

2017 september

CCN Bunnik · Herfst

Rode biet

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode bieten	4	

Leg een siliconenmat op een ovenplaatje en leg hier de 4 bieten op. Gaar ongeveer 60 minuten (controleer op gaarheid, door met een mesje in te prikken, moet er met lichte weerstand in kunnen) in een op 180° C voorverwarmde oven. Laat daarna iets afkoelen. Kop en top de bieten en pel ze. Snijd ze in plakken van 1,5 cm dik. (pas de dikte zo nodig aan aan het aantal bieten wat je hebt en het aantal couverts). Zet de plakken biet weg.

Engelenhaar van prei

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
preien	4	
arachideolie	8	dl

Verwijder het kontje en snijd de prei in stukken van ongeveer 10 cm tot aan het groen, het groen kan weg. Verwijder het buitenste blad en verwijder eventueel aanhangende aarde (niet wassen i.v.m. frituren). Snijd de stukken prei in de lengte één keer door, druk de halve prei plat op je plank, en snijd in de lengte in lange julienne. Tip: verwijder de binnenste ringen van de prei, zodat je deze beter kan plat drukken en snijden. Frituur (olie op 180° C.) de prei krokant en laat uitlekken op een plateau met keukenpapier. Frituren tot de groene kleur verdwijnt en het licht bruin begint te worden. Niet donker laten worden, dat laatste gaat snel! Bestrooi direct met wat zout. Het is het mooiste om het frituren vlak voor de doorgifte te doen, een minuut of 10 na het frituren is de prei optimaal.

Gepocheerde eieren

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
jonge henne-eitjes, dagverse (max. 50 g)	10	
azijn	1	el

Breng een pan water met 1 el azijn aan de kook. Haal de pan van het gas af. Maak met een lepel een draaikolkje in het water. Breek een ei en laat het ei vlot in het midden van de draaikolk glijden. De draaikolk helpt mee het ei bij elkaar te houden. Je kunt het ei ook eerst in een bakje / kopje breken en dat in het water gieten. Laat 2,5 minuut pocheren, schep het ei met een schuimspaan voorzichtig uit het water en laat afkoelen in een ruime bak koud water. Werk de randen van het gepocheerde ei -na afkoelen- bij met een mesje. Doe dit met alle eieren; breng tussendoor het water wel weer aan de kook. Je kunt eventueel meerdere eieren tegelijk pocheren, je pan moet dan wel groot genoeg zijn om te voorkomen dat het water teveel afkoelt. Per stuk is makkelijker. Regeneer de plakje biet 5 minuten in een oven van ongeveer 125° C. Warm het ei 30 seconden op in heet water.

Vinaigrette

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
(grove) mosterd	1,5	el
witte wijnazijn	50	ml
olijfolie	70	ml
zonnebloemolie	70	ml
knoflook	1	teen

Roer mosterd met witte wijnazijn en schenk er druppelsgewijs al kloppend olijfolie en zonnebloemolie bij. Breng op smaak met de geperste knoflook, zout en peper.

Cevichemarinade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode peper	1	
knoflookteentje	1	
sjalotje	1	
koriander, vers	10	g
munt, vers	5	g
sushiazijn	1	dl
thaise vissaus	20	cc
limoensap	50	cc
olijfolie	2	dl
sesamolie	1	el
kippenbouillon (poeder)	50	cc
suiker	10	g

Hak en snij de peper, knoflook, sjalot, koriander en munt ragfijn. Meng met de overige ingrediënten en laat intrekken. Bewaar 50 cc van de marinade voor de venusschelpen.

Makreel

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
verse makrelen	3	

Maak de makrelen schoon en fileer deze. Verwijder zorgvuldig al het vel en de graten. Marineer de filets minimaal een uur in de marinade.

Avocado

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
avocado's (rijp)	3	

Haal het vruchtvlees uit de schil, snij de avocado's in plakjes en plet ze tussen folie (bijv. met een steelpan). Rol er licht met een rolstok over heen, zodat de dikte overal gelijk is. Leg de avocado's op een plaat in de vriezer.

