

# 2023 maart

CCN Limburg · Lente

**VOORGERECHT** Prei / Ricotta / Hollandaise

## Prei / Ricotta / Hollandaise

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
prei	5	st
roomboter	50	g
tijm	2	takjes
komijn	1	g
ricotta	65	g
groen van prei	150	g
olijfolie	200	g
eidooiers	5	st
castric (witte wijn, peperkorrels, tijm, peterselie en sjalot)	75	ml

Prei: Snijd van de prei tonnetjes van ongeveer 3 centimeter. Haal het binnenste uit de preitonnetjes en laat de twee buitenste bladeren heel. Blancheer de preitonnetjes kort in gezouten water en spoel koud in ijswater. Rooster de komijn en maal fijn. Dep de preitonnetjes goed droog. Snijd het binnenste van de prei in dunne ringen. Smoor dit gaar in roomboter samen met de tijm en komijn, op zeer lage temperatuur. Breng op smaak met peper en zout, laat goed uitlekken. Maak de gesmoorde prei aan met de ricotta. Vul de preitonnetjes met de gesmoorde prei. Houd warm.

Prei-Hollandaise: Blancheer het groen van de prei. Blender voor de prei-olie het groen van de prei met de olijfolie. Druk door een fijne zeef. (Bewaar de pulp om eventueel toe te voegen op het bord.) Maak de castric en klop met de eidooiers koud schuimig. Klop verder au bain-marie luchtig en monteer met de prei-olie. Frituur fijngesneden preiringen kort voor de topping. Plaats een gevuld preitonnetje op het bord, vul ruim af met de Prei-Hollandaise en werk af met de gefrituurde preiringen.



## Tonijn-Kalfstartaar met saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kalfshaas	500	g
verse tonijn	250	g
rozemarijn	1	el
eierdooiers	2	á 3
olijfolie		
zeezout		
vers gemalen zwarte peper		
limoensap		
gehakte wortel	5	el
gehakte bleekselderij	5	el
gehakte ui	5	el
kappertjes	5	el
verse laurierbladeren	2	st
ansjovisfilets	0.5	blikje
droge witte wijn	2.5	glas
citroen		sap van circa 1,5
mayonaise	4	el
kwarteleitjes	10	st
grote kapperappeltjes	10	st

**Kalfsvlees:** Bestrooi het kalfsvlees met zout en peper en bind op. Verhit de olijfolie en voeg hieraan toe kleingesneden rozemarijn. Bak het vlees in de hete olie op hoog vuur aan beide kanten goudbruin ca 5 min. aan elke kant. Plaats het vlees daarna ca 15 min. in de heteluchtoven van 165°. Laat daarna afkoelen en rusten in de koeling.

**Mayonaise:** Meng eierdooiers en olijfolie, breng op smaak met peper en zout. Eventueel limoensap toevoegen, proeven!

**Tonijntartaar:** Snijd de tonijn tot fijne brunoise, meng met de mayonaise en breng het mengsel op smaak met zout en peper.

**Saus:** Verhit de olijfolie en fruit het bouquet erin. Doe de ui, de gespoelde kappertjes, laurier en ansjovis (met de olie) erbij en bak dit samen kort op hoog vuur. Blus het mengsel af met de wijn. Pureer de massa en passeer de saus door een punt- of een haarzeef. Breng de saus op smaak met zout, peper en citroensap, laat afkoelen.

**Kwarteleitjes:** Bevochtig de holtes van de poffertjespan met water. Breek de kwarteleitjes in de holtes van deze pan. Neem een pan met kokend water, zet hierop de gevulde poffertjespan en laat de kwarteleitjes garen.

Voor uitgifte het vlees in plakken snijden op de machine. Maak een spiegelkje van de saus op de borden. Leg 3 plakjes kalfsvlees in stervorm op het bord. Zet een steker in het midden en

vul deze met de tonijntartaar. Plaats op iedere tartaar een spiegeleitje. Garneer het gerecht met een grote kapper.



