

# 2022 oktober

Nijmegen Noviomagum · Herfst

---

**VOORGERECHT** Zeebaarscarpaccio met snijbonen-vinaigrette

---

## Zeebaarscarpaccio met snijbonenvinaigrette

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
snijbonen	250	g
mosterd	10	g
zonnebloemolie	10	ml
olijfolie extra vierge	20	ml
verjus	10	ml
citroensap	45	g
yoghurt	50	g
eiwitten	10	ml
gladde mosterd	175	ml
zeebaarsfilet	4	
groene tiggertomaten	100	g
blauwe bessen	4	
takjes citroentijm	100	g
pecorino	100	g

Snijbonenvinaigrette: leg 4 of 8 snijbonen apart voor de carpaccio. Pers met de slowjuicer het sap uit de snijbonen of maal de snijbonen in de blender fijn en zeef het daarna door een met kaasdoek bekleed vergiet of zeef. Maal in de blender het snijbonensap met de mosterd, zout en peper tot een glad geheel. Meng de zonnebloemolie met de olijfolie en de verjus. Laat de blender op lage snelheid draaien en voeg de olie in een dunne straal toe tot de vinaigrette gebonden is. Eiwitmayonaise: Meng in een hoge maatbeker de yoghurt met de eiwitten, citroensap en de mosterd. Zet de staafmixer erin en schenk geleidelijk de olie erbij tot het mengsel steeds dikker begint te worden. Breng op smaak en doe in een spuitzak. Carpaccio: Blancheer de snijbonen in gezouten water en spoel koud. Snij de snijbonen in schuine dunne reepjes. Snij de tomaten in blokjes van ½ bij ½ cm. Snij de blauwe bessen doormidden. Snij de zeebaarsfilet over de korte zijde in zo dun mogelijke plakjes. Leg de plakjes zeebaars in een cirkel op een bord en bestrijk met de snijbonenvinaigrette en laat 5 minuten marineren. Verdeel de tomaten, snijbonen en blauwe bessen over de carpaccio. Bestrooi met blaadjes citroentijm, wat zout en peper. Spuit wat knopjes mayonaise op de vis en maak af met geschaafde pecorino



## Kabeljauwhaas met risotto en vadouvansaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witte wijnazijn	100	ml
gekonfijte citroen	1	
gladde mosterd	1	tl
poedersuiker	1	el
zonnebloemolie	100	ml
olijfolie extra vierge	100	ml
sjalot	½	
paarse bloemkool	½	
uien	2	
tenen knoflook	1	
risottorijst	250	g
witte wijn	150	ml
visbouillon	1	l
zakjes inktvisinkt	1	
koude boter	50	g
parmezaanse kaas	150	g
limoen	1	
vadouvan	5	el
takjes tijm	3	
laurierbladeren	2	
zwarte peperkorrels gekneuzd	1,5	tl
slagroom	200	ml
kabeljauwhaasfilet met vel (100g)	8	
bosje bieslook	1	
gepofte rijst	40	g
koude boter in blokjes	200	g

Gekonfijte citroendressing: Snij de schil van de citroen, vruchtvlees wordt niet gebruikt. Maal in een blender de azijn met de citroenschil, mosterd en de poedersuiker. Voeg de olie toe terwijl de blender op lage snelheid draait tot de vinaigrette gebonden is. Roer de fijngesneden sjalot erdoor en breng op smaak. Risotto: Snij de bloemkool in roosjes of maak mooie plakken op de snijmachine. Blancheer de bloemkool eventueel. Leg daarna 30 minuten in ijswater en laat dan op keukenpapier uitlekken. Snipper de uien en laat de ui zonder te kleuren fruiten in wat olijfolie. Voeg de rijst toe en bak deze glazig. Blus af met 150ml of 300ml witte wijn en voeg ook de gesnipperde knoflook toe. Laat een beetje inkoken en voeg 1/3 van de bouillon toe. Roer tot het vocht is opgenomen. Voeg dan weer 1/3 van de bouillon toe samen met de inktvisinkt. Blijf roeren tot het vocht is opgenomen. Voeg weer wat bouillon toe tot de rijst al dente is. Dit duurt 20 tot 25 minuten. Neem van het vuur en roer 50 of 100 g boter en de geraspte kaas erdoor. Breng op smaak met de limoenzeste. Dit moet ongeveer gelijk met de vis klaar zijn. Vadouvansaus: Fruit de gesnipperde sjalot aan in olijfolie en voeg na 2 minuten de vadouvan toe. Bak dit even aan. Blus af met de wijn en voeg de gesnipperde knoflook, tijm,

