

# 2009 augustus

CCN Limburg · Zomer

**VOORGERECHT** Marokkaanse sardines

## Marokkaanse sardines

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ui gesnipperd	1	
knoflook gehakt	2	tenen
rode peper gehakt	1	
peterselie gehakt	1	el
verse koriander gehakt	1	el
gemalen komijn	0.5	el
verse gember gehakt	1	el
saffraandraadjes	0.5	theel
zoet paprikapoeder	1	el
citroen sap	0.5	
peper		
zout		
bloem		
olijfolie		
sardinefilets	20	
knoflook	1	teen
ui	1	kleine
gepelde tomaatstukjes 400gr	1	blik
citroensap		
cherrytomaatjes	10	

Maal de ui, knoflook, rode peper, verse kruiden en specerijen en het citroensap in een blender tot een fijn homogeen mengsel. Voeg peper en zout naar smaak toe. Besmeer 1 filet met het mengsel en leg er een andere filet bovenop als een sandwich. Doe het zelfde met de andere filets. Wentel de sardinesandwiches door de bloem. Bak ze in hete olijfolie ongeveer 1 min. aan elke kant, tot ze goudbruin zijn. Voor de saus: Verhit de olijfolie in een grote pan en bak de ui en de knoflook tot ze zacht zijn. Voeg de tomaten, de komijn en het citroensap toe. Houd de saus 20 min. tegen de kook aan. Roer regelmatig even om. Roer er de peterselie en de koriander door en haal de pan van het vuur. Breng de saus op smaak met zout en peper. Besprenkel de tomaatjes met een beetje olijfolie en laat ze in de oven even garen. Leg wat tomatensaus op het bord en leg hier 1 sardinesandwich half bovenop. Garneer met een gebakken cherrytomaatje.

## Auberginerolletjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aubergines	3	
gepelde amandelen	350	gr.
oranjebloesemwater	325	ml
kaneel	2	theel
olijfolie		
sesamzaadjes		
goed vloeibare honing	1	pot
alfafa of rode bietscheutjes		
muntblaadjes		

Amandelpuree maken door de amandelen met kaneel in de keukenmachine te blenderen en langzaam oranjebloesemwater toe te voegen totdat er een crêmeachtige massa ontstaat. Aubergines in plakken snijden (zorg dat je er 20 hebt) en in de koekenpan bakken tot ze zacht zijn. Daarna op keukenpapier leggen om overtollig vet eruit te krijgen. Plakjes met amandelcrème besmeren en oprollen. Leg 2 Rolletjes op een bord en giet met honing over. Garneer met alfafa, sesamzaadjes en een muntblaadje.

**Soep met zeebaars en venkel**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zeebaars	1250	gr.
uien	200	gr.
venkel	200	gr.
bleekselderij	100	gr.
peterselie	1	bosje
koriander	1	bosje
boter	200	gr.
nootmuskaat	0.5	theel
visfond	2	l
peper		
zout		

Ontschub de vis en spoel hem goed schoon. Snijd de vis in dikke moten (er moeten 10 mooie moten zijn) laat in een vergiet uitlekken. Maak de uien, venkel en bleekselderij schoon en snijd ze in kleine blokjes. Snijd peterselie en koriander fijn. Bewaar elk ingrediënt in een apart schaaltje. Smelt de boter in een soeppan en bak daarin de peterselie, koriander, ui en bleekselderij. Laat ze op een laag vuur ca. 5 min. zachtjes bruin worden, maar blijf goed roeren. Voeg de venkel toe en roer voorzichtig door met een houten spatel. Voeg zout, peper en nootmuskaat toe. Roer nog even door en voeg de visfond toe. Laat de soep 20 min. zachtjes koken. Doe tot slot de vis erbij en laat deze hoogstens 5 min. meekoken. De vis moet nog stevig zijn en mag niet uit elkaar vallen. Serveer in een voorverwarmd diep bord en zorg dat er in het midden van ieder bord een moot vis ligt.

**Bastilla Samak (vispastei)**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
rotsvis	1.5	kg
filodeeg		
uien	3	
gepelde amandelen	150	gr.
peterselie	75	gr.
koriander	75	gr.
verse gember	50	gr.
saffraan	2.5	gr.
knoflook	2	teentjes
geconfijte citroenen	1.5	
eieren	10	
visfond	2.5	soeplepel

Vis schoonmaken en graten eruit halen. Ui en knoflook bakken, vis, saffraan, peterselie, koriander, gember en citroenen toevoegen en samen 4 min. zachtjes bakken. Visfond toevoegen en het vuur uitzetten. Ongeveer ½ uur laten afkoelen dan de citroenen en de vis uit de pan halen en 8 geklutste eieren door de bouillon mengen. De bodem van een vorm bedekken met 2 lagen filodeeg, daarover de gehakte amandelen, dan weer filodeeg, daarover de vis en de eierbouillon verdelen. Afdekken met filodeeg en de randen goed dichtplakken met de overgebleven eieren. Ca. 15 min. bakken in een op 220 graden voorverwarmde oven. De pastei in 10 mooie stukken snijden en op ieder bord een stuk leggen.



