

2010 juni

CCN Limburg · Zomer

VOORGERECHT Bonbon van tonijn met komkommersla

Bonbon van tonijn met komkommersla

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
olijfolie	12	el
balsamico azijn	4	el
vanillestokje	1	
geraspte mierikswortel	4	tl
komkommer	1	
tomaten	4	
peper	1	tl
zout	1	tl
tonijn	400	gr.
reepjes komkommerzeste	18	

Snijd het vanillestokje overlangs doormidden. Breng de olijfolie, balsamico-azijn en vanillestokje aan de kook en laat 10 minuten op een klein vuur trekken. Haal van het vuur en verwijder het vanillestokje. Roer de mierikswortel erdoor. Breng de vinaigrette op smaak met zout en peper. Trek met een zesteur 18 lange repen van de komkommer. Snijd de komkommer overlangs in 8 repen. Verwijder de zaden van de komkommer. Snijd het vruchtvlees zeer fijn. Plisseer de tomaten en verwijder de zaden. Snijd het vruchtvlees zeer fijn. Meng de tomaat en komkommer door de vinaigrette. Laat minstens 1 uur trekken en schep af en toe om. Schep het mengsel in een zeef boven een pan om het vocht op te vangen en laat zeer goed uitlekken. Leg de tonijn 1 uur in de vriezer. Snijd er dan 38 dunne plakjes van. Schep op elk plakje wat van de salade en vouw het plakje dicht als een bonbon. Serveren: Schik twee bonbons op een klein bordje en druppel er een beetje vinaigrette langs. Garneer met een reepje komkommer.

Scampi met couscous en tomatenfond

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
sjalotjes	6	
rijpe tomaten	750	gr.
olijfolie	2	el
tomaten (425 ml)	1	blik
gevogeltefond	1	liter
zout en peper		
suiker		
scampi (ongepeld)	18	
lente-uitjes	4	
kerstomaten	75	gr.
tijm	3	takjes
boter	70	gr.
witte wijn	3	el
vermouth	3	el
visfond	225	ml
couscous	225	gr.
zout		
peper		
platte peterselie	0.5	bosje
basilicum	0.5	bosje

Tomatenfond: Pel de sjalotjes. Was de tomaten. Snijd beide grof. Fruit de sjalotjes in 1 ½ el hete olie. Voeg de verse en de bliktomaten bij de gevogeltefond en naar smaak wat zout toe. Breng de gevogeltefond aan de kook en laat hem ca. 1 ½ uur zachtjes pruttelen. Wrijf de fond door een fijne zeef en breng op smaak met zout, peper en eventueel wat suiker en olijfolie.

Scampi en couscous: Laat eventueel de garnalen ontdooien. Maak de lente-uitjes schoon en snijd ze in dunne ringetjes. Pel en snipper de sjalotjes. Was de tomaten en snijd ze in vieren. Was de tijm en ris de blaadjes van de takjes. Pel de garnalen, maar laat de staart zitten. Snijd de rug in en verwijder het darmkanaal. Spoel de garnalen af en dep ze droog. Fruit de lente-uitjes, de sjalotjes en de tomaten in de olijfolie. Doe de couscous in een pan, voeg wat olijfolie toe en fruit totdat de couscous begint te glanzen. Neem de pan van het vuur. Voeg het tomaten-uienmengsel toe en meng. Meng in een pan de wijn, de vermouth en de visfond en breng het geheel aan de kook. Zet de pan met de couscous terug op de vlam, verwarm en voeg beetje bij beetje iets van het wijnmengsel toe. Zorg dat het vocht iedere keer goed wordt opgenomen. Draai het vuur uit en doe de deksel op de pan. Laat 5 min. wellen maar controleer na 1 of 2 min. of het mengsel niet te droog is. Voeg zo nodig nog wat vocht toe. Verhit 2 à 3 el. olie in een koekenpan. Bak de garnalen 2 tot 3 min. per kant. Bak de tijm kort mee. Breng op smaak met zout en peper en zet de garnalen afgedekt warm weg. Was de basilicum en de peterselie en hak ze, op een beetje basilicum na, fijn. Roer de kruiden met 1 el. olie door de couscous. Verhit ¼ van de tomatenfond. Serveren: Zet een ronde uitsteekvorm ca 8 cm. Ø in een diep bord. Schep hierin een laagje couscous en strijk het glad. Maak zo 7 couscousvormpjes in de borden. Giet wat fond over en rond de couscous. Leg de garnalen op

de couscous en garneer met de basilicumblaadjes. Tip: De rest van de fond kun je ingevroren nog maanden bewaren. Gebruik ijsblokjesvormpjes om de fond handig te proportioneren.

SOEP Venkelbouillon met gegrilde coquilles

Venkelbouillon met gegrilde coquilles

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ui	1	
prei	1	
knolselderij	1	
wortels	2	
laurierblaadjes	2	
kruidnagels	2	
bladpeterselie	1	bosje
knoflook	2	tenen
venkel	4	stuks
groentebouillon	1.5	liter
zout		
peper		
coquilles	7	

Groentebouillon trekken: Smoor de ui en de prei even in olie. Voeg de andere groenten en de kruiden toe en smoor even mee. Voeg 3 ltr. koud water toe, breng het richting kookpunt en laat hem ca. 45 min. trekken. Schenk de bouillon door een zeef en laat hem afkoelen.

