

2012 juli

CCR Rijnmond · Zomer

SOEP Doperwtensoep met munt

Doperwtensoep met munt

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
uien, fijngesneden	3	st
knoflook, fijnggehakt	2	teen
zonnebloemolie	4	el
kippenbouillon	1200	ml
doperwtjes (van circa 3 kilo verse peulen)	750	g
muntblaadjes, versgehakt	15	
citroen, geraspte schil	1	st
schapenkaas van een goede kwaliteit (of feta)	250	g
zout		
peper		

Fruit de ui en de knoflook in circa 10 min in de olie op laag vuur tot ze zacht, maar niet bruin zijn. Voeg de bouillon toe en breng de soep aan de kook. Voeg de gedopte erwtjes toe en laat ze 4-5 min meekoken in de soep. Doe de munt en de citroenrasp erbij en pureer de soep kort met een staafmixer zodat deze nog wat structuur houdt. Voeg zout en peper toe. Verdeel de soep over de voorverwarmde kommen en verkruimel de schapenkaas over de soep.

Bietjes met amandelsaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bietjes	6	st
amandelen (zonder vlies)	250	g
knoflook	3	teen
sherryazijn	5	el
citroen	1	st
rucola		
olijfolie		
zout, peper		
medium sherry		

Verwarm de oven op 180 C°. Was de bietjes en wikkel ze ongeschild in folie. Laat ze in 45 - 60 min gaar worden in de oven. Maak de saus door de amandelen te malen in de keukenmachine. Voeg daar een glas water bij, 5 el sherryazijn, de uitgeperste knoflook en zout naar smaak. Proef de saus en maak af met een scheutje medium sherry. Laat de tamelijk dikke saus even staan om de smaak te laten intrekken. Haal de gare bietjes uit de folie en wrijf of trek er de schil vanaf als ze koel genoeg zijn om aan te pakken. En snijd de bietjes dan in plakken.

Zeebaars met kruidenolie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zeebaarsfilet van ca 80 g	12	st
olijfolie	1000	ml
grof zeezout		
verse kruiden, b.v. half bosje basilicum, peterselie, oregano, lavas en tijm		
citroen (zestes)	1	st

Wrijf de kruiden met wat grof zeezout in een vijzel min of meer fijn. Schenk er 250 ml olijfolie bij en roer deze kruidenolie om. Giet een laagje olijfolie in een grote pan. Bestoos de visfilets met zout en peper en leg ze naast elkaar in de pan. Giet er de rest van de olijfolie overheen. Verwarm de olie tussen de 55 en de 60 C° (gebruik een thermometer). Laat de vis op die lage temperatuur in ca 15 min gaar worden, daarvoor moet de vis geregeld even van de warmtebron afgehaald worden, anders wordt de olie te heet. Schep de vis uit de pan op een goed voorverwarmde schaal en schenk meteen de kruidenolie eroverheen. Laat even intrekken. Verwarm de borden voor. Leg de bietenplakjes op de voorverwarmde borden, druppel er voorzichtig citroensap over en maal er verse peper overheen. Lepel wat van de saus over de bietjes en bestrooi ze met de rucola. Leg daarop de zeebaarsfilet. Serveer de rest van de saus apart in een kommetje.

HOOFDGERECHT Zeeduivel met zeewier en zwarte spaghetti op een zoetaardappelrösti met gamba-botersaus

Zeeduivel met zeewier en zwarte spaghetti op een zoete aardappelrösti met gamba-botersaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zeewierkrullen	30	g
visfond	600	ml
zeeduivel	1500	g
bloem		
boter	150	g
zwarte spaghetti	300	g
zout		
peper		
zoete aardappel	750	g
eieren	5	
rauwe gamba´s met kop (diepvries)	1000	g
tomatenpuree	3	tl
wakame (= zeewier)	15	g

Zet de zeewierkrullen op met de visfond en laat de zeewier wellen. Pureer het geheel met de staafmixer en wrijf het door een fijne zeef. Rasp de geschilde zoete aardappel en meng het rasp met de losgeroerde eieren, peper en zout. Bak, met behulp van ringen, mooie gare röstirondjes van het mengsel. Ontdoe de gamba´s, op 12 na, van de koppen en de schalen. Bak de gamba´s en zet ze apart. Zet de koppen en de schalen even aan in een klontje boter. Voeg de tomatenpuree toe en laat het geheel nog even bakken. Blus af met de visfond. Laat het vocht 30 min zachtjes trekken en zeef het. Klop vlak voor het serveren de boter door het weer opgewarmde vocht en warm de gamba´s op in de saus. Maak de zeeduivel schoon. Marineer de zeeduivel met het zeewiervocht en laat even staan. Breng daarna de zeeduivel op smaak met zout en peper en haal door de bloem. Bak de zeeduivel in hete boter net gaar. Kook de spaghetti volgens de aanwijzing op de verpakking en spel de spaghetti goed onder de koude kraan. Laat goed uitlekken. Bak kort voor het opdienen de spaghetti in een klontje boter om en om. Breng op smaak met zout en peper. Frituur de wakame vervolgens in hete olie krokant. Let op spatten. Laat de wakame op keukenpapier uitlekken. Leg de röstirondjes op de warme borden en verdeel hier de spaghetti over. Snijd de zeeduivel in 12 medaillons en leg die samen met een ongepeld rivierkreeftje op de spaghetti. Schep de saus met de rivierkreeftjes rond het gerecht en garneer met de gefrituurde wakame.

Fruitsalade met limoen, munt en vanillesiroop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kersen	250	g
bramen	1	doosje
frambozen	1	doosje
rode bessen	1	doosje
rijpe perziken	4	st
abrikozen	4	st
kanteloep meloen	1	st
basterdsuiker, lichtbruin	100	g
munt, blaadjes geplukt, steeltjes bewaard	1	bosje
limoenen	2	st
vanillestokjes, in de lengte opengesneden, zaadjes eruit geschraapt	2	st

Breng de suiker en de muntsteeltjes in een kleine steelpan met 500 ml water aan de kook. Draai het vuur uit en voeg de limoenschillen en -sap, de vanillestokjes en de zaadjes toe. Meng alles door elkaar en laat staan om af te koelen. Maak het fruit schoon en laat het goed uitlekken. Halveer de kersen en verwijder de pit. Halveer de bramen en verdeel ze met de kersen over een grote schaal. Halveer de perziken en abrikozen, verwijder de pit, snijd ze in mooie partjes en verdeel ze over de schaal. Halveer de meloen, schep er de zaadjes uit en gooi ze weg. Houd de meloen boven de schaal en schraap er met een lepel krullen uit. Zeef de siroop. Schenk de helft van de siroop over het fruit, dek de schaal af en laat de salade rusten. Verdeel de fruitsalade over de borden en serveer de resterende siroop in een kommetje.