

# 2009 april

Nijmegen Noviomagum · Lente

---



## Tonijn met avocado en Japanse salade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
tonijn (sashimikwaliteit)	600	gram
jonge sla (diverse soorten)	50	gram
koriander	5	takjes
friséesla	0.25	krop
citroenrasp		
suiker		
olijfolie		
honing	30	gram
gembersap	0.2	eetlepel
mosterdpoeder	1.2	eetlepel
eidooiers	25	gram
kikkoman	1.2	cl
rijstazijn	0.6	dl
sesamolie	3	cl
zonnebloemolie	1.2	dl
cayennepeper op smaak		
zout en peper		
heldere sojasaus	1.5	cl
gevogeltefond	3	cl
chilisaus	1.5	cl
avocado	1.5	stuk
appel (granny smith)	0.5	stuk
citroensap		
zout en cayennepeper		
gepofte rijst		

Aziatische marinade: Meng alle ingrediënten goed. Tonijn: Snijd 1/3 deel van de tonijn brunoise en marineer dit in de Aziatische marinade. Snijd de rest van de tonijn in reepjes van circa 30 gram. Bestrooi een deel van de tonijn met zout en peper en bak dit aan alle kanten heel kort aan. Bestrijk de overige tonijnreepjes met een mengsel van zout, suiker, olijfolie en citroenrasp en laat dit circa 2 uur afgedekt staan. Marinade voor de Japanse salade: Meng alle ingrediënten goed. Hak de koriander fijn en pluk de sla fijn. Meng dit door de marinade. Avocadotartaartje: Schil de avocado's, verwijder de pitten en snijd de avocado brunoise. Besprenkel de avocado met citroensap. Schil de appels, verwijder het klokhuis en snijd de appel brunoise. Meng de avocado- en appelbrunoise en breng dit op smaak met zout, peper, cayennepeper en citroensap. Serveren: Halveer de tonijnreepjes over de lengte en leg ze met het snijvlak naar boven in het midden van een rechthoekig bord. Beleg dit met de avocadotartaar en garneer met gepofte rijst. Leg links hiervan een gemarineerd tonijnreepje en vorm aan de rechterkant een reepje van tonijntartaar. Leg de sla in een rechte lijn aan de bovenkant van het bord.

## Venkelsoep met gerookte paling

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
sjalotjes (klein)	5	stuks
venkel	1000	gram
olijfolie	4	el
kippenbouillon	1.5	l
slagroom	2	dl
zout en peper		
spinazie	50	gram
gerookte paling	200	gram
stokbrood	1	stuk
eidooier	15	gram
witte wijnazijn	20	ml
mosterd	1	theelepels
olie	2.3	dl
citroensap	1	theelepels
sambal	0.5	theelepels
paprikapoeder		Snufje
knoflook	1	teentje

Vorbereiding: Soep: Maak de sjalotjes schoon en snijd ze fijn. Maak de venkel schoon en snijd deze in repen. Vulling: Haal de steeltjes en de nerven van de spinazieblaadjes. Was de spinazie goed, laat het uitlekken en snijd de spinazie in smalle reepjes. Snijd de paling in ruitjes. Rouille: Pers de knoflook. Meng de eidooiers, azijn en mosterd in een kom. Roer dit met een garde tot een gladde massa. Voeg de olie al kloppend druppelsgewijs toe. Breng de rouille op smaak met zout, peper, knoflook, sambal en paprikapoeder. Schep de rouille in kleine bakjes (1 per persoon). Bereidingswijze: Soep: Bak de sjalotjes en de venkel circa 10 minuten op een zacht vuur in olie. Voeg de bouillon toe en kook dit circa 20 minuten tot de venkel zacht is. Pureer en zeef de soep en breng dit op smaak. Laat de soep afkoelen. Klop de slagroom lobbich. Stokbrood: Snijd het stokbrood in plakjes (2 per persoon). Rooster deze onder de salamander (blijf erbij!). Serveren: Verwarm de soep. Haal de pan van het vuur en spatel er voorzichtig de slagroom door. Breng de soep op smaak. Zet een bakje met de rouille op een klein bordje en leg er 2 sneetjes stokbrood naast. Verdeel de spinazie en de paling over de borden. Nappeer de soep erover heen.



