

2019 maart

CCN Limburg · Lente

Platbrood

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
lauwwarm water	275	ml
durum tarwe	375	g
gedroogde gist	6	g
zout	6	g
suiker	2	g
olijfolie om te besprenkelen		
za'atar		

Doe alle ingrediënten behalve de olijfolie en de za'atar in een kom of keukenmachine met deeghaak. Meng grondig 5 minuten maar langer als kneden met de hand gebeurt. Het deeg moet elastisch en glad aanvoelen. Laat 5 minuten rusten en kneed nogmaals 5 minuten door. Laat het deeg 30 minuten afgedekt rusten. Bestrooi een schoon werkblad met bloem. Kneed het deeg nogmaals kort door in de kom. Verdeel het deeg voor het aantal personen, maak een balletje en bestuif met bloem. Rol met een deegroller uit tot dunne schijven van 3 mm dik. Meng de olijfolie met een klein beetje zeezout en Za'atar. Bak de platbroden in de oven op 180-200 gr. Draai halverwege. Als het bijna gaar is, insmeren met het oliemengsel.

Aioli

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	1.5	bol
ei	1	
peper en zout		
zonnebloemolie	200	ml
goede olijfolie	50	ml

Doe 1 bol knoflook in aluminium folie en pof in de oven gedurende 30 minuten op 160-170 gr. Als de bol zacht is door een fijne zeef drukken en mengen met het hele ei. In de keukenmachine opkloppen en druppelsgewijs de olie erbij doen. Pureer de halve bol knoflook met de 150 ml olie. Daarna de olie met knoflook erbij (let op waarschijnlijk niet alles, proeven!) en als laatste de olijfolie. Breng op smaak met peper en zout.

Tapas - Garnaal, artisjok en parma of serranoham

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
gamba's uit diepvries gepeld	15	grote
artisjok harten uit blik	5	
ham p.p.	0.5	plak
olijfolie		
citroensap		
gehakte peterselie		

Steek op een cocktail prikker een gamba, een ¼ artisjok en een opgerolde plakje ham. Besprenkel met olijfolie en een kneepje citroensap. Bestrooi met peper en zout en de gehakte peterselie.

Tapas - Asperge, serranoham of parmaham en kwartelei

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
geblancheerde groene asperges	5	
ham p.p	0.5	plak
kwartel eitjes	15	

Steek op een cocktail prikker een stukje asperge, ham en een kwartelei. Besprenkel met olijfolie en beetje zout

Gazpacho

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
komkommers	2	
bosuitjes	2	
olijfolie	1	el
visbouillon	0.5	liter
gerookte zalm (plak)	100	gram
griekse yoghurt 0% vet	1	bekertje
zwarte peper uit de molen		
enkele blaadjes munt		
erwten cress		
radijzen brunoise gesneden	5	

1/4 komkommer in dunne reepjes snijden; de overige komkommer schillen, in lengte halveren en met lepeltje zaadjes eruit halen en brunoise snijden. Bosuitjes in dunne ringetjes snijden. Olie verhitten en bosuitjes aanzetten en visbouillon toevoegen en aan de kook brengen. Komkommerblokjes toevoegen en heel kort mee laten koken. Daarna de soep snel af laten koelen. Zalm in reepjes snijden, enkele reepjes apart houden voor garnering. Peterselie fijn knippen of munt in reepjes snijden. Koude soep in keukenmachine of met staafmixer pureren, op smaak brengen met zout. Zalm in glaasjes verdelen, koude soep er op scheppen, en theelepel Griekse yoghurt erop scheppen. Garneren met komkommerreepjes, zalmreepjes en munt. Maak af met verse peper radijs en erwten cress.

VISGERECHT Polderhoen en pulpo met warme gelei van saffraan bouillon en schuim van Parmezaanse kaas

Polderhoen en pulpo met warme gelei van saffraan bouillon en schuim van Parmezaanse kaas

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
bospeentje	5	
lente ui	10	
groene asperge	10	
roosjes broccoli	10	
minimaïs	10	
gevogelte bouillon	2.5	dl
saffraan	2	draadjes
agar agar	2	gram
gelatine (geweekt in koud water)	1	blaadje
spelt	250	gram
water	0.5	liter
miso pasta	3	el
hoenderfilets	3	stuks
inktvis tentakels	500	gr.
rode pepers	2	
peterselie	1	bosje
uien	2	
citroen	1	sap van
witte wijn	300	ml
geraspte parmezaanse kaas	100	gram
melk	125	ml
room	125	ml
maïszetmeel	0.5	eetlepel
eiwit	75	gram
fijn zeezout en peper		

