

2011 maart

CCN Limburg · Lente

AMUSE Tonijnpaté in courgette

Tonijnpaté in courgette

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
courgettes	2	
tonijn 130 gr.	2	blikjes
mon chou	200	gr.
crème fraîche	1	dl.
tabasco enkele druppels		
knoflook geperst	3	tenen
dille	1	takje
casinobrood	¼	
zeezout		
fijngehakte peterselie		
citroenmelisse of citroentijm		
citroensap		
blokjes kruidenbouillon		

Canneleer de courgettes en snij dan de courgettes in plakken van 2½ cm. dik. Het centrale deel uithollen zodat hier de tonijnvulling in kan. Maak een flinke holte in de courgette, maak een kruidenbouillon (eventueel blokje) en breng dit aan de kook. Leg de schijven erin. Wanneer het water wederom tegen de kook aan is uitnemen en direct onder koud water afspoelen. Prak de tonijn grof met een vork. Voeg eerst de Mon Chou en de crème fraîche toe en dan het kruidenmengsel tot op smaak, eventueel op het laatst wat tabasco. Is de consistentie niet goed dan evt. wat Mon chou en/of crème fraîche toevoegen. Plaats de paté minstens een uur in de koelkast. Vul de courgettes royaal en garneer met een takje dille. Presenteer op een klein bord met een driehoekig stukje geroosterd casinobrood.

Scampi met spinazie en aardappel

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
scampi langoustines	96	
roomboter op kamertemperatuur	1	kg
middelgrote vastkokende aardappelen	16	
olijfolie	4	dl
droge witte wijn	6	dl
tomaatstukjes met vocht blik	6	dl
venkel heel fijn gesneden	400	gr.
wortel in dunne plakjes	400	gr.
uien in dunne plakjes	2	
sjalotten in dunne plakjes	4	
knoflook in dunne plakjes	6	teentjes
preiblad		groot stuk
tijm	3	takjes
bladpeterselie	9	takjes
bleekselderij	3	stukken
laurier	2	blaadjes
cayennepeper		snufje
zout		
peper		
verse grootbladige spinazie of wilde spinazie	1	kg

Scampi schoonmaken: Breek de kop met de scharen van het lijf en trek de scharen van de kop. Wrik voorzichtig tussen het 1e en 2e segment van het scampilijf, zodat het los komt. Neem de scampistaart tussen duim en wijsvinger, houd met de andere hand licht de voorkant vast en duw en trek zachtjes tot het staarteinde loslaat van de schaal. Trek nu de scampi voorzichtig uit de schaal. Snijd de bovenkant met een scherp mesje over de lengte ± 1 mm in, zodat het darmkanaal vrij komt te liggen. Verwijder het donkere darmkanaal helemaal. Zet het scampivlees afgedekt tot gebruik in de koelkast. Aardappelplakjes konfijten: Klaar de boter: Laat de boter smelten, maar voorkom dat het bruist. De (troebele) melkbestanddelen scheiden zich van het vet. Schenk het vet voorzichtig in een andere pan en zorg ervoor dat de melkbestanddelen achterblijven, die worden niet gebruikt. Snijd of schaaf de aardappelen in dunne plakjes. Stapel een paar plakjes op elkaar en steek er met de kleine steker mooie rondjes uit. Leg de aardappelrondjes in de geklaarde boter en laat ze op het allerlaagste vuur ± 12 min. zachtjes konfijten (langzaam garen in boter), het mag niet bruisen. Scampi-scharen tot saus verwerken: Hak de scharen met een scherp mes in drie stukken. Verhit 1 dl van de olijfolie in een ruime steelpan. Voeg de scharen toe en bak ze op hoog vuur onder nu en dan omschudden goudbruin. Voeg de wijn toe, schep alles goed om en laat het vocht op hoog vuur bijna volledig inkoken. Houd 4 mooie stukjes tomaat achter. Voeg de rest van de tomaatstukjes met het vocht toe aan de scharen en laat onder nu en dan roeren weer inkoken. Voeg de venkel, wortel, ui, sjalot en knoflook toe en bak deze totdat de groenten vocht loslaten. Laat dit groentevocht iets inkoken, zodat je een goed geconcentreerde saus krijgt. Saus laten indampen: Schenk ± 3 dl water bij de scampischaren en breng tegen de kook aan.

