

2004 september

CCR Rijnmond · Herfst

VOORGERECHT Tonijn in grapefruitsap met knapperige noedels, kruiden en peper

Tonijn in grapefruitsap met knapperige noedels, kruiden en peper

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
rode grapefruits	4	st
vissaus	2	el
tonijn	1000	g
sesamolie	2	el
olijfolie	12	el
plus nog wat om te bakken		
verse rode pepers, in heel dunne ringetjes	4	st
zeezout en vers gemalen zwarte peper		
verse koriander	1	bs
verse munt	1/2	bs
cellofaannoedels of miehoen	500	g
bosuitjes, schuin in dunne ringetjes gesneden	3	st

Pers de grapefruits uit en doe het sap met de vissaus in een plastic boterhamzakje. Doe de tonijn in het zakje. Knoop het zakje dicht, pers er zo veel mogelijk lucht uit zodat de tonijn helemaal met sap bedekt is. Laat de tonijn 40 min. rusten, waarna hij aan de buitenkant licht verkleurd en 'gaar' is. Schenk nu voorzichtig het vocht uit het zakje in een kom, dep de tonijn droog. Vermeng voor de dressing het grapefruitsap met de sesamolie, de olijfolie en de verse pepers. Gebruik 6 tot 9 rode pepers, afhankelijk van de gewenste smaak en breng daarna op smaak met zout en peper. Scheur een flink handje koriander en munt van de bosjes en bewaar die voor de garnering. Hak de resterende kruiden fijn en druk ze rondom stevig tegen de tonijn. Wikkel de tonijn in vershoudfolie en leg hem tot gebruik in de koelkast. Breng water aan de kook en kook de noedels 1 min. tot ze buigzaam worden, laat ze onafgedekt uitlekken en afkoelen. Doe wat olijfolie in een hete anti-aanbakpan en bak de noedels daarin aan een kant mooi knapperig. Keer ze om en bak de andere kant knapperig, het is niet erg als er een paar aan de bodem blijven plakken, gewoon losschrapen en omdraaien. Verdeel de knapperige noedels over 12 borden. Snijd de tonijn in plakjes van ongeveer ½ cm dik. Leg de tonijn op de noedels, strooi de kapot gescheurde achtergehouden kruiden erover, daarover de ringetjes bosui en ten slotte enkele lepels van de grapefruitdressing.

Caramella met munt en ricotta

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bloem oo	800	g
eieren	8	st
korrelige ricotta	600	g
citroen, rasp en sap	2	st
geraspte nootmuskaat	1	tl
munt	1/2	bs
geraspte parmezaanse kaas (100 + 100 g)	200	g
zeezout en vers gemalen zwarte peper		
boter	50	g

Strooi de bloem op een plank of kom. Maak een kuiltje in het midden van de bloem en breek daarin de eieren. Klop de eieren met een vork los. Meng de eieren zo goed mogelijk door de bloem zodat het niet meer plakt. Bestuif dan iedere hand met bloem en begin te kneden. Het moet een mooi stuk zijdeglad, elastisch deeg worden. Dek dat af met vershoudfolie en laat het een halfuur staan, terwijl de vulling gemaakt wordt. Terwijl het deeg rust de vulling maken door de ricotta, het citroenrasp, de nootmuskaat, de munt en de Parmezaanse kaas - bewaar eventueel wat kaas en munt voor de garnering - door elkaar te roeren, die je vervolgens op smaak brengt met peper en zout zodat de smaken in balans zijn. Knijp wat citroensap boven de vulling uit om deze wat lossier te maken. Maak op smaak door eventueel wat meer kaas, munt of citroenrasp toe te voegen. Rol flinke theelepels van het mengsel voor de vulling tot balletjes Ongeveer 4 st per persoon. Snijd voor de caramella de pasta in rechthoekjes van 6 bij 10 cm. Leg in het midden de vulling en bestrijk de randen licht met water. Rol ze op en knijp de uiteinden goed dicht. Draai de uiteinden enigszins, zodat er een toffeevorm ontstaat. Leg de caramella op een met bloem bestrooide schaal wanneer ze niet direct gekookt gaan worden en zet ze tot gebruik in de koelkast. Kook ze, voor het opdienen, 3-4 min. in kokend water met zout, laat ze uitlekken en bewaar wat van het kookwater. Pluk de muntbladeren voor de garnering. Leg een aantal bladeren op elkaar. Rol ze dan op als een sigaar en snijd ze heel fijn. Smelt in een anti-aanbakpan de boter met het sap van een halve citroen en enkele lepels kookwater. Doe er wat zout en peper bij en schud de pasta door deze boter. Dien de pasta direct op, bestrooid met nog wat Parmezaanse kaas en de kleingesneden munt.