laurier en de peper toe. Kook dit zacht in tot 1/3 van de oorspronkelijke hoeveelheid. Zeef en vang het vocht op. Voeg de slagroom toe en kook in tot 2/3 van de hoeveelheid. Breng op smaak. Kabeljauwhaas: Verhit wat boter en olijfolie in een pan en bak de kabeljauw 3 à 4 minuten op de huidkant, draai om en bak nog 1 minuut en laat van het vuur even rusten. Afwerking: Maak de bloemkool aan met de vinaigrette en gehakte bieslook. Meng de rest van de bieslook met de gepofte rijst. Voeg aan de warme saus met de staafmixer blokjes boter toe tot een licht gebonden schuimige saus, breng evt. op smaak. Verdeel de risotto over het midden van een bord. Leg de bloemkool in een cirkel op de risotto. De vis met de huid naar boven erop. Schenk de saus eromheen en bestrooi met de rijst.

## HOOFDGERECHT Krokante lasagne met groenten, ham en kaas

### Krokante lasagne met groenten kaas en ham

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
durum meel	380	g
ei middelgroot	4	st
wortel	1	st
gele paprika	1	st
courgette	1	st
aubergine	1	st
kip bouillon	500	ml
gerookte en gekookte ham (bv beenham)	150	g
tomatenpuree	200	ml
robiola kaas	200	gr.
room	100	ml
pasta		

Pasta: Mix bloem met de eieren. Indien het te nat is wat bloem bijvoegen. Kneed het goed door, maak er een bal van en wikkel het in folie. Laat het 30 minuten rusten in de koeling. Vulling: Snijd de wortel, paprika en courgette in mooie kleine stukjes van ongeveer 1 x1 x 1 cm. Bak de blokjes separaat ca. 5 min even zachtjes aan in een pan met wat olijfolie. Alles moet nog al-dente zijn. Snijd de aubergine ook in blokjes maar bak deze zacht en een beetje bruin. Meng de groenten en breng ze op smaak met wat zout en peper. Zet koel weg. Saus: Breng de bouillon aan de kook. Snijd de ham in kleine stukjes en voeg toe aan de bouillon. Laat het ca 15 minuten koken (of langer). In laten koken tot 50%. Blender de bouillon en de ham. Voeg de tomatenpuree toe. Laat het nog 5 minuten trekken. Zet de saus weg. Lasagne: Breng een pan met water aan de kook om de pasta in te koken. Rol het deeg uit tot 1 mm. Stand ..... Druk er met een 6 cm ring rondjes uit. 3 stuks per persoon. Kook telkens 4 rondjes 2 minuten in kokend water tot ze boven komen drijven. Dep ze droog. Leg ze op bakpapier. Verwarm de oven voor op 180 graden. Vet een ovenblik in met olijfolie. Leg de rondjes er op en schuif ze in de oven totdat de bruin zijn en de rondjes opgeblazen (gepof) zijn. Opmaak: Meng de kaas met de room en bedek per persoon 2 rondjes met wat Robiola kaas/room saus, (Taleggio of Feta kan ook) en wat groenten. Leg de twee rondjes op elkaar en dek af met het derde rondje. Leg de torens nu in de oven (8 min) van 200 graden om even te verwarmen. Leg ze op een bord en drapeer de saus er over/langs.



## Stoofpotje van konijn met focaccia

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
konijnenbouten	8	
olijfolie	80	ml
wortels	4	
bleekselderijstengels	4	
uien	4	
tenen knoflook	8	
takjes tijm	10	
geel mosterdzaad	2	tl
rasp en sap van sinaasappel	2	
boter	40	g
bladpeterselie	4	el
bloem	500	g
zout	10	g
suiker	15	g
gedroogde gist	10	g
lauw water	300	ml
teentje knoflook	2	
takje rozemarijn	2	
olijfolie extra vierge	50	ml
grof zeezout		Snuf