Kook het vocht zachtjes in. Zo trek je zoveel mogelijk smaakstoffen uit de scharen. Voeg nu 4 dl water toe, breng opnieuw tegen de kook aan en laat alles opnieuw zachtjes inkoken, totdat er nog maar een bodempje dikke saus over is. Giet nu zoveel koud water op de scharen dat ze onder staan. Wikkel het preiblad om de kruiden heen, bind dit met een stukje keukentouw vast en leg het bouquet garni in de saus. Laat de saus \pm 20 min. zachtjes trekken. Proef de saus en breng evt. op smaak met een snufje cayennepeper en zout. Zeef de saus boven een andere pan en druk er zoveel mogelijk vocht uit. Voeg 1 dl olijfolie toe voor een extra rijke smaak.

Aardappelkorst en spinazie voorbereiden: Verwarm de grote antiaanbakpan voor op halfhoog vuur. Zet de grote kookringen in de pan en leg in elke ring dakpansgewijs een kransje aardappelplakjes. Houd in het midden een kleine opening vrij. Laat de plakjes zo zachtjes krokant bakken. Verwarm een grote koekenpan, voeg 1 dl olijfolie toe en roerbak hierin de spinazie totdat deze slinkt. Breng op smaak met zout en laat uitlekken op keukenpapier.

Scampi's bakken: Verwarm de kleinere antiaanbakpan voor. Schenk een $\frac{1}{2}$ dl olijfolie in de kleine antiaanbakpan en bak hierin de scampi op hoog vuur 3-4 min. totdat ze ondoorzichtig en mooi goudbruin zijn. Keer ze en bak ze nog 15 seconden. Neem de pan van het vuur en laat de scampi tot gebruik in de pan liggen. Bestrooi met weinig zout. Zorg ervoor dat de saus goed heet is (maar laat hem niet koken) en klop deze mooi schuimig met de staafmixer. Breng de saus indien nodig nog op smaak met zout en peper. Leg nu in de opening van de aardappelkransjes de stukjes achtergehouden tomaat en strooi een klein beetje zout op de aardappels. Leg een cirkeltje van 5-6 gebakken langoustines op de aardappelen. Leg hierop een flinke pluk spinazie en druk deze aan, zodat de ring goed gevuld is. Neem de ringen voorzichtig met een paletmes uit de pan en keer ze met behulp van de borden. Verwijder de ringen, schenk de saus om de scampi en serveer direct.

Bisque de crevettes met rouille

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
olijfolie	12	el
fijngesneden groenten zoals wortel ui prei en selderij	400	gr.
steurgarnalen in de schil visboer	2	kg
tomatenpuree à 68 g	2	kleine blikjes
whisky	2	dl
witte wijn	4	dl
kippenbouillon	2	liter
visbouillon	1	liter
saffraan 1 mespuntje	2	envelopjes
gedroogde dragon	2	tl
gedroogde tijm	2	tl
laurierblaadje	2	
peperkorrels gekneusd	2	tl
eierdooiers	4	
slagroom	3	dl
zout		
peper		
eierdooiers rouille	6	
olijfolie extra vierge	60	cl
knoflook	3	teentjes
citroen	1½	
water lauw	0,2	dl
azijn	2	cl
cayennepeper		snufje
tomatenpuree	30	gr.
saffraandraadjes	1	gr.
stokbroden	2	

