gaar. Halveer ze, dek ze af en zet warm weg. Saus: Verwarm de parelhoenfond. Hak het sjalotje zeer fijn en voeg dit toe. Doe er ook 5 el aspergekookvocht bij. Laat tot  $\frac{3}{4}$  inkoken. Voeg de koksroom toe en laat verder tot de gewenste dikte inkoken. Breng op smaak. Biersabayon: A la minute: Smelt de boter. Maak een sabayon door de eidooiers "au bain Marie" te kloppen en langzaam de gesmolten boter en het bier toe te voegen. Laat de temperatuur niet boven de 80°C uit komen. Breng op smaak met peper en zout. Afwerking: Verwarm in een tefalpan een klein klontje boter en smoor de aspergejulienne beetgaar. Breng het bewaarde aspergekookvocht aan de kook, zet de pan van het vuur en doe er de gekookte asperges in om op te warmen. Presentatie: Leg op de warme grote borden aan een zijde de in plakjes gesneden file, het dijte en leg er de asperges boven met daartussen, parallel, snipper enkele gewassen bieslooksprietten er overheen. Plaats rechts van het filetje de julienne van asperges en overgiet deze met wat parelhoensaus. Leg links van het filetje een halve aardappel en garneer af met een toefje waterkers. Nappeer het filetje met biersabayon.

## Kaascake met kokos, banaan en chocolade met daar bij een bolletje bananenijs

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
chocoladekoekjes	325	gr.
boter	80	gr.
zonnebloemolie	1	el
verse kokos	70	gr.
halfvolle roomkaas	400	gr.
witte basterdsuiker	100	gr.
kokoslikeur	3	el
bananen	2	rijpe
pure chocolade	150	gr.
gelatine	6	blok
slagroom	1.5	dl
banaan	1.5	
citroen (sap van)	1	
water	3	dl
suiker	180	gr.
eiwit	40	gr.
rum	1.5	el
aardbeien	14	mooie

Neem een springvorm van Ø 26 cm en bekleed de bodem met bakpapier. Vet de zijkant van de springvorm in met olie. Doe de koekjes in een plasticzak en plet ze met een deegroller. Smelt de boter en roer het koekkrum er goed doorheen. Druk het koekmengsel stevig op de bodem van de springvorm en zet dit ca. 2 cm tegen de zijkant op. Rasp de kokos. Klop de roomkaas en de suiker goed door elkaar en doe er dan de geraspte kokos en kokoslikeur door. Prak de bananen en doe ook die erdoor. Smelt de pure chocolade apart in een steelpan. Week de gelatineblaadjes in ruim koud water. Knijp de blaadjes uit en laat ze in het chocolademengsel oplossen. Laat even afkoelen en roer door de massa. Klop de slagroom net stijf. Roer die ook grondig door de massa en schep de vulling op de koekbodem en zet 2 uur in de koeling om op te stijven. Snijd de banaan in plakjes en schep deze om in het citroensap. Smelt de chocolade met de boter. Leg de cake voorzichtig voor het uitserveren op een schaal. Besprenkel de kaascake met de gesmolten chocolade en laat even hard worden. Schik de banaanplakjes langs de rand. Bananenijs: Breng de suiker aan de kook in het water en kook stroperig. Laat daarna afkoelen. Pureer de bananen, voeg het citroensap toe en roer dit door de suikersiroop. Draai er een mooi ijs van. Voeg net voor het ijs gereed is het losgeslagen eiwit en het scheutje rum toe. Snijd de aardbeien door in 4 partjes. Kook 50 gr suiker tot siroop in 1dl water en marineer daarin de partjes aardbei. Sla de slagroom stijf met wat suiker. Presentatie: Snijd de kaascake in 14 punten. Leg op een groot mooi bord een punt kaascake, daarnaast een bolletje bananenijs, spuit een toef slagroom op het bord en leg daarin de partjes aardbei.