Stoofpotje: Snij de wortels in grove stukken, de bleekselderij in boogjes, de uien in vieren en de knoflook fijn. Verhit de olie in een grote braadpan en smoor de wortels, bleekselderij en de uienpartjes zachtjes 8 minuten. Voeg knoflook, mosterdzaad, tijm en konijnenbouten toe en braad dit 5 minuten zodat het licht kleurt, niet bruin! Voeg sinaasappelsap en de rasp toe, breng aan de kook. Laat dit met een deksel op de pan 1,5 uur zachtjes stoven. Roer af en toe om. Roer als laatste de boter en de bladpeterselie door de saus en breng op smaak. Focaccia: Kneed het deeg volledig met de hand of gebruik de keukenmachine met deeghaken. Doe de bloem, zout, suiker en gist in een grote kom en meng door elkaar. Giet het water erbij, meng met je handen door elkaar en begin te kneden. Zodra het deeg van plakkerig naar compact begint te transformeren haal je het deeg uit de kom en leg je het op je aanrecht (eerst even bestuiven met bloem). Kneed het deeg 10 minuten goed met je handen. Smeer de bol lichtjes in met olie en leg terug in de kom. Dek deze af en laat 30 minuten rijzen op een warme plaats bijv op de warmhoudkast of oven. Plet de teentjes knoflook en hak de blaadjes rozemarijn grof. Doe deze samen met de olijfolie in een bakje en laat dit even intrekken. Dit kun je ook wat eerder op de dag doen zodat de smaak intenser wordt. Pak je deeg en kneed dit nog een minuutje door. Rol daarna uit tot een rechthoek of cirkel van circa 2cm dik. Leg deze op bakpapier en duw met de bolle kant van je duim allemaal kuiltjes in het deeg. Verdeel daarna het olijfolie mengsel en grove zeezout erover (zonder de knoflook). Dek de focaccia af met een theedoek en laat nog 30 minuten rijzen. Verwarm de oven op 220 graden. Leg de focaccia op de voorverwarmde bakplaat en bak 15-20 minuten in de voorverwarmde oven totdat de

bovenkant mooi goudbruin is. Laat daarna iets afkoelen en proef je eerste stuk als het nog lauw is. NB voor 16 pers maak 2 broden



## Male al forno

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zachte dadels	65	g
rozijnen	65	g
pijnboompitten	65	g
honing	4	el
slagroom	4	el
kaneel	1	tl
vanillearoma	1,5	tl
citroenrasp	1,5	tl
friszure appels	8	
heldere appelsap	650	ml
eidooiers	120	g
poedersuiker	60	g
melk	200	ml
vanille-extract	2	tl
tablet pure chocolade	50	g
honing cress		

Vulling: Ontpit de dadels zonodig en snijd in kleine stukjes. Rooster de pijnboompitten. Klop de slagroom licht op. Roer in een kommetje de dadels, rozijnen, pijnboompitten, honing, room, het citroenrasp, de kaneel en vanille door elkaar. Verwarm de oven voor op 180°C. Appels: Snijd indien gewenst kapjes van de appels, zo dik dat de steeltjes eraan blijven zitten als je ze optilt. Snijd aan de onderkant van de appels een dun schijfje af, zodat ze netjes rechtop blijven slaan. Spoel de appels even door wat citroensap met water of witte wijn tegen bruin worden. Verwijder met een appelboor de klokhuisen. Hol de openingen een beetje uit aan de bovenkant zodat er flink veel vulling in kan. Kerf de schil rondom langs het midden in. dan barsten de appels niet tijdens het bakken. Zet de appels rechtop in een kleine, ondiepe ovenschaal waar ze net in passen. Verdeel de vulling over de appels, druk goed aan en laat een beetje bol staan. Zet de dekseltjes erop en sprenkel het appelsap er omheen. Bak de appels 45-60 min. of tot ze zacht zijn. Bedruip ze tussentijds één- of tweemaal met het appelsap. De precieze oventijd is niet te geven: die hangt samen met de stevigheid en het formaat van de appels. Ze zijn gaar als ze zich gemakkelijk laten inprikken met een satépen. Dek ze losjes af met aluminiumfolie als ze te snel donker kleuren. Schep de appels op een schaal en houd warm. Zeef het vocht uit de ovenschaal boven een steelpannetje (je hebt ongeveer 340 ml/680ml vloeistof nodig) en voeg de honing toe. Roer tot deze is opgelost en breng de siroop aan de kook op hoog vuur. Laat het 5-6 min. inkoken. Sprenkel wat siroop over de appels. Maak de saus eventueel wat dikker met maizena. Vanille-ijs: Giet de melk in een pan en breng zachtjes aan de kook. Klop de eidooiers wit met de poedersuiker in een kom. Giet de warme melk al roerend bij het eimengsel en giet daarna terug in de pan. Verwarm zachtjes en controleer op de gewenste dikte met behulp van een pollepel. (Pad trekken). Voeg het vanille-extract toe en laat snel afkoelen. Draai er ijs van in de ijsmachine, eventueel met wat chocolade. Zet in de vriezer. Afwerking: Serveer de appel met een bolletje ijs. Rasp wat chocolade over het ijs of snij dunne plakjes met een mes zodat je rafels krijgt en werk af met cress.

## **Mokka**