## Romige basilicumsoep met een gevuld tomaatje

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
soepkip	1	kg
vleugels	1	kg
wortel	200	g
prei	200	g
uien	2	st
tijm	1	bos
foelie	2	blaadje
laurier	2	blaadjes
kruidnagels	4	st
gekneusde peperkorrels	15	st
water	3.5	l
kippenbouillon	2	l
witte wijn	75	ml
room	400	ml
sjalotten	3	st
knoflook	1	teentje
olijfolie		
basilicumstengels		
koude boter	100	g
basilicumblaadjes bos basilicum		van 2,5
pijnboompitten	75	g
geblancheerde spinazie	250	g
olijfolie, citroen sap	150	ml
peper en zout		
tomaten (tasty tom)	10	st
mozzarella	200	g
groene olijven zonder pit	50	g
zout en peper		
citroen	1	st

Kippenbouillon: Kook kip in weinig water circa 30 tot 45 minuten in een snelkookpan met de groenten en de kruiden. Zorg ervoor dat een geconcentreerde bouillon ontstaat. Daarna de bouillon zeven en koud wegzetten.

Basilicumsoep: Snij de sjalotten en knoflook fijn en fruit in wat olieolie. Blus af met de witte wijn. Voeg de geconcentreerde kippenbouillon. Voeg de room en de basilicumstengels toe en laat dit indien nodig inkoken.

Pesto: Maak ondertussen een pesto van basilicumblaadjes, de pijnboompitten, de geblancheerde spinazie en de olijfolie. Maak op smaak met citroensap, peper en zout. Haal de

takjes van de basilicum uit de soep en meng de soep met de pesto in de blender of keukenmachine. Zeef de soep. Controleer nogmaals de smaak. Vlak voor het serveren de soep verhitten tot het kookpunt en met de staafmixer wat koude klontjes boter doorkloppen, zodat de soep mooi schuimig wordt.

Gevuld tomaatje: Snijd een topje van de tomaat en haal het vocht en de zaadjes eruit. Snijd de mozzarella en de olijven zeer fijn en breng op smaak met zout en peper. Vul de tomaatjes met dit mengsel en giet er wat citroenolie over en zet max. 10 min. in de oven op 100°C. Leg een tomaatje in het midden van een warm bord en scherp er wat van de soep omheen en garneer met wat gesnipperde basilicumblaadjes.

**HOOFDGERECHT** Gevuld parelhoenboutje met gekonfijte knoflook en pancetta

---

## Gevuld parelhoenboutje met gekonfijte knoflook en pancetta

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
parelhoenderbouten	5	st
bouquet garni van peterselie, tijm en laurier		
knoflook	5	bollen
ui	2.5	st
kruidnagels	4	st
laurierblaadjes	2	st
zuurkool	350	g
sherry	200	ml
pancetta	250	g
grote roseval aardappels	600	g
sinaasappels	2	st
zout		
versgemalen witte peper		
olijfolie in totaal	20	el
room	50	ml

Fileer de parelhoenbouten en zorg ervoor dat de filet heel blijft! Maak van de botten een geconcentreerde fond in de snelkookpan met het bouquet garni (circa 30 minuten). Zeef de fond en laat zo nodig nog inkoken. Eventueel scheutje room toevoegen.

Snijd de knoflookbol doormidden en bestrijk de snijvlakken met wat olijfolie. Verpak in aluminiumfolie en laat in een voorverwarmde oven 180°C in 40 minuten poffen. (Niet op bakblik leggen, want dan brandt het aan, dus rooster gebruiken).

Fruit de gesnipperde ui in olijfolie tot deze is gekaramelliseerd en voeg kruidnagel, laurier en de wat fijner gesneden zuurkool toe. (Zuurkool uit laten lekken, niet spoelen). Giet de sherry erbij en laat dit zachtjes 20 minuten stoven tot de zuurkool beetgaar is. Laat in een kom wat afkoelen. Verwijder kruidnagel en laurier.

Neem de gefileerde bouten, binnenzijde kruiden met peper, hierna in het midden vullen met de zuurkool zodanig dat de filet wel dichtgevouwen kan worden. Afhankelijk van het inkoopproduct: snij de pancetta in dunne plakken, vervolgens rol de pancetta rondom de boutjes zodat de vulling er niet kan uitlopen, eventueel opbinden met slagerstouw.

