

# 2018 juli

CCR Rijnmond · Zomer

---

**VOORGERECHT** Haringsushi met warme olijfolie

---

## Haringsushi met warme olijfolie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
haringen, schoongemaakt	9	st
olijfolie	3	el
sojasaus	3	el
knoflook	2	teen
rode pepers	1	st
verse gember (ca 6 cm, ca 200g)	1	stukje
bosui	1	st
zeewiersalade (wakeme)	1	bakje

Dep de haringen droog. Verwijder resterende graatjes en snijd in vierkante stukjes (60 totaal). Pel de knoflook en snijd ze in dunne plakjes. Snijd de gember in flinterdunne reepjes. Snijd het pepertje zeer fijn en verwijder de zaadjes. Snijd de prei flinterdun. Meng alle ingrediënten door elkaar. Verwarm kort voor het uitserveren de olie in een pannetje en meng er de sojasaus door. Zet 12 bordjes klaar. Schik de 5 stukjes haring in een schaakpatroon op het bordje. Garneer de haring met het mengsel van knoflook, gember, rode peper en prei. Sprenkel de saus over de haring. Leg een toefje zeewiersalade op de open plekken in het schaakpatroon.

**Koude Mediterrane cappuccino met Parmezaankoekje**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
middelgrote courgettes	2	st
aubergine	1	st
tomaten	5	st
olijfolie	1	scheut
knoflook	4	teen
tijm	2	takjes
uien	2	st
water	800	ml
room	300	ml
basilicum	4	takjes
fleur de sel		
witte peper		
parmezaankaas	200	g
pijnboompitten	20	g

Was de ongeschilde courgettes en aubergine en snijd beide grof. Ontvel de tomaten, verwijder sap en pitjes en snijd het tomatenvlees en de uien grof. Verwarm de olijfolie in een pan, doe er de knoflook met schil, de takjes tijm en uien in. Laat 5 min garen. Voeg de aubergine, courgettes en tomaten bij het mengsel. Laat lichtjes garen en giet het water erbij. Haal tijmtakjes uit de pan. Druk de gare knoflook uit de velletjes en voeg toe. Mix het geheel in de blender of gebruik staafmixer en druk tot slot door een zeef. Mengsel in de pan schenken. Giet er nu de room bij. Leg 2 of 3 takjes basilicum erin en laat goed trekken. Haal de pan van het vuur en kruid op smaak met fleur de sel en witte peper. Schenk het cappuccinomengsel in een maatbeker en laat goed koud worden in de koelkast. Vlak voor het uitserveren met een staafmixer het mengsel opkloppen door op en neergaande beweging te maken, zodat het opschuimt. Direct uitschenken in de kommetjes. Strooi wat fijngehakte basilicum erover. Verwarm de oven voor op 170 °C. Rasp de kaas in schilfers. Leg de schilfers in kleine rondjes, ca 4 cm, op de met bakpapier bedekte bakplaat en strooi er pijnboompitten over. Plaats de bakplaat in het midden van de voorverwarmde oven. Houd de koekjes in de gaten en haal ze eruit wanneer de kaas volledig gesmolten is en de pijnboompitten gekleurd zijn. Laat afkoelen. Serveer de cappuccino in kommetjes en leg er een Parmezaankoekje naast.



## Salade van geroosterde peer en St Aygur met sinaasappelwalnootbroodje

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
rucola	75	g
veldsla	125	g
zonnebloempitten	30	g
pompoenpitten	20	g
stevige handperen (bv. doyenne de comice)	6	st
citroen	1	st
boter	30	g
vloeibare honing	2	el
st aygur (schimmelkaas)	200	g
citroensap	4	el
groene kruidenmosterd	1	el
walnootolie	4	el
zonnebloemolie	4	el
groene olijfolie	6	el
sinaasappels	2	st
mix voor witbrood	500	g
walnoten	100	g
roomboter	50	g
tijm	3	takjes
oregano	3	takjes

Oven voorverwarmen op 225 °C. Sinaasappels schoonboenen, 1 el sinaasappelschil eraf raspen en de sinaasappels uitpersen. Sap aanvullen met water tot 300 ml. Tijm en oreganoblaadjes van takjes rissen. Walnoten grof hakken. Boter smelten. Mix voor witbrood in kom doen. Sinaasappelrasp, walnoten, tijm- en oreganoblaadjes door broodmix roeren. Aangelengde sinaasappelsap en gesmolten boter toevoegen. Met mixer (deeghaken) mengsel in 5 min tot soepel deeg draaien. Deeg met plasticfolie afdekken en op warme plaats ca. 30 min. laten rijzen, tot volume is verdubbeld. Deeg opnieuw kneden en er ca.12 bolletjes van vormen. Bolletjes op ingevette bakplaat leggen en nog 15 min. laten rijzen. In het midden van de oven broodjes in ca 15 min. goudbruin en gaar bakken. Lauwwarm bewaren tot uitserveren. Was de rucola en veldsla en slinger droog. Verhit een droge koekenpan en rooster hierin, al roerend, de zonnebloem- en pompoenpitten tot ze poffen (n.b. gebruik bolzeef tegen wegspringen pitten), schud ze direct uit de pan en laat afkoelen. Snijd de gewassen peren met schil horizontaal in dikke plakken. Pers een citroen uit en wentel hierin de plakken peer. Verwarm de boter in een ruime koekenpan en bak de peerplakken hierin rondom bruin in 3 à 4 min. Bedruppel de peren met de honing en laat zachtjes karamelliseren, terwijl ze voorzichtig af en toe omgedraaid worden. Leg de plakken op een bord. Doe het citroensap, de honing, groene kruidenmosterd, walnotenolie, zonnebloemolie en olijfolie in een kom en meng het geheel met een garde. Voeg, naar smaak, zeezout en peper uit de molen toe. Zet wat dressing apart voor over de kaas. Meng kort voor het uitserveren de dressing losjes met de salade. Leg de gemengde sla op de bordjes, verdeel de plakjes peer over de salade en brokkel de kaas

erover. Bestrooi het geheel met de zaden. Druppel wat dressing op de schimmelkaas. Leg een lauwwarm broodje op de rand en serveer de rest van de dressing apart in een kommetje erbij.

