

2025 mei

CCN Bunnik · Lente

Asperges

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witte asperges	10	
bieslook	0.5	bosje

Schil de asperges en snijd 2 cm van de onderkant af. Bewaar de schillen en de onderkanten. Kook de asperges, de schillen en de onderkanten (ook van de overige gerechten in dit menu) in 3 liter water. Verwijder de schillen en de onderkanten uit het kookvocht en breng het kookvocht op smaak met peper en zout. Laat de asperges afkoelen en bewaar het kookvocht voor de groentebouillon. Snijd de afgekoelde asperges in stukjes van 3-4 cm en meng dit met wat olijfolie en de fijngesneden bieslook.

Groentebouillon

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ui	1	
geschilde wortels	2	
preien	2	
kleine knolselderij	0.5	
laurierblad	1	
kruidnagels	2	
knoflook	1	teentje

Breng in een pan 2 liter kookvocht van de asperges aan de kook. Maak de groente schoon. Snijd de groente en voeg deze met het laurierblad, de kruidnagels en de knoflook toe aan de pan met kokend water. Laat het geheel 30 minuten koken en zeef hierna de groente uit de bouillon. Breng de bouillon op smaak met peper en zout en bewaar dit voor de waterkerssoep.

Croutons

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
toastbrood	5	sneden

Snijd de korsten van het brood en snijd de sneden in blokjes van 8 x 8 mm. Bak de broodblokjes in olijfolie bruin en laat de croutons afkoelen. Nazouten naar eigen inzicht. Bewaar de croutons voor de presentatie.

Waterkerssoep

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
waterkers	5	bosjes
bleekselderij	1	stengel
grote ui	1	
prei (het witte deel)	1	
roomboter	50	g
gewassen spinazie	250	g

Verwijder de stelen van de waterkers en houd deze apart. Bewaar een paar blaadjes voor de garnering. Snijd de bleekselderij fijn. Snijd de ui fijn en de prei in ringen en stoof deze in de bruisende roomboter. Voeg de bleekselderij en de waterkers stelen toe aan de uien en prei. Voeg de groentebouillon (zie boven) toe en laat het geheel 15 minuten koken. Voeg de laatste 5 minuten de spinazie en de waterkers toe, pureer de soep en breng op smaak met peper en zout.

Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gerookte paling	200	g
mascarpone*	250	g

Gebruik soepborden met een brede rand. Snijd de gerookte paling in "balkjes" van 3-4 cm. Meng de mascarpone met peper en zout op smaak en doe deze in een kleine spuitzak. Schik de aspergestukjes rond de rand van het bord (niet in de soep) en werk dit verder af met de palingbalkjes, wat blaadjes waterkers en de croutons. Spuit een aantal toefjes mascarpone in de ring van asperges en paling. Lepel de warme soep in het bord.

Bieslookmayonaise

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zonnebloemolie*	3	dl
bieslook*	20	stengels
ei*	1	
eidooier	1	
wasabi*	1	mespuntje
mosterd	1	el
witte wijnazijn*	1	el

Verwarm de olie en de fijngesneden bieslook, maar breng niet aan de kook. Laat afkoelen, mix het in de Magimix micro en passeer dit door een zeef. Mix het ei en de eidooier met een staafmixer met de wasabi en de mosterd. Voeg al mixend druppelsgewijs de gezeefde olie toe tot een mayonaise dikte. Voeg witte wijnazijn, peper en zout naar smaak toe.

Steak tartaar

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
biefstuk	500	g
sjalot	1	
bieslook	10	stengels
kappertjes	1	el
mosterd	1	el
worcestershiresaus		

Snijd de biefstuk in zeer fijne blokjes (koel of vries vooraf desnoods even in). Snijd de sjalot, bieslook en kappertjes fijn en meng dit met de tartaar. Breng op smaak met peper, fleur de sel, mosterd, Worcestershiresaus en bieslookmayonaise (bewaar mayonaise voor de presentatie). Zet koud weg.

Asperges

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges	5	
witte wijnazijn	2	el
eiwit	50	g
panko		

Schil de asperges, snijd circa 1 cm van de onderkanten af en geef deze onderkanten aan gerecht 1. Zorg dat de asperges op gelijke lengte zijn. Breng een pan water aan de kook en kook de asperges 8 minuten. Haal de asperges uit de pan en laat afkoelen. Snijd de asperges in drie gelijke stukken. Bewaar de kopjes apart voor de garnering. Breng de rest van de aspergestukken op smaak met peper, zout en witte wijnazijn. Droog de rest van de aspergestukken, haal ze door de bloem, het eiwit en de panko. Houd dit apart tot de bereiding.

