

# 2015 maart

Cuisine Culinaire Almere · Lente

---

**VOORGERECHT** Met brood gebakken sardines, saus van geitenkaas, tomaat, dille

---

## Met brood gebakken sardines, saus van geitenkaas, tomaat, dille

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bretonse sardines	10	
wit casinobrood	10	sneetjes
olijfolie	60	ml
chavroux-geitenkaas	300	g
kippenfond	40	ml
pomodori-tomaten	10	
dille	10	toefjes
peper		
zout		

Begin met de tomaten, die moeten zo snel mogelijk in de oven drogen. Verwarm de oven voor op 60°C. Ontvel de tomaten en verwijder het zaad. Snijd de tomaten vervolgens concassé. Droog de tomaten minstens 1 ½ uur in de oven. Fileer de sardines en bestrooi de sardinefilets aan één kant met peper en zout naar smaak. Gebruik een deegroller om het brood platter te maken. Leg de sardinefilets met de gekruide zijde op het plakje brood (twee filets per plakje brood, sardine niet over brood laten uitsteken!). Bak ze aan de broodzijde goudbruin in olijfolie. Draai ze om in de pan (vuur uit) om warm te houden met de broodzijde naar boven, zo blijft het brood knapperig! Verwarm de geitenkaas met de kippenfond en roer door tot een gladde massa. Plaats op het bord de vierkante stekers en vul met de gedroogde tomaten, tot een ½ cm dik. Leg de sardine met de broodzijde naar boven strak op de tomaat (zorg voor dezelfde grootte). Plaats de geitenkaassaus eromheen. Garneer met een toefje dille.

## Kalfswang

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kalfswang	400	g
laurier	4	blaadjes
tijm	4	takjes
knoflook	6	tenen
kalfsfond		

Maak de kalfswang schoon, snij vet, pezen en vliezen weg. Bak de kalfswang rondom aan samen met de afsnijsels tot mooi bruin. Voeg de laurier, tijm en knoflook toe en blus af met de jus de veau en laat garen. Ca. 5 kwartier in de snelkookpan. Laat het vlees iets afkoelen, verwijder de afsnijsels en snij het vlees in zeer kleine blokjes. Passeer de kalfsfond en bewaar.

## Salade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
chipolata aardappels	250	g
fran celine aardappels	250	g
olijfolie		
azijn		
peper		
zout		
eieren	3	
crème fraîche	200	g
granny smith appel	2	
rode wijnazijn	100	ml
suiker	10	g
kropsla, little gem	12	kleine blaadjes
rode uitjes	4	kleine
witte ui	1	
soja olie	200	ml
krul peterselie	20	blaadjes
glice		

Schil en snij de chipolata aardappels in blokjes van 1 cm. Schil en snij de Fran Celine aardappels in blokjes van 1 cm. Blancheer de beide aardappels apart tot deze gaar is, giet af en laat afkoelen op een doek. Maak een dressing van 3 delen olie en 1 deel azijn, zout en peper. Marineer beide aardappel soorten met weinig dressing. Kook de eieren gaar en maak er in de keukenmachine een crème van met de crème fraîche, breng op smaak en wrijf evt. door een zeef. Doe het over in een klein spuitzakje. Ontrok de rode uien, blancheer in 2 delen rode wijnazijn, 1 deel water en iets suiker. Snij de appel in fijne julienne. Besprenkel met citroen. Zet de olie op met de fijn gesneden witte ui en laat zacht trekken. Breng hoog op smaak. Blender de olie en zeef het. Bind de olie af met glice. Giet het over in een spuitflacon. Frituur de blaadjes peterselie tot ze krokant zijn. Laat uitlekken op papier. Vermeng de kalfswang met een beetje kalfsfond, portioneer op het bord. Verdeel de blokjes aardappel op het bord, daar tussen julienne van appel en de rode uitjes. Garneer verder af met kleine reepjes sla, peterselie en spuit dopjes ei-crème tussendoor. Spuit wat uien-olie er om heen.

## Aïoli

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	2	teentjes
grof zeezout	2	g
ei	1	groot
dijonmosterd	10	g
azijn		
olijfolie	125	g
zonnebloem olie	125	g
vers gemalen zwarte peper		
zout		
citroensap		
basilicum		

Meng de 2 oliën. Pureer in een vijzel de knoflook met het zeezout tot een pasta. Klop de eidooier met de mosterd en een scheutje azijn los en klop er onder voortdurend kloppen in een dun straaltje de olie bij. Wanneer de mayonaise klaar is, klop je de knoflook pasta er door. Proeven naar smaak en afmaken met peper en wat citroensap. Snijd een paar blaadjes basilicum in dunne reepjes en roer deze ook door de aioli. Reserveer.

