

# 2011 april

CCN Limburg · Lente

---

**VOORGERECHT** Drooggebakken coquilles op een warme citrussalade met vanilledressing

---

## Drooggebakken coquilles op een warme citrussalade met vanilledressing

| Ingrediënt              | Hoeveelheid | Eenheid  |
|-------------------------|-------------|----------|
| rode grapefruit         | 4           |          |
| gele grapefruit         | 4           |          |
| handsinaasappel         | 4           |          |
| gespleten vanillestokje | 3           |          |
| verse coquilles         | 48          |          |
| kappertjes              | 40          |          |
| gesneden salie          | 8           | blaadjes |
| goede olijfolie         | 4           | el       |
| suiker naar smaak       |             |          |
| zeezout                 |             |          |

Schil het citrusfruit, snijd het vruchtvlees tussen de vliesjes weg en vang het sap op. Bewaar het fruit in het sap. Kook het sap later zonder vruchtvlees op met het gespleten vanillestokje en breng op smaak met suiker. Bind het sap iets af. Voeg de partjes citrus bij het kookvocht en houd warm. Dep de coquilles droog met keukenpapier. Bak ze kort en heet in een pan met anti-aanbaklaag. Leg de coquilles daarna op keukenpapier en laat ze even op een warme plek rusten. Meng de kappertjes en salie door de dressing en monteer met olijfolie. Serveren: Verdeel intussen het citrusfruit over de warme borden. Leg de coquilles op het fruit, lepel de dressing er omheen en bestrooi tot slot de coquilles met wat zeezout.

**Filet van zeetong met prei en bieslooksaus**

| Ingrediënt    | Hoeveelheid | Eenheid |
|---------------|-------------|---------|
| preivoeten    | 10          |         |
| zeetongfilets | 32          |         |
| gevogeltefond | 3           | dl      |
| visfumet      | 6           | dl      |
| witte wijn    | 1           | liter   |
| sjalotten     | 16          |         |
| vleestomaten  | 6           |         |
| bieslook      | 2           | bosjes  |
| boter         | 300         | gr.     |

Snij vijf preien in de lengte in dunne reepjes en blancheer ze beetgaar. Leg op iedere tongfilet een beetje prei. Dwars, zodat de preipunten uit de tong steken en rol de filets op. Snij de andere vijf preien in julienne en blancheer ze. Voeg de twee bouillons bij elkaar, voeg de wijn en de ragfijn gesneden sjalotten toe. Laat alles inkoken tot  $\frac{1}{4}$  en breng op smaak met peper en zout. Ontvel en concasseer de tomaten. Snipper de bieslook, maar hou 32 sprieten heel. Stoom de preirolletjes in  $\pm 5$  min. gaar. Warm de overige prei even op in wat boter. Monteer de saus met koude boter. Serveren: Maak midden op het bord een bedje van prei. Leg hierop 2 tongrolletjes. Lepel de saus eromheen en strooi hierin de tomaatstukjes. Strooi de geknipte bieslook erover en leg twee hele bieslooksprieten op de rolletjes.

## Romige paprikasoep met tilapia

| Ingrediënt         | Hoeveelheid | Eenheid  |
|--------------------|-------------|----------|
| gemengde paprika's | 3           | zakken   |
| tomaten            | 12          |          |
| knoflook           | 6           | teentjes |
| olijfolie          | 10          | el       |
| visbouillon        | 3           | liter    |
| tilapiafiletjes    | 16          |          |
| verse basilicum    | 3           | zakjes   |
| boter              | 150         | gr.      |
| gezeefde bloem     | 180         | gr.      |
| ciabattabroden     | 2           |          |