Een bisque is een gebonden soep, gemaakt van schaal- of schelpdieren. Verhit de olijfolie in een grote pan en bak de fijngesneden groenten op hoog vuur ± 3 min. Voeg de garnalen toe en bak ze onder goed roeren ± 3 min. mee. Voeg de tomatenpuree toe en bak deze ± 1 min. mee. Schenk de whisky erover en voeg de wijn toe. Laat het vocht in ± 3 min. inkoken tot er bijna niets van over is en schenk dan de kippen- en visbouillon in de pan. Voeg de saffraan, dragon, tijm, laurier en peperkorrels toe, breng de soep aan de kook, zet het vuur laag en laat deze ± 30 min. trekken. Neem de pan van het vuur, giet de soep door een zeef en vang de bouillon op. Druk alle vocht zo goed mogelijk uit de schaaldieren, gebruik hiervoor de achterkant van een soeplepel. Pureer de garnalen in de keukenmachine. Schep de gemalen garnalen in de zeef en druk het laatste vocht eruit, voeg dit vocht bij de bouillon. Breng de bouillon opnieuw aan de kook. Meng de eierdooiers met de slagroom. Neem de soep van het vuur en roer het roommengsel erdoor, de soep mag niet meer koken. Breng op smaak met zout en peper. Rouille: Rouille is een klassieke aioli, met een snuifje saffraan en op kleur

gebracht met tomatenpuree. Rouille wordt geserveerd op een stukje warm stokbrood bij bouillabaisse of andere vissoepen. Plet de knoflook fijn met wat zout en roer de eierdooiers erdoor. Voeg druppelsgewijs de helft van de olie toe onder voortdurend roeren. Vervolgens het (lauwe) water en de azijn toevoegen. Daarna de rest van de olie zeer langzaam toevoegen en blijven roeren. Op smaak brengen met zout, citroensap en cayennepeper. De tomatenpuree erdoor roeren en afwerken met saffraan. Serveer in een kom of kopje. Geef er 2 sneetjes stokbrood bij die met rouille besmeerd zijn.

Ravioli van kreeft

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
patentbloem tipo 00	800	gr.
eieren	8	
eierdooiers	8	
kreeften gekookt en uit de schaal gehaald	4	
witbrood ongeveer 200 gr zonder korst	8	zachte sneetjes
visbouillon gemaakt met de kreeftenschalen	8	dl
room	8	dl
verse bieslook fijngeknipt plus wat extra voor de garnering	4	el
verse kervel fijngehakt	4	el
zout		
witte peper		
verse bieslook voor de garnering		
saffaandraadjes		flinke pluk
boter	100	gr.
sjalotjes fijngehakt	6	
champignons fijngehakt	600	gr.
citroen sap	1½	

Maak het pastadeeg. Zeef de bloem met een flinke mespunt zout. Doe de bloem, de eierdooiers en de leren in de keukenmachine en laat hem draaien tot het mengsel op grof paneermeel lijkt. Leg het deeg op een met bloem bestoven werkblad en kneed het tot het glad en droog is. Wikkel het in folie en laat het 1 uur rusten in de koelkast. Maak intussen de vulling. Snijd het kreeftenvlees in grote stukken en leg ze in een kom. Scheur het brood in stukjes en laat het in 10 el visbouillon weken. Doe het brood in de keukenmachine met de helft van het ei en 10 el room en maal het tot het glad is. Roer het mengsel door het kreeftenvlees en voeg de kervel en het bieslook toe. Voeg naar smaak zout en peper toe. Rol het raviolideeg uit tot een dikte van 3 mm., bij voorkeur met een pastamachine. Verdeel het deeg in vier rechthoeken en bestuif elk stuk licht met bloem. Schep zes gelijk hoopjes vulling op een strook pasta; laat tussen elke vulling 3 cm. open. Klop de rest van het ei even los met wat water en bestrijk hiermee de pasta tussen de vullingen. Bedek het geheel met een tweede pastastrook. Herhaal dit met de andere twee stroken en de rest van de vulling. Druk met de vingertoppen de bovenste laag deeg tussen de vullingen goed aan. Snijd het deeg tussen de vulling door met een pastasnijder van 7½ cm. of een deegradertje zodat u 32 ravioli hebt. Leg de ravioli in één laag op een bakplaat, bedek ze met folie of een vochtige doek en zet ze in de koeling weg terwijl u de saus maakt. Maak de champignonsaus. Week de saffraan in 1 el warm water. Smelt de boter in een pan en fruit de sjalotjes op een laag vuur tot ze zacht zijn maar niet verkleurd zijn. Voeg de gehakte champignons en het citroensap toe en smoor deze op laag vuur tot bijna al het vocht verdampt is. Roer de saffraan met het weekvocht en de room erdoor en kook de saus zachtjes tot hij dik is. Roer af en toe. Houd hem warm terwijl u de ravioli kookt. Breng een ruime hoeveelheid water met zout net aan de kook. Laat de ravioli er voorzichtig in zakken en kook ze 3 à 4 minuten tot de pasta net gaar is. Breng in een andere