HOOFDGERECHT Gebakken biefstuk met thijmolie, gegrilde en gemarineerde groenten, salsa verde en kleine frietjes

Gebakken biefstuk met thijmolie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
tijm	1	bos
knoflook	2	teen
ansjovisfilet	3	st
citroen (rasp)	3	st
extra vergine olijfolie	2	dl
haas- of kogelbiefstukken (100-225 g)	12	st
plakjes mager rookspek	12	st
middelgrote portobello- of andere grote champignons	12	st
zeezout en vers gemalen zwarte peper		

Bewaar de biefstukken op kamertemperatuur. Bind het bosje tijm bij de steeltjes vast, doe de blaadjes in een vijzel en sla er stevig met de stamper op. Hierdoor vallen de blaadjes eraf en houd je een soort miniatuurbezem over. Leg die opzij. Doe de knoflook, de ansjovisfilet en de citroenrasp in de vijzel. Wrijf alles tot pasta en roer de olijfolie erdoor. Wikkel een plakje spek om iedere biefstuk en bind dit losjes vast met keukengaren. Trek de schil van de champignons, dit gaat heel snel en zo kan de marinade beter intrekken. Bestrijk de biefstuk en champignons met wat van de thijmolie, gebruik de rest voor het bakken. Bestrooi de biefstukken aan weerszijden met zout en peper tijdens het bakken. Bak de champignons gelijktijdig met de biefstukken in de pan. Keer de biefstukken iedere min. en bestrijk ze met de tijmbezem met thijmolie. De champignons zijn na ongeveer 6 min. klaar en moeten dan zacht zijn om aan te raken; door ze op deze manier te bakken worden ze niet te zacht en behouden ze hun lekkere vlezige smaak. Zodra het vlees naar wens is, verwijder je het touwtje.

Salsa verde

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook, gepeld	3	teen
kappertjes	50	g
zoete augurkjes	50	g
ansjovisfilets	9	st
peterselie, gebruik alleen de blaadjes	1/2	bs
basilicum, gebruik alleen de blaadjes	1/2	bs
mint, gebruik alleen de blaadjes	1	bs
dijonmosterd	2	el
rode wijnazijn	3	el
extra vergine olijfolie	1	dl
zeezout en vers gemalen zwarte peper		

Hak de knoflook heel fijn met de kappertjes, de augurkjes, de ansjovis, 3 handjes peterselie, de basilicum en een flinke hand mint en doe alles in een kom. Doe de mosterd en de azijn erbij en roer er dan langzaam de olijfolie door tot je de juiste dikte hebt. Proef en doe er zoveel vers gemalen zwarte peper en wat zout bij dat de smaak uitgebalanceerd is. Misschien moet er ook nog wat azijn bij.

Gegrilde en gemarineerde groenten

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode paprika	1	st
gele paprika	1	st
middelgrote courgettes	1	st
venkelknol	1/2	st
kleine aubergine	1	
minipreitjes (hiervoor kunnen ook lente uitjes genomen worden)	6	st
zeezout		
extra vergine olijfolie		
basilicum, gebruik alleen de blaadjes	1/2	bs
vers gemalen zwarte peper		
kruiden- of wittewijnazijn	2	el
knoflook	1	teen