Maak 3 liter bouillon. Paprika's en tomaten schoonmaken en in kleine stukjes snijden. Knoflook pellen en snipperen. In soeppan olie verhitten en paprika 4 minuten bakken. Tomaten en knoflook toevoegen en 2 minuten meebakken. Tilapia in stukjes snijden en 5 minuten in bouillon meekoken. Basilicum in reepjes snijden. Zeef de bouillon, bewaar de uitgezeefde ingrediënten. Roux: Doe de boter in de pan. Verhit de boter totdat deze stopt met bruisen. Zorg ervoor dat de boter niet verkleurt. Zet het vuur laag en voeg de gezeefde bloem toe. Meng het geheel grondig met een spatel. Je ziet dat de boter opgenomen wordt door de bloem. Laat het geheel op laag vuur onder voortdurend roeren doorgaren zonder te kleuren, tot de roux een temperatuur bereikt heeft van ongeveer 95 °C. Voeg de bouillon lepel voor lepel aan de roux toe tot gewenste dikte van de soep is bereikt. Voeg de uitgezeefde ingrediënten weer toe. Serveren: Soep op smaak brengen met zout en peper en met basilicum garneren. Soep met ciabatta serveren.

## TUSSENGERECHT Sorbet van lychees

### Sorbet van lychees

| Ingrediënt                   | Hoeveelheid | Eenheid |
|------------------------------|-------------|---------|
| lychees op siroop van 440 gr | 3           | blikken |
| citroenen (sap en rasp)      | 2           |         |
| eiwitten                     | 4           |         |
| kiwi's                       | 2           |         |

Rasp de schil van de 2 citroenen (niet het onderliggende wit er van). Pers de 2 citroenen uit. Pureer de lychees met het vocht in een blender of keukenmachine. Voeg naar smaak het citroensap hieraan toe. Roer het geraspte citroenschil door het mengsel (proef af op smaak!). Klop de eiwitten in een vetvrije kom stijf. Draai in de ijsmachine een mooi sorbet-ijs, waarbij je halverwege de draaitijd het stijf geklopte eiwit toevoegt. Schil de kiwi's en snij ze in een fijne brunoise. Serveren: Presenteer enkele bolletjes lychee sorbet ijs in glas. Strooi er als garnering wat blokjes kiwi over.

## Konijn met saliesaus en druiven

| Ingrediënt            | Hoeveelheid | Eenheid  |
|-----------------------|-------------|----------|
| konijnenbouten        | 16          |          |
| boter                 | 200         | gram     |
| gerookte spekblokjes  | 3           | bakjes   |
| uien                  | 3           |          |
| knoflook              | 6           | teentjes |
| droge witte wijn      | 5           | dl       |
| wildfond              | 2           | potten   |
| salie                 |             | blaadjes |
| crème fraiche         | 4           | dl       |
| pitloze witte druiven | 80          |          |

Konijnenbouten met zout en peper bestrooien. In braadpan boter verhitten en bouten rondom bruinbakken. Bouten uit pan nemen. In bakvet spekblokjes, gesnipperde uien en fijngehakte knoflook 3 minuten roerbakken. Wijn, fond en salie toevoegen en aan de kook brengen. Vuur lager zetten, bouten in pan terugleggen en afgedekt in ca 1 uur gaarstoven. Bouten in warme schaal leggen en in oven van 175°C warm houden. Stoofvocht op hoog vuur tot helft inkoken. Crème fraiche en druiven erdoor mengen en geheel nog 2 minuten zachtjes doorwarmen. Saus op smaak brengen met zout en peper. Saus over konijnenbouten schenken.

## Aardappelpuree

| Ingrediënt  | Hoeveelheid | Eenheid |
|-------------|-------------|---------|
| aardappelen | 2           | kg      |
| boter       | 150         | gram    |
| melk        | 0.5         | liter   |
| nootmuskaat |             |         |

Aardappels schillen en in stukjes snijden, in water met wat zout aan de kook brengen, gaar laten koken, afgieten en meteen pureren. Boter en hete melk toevoegen. De pan op het vuur zetten en de puree kloppen tot ze smeuïg is. Met zout en nootmuskaat op smaak brengen. Eventueel in spuitzak doen en 1-3 kleine toefjes op voorverwarmd bord spuiten.