## Tomaten-camembertquiche

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
roomboterbladerdeeg	4	plakjes
trostomaten	2	st
camembert	250	g
crème fraîche	125	ml
eieren	3	st
verse tijmblaadjes	1	el

Verwarm de oven voor op 200 °C. Snijd de tomaten in plakjes. Snijd de camembert in puntjes. Bekleed de ingevette vorm (20-22cm) met het bladerdeeg. Leg de tomaten met camembert op de deegbodem. Klop de eieren los met de crème fraîche en de tijm. Schenk het eimengsel over de tomaat. Bak de quiche in de voorverwarmde oven in 35-40 min. gaar en goudbruin. Laat de quiche afkoelen op kamertemperatuur.

## Aubergine-rosbiefrolletje en muntsaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aubergines	2	st
limoen	1	st
verse munt	15	g
knoflook	1	teen
thaise vissaus	2	el
olie	4	el
suiker	1	tl
rosbief	12	plakjes
cocktailprikkers	12	st

Aubergines wassen. Uiteindes eraf snijden en van elke aubergine 6 lange plakken snijden. (snijmachine). Plakken in vergiet met zout bestrooien en 10 min. laten staan. Knoflook persen. Limoen persen. In vijzel blaadjes munt met de knoflook, vissaus en 3el olie tot gladde saus pureren. Muntsaus met limoensap, suiker en zout op smaak brengen. Grillpan verhitten. Aubergines droogdeppen. Aubergines aan beide zijden dun met de rest van de olie bestrijken en in 2 porties in de grillpan goudbruin en gaar roosteren. Plakken halverwege kwartslag keren, zodat ruitpatroon ontstaat. Geroosterde aubergineplakken op werkvlak uitspreiden. Op elke plak een plakje rosbeef leggen en met zout en gemalen peper naar smaak bestrooien. Aubergineplakken stevig oprollen en met cocktailprikker vastzetten.

## Rouleau van vitello tonnata

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
tonijn (185g), naturel	2	blikjes
mayonaise	9	el
ansjovisfilets in olie	3	st
droge witte wijn	50	ml
kappertjes	3	tl
pijnboompitten	1	el
kalfsfricandeau (niet te klein let op de maat!)	12	plakjes
rucola	75	g
zwarte olijven zonder pit (ca 340 g)	1	blik

Pureer met de staafmixer (of keukenmachine) de uitgelekte tonijn met de mayonaise, de ansjovisfilets, de wijn en de helft van de kappertjes. Voeg zout en peper naar smaak toe. Rooster in een droge koekenpan de pijnboompitten goudbruin en schud ze op een bord. Schep op elk plakje fricandeau een lepel tonijnmayonaise. Laat wat over voor de garnering. Verdeel de rucola en pijnboompitten erover en rol de op. Garneer de rolletjes met een dotje tonijnmayonaise, een paar kappertjes en versgemalen peper. Snij de olijven brunoise. Zet 12 langwerpige witte borden klaar. Leg in een mooie compositie de vitello tonnato, de tomaten-camembertquiche en het aubergine-rosbiefrolletje met een dotje muntsaus naast het rolletje en trek een streepje onder de gerechten met de fijngesneden olijven.

## Aardbeien in rode wijnsiroop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
sinaasappel	1	st
rode wijn	200	ml
lichte basterdsuiker	150	g
flinke aardbeien	12	st
balsamicoazijn	1	el
verse munt	12	takjes

Sinaasappel schoonboenen en helft van de schil (zonder wit) heel dun afsnijden. In steelpan wijn, basterdsuiker en sinaasappelschil langzaam, al roerend, aan de kook brengen. Op zacht vuur in 10 min laten inkoken tot stroperige saus. Intussen de aardbeien wassen en in plakjes insnijden, zonder ze los te snijden. Aardbeien, in waaivorm op de (amuse)lepels leggen. Sinaasappelschil uit wijnsiroop verwijderen. Balsamicoazijn door siroop roeren en nog 1 min zacht laten koken. Wijnsiroop gelijkmatig tussen de lamellen van de aardbeien druppelen. Bewaar een deel voor verfraaien van het dessertbordje.

## Mango-passievruchtenmousse

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rijpe mango's	2	st
passievruchten	4	st
vanilleroomijs	500	ml
sinaasappellikeur, bv grand marnier	2	el

Schil de mango en snijd in blokjes. Passievruchten halveren en vruchtvlees eruit scheppen. Pureer de mangoblokjes, vanilleroomijs en likeur tot gladde mousse. Schep de passievrucht door de mangomousse. De mousse over 12 glaasjes of bakjes verdelen.

## Chocolade-notenflikken

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
pure chocolade	150	g
ongezouten notenmix	3	el
fleur de sel	3	tl

Hak de noten grof. Rooster de noten goudgeel in een hete koekenpan. Laat ze afkoelen. Leg op een snijplank een vel bakpapier. Smelt de chocolade au bain-marie. Schep met een lepel rondjes chocolade op het bakpapier. Bestrooi de chocoladeflikken met de gehakte noten en het zout. Laat de chocolade in de koelkast weer afkoelen en hard worden.