Venusschelpen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
venusschelpen	100	g

Spoel de schelpen onder koud water af. Verhit wat olijfolie in een wok en bak de schelpen tot ze open gaan. Giet er 50 cc cevichemarinade bij en schud goed om. Laat de schelpen afkoelen op keukentemperatuur.

Currycreme

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
limoen	1	
mayonaise	100	g
crème fraîche	100	g
gele currypasta	20	g

Rasp de limoen en pers deze uit. Bewaar de rasp. Meng de overige ingrediënten door elkaar en breng op smaak met zout en het limoensap. Doe de crème in een spuitflesje en bewaar koel.

Vissoep

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
sardines en	1	kg
witte wijn	1	dl
basilicum	1/2	bosje
olijfolie		
preien	1	
ui	1	
knoflook	3	tenen
bleekselderij	2	stengels
venkel	1	
tomaten	250	g
tomatenpuree	1	el
platte peterselie	4	takjes
laurierblad	1	
tijm	5	takjes
rozemarijn	1	takje
safraandraadjes	10	

Doe een scheutje olijfolie in een diepe, hete pan. Bak de vis kort. (Sardines kunnen zo in de pan. De grotere vis ontdoen van ingewanden) Giet na 2 minuten ongeveer 1 liter water en de wijn op de vis. De vis moet net onderstaan. Voeg een paar takjes basilicum toe. Laat de bouillon tegen de kook aan 30 minuten trekken. Zeef de bouillon en druk de vismassa bij het zeven goed aan, zodat veel smaak vrijkomt. Zet de bouillon apart. Doe een flinke scheut olijfolie in een diepe pan en bak de fijngesneden groenten (prei, ui, knoflook, bleekselderij, venkel) glazig. Ontvel de tomaten en ontdoe ze van de zaadlijsten. Voeg daarna de stukken tomaten toe en bak de groenten nog een paar minuten door. Ontzuur de tomatenpuree door deze eerst even kort te bakken in wat olijfolie, Voeg de tomatenpuree toe. Voeg de peterselie toe, vervolgens een flinke scheut witte wijn en laat het mengsel even doorgaren. Voeg een paar scheppen visbouillon toe en pureer het mengsel met een staafmixer. Voeg vervolgens alle hete visbouillon toe. Bind het laurierblaadje, de tijm en rozemarijn bijeen. Voeg het kruidenbultje en de saffraandraadjes toe aan de soep. Breng de soep op smaak met peper uit de molen en zout en een scheutje olijfolie. Zet het vuur laag en laat de soep 30 min trekken (niet koken!). Bak tien minuten voor het serveren de mosseltjes.

Visfond

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
visgraten	500	g
wups	250	g
pernod		scheutje

Zet de graten aan in wat olijfolie. Voeg de wups toe. Blus af met de Pernod en 1 liter water. Laat dit 30 min trekken. Zeef de bouillon en kook dit in tot de helft. Voeg de visfond toe aan de bestaande vissoep.

Rouille

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode chilipeper	1	
eigeel	2	
olijfolie	1	dl
saffraan	10	draadjes
knoflook	3	teentjes

Ontvang een geroosterde paprika van de makers van het vierde gerecht. Blancheer de peper kort. Pureer met een staafmixer de paprika, het pepertje, het eigeel, de 10 draadjes saffraan en de gepelde tenen knoflook. Maak een mayonaise van het eigeel en de olijfolie. Voeg naar smaak het gepureerde paprika-, knoflook-, pepermengsel toe. (mag lekker pittig worden) Voeg zout toe.

Croutons

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
wit casinobrood	3	sneden

Verwarm de oven voor op 180°C. Verwijder de broodkorst en snijd het brood in vierkantjes van 1/2 bij 1/2 cm. Vermeng de stukjes met een paar scheuten olijfolie en strooi peper en zout over de broodstukjes. Verdeel ze over een bakplaat en schuif deze in de oven. De croûtons zijn klaar als ze goudbruin kleuren. Verdeel de vis over de borden, schenk de soep er bij, Verdeel 3 mosseltjes op de borden vlak voor het uitserveren. Serveer de croutons en de rouille er apart aan tafel bij.