Blancheer de groente individueel en souteer vlak voor uitgifte. Breng de bouillon met de saffraan en de agar agar aan de kook. Laat 2 minuten doorkoken en giet door een zeef. Voeg de uitgeknepen gelatine toe en stort de gelei in een platte bak (zorg dat de gelei niet dikker wordt dan 4 mm). Laat afkoelen in de koelkast en verdeel dit in gelijke delen (rondjes/ puntjes of iets dergelijks). Breng het water aan de kook en voeg de miso pasta toe, roer goed door tot de miso bouillon. Kook de spelt zoals risotto door steeds miso bouillon bij te gieten in ongeveer 50 minuten. Voeg op het laatst een beetje bakvet van de filets toe. Breng op smaak met zout en peper. Bak de hoenderfilets in wat olijfolie en een klontje boter goud bruin en gaar (zorg dat ze mooi sappig van binnen blijven en houd warm). Doe de tentakels van een octopus in een grote stoofpan met de rode peper, peterselie, citroen, ui en wijn. Voeg voldoende water toe zodat de octopus ruim onder water staat en breng met de deksel op de pan aan de kook. Draai het vuur zacht en laat anderhalf à twee uur stoven. Zet het vuur uit en haal de octopus uit het vocht. Laat iets afkoelen op een plank en snijd in plakken van ongeveer een centimeter dik (liever iets dunner dan dikker). Verwarm een scheutje olijfolie in

een ruime koekenpan op middelhoog vuur. Bak hierin kort de plakjes octopus, maar pas op dat ze niet te lang bakken (twee tot vier minuten is voldoende). Voor de schuim: Verwarm de melk en de room met de kaas en laat 30 minuten trekken (met deksel, zonder vuur). Giet door een zeef en bind af met het maïszetmeel (aanmaken met koud water). Breng de massa op smaak met zout en peper. Laat afkoelen en meng het eiwit erdoor. Giet in een sifon en schiet er een patroon in. Bewaar au bain marie tot gebruik.

Iberico met anijsdoperwtjes en aardappel soufflé met chorizo

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
iberico rack met 10 koteletten	1	
knoflook	4	tenen
gemalen venkelzaad	1.5	el
olijfolie	1	el
fino sherry of witte wijn	150	ml
salie	1	bosje
zonnebloemolie		
peper		
zout		
zwarte peper		

Snij de vetlaag kruislings in. Verwarm de oven tot 80°C. Wrijf de Ibérico rack in met het mengsel van knoflook en venkelzaad, zout en 2 el olijfolie. Bak de rack in een koekenpan rondom goudbruin. Zet het daarna in een ovenschaal en laat 60 minuten op 80°C garen in de oven. Neem een andere pan en verhit 2 eetlepels zonnebloemolie. Bak hier de salie en knoflook krokant in. Schep de kruiden uit de olie en laat uitlekken op keukenpapier. Maak van het aanbaksel in de braadslee een jus met de sherry (wijn). Reduceer de saus.

Aardappel soufflé met chorizo

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardappelen	1	kg
melk	120	ml
eieren, eigeel en eiwit apart	4	
chorizo	100	gram
tijmblaadjes	2	tl
gerookt paprikapoeder	1	tl
zout		
peper		
roomboter		

Splits de eieren. Kook de aardappelen in hun schil 20 minuten in koud water met wat zout tot ze gaar zijn. Haal ondertussen het vel van de chorizo en snij in kleine blokjes. Bak ze kort droog in een koekenpan totdat ze het merendeel van het vet verloren hebben maar nog niet echt bruin zijn. Laat uitlekken op een stuk keukenpapier. Giet de aardappelen af en laat ze iets afkoelen. Verwijder de schil met behulp van een mesje en haal ze door een pureeknijper. Voeg hieraan de melk toe, de uitgebakken chorizo, de tijmblaadjes en een theelepel gerookte paprikapoeder. Meng alles goed door elkaar. Breng op smaak met peper en zout. Verwarm de oven op 180°C. Klop de eiwitten tot fijne pieken en zet apart. Klop het eigeel los en roer snel door het aardappelmengsel zodat het niet stolt. Voeg daarna de eiwitten door het mengsel met een pollepel waarbij je voorzichtig van onder naar boven mengt tot de eiwitten geheel opgenomen zijn en je een luchtig beslag hebt. Vet 10 soufflébakjes in met roomboter. Maak met een kwastjes verticale strepen in de boter, door van de bodem naar de bovenrand van het potje te vegen. Hierdoor wordt het de soufflé makkelijker gemaakt om omhoog te komen. Vul de bakjes voorzichtig met het aardappelmengsel. Zet 45 tot 1 uur in de oven tot de bovenkant mooi bruin is. Houd de ovendeur dicht. Bestrooi eventueel nog met wat verse tijm. Serveer direct.

Anijsdoperwtjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
olijfolie	4	el
grote spaanse ui (scherpe ui)	2	
knoflook	2	tenen
laurierbladeren	3	
vastkokende aardappels	250	g
zoete anijslikeur	200	ml
doperwtten	750	g
munt	1	bosje
zeezout		
zwarte peper		

Snipper de ui, snij de knoflook in plakjes. Schil de aardappels en snij ze in blokjes. Hak de munt grof. Verhit de olie in een steelpan op laag tot middelhoog vuur. Voeg de ui toe en laat 15-20 minuten bakken tot de ui goudkleurig is. Af en toe roeren. Voeg knoflook, laurier, aardappel, zout en peper toe. Laat ca 10 minuten sudderen. Voeg de anijslikeur toe en laat zachtjes pruttelen tot de aardappels bijna gaar zijn. Voeg dan de erwtjes toe en laat 5 minuten garen. Verwijder de laurieren voeg de munt toe.

