

# 2003 april

CCR Rijnmond · Lente

---

## VOORGERECHT Avocado met Krab

---

### Avocado met Krab

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
krabvlees	600	g
avocado's	6	
paprikapoeder		
mayonaise	4	dl
cayennepeper		
citroen	1	
waterkers	1	bos
eidooiers	2	
olie	3.5	dl
mosterd	2	theelepels
azijn		
worcestersaus		
zout		
peper		

Snij de avocado's in de lengte doormidden. Haal er de pit uit. Haal er de halve dikte van het vlees uit en snij dit in fijne kleine blokjes. Meng deze met het krabvlees. Besprenkel dit mengsel met citroensap. Meng er de helft van de mayonaise door. Doe dit voorzichtig in verband met het tere avocado vlees. Meng wat cayennepeper door de rest van de mayonaise. Vul de avocadohelften met het mengsel van krabvlees en avocado. Spuit er met een spuitzak met kleine gekartelde spuit de rest van de mayonaise decoratief over heen. Strooi er nog wat paprikapoeder over. Serveer koel. Maak het niet te lang van tevoren, anders wordt het avocadvlees zwart. Leg wat waterkers om de avocado. Mayonaise: Meng de dooiers met de mosterd in een kom. Giet er, in het begin heel voorzichtig, olie bij, onder voortdurend roeren. Wanneer de dooiers zijn opgenomen en de saus bindt, kan men iets sneller olie bijgeven. Wanneer de saus te dik wordt slappen we ze af met citroensap en azijn. Wanneer alle olie op is, voegen we nog citroensap of azijn toe tot de oliesmaak verdwenen is. Breng de mayonaise, die een stevige dikke massa moet vormen op smaak met zout, peper en worcestersaus.

**Coquilles Saint Jacques à la bonne Femme**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
sint jakobsschelpen	24	
sjalotjes	9	
room	6	dl
boter	80	g
champignons	600	g
citroen	1	
witte wijn	6	dl
zout		
peper		

Snij de champignons in dunne plakjes en besprenkel ze met citroensap. Hak de sjalotjes fijn. Doe champignons, sjalot, schelpieren en witte wijn in een pannetje en voeg 3 dl room, zout en peper toe. Breng op hoog vuur aan de kook en haal na enkele minuten de schelpdieren eruit. Houd ze warm. Haal ze enkele minuten later de champignons uit. Laat de rest inkoken totdat het vocht ingedikt wordt. Schenk de rest van de room in het pannetje en klop de saus op met de garde. Voeg ondertussen de boter in kleine vlokjes toe. Leg de coquilles op kleine bordjes, samen met wat champignons, schenk er wat saus over en gratineer deze onder de salamander. Serveer dan onmiddellijk.

## Crèmesoep met Mosterd

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
witte wijn	7	dl
kippenbouillon	1.5	liter
boter	140	g
bloem	100	g
prei	2.5	kg
eidooiers	6	
room	3	dl
rozemarijn	3	takjes
tijm	3	takjes
mosterd		

Smelt de boter en voeg er de fijngesneden prei en de kruiden bij. Laat dit lichtbruin fruiten. Voeg dan onder goed roeren de bloem toe. Voeg langzaam witte wijn en bouillon toe, zodat een gladde soep ontstaat. Laat 1,5 uur zachtjes trekken op klein vuur. Passeer dan de soep. Druk de prei iets door de zeef. Maak een liaison van eidooiers en room en voeg deze, van het vuur af, bij de soep. Voeg mosterd naar smaak toe. Serveer de soep op voorverwarmde borden met een broodje ernaast.

## Broodjes voor bij de soep

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
bloem	800	g
gist	25	g
zout	15	g
melk	4	dl
boter	100	g

Zeef de bloem en leg ze in een bergje op de werkbank. Maak er in het midden een kuiltje in. Verwarm de melk tot lauwarm, en week de gist in een gedeelte hiervan. Voeg dit bij de bloem evenals de boter en de rest van de melk. Kneed er een deeg van. Doe er het zout bij en kneed dit er nog door. Kneed het deeg goed tot het volkomen glad is. Laat het dan afgedekt op een lauwarme plaats een half uur rijzen. Breek het deeg en verdeel het in 12 bolletjes. Zet deze afgedekt nog een 1/2 uur op een lauwarme plaats te rijzen. Bak het brood in een oven van 220 graden C in ongeveer 15 tot 20 minuten gaar. Bestrijk meteen als het brood uit de oven komt de bovenzijde met een kwast met water.