Komkommer

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
komkommer	1	
zongedroogde tomaten	50	g
philadelphia	150	g

Was de komkommer en snijd over de lengte linten met een dunschiller of mandoline. Het snijden doe je rondom zodat je linten krijgt zonder zaadlijsten (die kun je namelijk niet oprollen). Bewaar 1 lint per persoon om te vullen. Als er niet genoeg linten zijn kun je de linten overdwars doormidden snijden om genoeg rolletjes te maken. Steek rondjes uit de overgebleven komkommerlinten. Snijd de zongedroogde tomaten fijn brunoise. Meng de Philadelphia met de tomaatstukjes en kruid met peper en zout. Schep dit in een spuitzak. Maak een rolletje met een holte van ongeveer 1 cm (diameter) van de komkommerlinten en vul deze met de kaascrème.

Kaaskoekje

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zachte boter	50	g
gemalen parmezaan	60	g
eiwit	35	g
bloem	60	g
groene sesamzaadjes		

Meng de boter met de Parmezaanse kaas, peper en zout. Meng het eiwit met het boter/kaasmengsel. Zeef de bloem en spatel dit door de massa, laat dan 15 minuten rusten. Smeer uit op een bakmatje, bestrooi met de sesamzaadjes en bak in de oven mooi bruin bij 190°C.

Zoete puntpaprika

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode zoete puntpaprika	1	

Brand de paprika zwart met een brander of op het gasfornuis. Verwijder het vel en snijd reepjes van de paprika, circa 2 bij 6 cm. Haal de plakjes door de olijfolie en bak ze kort. Kruid met peper en zout.

Presentatie

Frituur de panko-aspergestukken goudbruin op 190°C. Plaats een steker op een bord en verdeel hierin 2 eetlepels steak tartaar. Garneer dit met het opgerolde komkommerlint, de gefrituurde aspergestukjes, het aspergekopje en het paprikareepje. Plaats enkele toefjes bieslookmayonaise en de komkommerrondjes. Breek de kaaskoek in stukken en zet daarvan een stuk tegen de steak tartaar aan.

Gevogelteragout

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kippendijvlees	100	g
boter	40	g
ui	40	g
bloem	40	g
kippenbouillon	1.5	dl
citroensap	1	eetlepel
peterselie, plat	0.5	bosje
eidooier (pak)	20	g

Snij de kip in reepjes, bestrooi ze met peper en zout en bak ze op hoog vuur even aan en laat ze vervolgens afkoelen. Smelt de boter in een kleine pan en fruit hierin op laag vuur de fijngesnipperde ui zonder te kleuren. Voeg de gezeefde bloem toe en laat circa 10 minuten op laag vuur garen. Breng de bouillon aan de kook en schenk deze al roerend bij het mengsel van de uien en de bloem. Roer met een garde tot een gladde saus en laat enkele minuten doorkoken op laag vuur. Geef een paar takjes van de peterselie aan gerecht 5 en hak de rest van de peterselie fijn. Roer kip, citroensap en de gehakte peterselie erbij. Laat nog even doorkoken, breng op smaak met peper en zout. Neem de pan van het vuur en laat de ragout afkoelen. Roer de eidooier door de ragout.

Flensjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eieren	3	
bloem	150	g
volle melk	2.5	dl
boter	2	à 3 el

Maak een glad beslag van de eieren, de gezeefde bloem, de melk en een snufje zout. Laat een half uur rusten. Smelt boter in een koekenpan met anti-aanbaklaag van ca. 24 cm en bak zo 7 dunne flensjes.

Limoen-dragonsaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
dragon*	5	takjes
sjalotten*	2	kleine
gevogeltebouillon (fles)*	5	dl
koksroom*	200	ml
limoen*	1	

Snijd de blaadjes van de dragon fijn. Snijd de sjalotten fijn. Voeg de sjalotten en dragon toe aan de gevogeltebouillon en kook deze voor de helft in. Voeg de room toe en kook verder in tot ongeveer de helft. Passeer door een zeef. Rasp de limoen met de fijne Microplane-rasp. Breng op smaak met peper, zout en de limoenrasp. Voeg eventueel een klein beetje limoensap toe.

Rissoles

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eieren	3	
panko	150	g
asperges	5	
arachideolie		

Splits de eieren en klop de eidooiers los. Steek met een steker van 8 à 9 cm drie rondjes uit elk flensje. Leg op 10 rondjes een hoopje ragout en smeer de rand eromheen in met eidooier. Laat de eidooier even uitharden en leg dan een ander rondje eroverheen. Druk zachtjes met de vingers de lucht eruit. Heb geduld, uiteindelijk plakken de rondjes en sluiten ze als een ravioli. Klop de eiwitten los met wat zout en zet ook de panko klaar in een kom. Haal de gevulde rondjes door het eiwit en vervolgens door de panko en druk de panko goed aan. Schil de asperges en snijd de onderkant eraf. Geef deze aan gerecht 1. Snijd de rest van de asperges in 50 stukjes van ca. 2 cm. Kook ze in 8 minuten gaar. Geef de kopjes van de asperges aan gerecht 2. Bak de rissoles in hete olie van 180° C. goudbruin. Draai ze daarbij geregeld om. Laat ze uitlekken op bakpapier.

Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
dragon	4	takjes

Zet 5 aspergestukjes rechtop in een voorverwarmd diep bord. Lepel de warme dragonsaus over de asperges en leg de rissoles op de aspergestukjes. Garneer met een takje dragon.

Zeebaars 1

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
zeebaarsfilets	800	g

Haal het vel van de filets en snijd de buikzijde bij. Bewaar de afsnijdsels voor de mousse (niet het vel; alleen de afsnijdsels)

Mousse

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
coquilles	5	
crème fraîche	1.5	dl
room	0.8	dl

Maak een farce: draai de afsnijdsels, de coquilles en de crème fraîche glad in de magimix. Breng de farce over in een kom. Klop de room lobbig en spatel door de farce, zodat het een luchtig mengsel blijft. Breng hoog op smaak met zout en peper en doe de mousse over in een spuitzak.

Zeebaars 2

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
koude boter	150	g

Breng een bodempje water aan de kook, zet het vuur op de laagste stand. Klop de blokjes boter erdoor en maak zo een beurre monté. Verdeel de beurre monté over de bodem van een gastrobak. Spuit de mousse over de filets, spreid uit over de filets en druk aan. Leg de filets naast elkaar op de beurre monté in de gastrobak en bak ze ± 15 minuten op 100 graden in een oven.

Asperges

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
asperges	10	

Schil de asperges, snijd circa 1 cm van de onderkanten af en geef deze onderkanten aan gerecht 1. Zorg dat de asperges op gelijke lengte zijn. Vacumeer de asperges met wat zout en boter. Gaar ze sous vide op 85 graden in 30 minuten.

Mousseline

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
boter	150	g
sjalotten	2	
dragon	3	takjes
witte wijnazijn	2	dl
zwarte peperkorrels	10	
eidooier (pak)	80	g
slagroom	2.5	dl

Klaar de boter. Maak de gastrique: breng de gesnipperde sjalotten en dragon, de azijn en de gekneusde peperkorrels in een pannetje aan de kook. Laat zachtjes trekken tot de hoeveelheid vocht tot ca. 1/3 gereduceerd is; voeg eventueel iets water bij. Zeef in een kommetje. Er moet minimaal 100 ml overblijven, voeg indien nodig nog wat water toe. Klop de helft van de gastrique met de dooiers au bain marie dik en licht van kleur. Giet er in een dun straaltje, al kloppend, de helft van de geklaarde boter bij; dan achtereenvolgens de rest van de gastrique en de resterende boter. Haal de kom van de pan, klop tot de substantie koud is en breng op smaak met zout en peper. Klop de room half op en spatel deze vlak voor de service door de mousseline. De mousseline moet 'stand' hebben.

Afwerking en presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
veldsla		

Leg een asperge op het bord, bedek deze met mousseline en leg de zeebaarsfilet ernaast. Garneer met toefjes veldsla.

Kalfshaas

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kalfsfricandea	800	g

Ontvries de kalfsfricandea en bewaar de vliezen en afsnijdsels voor de saus. Kruid de kalfsfricandea met peper en een steek boter. Trek vacuüm en laat 1,5 uur garen in de sous-vide van 54°C.

Saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
uien	2	
prei	2	
laurierblad	1	
kruidnagels	2	
tijm	1	takje
witte wijn	2.5	dl
rode port	2.5	dl
kalfsfond	4	dl
citroen	1	

Snipper de ui. Snijd de prei in ringen. Doe de ui, prei, laurierblad, kruidnagel en tijm in een pan met wat boter en laat even sudderen. Voeg ook de vliezen en afsnijdsels van het vlees toe. Voeg daarna de wijn, port en de fond toe. Kook goed in en voeg als laatste wat citroenrasp toe. Zeef alles en breng op smaak met peper en zout.

Asperges

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
asperges	20	

Schil de asperges, snijd circa 1 cm van de onderkanten af en geef deze onderkanten aan gerecht 1. Zorg dat de asperges op gelijke lengte zijn. Breng een pan water aan de kook en kook de asperges 8 minuten. Haal de asperges uit de pan en koel terug in ijswater. Bewaar tot gebruik.