## Gevuld sardientje met couscous en tomatensaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
sardientjes (à 100 gram)	10	stuks
couscous	300	gram
koriander	2	takjes
saffraan	0.25	gram
kippenbouillon	3	dl
knoflook	2	teentjes
paprika (rood)	0.5	stuks
paprika (groen)	0.5	stuk
paprika (geel)	0.5	stuk
sjalotjes	4	stuks
spek (gerookt)	50	gram
parmezaanse kaas	60	gram
zout en peper		
tomaten	6	stuks
tomatenpuree	1	eetlepel
gemberpoeder	2	gram
karwijzaad (gemalen)	4	gram
paprika	0.5	stuk
cayennepeper		
zout		
paneermeel	40	gram
citroensap		
olijfolie		

**Vorbereiding:** Sardientjes: Schub de sardientjes. Fileer de sardientjes maar laat het staartstukje zitten. Dek ze af en zet ze in de koeling. Couscous: Schil de paprika's en snijd ze heel fijn brunoise. Houd de kleuren apart! Hak de sjalotjes en snijd het spek ook in kleine blokjes. Korianderpuree: Pureer de koriander, olijfolie, paneermeel en citroensap.

**Bereidingswijze:** Couscous: Kook de couscous volgens gebruiksaanwijzing. Gebruik geen water maar de kippenbouillon. Voeg enkele takjes koriander en wat knoflook toe. Week de saffraan 5 minuten in lauwwarm water en meng ze met de gare couscous. Bak de groene en gele paprikablokjes en het gerookt spek met de helft van de sjalotjes en de helft van de rode paprika's aan in olijfolie. De rest van de paprika en sjalotjes is voor de tomatensaus. Meng de groente met de couscous. Rasp de Parmezaanse kaas en voeg die toe aan de couscous.

**Tomatensaus:** Snijd de tomaten in stukken en bak ze aan in olijfolie met de resterende helft van de sjalotjes en de paprika. Hak de knoflook fijn en voeg dit samen met de tomatenpuree toe. Voeg het gemalen karwijzaad, cayenne- en gemberpoeder toe. Laat alles gaar worden. Maal het fijn in de magimix. Breng het op smaak met zout en peper.

**Sardientjes:** Vul de sardientjes met de korianderpuree en bak ze aan beide zijden in de olijfolie.

**Serveren:** Vul een steker (8 cm Ø) met de couscous. Druk het stevig aan. Haal de steker eraf en leg er een sardientje op. Nappeer de saus rondom.

## Piepkuiken met gevulde aardappels

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
piepkuiken (450 gram)	5	stuks
shii-take	125	gram
varkensnet	300	gram
bloem		
olie		
zout en peper		
kipfilet	50	gram
slagroom	0.65	dl
noilly prat		
citroensap		
aardappels (middelgroot)	8	stuks
crème fraîche	4	el
bieslook		
boter		
peultjes	30	stuks
worteltjes	15	stuks