Garnituur van vis

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode mul	1	
dorade	1	
poon	1	
mosselen in schelp	30	

Leg de vissen voor het garnituur (rode mul, dorade en poon) op de bouillon, leg eerst de vissen, die langste garing nodig hebben. Laat dit rustig trekken, totdat de vissen gaar zijn. Haal de vis uit de bouillon, fileer de vis en houdt warm tot uitserveren. Zeef de soep.

Gepofte paprikacrème

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
rode paprika's	5	
olijfolie		
piri piri		

Maak de paprika's schoon, wrijf de paprikadelen in met de olijfolie. Plaats daarna op een ovenblad en bestrooi ze met peper en zout. Plaats de paprika's op het hoogste niveau in de oven op 200°C. gedurende 30 minuten. Haal de paprika's uit de oven, doe deze over in een hittebestendige schaal en dek deze af met folie. Door de stoom die ontstaat zal het velletje van de paprika loslaten. Geef één gepofte paprika aan de makers van het derde gerecht, de bouillabaise. Verwijder het vel, pureer de paprika, voeg opnieuw een scheut olijfolie toe. Breng op smaak met piri piri, peper en zout.

Pekel

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	2	teentjes
verse gember	60	g
aubergine	1	
bruine basterdsuiker	500	g
grof zeezout	350	g
gefermenteerde tamarinde	75	g
steranijs	4	stuks
sesamolie	75	ml
olijfolie	4	el
boter	20	g
geraspte parmezaan	15	g
staartstuk black angus ca 400 g	1	

Schil de knoflookteentjes en pers ze uit. Schil de gember en snij fijn. Snij de aubergine in stukken. Mix alle ingrediënten van de pekeld in de mixer tot er een grove pasta ontstaat. Smeer het staartstuk dik in met deze pekeld en vacumeer het geheel. Leg het koel weg tot een half uur voor uitserveren. Verwijder de vacuümzak, spoel het vlees goed schoon en wrijf het daarna droog. Wrijf vlak voor het uitserveren het staartstuk licht in met olijfolie en brand het even aan met de gasbrander.

Polenta

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kippenbouillon (poeder)	0,8	l
polenta	125	g
piri piri		

Breng de kippenbouillon aan de kook en voeg de polenta toe. Roer het mengsel goed door gedurende 5 minuten tot het mengsel dik genoeg is. Voeg een flinke scheut olijfolie toe. Doe het mengsel in een braadslee, strijk de polenta egaal glad en laat afkoelen. Steek de polenta uit met een ronde steker: 30 stuks van 1,5 cm doorsnede. Bestrooi de rondjes polenta met piri piri. Bak de polenta krokant aan in wat boter en olijfolie. Geef eventueel nog wat extra warmte in de oven op 180°C.

Illusie van tomaat

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
koksroom	3	dl
basilicum	70	g
gelatine	4	blaadjes
yuzu		
tomatensap	4	dl
kappa (geleermiddel, gewonnen uit algen)	4	g
beukenzwammetjes	30	stuks
sherrytomaatjes	10	
sherryazijn		

Laat de room koken en haal de pan van het vuur. Roer de geweekte gelatine blaadjes er door. Voeg de fijngehakte basilicum toe met een scheut yuzu en breng het geheel op smaak met peper en zout. Stort het mengsel in bolmatjes van ø 3cm (20 halve bolletjes) en vries ze in. Plak de halve basilicumbolletjes tegen elkaar aan en steek er een prikkertje in. Breng het tomatensap aan de kook en voeg naar smaak peper en zout toe. Voeg de kappa toe en laat opnieuw koken. Doop de basilicumbolletjes tweemaal in de tomatensap, laat 5 minuten rusten, waarna deze procedure wordt herhaald. Verwijder hierna het prikkertje. Smelt een klont boter in de pan en voeg olijfolie toe. Bak hierin de beukenzwammetjes en bestrooi ze met peper en zout. Snijd de sherrytomaatjes in 4 delen, bewaar de kroontjes. Marineer de tomatenpartjes met de sherryazijn, peper en zout.