## Rode zuurkool

| Ingrediënt           | Hoeveelheid | Eenheid |
|----------------------|-------------|---------|
| zuurkool             | 1           | kg      |
| boter                | 50          | gram    |
| gerookte spekblokjes | 150         | gram    |
| uien                 | 2           |         |
| gepelde tomaten      | 1           | blikje  |
| paprikapoeder        | 1           | el      |
| rode wijn            | 1           | glas    |
| zout                 |             |         |
| versgemalen peper    |             |         |

Laat de zuurkool uitlekken en maak los met een vork. Verhit de boter in een pan met een dikke bodem. Laat de spekblokjes omscheppend uitbakken. Snipper de uien. Laat de ui en de tomatenpuree kort met het spek mee fruiten. Bestrooi met het paprikapoeder, voeg de tomaten met het vocht toe en blus af met de wijn. Schep er de zuurkool door en laat met het deksel op de pan regelmatig omscheppend 30 minuten stoven. Proef of er nog zout en/of peper bij moet.

## Semifreddo praliné

| Ingredient                  | Hoeveelheid | Eenheid |
|-----------------------------|-------------|---------|
| gepelde hazelnoten          | 400         | gram    |
| suiker                      | 300         | gr.     |
| water                       | 8           | el      |
| vanillestokjes              | 2           |         |
| grote, verse scharreleieren | 6           |         |
| slagroom                    | 7           | dl      |
| hazelnoten                  | 400         | gr.     |
| zout                        |             | snufje  |

Het beste resultaat krijg je als je alle ingrediënten klaarzet en de semifreddo zo snel mogelijk klaarmaakt (de semifreddo moet zo luchtig mogelijk de vriezer in). Caramel: Rooster de hazelnoten in een voorverwarmde oven (225°C) in ongeveer 4 minuten bruin. Houd ze in de gaten, want als ze te donker worden, worden ze bitter. Doe het water met de suiker in een pan met dikke bodem en zet de pan op matig tot hoog vuur. Het mengsel zal in een heldere stroop veranderen. Geleidelijk zal het op bepaalde plekken of vanaf de zijkant gaan verkleuren. Schud de pan zachtjes en voorzichtig om, om zo de verschillende kleuren te mengen. Wanneer het stroopje goudbruin is strooi je er voorzichtig de hazelnoten in. Zet het vuur laag en roer, voorzichtig, tot alle hazelnoten van een laagje caramel zijn voorzien. Giet de caramel, wanneer die donker van kleur is op bakpapier, op een oppervlak dat niet smelten kan. Laat de caramel afkoelen tot een harde plak. Wanneer de plak volledig afgekoeld is (dit duurt ongeveer 20 minuten) breek je hem in grove stukken. Hak de stukken in een foodprocessor (of met de hand) tot ze ongeveer 1/2 cm groot zijn. Neem ongeveer de helft van de praliné uit de foodprocessor en laat de rest tot een poeder vermalen. Spatel de praliné door de semifreddo. Semifreddo: Haal de zaadjes uit het vanillestokje door het in de lengte door te snijden en de zaadjes uit beide helften te schrapen. Klop de vanillezaadjes met de suiker en de eierdooiers in een grote kom tot het mengsel bleekgeel wordt. Klop in een andere (vetvrije!) kom de slagroom tot zich zachte pieken vormen (klop de slagroom niet te stijf!) Klop in een derde kom de eiwitten samen met een mespunt zout tot zich zeer stevige pieken vormen (d.w.z. dat je het eiwitschuim alle kanten uit kunt trekken en dat het zo blijft staan). Spatel de praliné, eiwit en de room heel voorzichtig door het eidooiermengsel. Het mengsel moet luchtig blijven! Schenk het mengsel in de bakjes en dek af met huishoudfolie. Zet de bakjes in de vriezer tot je ze wilt serveren. (minstens drie uur / het moet half bevroren zijn) Serveren: Neem de semifreddo voor het serveren uit de vriezer. Zet het kopje op een onderbord en strooi er wat van de fijn gemalen praliné over.