Terrine

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rozemarijn	0.5	bosje
tijm	0.5	bosje
knoflook	1	bol
zonnebloemolie	125	ml
parmezaan	250	g
aardappelzetmeel	125	g
aardappel	2	kg

Maak kruidenolie door de rozemarijn, tijm en knoflook (doormidden gesneden) op te warmen in de zonnebloemolie. Laat trekken op een laag vuurtje. Rasp de Parmezaan zo fijn mogelijk (het moet eigenlijk poeder worden), meng dit met het aardappelzetmeel, veel peper, en een snufje zout. Schil de aardappel, en snij zo dun mogelijk op de snijmachine of mandoline, snij een deel van de plakjes in vieren zodat je hoekjes krijgt en een deel van de plakjes in tweeën zodat je rechte kanten krijgt. Bedek een ovenschaal met bakpapier, zorg ervoor dat de randen van het bakpapier uitsteken zodat je later de terrine uit de ovenschaal kan halen. Leg nu laagje voor laagje de aardappel neer, tussen iedere laag moet een beetje van het Parmezaan en zetmeel mengsel zitten, dit zorgt ervoor dat na het bakken de aardappels aan elkaar vast blijven zitten. Om de 3-4 laagjes smeert je de aardappels in met de kruidenolie. Gebruik de rechte plakjes en de hoek plakjes om de zijkanten van de terrine te vullen. Bak af in de oven op 150 graden tot de aardappels gaar zijn. Dit ligt aan de grote en dikte van de terrine, het kan 1 uur zijn maar ook meer. Laat afkoelen onder druk, gebruik een houten plank en een paar bakstenen of wat voor gewicht je kan vinden. Haal uit de ovenschaal, snijd in reepjes zo breed als de terrine dik is. Dus als deze 2 cm dik is, 2 cm breed snijden, en bak alle kanten goudbruin met boter en de kruiden olie, klein beetje zout als ie uit de pan komt. Houdt warm.

Afwerking

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
cantharellen	250	g
kastanje champignons	200	g

Snijd de paddenstoelen in stukken en bak deze in wat olie. Breng op smaak met peper en zout. Verwarm de saus en bind eventueel met bloem en het vocht van de kalfshaas (zie onder). Houd de saus warm. Haal de kalfshaas uit de sous-vide en dep goed droog. Houd het vocht apart voor de saus. Bak de kalfshaas met wat olie rondom bruin in een braadslede. Voeg op het laatst een steek boter toe. Laat even rusten en trancheer het vlees. Kruid met peper en zout.

Presentatie

Gril de asperges om en om in een gloeiend hete grillpan voor een mooie grillstreep. Leg de asperges in het midden, leg daar een reepje terrine tegen aan. Leg het vlees in een waaier tegen de asperges. Schep de paddenstoelen over de asperges tegen het vlees aan om vervolgens de saus over het vlees te schenken. Garneer met peterselie (van gerecht 3).

Mousse

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witte asperges	500	g
gelatine	4	blaadjes
eiwit (pak)	300	g
witte basterdsuiker	40	g

Schil de asperges en kook ze gaar in 5 tot 8 minuten. Laat ze 15 minuten in het kookvocht staan. Haal ze uit de pan en pureer ze in een blender fijn. Houd warm om straks de gelatine erin te kunnen oplossen. Laat de blaadjes gelatine in koud water weken en los ze op in de warme aspergepuree. Laat het mengsel afkoelen. Klop vervolgens de eiwitten stijf met de witte basterdsuiker. Spatel de aspergepuree door de opgeklopte eiwitten. Schep de mousse in ringen van circa 5 cm diameter en zet ze minimaal 2 uur in de koelkast om op te stijven.

Mandarijnensaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
mandarijnen	6	
aardappelzetmeel	2	tl

Pers de mandarijnen uit en zeef het sap. Verwarm het sap in een klein pannetje. Maak een papje van het aardappelzetmeel met een klein beetje water, en voeg het toe aan de mandarijnensaus tot je de gewenste dikte hebt gekregen.

Siroop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witte wijn	100	ml
suiker	100	g

Doe de witte wijn met de suiker in een pannetje en laat het inkoken tot een siroop. Laat afkoelen tot gebruik.

Appeltuile

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
boter	225	g
suiker	225	g
appelsap	180	g
bloem	225	g

Meng de gesmolten boter, suiker, appelsap en een mespunt zout. Voeg de gezeefde bloem toe, meng met de garde tot een glad beslag, doe het in een spuitzak en laat enige tijd rusten in de koeling. Spuit dotjes deeg op enige afstand van elkaar op een plaat bekleed met bakpapier. Maak met de achterkant van een lepel een rondje van 10 cm. Afbakken in de oven op 170 graden, de koekjes goed in de gaten. Bak wat extra tuelles vanwege het breukgevaar.

Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
verse frambozen	30	
viooltjes	1	bakje

Stort de aspergemosse uit de vormen op een bord. Zet de appeltuile er tegenaan. Garneer met de mandarijnsaus, verse frambozen, eetbare bloemen en de siroop.