Venkelbouillon: Houd apart: $\frac{3}{4}$ van 1 venkel en het groen van 4 venkelknollen. Snijd de rest van de venkelknollen grof. Breng de grof gesneden venkel in de groentebouillon aan de kook.

Laat hem ca. 20 min. zachtjes trekken en giet alles dan door een zeef. Snijd de apart

gehouden venkel in dunne reepjes (juliënne). Hak ook het groen fijn. Coquilles: Smeer de

coquilles in met olie en bestrooi ze met zout & peper. Laat een grillpan echt goed heet

worden. Schroei de coquilles aan beide zijden dicht zodat je een mooi grillpatroon krijgt. De

coquille mag van binnen nog wel glazig zijn. Warm hem eventueel heel even door in de oven

op de laagste stand. Serveren: Leg in een kom of diep bord een beetje van het apart

gehouden en juliënne gesneden venkel. Leg de coquille daarop en schenk de bouillon erover.

Garneer de soep met een beetje van het venkelgroen.

Gegratineerde zalmcanneloni met asperges-sinaasappelsalade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witte en groene asperges	12	
sinaasappelen	4	
zout		
rood ui	1.5	
gemengde sla	200	gr.
dragonblaadjes	3	takjes
olijfolie	7	el
sherryazijn	3	el
peper		
suiker		
groene lasagnebladen	14	
zalmfilet zonder vel	800	gr.
boter voor de vorm		
eigeel	4	
droge witte wijn	7.5	dl
vloeibare boter	100	gr.
citroen	0.5	
geklopte room	4	el
geraspte parmezaanse kaas	60	gr.

Asperges - sinaasappelsalade: Schil de witte asperges. De houtige einden wegsnijden. Van de groene asperge alleen het onderste gedeelte schillen en houtig deel wegsnijden. Alle asperges halveren en in kokend zoutwater garen en dan in koud water laten schrikken. Sinaasappelen zo dik schillen dat de witte huid wordt mee geschild. Sinaasappelen in dunne plakken snijden. Deze eventueel halveren. De ui pellen en in dunne ringen snijden. De gemengde sla schoonmaken, wassen en in de slacentrifuge drogen. Dragonblaadjes wassen en drogen. Asperges, sinaasappelplakjes, ui en sla in een slakom mengen. Olijfolie met azijn, dragon, zout, peper en suiker mengen en de vinaigrette met de gemengde sla voorzichtig mengen. Zalmcanneloni: Kook de lasagne in ruim kokend zoutwater gaar en spoel ze vervolgens koud af. Laat uitlekken. Zalmfilet afspoelen en met keukenpapier drogen. Verdeel de zalm in 14 porties van 2 cm. breed. Omwikkel de zalm met de lasagnebladen. Beboter de ovenschaal en leg de canneloni naast elkaar in de ovenschaal. Verwarm de oven voor op 225 °C bovenwarmte. Eidooiers met de wijn au bain marie schuimig kloppen. Beetje bij beetje de boter toevoegen, afwerken met citroensap, zout en peper. Kom van het bain halen en geklopte room er voorzichtig doorscheppen. Serveren: Canneloni over de borden verdelen. Saus erover schenken en bestrooien met de Parmezaanse kaas. Schik er de asperge - sinaasappelsalade naast.

Roomijs en nectarines gevuld met mascarponecrème

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
room	2	dl
eierdooiers	3	
basterdsuiker	100	gr.
vanillesuiker	10	gr.
volle melk	2.5	dl
rijpe nectarines	7	
boter om in te vetten		
suiker	100	gr.
amaretti-koekjes	100	gr.
eieren (gescheiden)	4	
vanillestokje	1	
mascarpone	300	gr.
frambozen (diepvries)	225	gr.
zout		
muntblaadjes		
poedersuiker		

Roomijs: Klop de room lobbig en zet deze even koel weg. Klop de eierdooiers met de suiker en vanillesuiker tot een luchtig en schuimig mengsel. Voeg al roerende de melk toe en vervolgens de lobbig geklopte room. Draai er in de ijsmachine een stevig ijs van. Zodra het ijs stevig is, het ijs overdoen in een diepvriesdoos en tot een kwartier voor gebruik in de diepvriezer bewaren. Nectarines gevuld met mascarponecrème: Warm de oven voor op 200 °C. Was de nectarines, droog en halveer ze en verwijder de pit. Hol de helften met een theelepel uit, waarbij er een rand moet blijven van ca. 1 cm. Vet een ovenschaal in en zet de nectarines met het snijvlak naar boven in de schaal. Bestrooi de helften met 2 el suiker en zet ze ca. 15 min. in de voorverwarmde oven. Amaretti-koekjes in een plastic zak doen en vervolgens met de deegrol verkrumelen. Klop de eierdooiers met 3 el. suiker en het merg van de vanille schuimig. Schep er de mascarpone, bevroren frambozen en het amarettikruim door. (Let op: hou enkele framboosjes over voor de garnering). Klop de overgehouden eiwitten met wat zout zeer stijf en voeg onder het kloppen er langzaam de overgebleven suiker bij. Schep voorzichtig het stijfgeslagen eiwit door de mascarponecrème. Verdeel de frambozen-mascarponecrème over de nectarines en zet ze in de voorverwarmde oven (200 °C.) nog ca. 5 min. Serveren: Zet 2 nectarinehelften op een bord, bestrooi met poedersuiker. Schep een bol roomijs ernaast en garneer met muntblaadje en enkele framboosjes.