HOOFDGERECHT Gebraden Simmentaler runderlende met gekonfijte aardappel, gebakken Brussels lof en Hollandaiseschuim

Runderlende

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
runderlende	1	kg

Braad de lende 'saignant' 10 minuten voor uitserveren en laat rusten. Bestrooi met wat peper en zout.

Witlof

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
witlofstronken	5	kleine

Halveer de witlof in de lengte. snijd het bittere middenstuk er uit. Bak het lof in de koekenpan tot mooi gaar en goudgeel.

Hollandaise schuim

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
witte wijnazijn	20	g
eidooiers	4	
olijfolie	1	dl
gaspatronen	2	

Sla een Hollandaise van de eidooier samen met de witte wijnazijn au 'bain marie' luchtig en voeg de olijfolie toe. Breng op smaak met zout en doe deze saus in een 'kiddie' met twee patronen.

Gekonfijte aardappelstaafjes

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
vastkokende aardappelen (bonken)	4	grote
knoflook	2	teentjes
tijm	2	takjes
fleur de sel		
rode wijn	3	dl
koude boter	40	g
basilicum	30	g
olijfolie	1	dl

Snijd 10 rechte staafjes van 1 cm dik en 1,5 cm breed, en 7 cm lang en leg ze in een vuurvaste schaal. Bedek ze met olijfolie tot ze onder staan en voeg twee teentjes look, in de schil geplet en enkele takjes tijm toe. Strooi er wat fleur de sel over en zet de schaal 15 minuten op 150° in de oven. Boor met een kleine spuit/staafje/boortje 3 gaatjes in de staafjes. Kook de rode wijn tot de helft in, bind daarna met kleine klontjes koude boter. Pureer de basilicum in de blender met de olijfolie.

Kruidkoek en -ijs

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kruidkoek (geen ontbijtkoek!)	250	g
eidooiers	100	g
suiker	200	g
room	3	dl
melk	5	dl
balsamicoazijn	2	tl
pimentpoeder	1/2	tl
glucosestroop	1	tl

Snijd de kruidkoek in zéér 50 dunne plakjes en snijd die in gewenste vorm (bijvoorbeeld driehoeken). Droog deze -tussen twee bakplaten om ze plat te houden- gedurende enige uren op 80° C. in de oven tot ze knapperig zijn. Controleer de temperatuur. Roer de eidooiers schuimig met de suiker. Verwarm de melk en de room met de piment en de balsamicoazijn, roer de overgebleven resten van de kruidkoek erdoor en blijf roeren tot beide homogeen gemengd zijn. Giet deze vloeistof op de dooiers en laat het op een zacht vuur binden. Voeg de glucosestroop toe en passeer de massa door een fijne zeef. Draai er nadat het is afgekoeld in de ijsmachine ijs van.

Speculaasmousse

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
speculaaskruiden	1,5	tl
piment	1	tl
melk	2,5	dl
eieren	6	
suiker	80	g
gelatine	6	blaadjes
witte couverture chocolade	150	g
room	7	dl

Roer de specerijen door de melk en verwarm deze. Splits de eieren. Roer de dooiers schuimig met 40 gram suiker, giet de melk er al roerend bij en laat het als een 'crème anglaise' binden. Roer er dan de geweekte gelatine door en vervolgens de couverture. Sla de eiwitten stijf met de overige 40 gram suiker en spatel dit door de crème. Sla de room lobbijg en spatel deze door de mousse.

Pruimencoulis

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
suiker	100	g
rode pruimen	12	
aardappelzetmeel		

Laat de suiker caraméliseren en voeg hier 8 fijngesneden rode pruimen aan toe. Laat deze op zeer zacht vuur garen. Bind de coulis vervolgens eventueel iets bij met aardappelzetmeel. Snijd als garnituur 4 pruimen in zeer fijne brunoise.