

# 2007 april

CCR Rijnmond · Lente

---

## Lotuswortel gevuld met miso, verse gember en crème fraîche

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
plakjes lotuswortel (diepvries)	12	st
witte miso	3	el
bloem		
zonnebloemolie		
crème fraîche	3	el
vers geraspte gemberwortel	1.5	tl

Vul de gaatjes van de lotuswortel met de miso en strijk de vulling glad af. Haal de plakjes door de bloem en bak ze licht bruin in de olie. Laat ze uitlekken op keuken papier. Meng de geraspte gember door de crème fraîche en schep hiervan een lepeltje op elk schijfje lotuswortel.

## Octopus in inktvisinkt tempura met rettich julienne

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
gekookte tentakels van een octopus	3	st
zakjes inktvisinkt	2	st
tempurameel	8	el
zonnebloemolie		
rettich (bewaar 150 g voor de tartaar van tonijn)	1	st
sojaolie	2	tl
rijstazijn	4	tl
japanse sojasaus		

Meng de inkt met zoveel ijskoud water door het tempurameel dat een gladde crème ontstaat. Verhit de zonnebloemolie. Snijd de tentakels in stukjes. Wentel ze door het tempurabeslag en frituur ze krokant. Snijd de rettich in julienne. Vermeng de olie en breng op smaak met de Japanse sojasaus. Schep de rettich julienne erdoor. Maak bergjes van rettichsalade en leg de octopus tempura erop.

## Tartaar van tonijn en kabeljauw met rettich en tomatendressing

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
verse tonijn	150	g
verse kabeljauw	150	g
rettich	150	g
limoen (hiervan zestes schillen)	1	st
japanse sojasaus	150	ml
kummelzaadjes	30	st
rijstazijn	150	ml
wasabi mespuntje		
zout en versgemalen peper		

Blancheer de limoenzestes kort in kokend water en spoel ze koud. Hak de tonijn, kabeljauw en de rettich ragfijn. Vermeng beide vissoorten met de soja saus, de kummelzaadjes, de rijstazijn, de wasabi en de limoemzestes tot een tartaar. Breng op smaak met zout en peper. Meng de rettich door de tartaar en koel het geheel. Vul kleine ringvormpjes voor de presentatie.

## Mille-feuilles van rijstkoekjes met eendenborst en japanse preisalade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
tamme eendenborst	600	g
japanse sojasaus	150	ml
honing	150	ml
rijstazijn	150	ml
preiwit	1	st
taugé	100	g
boter	40	g
bruine rijst	300	g
eidooier	2	st
mespuntje groene peper		
zout		
olijfolie		

Maak de eendenborst schoon. Roer de sojasaus, de honing en de rijstazijn door elkaar en marineer de filets hierin. Kook de rijst volgens de receptuur op de verpakking. Laat de rijst afkoelen. Snijd het wit van de prei ragfijn. Was de taugé in ruim koud water, verwijder de groene vliesjes. Laat de taugé uitlekken. Maal de rijst in de magimix met de eidooiers. De groene peper en zout naar smaak toevoegen. Vorm 12 platte rondekoekjes van de massa en bak deze in hete olijfolie aan beide kanten knapperig bruin. Dep de eendenborstfilet droog met keukenpapier. Verhit de boter in de koekenpan en bak de filets eerst 4 min op de huid, keer ze en bak ook de andere kant ook 4 min. Ze moeten van binnen rosé blijven. Zet ze circa 8 min afgedekt met aluminiumfolie opzij. Trancheer de filets in dunne plakjes. Kook voor de preisalade de marinade in tot een saus en meng de prei en taugé er door. Presentatie: bouw de ingrediënten in laagjes op: een rijstkoekje, plakjes eend, preisalade. Let op dat de rijstkoekjes knapperig blijven!

**Soupe Japanaise met schuim van kokosmelk**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
verse gemberwortel	2	schijfjes
groen pepertjes	2	st
sereh (citroengras)	2	stengels
olijfolie	4	el
visbouillon	1000	ml
runderbouillon	1000	ml
zoete aardappel	500	g
kleine bosuitjes	2	st
dunne eiernoedels	250	g
limoensap	4	el
zeezout en vers gemalen peper		
grote garnalen	500	g
koriander	3	el
vollemelk	12	el
kokosmelk	12	el

Snijd de geschilde gemberwortel ragfijn. Halveer de groene pepertjes. Knip het bovenste gedeelte van de sereh en snijd de rest in stukjes. Verhit de olie in een pan en roerbak de gember, peper en sereh ca. 2 min. Voeg de bouillon toe, breng aan de kook en laat het ca. 15 min zachtjes koken. Snijd de geschilde aardappel in fijne julienne en de bosui in ringetjes. Zeef de bouillon en doe de aardappel julienne en de eiernoedels erin. Voeg de limoensap druppel voor druppel toe (proeven!) en laat de soep zachtjes koken. Breng op smaak met zeezout en versgemalen peper. Verwarm de garnalen in de soep. Schep de soep in de kommen en bestrooi ze met de bosui en de koriander. Klop de melk en de kokosmelk al kokend schuimig en giet ze voorzichtig over de soep.