## Struisvogel met pastinaak en pureetrio

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
struisvogelfilets á 100gr	10	
knoflook	2	tenen
vers rozemarijn gehakt	2	el
ingelegde citroen	1	
olijfolie		
saffraan	1	plukje
verse tijm	2	el
rode wijn merlot	2.5	dl
kippenbouillon	5	dl
granaatappelpitjes	150	gr.
frambozen	120	gr.
grenadine	4	el
boter	2	el
pastinaken	15	kleine
citroen	1	
bruine suiker	9	el
middelgrote aardappelen	1	kg
room	3	dl
zout		
peper		
diepvrieserwten	500	gr.
artisjokhartes uit blik	500	gr.
kokosroom	2.5	dl
knoflook fijngestampt	4	tenen
ui gesnipperd	0.5	
zoete aardappelen	1	kg
gehakte oregano	1	theel
gehakte tijm	1	el
gehakte koriander	1	el
gehakte dragon	1	el
melk	3	dl

Meng alle ingrediënten voor de marinade en wrijf de struisvogelfilets er zorgvuldig mee in. Laat 2 uur marinieren. Haal de struisvogelfilets uit de marinade en leg ze even opzij. Breng de marinade aan de kook en giet er de wijn en de bouillon bij. Laat weer aan de kook komen en laat het ong. 10 min. iets inkoken. Zet het vuur lager en doe de granaatappelpitjes en de frambozen erbij. Laat ze 5 min. heel zachtjes meekoken. Laat iets afkoelen. Pureer de saus in de blender en giet hem door een fijne zeef in een schone pan. Zet de pan op een matig vuur, doe de grenadine en de boter in en laat de saus nog 5 min. pruttelen. Zet apart. Voor de pastinaken: Doe de boter, bruine suiker en citroensap bij elkaar in een pannetje en warm al

roerend op tot de boter gesmolten en de suiker opgelost is. Kwast de pastinaken hiermee in, leg ze in een ondiepe schaal en zet ze onafgedekt 30 min. in de oven op 200°. Bedruip ze regelmatig met het boter-suikermengsel. Voor puree 1: Bak de hele tenen knoflook 10 tot 15 min. in een oven op 200° tot ze zacht zijn. Laat ze iets afkoelen en pel ze. Boen de aardappelen schoon en kook ze in de schil in 30 min. gaar. Giet ze af, pel ze en pureer ze. Doe knoflook en boter in een pan en roer de room erdoor. Roer er geleidelijk de aardappelpuree doorheen en blijf roeren tot alles goed gemengd is. Voeg naar smaak peper en zout toe. Voor puree 2: Verhit boter en olie in een pan en bak hierin de ui en de knoflook tot ze zacht zijn. Zet het vuur hoog en doe de erwten en de artisjokhartes erbij en roerbak ze 10 min. mee. Doe de kokosroom erbij en laat het mengsel 20 min. heel zachtjes koken. Neem de pan van het vuur en breng op smaak met zout en peper. Laat iets afkoelen en pureer tot een gladde massa. Voor puree 3: Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes. Kook ze 20 min., of tot ze zacht zijn in gezouten water. Giet ze af en zet ze opzij. Verhit de olijfolie en boter in een pan. Bak hierin de knoflook even aan en voeg oregano, tijm, koriander en de dragon toe. Laat een paar minuutjes op een zacht vuur staan tot het begint te geuren. Doe de aardappelen erbij en meng alles goed. Voeg de melk toe en laat 10 min. koken. Breng op smaak met zout en peper en stamp tot een gladde puree. Verhit een beetje olie in de pan en bak de struisvogelfilets aan beide zijden mooi bruin. Leg een struisvogelfilet op een warm bord. Leg hierop een laagje witte puree, hierop een laagje oranjepuree en hierop een laagje groene puree, zodat er een mooi kleurig torentje ontstaat. Zet hier per bord 3 reepjes pastinaak rechtop tegenaan.

## DESSERT Gemarineerde vijgen

### Gemarineerde vijgen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
verse vijgen gehalveerd	15	
dessertwijn	8	dl
bruine suiker	2	el
kaneelstokje	1	
granaatappels gepeld	5	grote
kristalsuiker	125	gr.
grenadine	1.5	dl
citroensap	2	theel
mascarpone	325	gr.

Doe de wijn, kaneelstokje en bruine suiker in een pan op laag vuur en roer tot de suiker is opgelost. Leg de vijgen in een glazen kom en giet de suikerstroop eroverheen. Dek de kom af en laat 3 uur bij kamertemperatuur staan. Pureer voor de saus 4 granaatappels (bewaars de andere voor de garnering) met de suiker en de grenadine in de keukenmachine tot een gladde massa. Wrijf het mengsel door een zeef en roer het citroensap erdoor. Giet de vijgen af en leg ze met de snijkant naar boven onder de grill tot ze bruin geroosterd zijn. Maak een spiegel van de granaatappelsaus op de borden. Leg hierop 3 halve vijgen in stervorm. Schep hierop in het midden een dot mascarpone en een beetje pulp uit de overgebleven granaatappel.