Crema Catalan

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
volle melk	0.5	liter
citroen	1	rasp van
sinaasappel	1	rasp van
kaneelstokje	1	
vanillestokje	1	
scharreleieren	8	verse biologische of
basterdsuiker	90	gr.
suiker om te karamelliseren	8	el
maïzena	20	gr.

Zet een steelpan op middelhoog vuur en schenk de melk erin. Splits het vanillestokje en doe het merg in de pan. Voeg de sinaasappel- en citroenrasp toe plus het kaneelstokje. Breng de melk langzaam aan de kook, draai het vuur uit en neem de pan van het vuur. Laat de smaken ongeveer 15 minuten intrekken. Doe de eidooiers, suiker en maïzena in een grote kom en klop tot een licht en romig mengsel. Schenk de melk door een fijne zeef en gooi wat achterblijft weg. Doe de melk weer in de pan, zet op middelhoog vuur en voeg vlak voor het begint te koken beetje bij beetje het eidooiermengsel toe. Klop ongeveer 7 minuten of tot het mengsel indikt. Neem als het mengsel zo dik is dat er een laagje aan de achterkant van een pollepel blijft hangen de pan van het vuur en verdeel het over kleine aparte ovenschaaltjes. Knip voor elk schaalje een rondje vetvrij papier en leg het op het ingedikte mengsel – zo voorkom je dat er een dun velletje op de pudding komt. Laat de crema's eerst helemaal afkoelen voordat je ze in de koelkast zet. Haal de rondjes vetvrij papier vlak voordat je ze gaat serveren van de puddinkjes, strooi over elke crema 1 eetlepel suiker en laat die karamelliseren met een gasbrandertje. Of zet de puddinkjes op een bakplaat in een op 160 °C voorverwarmde oven (op de grillstand) en laat het laagje suiker in een paar minuten donkerbruin en knapperig worden

Hazelnootijs

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
hazelnoten	50	gr.
fijne kristalsuiker	200	gr.
volle melk	400	ml
slagroom	300	ml
eidooiers	4	

Rooster de hazelnoten voor het ijs in een pan tot ze licht goudbruin zijn, hevel ze dan over op een bakplaat met bakpapier. Giet 200 gr suiker met 1 eetlepel water in een pan, zet op een laag vuur en laat de suiker heel langzaam smelten. Zet het vuur hoog en laat koken tot een donkere gouden karamel. Schenk over de hazelnoten en laat afkoelen. Breek de hazelnootpraline in kleine stukjes zodra het is afgekoeld en zet apart. Verwarm de melk bijna tot het kookpunt. Klop de eidooiers met de rest van de suiker tot een licht en luchtig geheel. Schenk de hete melk erover. Roer tot alles vermengd is, schenk in een schone pan en laat zachtjes koken tot een dikke pudding. Giet de pudding in een kom en laat afkoelen. Voeg de room en hazelnootpraline toe aan de koude pudding. Schenk het geheel in de ijsmachine en laat draaien tot het stevig is. Schep het vervolgens in een bak en zet in de vriezer

Gekaramelliseerde peren

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
boter	50	gr.
fijne kristalsuiker	50	gr.
rijpe peren (geschild en in partjes)	8	
vanillestokje (doormidden en uitgeschrapt)	2	
cognac	100	ml

Smelt de boter en de suiker in een pan. Voeg de peren, vanillezaadjes en uitgeschrapte vanillestokjes toe en kook 10 tot 15 minuten tot de peren zacht en gekaramelliseerd zijn (keer ze af en toe om). Schenk de cognac erbij en laat zachtjes borrelen tot het glad is.

Chocolademouse 43

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
pure chocoladecouverture	250	gr.
onzezoete room	350	ml
likeur 43	40	ml
gepasteuriseerd eiwit	125	gr.
kristal suiker	125	gr.

Smelt de couverture au bain-marie tot 32°C en roer de 43 er door. Klop de slagroom stevig. Ontvet een bekken van de planeetmenger met citroensap. Weeg 25s gram van de suiker af en klop samen met het eiwit op in de planeetmenger. Voeg de rest van de suiker in vier gelijke delen toe terwijl je blijft kloppen. Als alle suiker toegevoegd is nog ongeveer 5 minuten verder kloppen tot een taai mengsel. Spatel de gesmolten chocolade door het eiwit. Spatel hier vervolgens de opgeklopte room door. Doe in spuitzak en laat rusten in de koelkast

Oreo crumble

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
oreo's	8	

Haal het witte uit de koekjes en verkruiemel met het mes. Garneer met wat verse munt.