## Bouillon met voorjaarsgroente

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
groentebouillon	1,5	liter
venkel	1	
haricots verts	100	g
tuinbonen	100	g
doperwtten	100	g
verse munt		
verse basilicum		
bosuitjes	4	bosuitjes
zout		
peper		

Maak een groente bouillon. Zeef de bouillon. Maak de mise en place: Snijd alle haricots verts in gelijke lengte (puntjes eraf), was de boontjes en blancheer de boontjes in de bouillon. Koel versneld terug en reserveer. Haal het groen uit de venkel en versnipper dit zonder stronkjes heel fijn en reserveer. Snij de venkel in lucifer formaat, gelijke lengte en grootte als de boontjes. Ook wassen en na de boontjes blancheren in de bouillon. Daarna versneld terugkoelen en reserveren. Blancheer de tuinbonen, koel af en reserveer. Idem met de doperwtjes. Scheur de munt in kleine stukjes en reserveer (je hebt een hand nodig). Scheur de blaadjes van de basilicum in kleine stukjes en reserveer (je hebt een hand nodig). Snijd de bosui in kleine ringetjes. Proef de bouillon, als te flauw iets zout en peper toevoegen.

## Zalm

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zalmzijde met vel	1	kg
olijfolie		
zout		
peper		
basilicum		

Trek het vel van de zalm, snijd dit in 10 repen en droog de repen tot krokant tussen 2 siliconenmatjes in de oven. Snijd de zalm in 10 gelijke moten. Snij de basilicum in kleine reepjes/stukjes en vermeng deze met de olijfolie. Strooi peper en zout op de zalm en bestrijk de zalm met de kruidenolie. Breng de bouillon aan de kook en kook de venkel 3 minuten in de bouillon, voeg daarna de boontjes toe en voeg na 2-3 minuten de tuinboontjes en doperwtjes toe. Laat nog 1 minuut doorkoken. De groente moet niet te gaar worden, maar ook niet al te knapperig. Tegelijkertijd: Bak de zalm in een koekenpan aan de boven en onderkant mooi knapperig. Begin met de velkant. Verdeel de groente (uit de bouillon geschept) over de borden. Leg er een moot zalm overheen en schep de bouillon over de groente. Voeg de basilicum, de bosui en de munt toe. Garneer de aïoli over de zalm, zonder dat deze in de bouillon komt. Bestrooi met nog wat venkelgroen.

**Gevuld parelhoenboutje met gekonfijte knoflook en pancetta**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
parelhoenderen	5	
knoflook	5	bollen
olijfolie		
ui	2,5	
kruidnagels	4	
laurierblaadjes	2	
zuurkool	350	g
sherry	200	ml
pancetta	250	g
grote roseval aardappels	600	g
sinaasappels	2	
zout		
versgemalen witte peper		