pan de rest van de visbouillon aan de kook, roer de rest van de room erdoor en laat dit borrelen tot het enigszins dikke saus is. Voeg naar smaak zout en peper toe en houd de saus warm. Leg twee ravioli in het midden van het bord. Schep er wat champignonsaus over en schenk een streep vissaus langs de rand van het bord. Garneer de ravioli met bieslook en serveer direct.

VISGERECHT Gegrilde zeebaarsfilet met risotto

Gegrilde zeebaarsfilet met risotto

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
trostomaten in vieren zaadjes verwijderd	2	kg
suiker	400	gr.
gember geschild en geraspt	150	gr.
citroensap	6	el
olijfolie	7	el
arboriorijst	400	gr.
knoflook geperst	2	teentjes
kippenbouillon	1½	ltr.
gemalen parmezaanse kaas	150	gr.
extra vierge olijfolie	2	dl
rijstazijn	40	ml
kappertjes	2	el
sjalotjes fijngesneden	2	
zeebaarsfilets à 100 gr	16	

Verhit in een pan met dikke bodem de trostomaten met de suiker, gember en het citroensap. Laat op laag vuur 1-1½ uur stoven. Roer de tomatenchutney af en toe. Verhit 4 el olijfolie in een pan en bak de arboriorijst met de knoflook 3 min. Voeg 400 ml van de bouillon toe en roer goed. Plaats het deksel op de pan en laat de rijst 10 min. op halfhoog vuur koken. Neem de pan van het vuur en meng 3 el olijfolie en de Parmezaanse kaas door de rijst. Laat de rijst afkoelen. Verwarm de oven voor op 170°C. Roer de tomatenchutney door de risotto. Voeg een deel van de overgebleven bouillon toe en warm de risotto op laag vuur door tot deze bindt. Voeg evt. nog wat bouillon toe. Meng voor de kappervinaigrette de extra vierge olijfolie met de rijstazijn, kappertjes en sjalot. Bestrooi de zeebaarsfilet met zout en peper en bestrijk de velkant met 1 el olie. Verhit een grillpan of ovengrill op de hoogste stand en bak de zeebaarsfilet 1 min. Keer de vis en bak nog 1 min. Bak de zeebaarsfilet naar gelang de dikte in 4-7 min. gaar in de oven. Verdeel de risotto over de borden, leg de zeebaars erop en garneer met de vinaigrette.

Rumparfait met warme karamelsaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
slagroom	1	liter
eierdooiers	18	
suiker	20	el
rum	4	borrelglaasjes
witte wijn	400	ml
amaretti krokante bitterkoekjes	24	
suiker caramelsaus	300	gr.
water	5	dl
custard	8	tl

Sla de slagroom half stijf en plaats in de koelkast. Hak de bitterkoekjes grof in stukjes. De eierdooiers met de suiker en witte wijn en de rum au bain marie verwarmen en roeren tot ca. 65°C. 20 minuten luchtig kloppen met de mixer. Spatel er de slagroom en de koekjes door en plaats het mengsel in een cakevorm in de vriezer. Ondertussen de caramelsaus maken: De suiker in een schone droge steelpan verwarmen. Een beetje doorroeren tot de suiker bruin wordt. Gooi er in één keer 5 dl water overheen. Doorroeren tot alle caramel smelt. Voeg 6 el slagroom toe. Breng aan de kook en bind af met de custard (glad geroerd met koud water). Stort de parfait op een plaat en snij er 16 stukken van. Leg op elk bordje een stuk parfait en nappeer de caramelsaus er om heen.