**TUSSENGERECHT** Rozet van zoete aardappel en kalfszijlende met schichimi togarashi en een wasabisaus

---

## Rozet van zoete aardappel en kalfszijlende met schichimi togarashi en een wasabisaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kalfszijlende	1200	g
sesamolie	15	el
shichimi togarashi (japanse 5 kruidenpoeder)	0.5	tl
crème fraîche	400	ml
mayonaise	2	el
wasabi	1	tl
zeezout en versgemalen peper		
zwart sesamzaad gebruneerd	1	tl
zoete aardappels	12	st
venkel knollen	3	st

**Kalfszijlende:** Verhit 10 el sesamolie en bak hier in de kalfszijlende, bestrooi deze met de japanse 7 kruidenpoeder. Laat het vlees langzaam garen (kern temp: 48 graden) daarna rusten op een warme plek. Trancheer de kalfszijlende kort voor het opdienen in dunne plakjes.

**Wasabisaus:** Roer voor de wasabisaus de crème fraîche glad met de mayonaise en breng op smaak met zeezout en peper en het gebruneerde sesamzaad.

**Aardappelschijfjes:** Snijd de geschilde zoete aardappel in schijfjes. Verhit de overgebleven sesamolie en bak de aardappelschijfjes gaar.

**Venkel:** Maak de venkel schoon en snijd hem met de kaasschaaf in zeer dunne linten, maak deze smeug met een lepel wasabisaus.

**Serveren:** Dresseer de aardappelschijfjes als een rozet op de voorverwarmde borden. Schep de venkelsalade op de aardappelschijfjes en schik de plakjes kalfsvlees er op. Sprenkel de wasabisaus eromheen.

**Lasagne van ei met gamba's, tofu en een tomatendressing**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eieren	12	st
japanse sojasaus	3	tl
plantaardige olie		
tofu	600	g
zoete sojasaus	300	ml
spinaziebladeren	15	st
sjalotjes	3	st
knoflook	3	teen
boter	90	g
visbouillon	150	ml
tomaten	6	st
basilicumblaadjes	15	st
gamba's	36	st

Eieren: Klop de eieren los met de sojasaus en 3 eetlepels water. Verhit een beetje olie in een koekenpan en bak van het eimengsel dunne omeletten. Tofu: Snij de tofu in flinterdunne plakken en marineer ze in de zoete sojasaus. Was ondertussen de spinazie en dep de bladeren droog. Tomatendressing: Snij de gepelde sjalot en de knoflook ragfijn. Smelt de boter in de pan en fruit sjalot en knoflook aan, blus af met de marinade van de tofu en de visbouillon. Ontvel de tomaten en snijd het vruchtvlees in blokjes. Meng de tomatenblokjes met het basilicum door de dressing. Gamba's: Pel de gamba's, snijd de rugzijde in en verwijder de zwarte darm streng. Verwarm de boter in de koekenpan en rooster de gamba's rondom gaar. Verwarm de oven voor op 175 °C. Serveren: Maak op de voorverwarmde borden een lasagna van omelet, gemarineerde tofu, spinazie, gamba's en tomatendressing. Herhaal dit en sluit af met omelet. Zet de borden kort in de hete oven en serveer direct.

## Crème brûlée van groene thee met limoen met witte sesam maanzaad gallettes

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
matcha (groene thee poeder)	2	el
slagroom	1000	ml
eidooiers	8	st
suiker	80	g
limoenen (fijne rasp en sap)	2	st
witte basterd suiker	300	g
wit sesamzaad	150	gr.
maanzaad	150	g
sinasappelsap vers geperst	150	ml
bloem	150	g
boter gesmolten	150	g

Crème brûlée: Verwarm de oven op 190 °C. Los het groene thee poeder op in de slagroom en breng deze aan de kook. Klop de eidooiers met de suiker tot een crème en doe de limoenrasp erbij. Giet al roerend de kokende slagroom erover en doe dit terug in de pan samen met het limoensap. Kook zachtjes tot een crème Verdeel de crème over 12 platte schaaltes en zet deze in de koelkast tot hij goed koud is (om snel terug te koelen kan je deze ook even in de diepvries plaatsen; mag niet bevriezen). Gallettes: Meng alle ingrediënten door elkaar. Schep op een met bakpapier beklede bakplaat theelepels beslag. Dit vloeit uit, dus schep er niet te veel op 1 plaat. Bak ze in de oven in ca 5 min goud bruin. Haal de koekjes uit de oven en laat ze iets afkoelen op de plaat. Schep ze voorzichtig met een spatel op een taartrooster en laat ze helemaal koud worden. Serveren: Bestrooi de bovenkant van de crème brûlée met een egale laag suiker. Zet ze onder de hete grill tot de suiker karamel geworden is en serveer met de gallettes. P.S.: je hebt de limoen van dit recept echt nodig want anders wordt het wat vlak. Nu wordt de theesmaak ook wat frisser.