Fileer de parelhoenbouten en maak van de botten een fond. Zeef de fond en laat inkoken. Snijd de knoflookbol doormidden en bestrijk de snijvlakken met wat olijfolie. Verpak in aluminiumfolie en laat in een voorverwarmde oven 180°C in 40 minuten poffen. (Niet op bakblik leggen, want dan brandt het aan, dus rooster gebruiken). Fruit de gesnipperde ui in olijfolie tot deze is gekaramelliseerd en voeg kruidnagel, laurier en de wat fijner gesneden zuurkool toe. (Zuurkool uit laten lekken, niet spoelen). Giet de sherry erbij en laat dit zachtjes 20 minuten stoven tot de zuurkool beetgaar is. Laat in een kom wat afkoelen. Verwijder kruidnagel en laurier. Neem de gefileerde bouten, binnenzijde kruiden met peper, hierna in het midden vullen met de zuurkool zodanig dat de filet wel dichtgevouwen kan worden. Afhankelijk van het inkoopproduct: snij de pancetta in dunne plakken, vervolgens rol de pancetta rondom de boutjes zodat de vulling er niet kan uitlopen, eventueel opbinden met slagerstouw. Leg de boutjes tegen elkaar aan in een met olijfolie ingevette ovenschaal en bak in circa 30 minuten in een voorverwarmde oven van 200°C gaar, na 15 min. de bouten keren. (Kerntemperatuur 62 °C). Snijd (evt. op snijmachine of mandoline) de aardappels in dunne plakjes. Gebruik van 2 sinaasappels de schil om zestes te maken en pers 1 sinaasappel uit. Leg de schijfjes dakpansgewijs in 10 rozetten op een of meerdere bakplaten met daarop een matje en daarop vetvrij papier. Meng de sinaasappelsap met 2 eetlepels olijfolie en bestrijk hiermee de aardappel rozetten. Mag best goed vochtig zijn. Bestrooi met zout en sinaasappelzestes (houd wat achter voor garnering) en bak hoog in de oven de laatste 20 minuten met de parelhoen mee. (NB door het vocht zullen de rozetten eerder gekookt worden dan gebakken, dat is ook de bedoeling). Druk de knoflook uit de schil en pureer dit met de aanhangende olie door een fijne zeef, breng op smaak met zout en peper. Plaats op een bord een rozet aardappelen. Het eenvoudigste doe je dit met een brede en dunnen spatel. Snij de parelhoenfilet schuin middendoor en gebruik 1 helft per persoon, schik deze op de aardappelrozet. Garneer met de knoflookpuree, parelhoenjuszest en zestes.

**DESSERT** Citroenmaanzaadcake met een frisse hangop, bavaroise van framboos, compote van mango & passievrucht, gemarineerde peer met daarbij een gelei van pitahaya

---

### Citroenmaanzaadcake

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bloem	200	g
boter	200	g
suiker	200	g
bakpoeder	8	g
hele eieren	4	st
blauwmaanzaad	100	g
citroen (sap en fijn geraspte schil)	1	st

Verwarm de oven voor op 180°C. Smelt de boter op laag vuur. Meng de bloem met de suiker en het bakpoeder. Roer de eieren erdoorheen en voeg daarbij de boter toe. Voeg het citroensap en de schil toe aan het beslag. Bekleed een ondiep bakblik met bakpapier. Vervolgens schep je het beslag in een spuitzak. Spuit het beslag egaal en vingerdik op het bakpapier. Bak de cake gedurende 8 à 10 minuten in de oven.

### Hangop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
uitgehangen magere yoghurt	250	g
kaasdoek		

Doe de yoghurt in een kaasdoek en hang deze op. Zet er een bak onder zodat de yoghurt kan uitlekken.

### Schuimpjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eiwitten	2	st
kristalsuiker	65	g
poedersuiker	65	g
maïzena	5	g

Reserveer een oven op 100°C. Maak een metalen bekken vet vrij met citroen en zout. Na spoelen met heet water. Klop de eiwitten een paar tellen los en voeg daarna al kloppend de kristalsuiker toe. Blijf doorkloppen tot stevige pieken. Vermeng de poedersuiker en maïzena en spatel dit in drie stappen door het geslagen eiwit. Vul een spuitzak met de massa. Spuit op bakpapier dotjes eiwit, enkele kleine en enkele wat grotere. Er is voldoende voor twee bakplaten. Droog de schuimpjes ongeveer 1 uur in een oven van 100°C.

## Suikerstroop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
suiker	700	g
water	700	ml

Breng het water met de suiker aan de kook. Afschuimen en laat afkoelen.

## Compote van mango en passievrucht

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
passievruchten pulp	8	st
grote mango	1	st
suikerstroop	100	ml
agar-agar	1	g

Schil de mango. Snij daarna de mango in brunoise. Bak de mango kort in een hete pan. Voeg de passievruchtpulp samen met de suikerstroop toe en zet daarna het vuur laag. Laat dit 10 à 15 minuten rustig inkoken. Voeg daarna al roerend de agar-agar toe, en laat het minimaal 2 minuten zachtjes doorkoken. Haal de mango-passiecompote van het vuur en laat deze afkoelen in de koeling.

## Bavaroise van framboos

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
blaadjes gelatine	4,5	st
room	250	ml
suikerstroop	100	ml
framboos-diepvries	250	g

Week de bladgelatine in koud water. Doe de frambozen, de suikerstroop en het citroensap in een pan. Zet de pan op het vuur en verwarm het mengsel tot het kookpunt. Laat enkele minuten zachtjes doorkoken en wrijf het door een bolzeef. Knijp de gelatine uit.