Was alle groenten. Leg de paprika's in een koekenpan en zet deze onder de grill en laat ze aan alle kanten zwart blakeren. Doe ze direct in een kom, dek ze af met vershoudfolie en laat ze afkoelen. Snijd de courgettes in de lengte in plakken van ongeveer een halve cm dik en doe hetzelfde met de venkel, bewaar het groen. Grill de courgette en venkel samen ongeveer 1 min. aan iedere kant tot ze een mooie kleur hebben. Ze moeten niet te zwart of te rauw zijn. Snijd de aubergines in de lengte in plakken van 1 cm. dik. Grill de plakken aubergine, draai ze 4 keer tot ze aan weerszijden mooi getekend zijn en leg ze op een theedoek. Kook de minipreitjes in water met zout beetgaar. Laat ze uitlekken, wrijf ze in met wat olijfolie en bak ze even na in een koekenpan. Verwijder het vel van de paprika's. Wrijf alle zwarte delen weg, verwijder de stelen en pitten en scheur het vruchtvlees in grote repen. Doe nu alle groenten in een grote kom. Wrijf ongeveer een kwart van de basilicumblaadjes met een flinke mespunt zout en peper in een vijzel met stamper tot een gladde pasta. Voeg er ongeveer 6 el olijfolie en de azijn aan toe en proef. Schenk dit mengsel over de groenten en meng alles snel zodat al de groenten bedekt zijn met dat heerlijke basilicum en gooi er de overgebleven blaadjes bij. Snijd de knoflook in hele dunne schijfjes en doe ze met het venkelgroen in de kom. Meng alles en serveer het op kamertemperatuur.

Frietjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardappelen (désirée, nicola of bintje)	1000	g
zeezout		

Snijd de aardappelen in plakken van 0,5 cm. dik en snijd die dan weer om de ½ cm in, zodat er frietjes ontstaan met een doorsnee van ½ x ½ cm. Was de gesneden aardappelen zodat ze niet aan elkaar plakken en droog ze goed af met keukenpapier. Verhit de olie tot 150 °C. Zorg dat de friet goed droog is, doe ze dan in porties in het mandje en dompel dat voorzichtig in de olie. Frituur de friet zonder dat ze verkleuren tot ze zacht aanvoelen. Laat ze goed uitlekken en strooi ze uit over een met keukenpapier beklede bakplaat. Afbakken: Verhoog de olietemperatuur naar 180 °C en bak de frietjes tot ze knapperig en goudkleurig zijn. Laat ze goed uitlekken en strooi er zeezout over. Verwarm de borden voor op 60 °C. Je legt een biefstuk met een champignon op ieder voorverwarmd bord en schept er een lepel salsa verde op. Daarna de groenten en de frietjes.

DESSERT Chocoladepudding uit de oven

Chocoladepudding uit de oven

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
couverture (70% cacaobestanddelen)	500	g
hete espresso	50	ml
boter, plus nog wat voor invetten	125	g
eieren, gesplitst	6	st
kristalsuiker	200	g
gemalen amandelen	100	g
rijstbloem	100	g
geroosterde, gehakte hazelnoten	50	g

Smelt 125 g chocolade met de koffie, verdeel dat over 12 ijsblokjesvormpjes en laat die in de diepvries bevriezen. Neem 12 metalen vormpjes en bestrijk die goed met boter. Zet ze in de koelkast en maak het deeg. Zet +/- 50 g chocolade apart voor de garnering. Smelt voor het deeg de overgebleven chocolade met de boter in een kom boven een pan kokend water. Klop in een andere kom de eiwitten met de suiker stijf. Schep het dooiermengsel door het afgekoelde chocoladebotermengsel en voeg de amandelen en de bloem toe. Spatel er tot slot voorzichtig het eiwit door. Verwarm de oven voor op 190 °C. Neem de vormpjes uit de koelkast en vul ze met een schepje van het deeg en duw er vervolgens een klontje bevroren koffie-chocolademix in. Dek dat af met het overgebleven deeg, zodat het ijs volledig is bedekt. Bak ze 18-20 min. in de voorverwarmde oven en haal ze heel voorzichtig uit de vorm. Smelt de chocolade tot ze lauwwarm is. Maak met een spuitzak dunne stengels op een met bakpapier beklede plaat. Een andere mogelijkheid is om met een langzaam rond draaiende fles een spiraalvorm te maken. Neem hier wat meer chocolade voor. Serveer ze onmiddellijk, bestrooid met de hazelnoten en voeg de garnering toe.