Leg de boutjes tegen elkaar aan in een met olijfolie ingevette ovenschaal en bak in circa 30 minuten in een voorverwarmde oven van 200°C gaar, na 15 min. de bouten keren. (Kerntemperatuur 62 °C).

Snijd (evt. op snijmachine of mandoline) de aardappels in dunne plakjes. Gebruik van 2 sinaasappels de schil om zestes te maken en pers 1 sinaasappel uit. Leg de schijfjes dakpansgewijs in 10 rozetten op een of meerdere bakplaten met daarop een matje en daarop vetvrij papier. Meng het sinaasappelsap met 2 eetlepels olijfolie en bestrijk hiermee de aardappel rozetten. Mag best goed vochtig zijn. Bestrooi met zout en sinaasappelzestes (houd

wat achter voor garnering) en bak hoog in de oven de laatste 20 minuten met de parelhoen mee. (NB door het vocht zullen de rozetten eerder gekookt worden dan gebakken, dat is ook de bedoeling).

Druk de knoflook uit de schil en pureer dit met de aanhangende olie door een fijne zeef, breng op smaak met zout en peper.

Plaats op een bord een rozet aardappelen. Het eenvoudigste doe je dit met een brede en dunne spatel. Snij de parelhoenfilet schuin middendoor en gebruik 1 helft per persoon, schik deze op de aardappelrozet. Garneer met de knoflookpuree, parelhoenjuszest en zestes.



## Savarin van mango met meloen en basilicumstroop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gelatine	4	bl.
mango puree	300	ml
campari	35	ml
room	150	ml
eiwit	50	ml
poedersuiker	45	g
mini savarinvormpjes		
water	100	ml
suiker	100	g
basilicum	1	bos
passeerdoek		
galia meloen	1	st
cantaloupe meloen	1	st
citroen	1	st
restjes meloen		
melk	100	ml
boter	50	g
bloem	50	g
eieren	2	st
zout		
munt blaadjes	10	st

Savarin van mango: Week de gelatine in koud water. Verhit de mangopuree met de Campari en los hierin de uitgeknepen gelatine op. Laat afkoelen. Klop de slagroom tot yoghurt dikte en bewaar afgedekt in de koelkast. Klop het eiwit tot pieken, voeg de poedersuiker in 2 keer toe. Spatel de slagroom door de afgekoelde mangomassa, spatel vervolgens in 3 keer het stijf geslagen eiwit toe. Vul er eenpersoons savarinvormpjes (mini rijst-ringen) mee. Zet afgedekt in de koelkast en laat verder opstijven.

Basilicumstroop: Kook het water met de suiker tot er een stroopje ontstaat. Voeg de geplukte basilicum toe en breng nog even aan de kook. Giet het in de blender en laat enkele minuten draaien. Passer de stroop door een passeerdoek en laat afkoelen.

Meloenbolletjes: Boor met een parissienne bolletjes uit de beide meloensoorten. Gebruik de restjes voor de sorbet.

Sorbet: Haal het vruchtvlees uit de uitgeboorde meloenen en pureer deze. Kook water en los de suiker erin op, voeg het sap van 1 citroen toe. Voeg meloenpuree toe en laat afkoelen. Zorg dat je ongeveer 500 ml massa hebt. Draai er een sorbetijs van. Voeg halverwege het stijfgeklopte eiwit toe.

Soezen-decoratie: Breng de melk met de boter aan de kook, voeg iets zout toe. Zeef de bloem

en voeg deze toe aan de hete melk/boter. Roer flink met een houten lepel tot een stijve, gladde massa. Neem de pan van het vuur en roer de eieren er een voor een door. Doe in een spuitzak en spuit mooie decoratieve vormen op bakpapier. Bak ze in een oven van 160 graden C in 10 minuten lichtbruin af.

Stort de savarin uit hun vorm en plaats op een koel bord. Dresseer rondom de meloen bolletjes. Plaats een bol meloen sorbet in het midden van de savarin. Trek enkele strepen met de basilicum stroop. Decoreer het geheel af met de gebakken decoratie soezen. Eventueel wat mint suiker en of mint blaadje.