Vorbereiding: Farce: Snijd de kipfilet in stukken en koel deze goed. Pureer het vlees in de keukenmachine. Voeg de slagroom toe. Breng de farce met zout en peper en een scheutje Noilly Prat op smaak. Zet het in de koeling voor later. Piepkuiken: Snijd de pootjes en de borstjes van het piepkuiken. Snijd de pootjes over de lengte open en haal het botje eruit. Laat het onderste stuk bot zitten. Fileer de borstjes. Dep het varkensnet goed droog. Kruid de piepkuikenfilets met zout en peper. Bestrijk ze met farce en leg ze als een sandwich op elkaar. Wikkel ze in varkensnet. Pootjes: Maak de shii-take goed schoon en snijd ze eventueel in stukjes. Kruid de pootjes met zout en peper. Duw een soort zakje boven in de poot en vul dit met de cantharellen. Maak het dicht met een cocktailprikker. Gevulde aardappels: Kook de aardappels (met schil) bijna gaar. Groente: Maak de peultjes en worteltjes schoon en blancheer ze kort in zout water. Bereidingswijze: Piepkuiken: Verwarm de oven voor op 180 °C. Bestrooi de piepkuikenpootjes met bloem. Braad ze aan in een pan en laat ze circa 12 minuten in de oven garen. Bak de piepkuikenfilets in wat olie rondom aan en laat ze circa 8 minuten in de oven garen. Gevulde aardappels: Hak de bieslook fijn. Halveer de aardappels over de lengte en hol ze uit tot 1 cm van de rand. Meng het aardappelkruim met de crème fraîche en spatel de bieslook erdoorheen. Breng de massa op smaak met zout en peper. Houd dit warm. Bestrooi de uitgeholde aardappels met zout en besprenkel ze met wat olie. Laat ze circa 10 minuten in de oven bakken. Vul de aardappels met het aardappelkruim en bestrooi ze met bieslook. Groente: Stoof de peultjes en worteltjes in wat boter en breng ze op smaak met zout en peper. Serveren: Leg in het midden van het bord 1 halve gevulde aardappel. Snijd de piepkuikenborstjes in 2 plakken. Leg een plak aan de linkerkant van de aardappel en een piepkuikenpootje aan de rechterkant. Garneer met wat worteltjes en peultjes.

**Clubsandwich van suikerbrood met aardbeien, groene pepers, vanillevla en vanille-ijs**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
suikerbrood (fries)	10	plakjes
aardbeien	400	gram
boter	15	gram
groene peper	1.5	theelepel
kaneelsuiker (50 gram kaneel, 50 gram suiker)		
olijfolie		
zwarte peper		
melk	2	dl
suiker	75	gram
eidooiers	0.75	dl
slagroom	1.25	dl
custard	7.5	gram
vanillestokje	0.5	stuk

Vorbereiding: Vanille-ijs: Snijd het vanillestokje in de lengte open. Kook de melk met de helft van de suiker en het vanillestokje. Laat het 10 minuten trekken. Haal de pan van het vuur. Haal het vanillestokje uit de melk en schraap het merg eruit. Voeg dat weer aan de melk toe. Klop de rest van de suiker met de eidooiers tot het mengsel schuimig en licht van kleur wordt. Giet langzaam al kloppend de melk bij dit mengsel en verwarm het voorzichtig tot circa 85°C (let op: niet laten koken, anders gaat het schiften). Laat het al roerend afkoelen en doe het in de sorbetière en draai er ijs van. Sandwich: Snijd zonodig het suikerbrood in dunne plakken. Besmeer de plakjes suikerbrood aan beide zijden met een beetje olijfolie en kaneelsuiker. Vanillevla: Snijd de vanillestokjes in de lengte open. Kook de melk met de helft van de suiker en de vanillestokjes. Laat het 15 minuten staan met een deksel op de pan. Verwijder het merg uit de vanillestokjes en voeg dit aan de melk toe. Verwarm de eidooiers met een deel van de warme melk en de helft van de suiker. Giet dit terug in de pan bij de rest van de melk. Zet de pan weer op het vuur om de massa te laten binden. Roer de custard los met een beetje melk en voeg dit aan de massa toe. Laat het afkoelen. Klop de slagroom stijf en spatel die door de massa. Zet koud weg. Bereidingswijze: Sandwich: Rooster de plakken suikerbrood onder de salamander. Bak de aardbeien kort in een beetje boter, voeg de groene pepers toe en strooi wat zwarte peper erover. Serveren: Snijd de sneetjes diagonaal doormidden. Leg een half plakje suikerbrood op het bord, aardbeien erop, een beetje vla erop en als laatste het andere halve plakje suikerbrood.