**Indische Runderkerrie**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
runderstooflappen	2000	g
gemberwortel	1	verse
knoflook	8	teentjes
mosterdzaad	3	theelepels
boter	120	g
olie		
uien	6	grote
appels	2	
melk	3	dl
kalfsbouillon	1	liter
laurierblad	2	
tijm	2	takjes
kerriepoeder	3	el
cayennepeper		
peterselie	5	takjes
zout		
peper		
geraspte kokosnoot	600	g
bananen	6	
ananas uit blik	12	schijven
rijst	800	g

Schil de knoflook en de gemberwortel. Snij ze in kleine stukjes. Doe ze in een vijzel samen met het mosterdzaad. Stamp alles fijn en voeg ondertussen heel langzaam wat olie toe, zodat er een pasta ontstaat. Verhit de boter in een pan en braad hierin de runderstooflappen samen met de appels. Hak 4 uien fijn in de mixer of snijder fijn. Werk de gehakte uien door het rundvlees en roer drie eetlepel kerriepoeder door de pasta. Voeg dit bij het vlees samen met de laurierblad en de takjes tijm en roer goed. Voeg wat cayennepeper toe en laat alles 45 minuten zachtjes koken. Ondertussen de rijst. Hak de laatste twee uien fijn. Doe wat olie in een pan en sauteer hierin de ui bruin. Werk de gekookte rijst door en breng het dan in een doek goed uit. Giet de kokosmilk bij het vlees en laat het vlees nog 15 minuten koken. Schil de bananen en snij ze in plakjes. Snij de schijven ananas in stukjes. Meng ze in een schaal met de bananen en de rest van de kokosnoot. Was wat peterselie en hak die fijn. Als het vlees een uur heeft gesuderd is het goed. Haal de laurier bladen en de tijm uit het vlees en roer er de rest van de pasta door. Leg op voorverwarmde borden een hoopje rijst (Hiervoor soufflé bakjes bekleed met plastic, vullen met rijst, stevig aandrukken en dan omkeren op het bord). Leg het vlees hier omheen en strooi er wat peterselie over. Serveer er de vruchten er omheen.

**In wijn gepocheerd appeltje met ijs en mangosaus**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
slagroom	0.5	liter
melk	2	dl
suiker	120	g
vanillestokjes	2	
eierdooiers	6	
walnoten fijngehakt	12	halve
amaretto	1	borrelglas
handappels	13	mooie
cider	2	flessen
mango	2	blikjes
mango sap	0.5	liter
citroen	0.5	
sinaasappels uitgeperst	2	
grand-marnier		
muntblaadjes		
chocolade pijpjes of krullen		

Maak eerst het ijs. Slagroom en melk langzaam aan de kook brengen, 60 g suiker en de vanille stokjes opengesneden toevoegen, 10 à 12 minuten zachtjes laten trekken. Vermeng intussen de losgeklopte eierdooiers en de rest van de suiker (60g). Goed opkloppen. Neem de vanillestokjes uit het melkmengsel en giet van dit mengsel 2 à 3 grote lepels bij de losgeklopte eierdooiers onder voortdurend kloppen. Verwijder het merg uit de vanillestokjes en voeg dit weer toe aan het mengsel. Het gehele dooiermengsel daarna bij de rest van de room doen. Op heel klein vuur zetten en al roerend doorverwarmen tot de vla enigszins is gebonden. (Let op: laat het niet schiften). Laat de vloeistof afkoelen en verwerk het in de ijsmachine. Als het ijs wat steviger wordt, de gehakte noten en de amaretto toevoegen. Voor de appels: Schil de appels en snijd er van boven en van onderen een plakje af. Hol ze met een mes mooi recht uit, zodat er een bakje ontstaat, waar het ijs mooi in past. Zet de appelbakjes in een pannetje met cider en pocheer ze (pocheertijd is afhankelijk van de soort, daarom 1 extra appel mee pochieren om te testen) tot de appels beetgaar zijn en nog wel een mooie stevigheid hebben. Zet de appels daarna weg in de koelkast. Mangosaus: Snijd uit het vruchtvlees 12 mooie stukjes voor de garnering. Pureer de rest met het sap in de keukenmachine. Voeg sinaasappelsap toe. Daarna eventueel suiker en citroensap naar smaak toevoegen. Als laatste een scheutje Grand Marnier erbij. Serveren: Zet de appels midden op de borden. Giet er de mango saus omheen en leg een bolletje ijs in de appel. Garneer het geheel met de stukjes mango, een walnoot, muntblad en chocolade pijpjes of krullen.