

# 2019 maart

Cuisine Culinaire Almere · Lente

---

**VISGERECHT** Teradito van heilbot met strooisel van pistache, venkel, limoen en avocado olie

---

## Teradito van heilbot

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
heilbot, rugstuk	800	g
limoenen	2	st
citroenen	2	st
avocado's	2	st
olijfolie		
kappertjes	50	g
frituurolie		
pistachenootjes	40	g
venkelzaad	10	g
sumak	10	g
dille	10	takjes
avocado olie		
zwarte peper		

1. Fileer de vis en verwijder het vel en vries de heilbot licht aan (moet stijf aanvoelen). 2. Rasp de limoenen en citroenen, bewaar koel. 3. Pers de limoenen en citroenen, meng beide sappen en bewaar koel. 4. Maak een mouse van de avocado's met een beetje olijfolie. 5. Droog de kappertjes en frituur ze op 180°C. 6. Rooster de pistachenootjes en hak ze grof. Bewaar. 7. Rooster het venkelzaad 1 minuut en stamp fijn in een vijzel. Bewaar. 8. Doe de sumak in een bakje. 9. Rits de dille takjes af en snij de topjes grof, bewaar. 10. Kwast het bord in met de avocadomousse. 11. Snijd de filets in dunne plakjes, stand 8 op de snijmachine. 12. Verdeel de plakjes heilbot over de bordjes en besprenkel met ½ van het citroen/limoensap. 13. Verdeel de limoen-citroenrasp over de vis. 14. Bestrooi de vis met pistachenootjes, venkelzaad en sumak. 15. Verdeel de dille over de vis en besprenkel met avocado olie. 16. Ten slot draai er zwarte peper over en verdeel de kappertjes erover. 17. Zet het restant van de het citrussap op tafel.

## Langoustine crème

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
langoustines (maat 8-12)	10	st
maisolie	15	g
ui	25	g
wortel	50	g
droge witte wijn	150	ml
cognac	35	ml
tomatenpuree	45	g
gepelde tomaat (blik)	200	g
knoflook	1	teen
prei	1	st
bouquet garni		
dragonstelen	3	st
witte peperkorrels	2	st
bleekselderij	0.5	stengel
dragonazijn	15	ml
noilly prat	35	ml
unique xanthan	3	g

1. Spoel de langoustines schoon. Breek de staarten eraf en verwijder het vlees, verwijder het darmkanaal, reserveer koel.
2. Hak de pantsers fijn en snij de groenten tot brunoise, van de prei alleen het wit.
3. Verhit de olie in een wijde pan en fruit de pantsers al roerende op hoog vuur tot het vrijgekomen vocht geheel verdampt is (is hoorbaar!).
4. Afblussen met cognac en laten inkoken.
5. Voeg de brunoise van de groenten toe en fruit deze gedurende enkele minuten mee op hoog vuur.
6. Afblussen met de witte wijn en volledig laten inkoken. Voeg de geprakte tomaten, het sap en de tomatenpuree toe. Kook de massa al roerend op een hoog vuur tot het vocht is ingekookt.
7. Voeg 100 ml koud water toe en laat op een hoog vuur al roerend volledig inkoken. Tot bijna droog.
8. Schenk nu zoveel koud water in de pan dat de massa is bedekt met 1 cm water (boven de massa), voeg de geplette knoflook en de gekneusde peperkorrels, dragonstelen en bouquet garni toe.
9. Breng het geheel aan de kook, schuim af en houd 15 min tegen de kook aan.
10. Laat even rusten, passerdoor een fijn puntzeef. Ontvet de coulis. Kook nog in tot gewenste sterkte. Breng op smaak met dragon azijn en Noilly Prat.
11. Zeef nogmaals en bind met Xanthan en laat snel terug koelen tot lauwwarm.
12. Doe de crème in een spuitzakje.

## Aardpeer

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardperen	5	st
citroen	1	st

13. Schil de aardperen en snijd deze in julienne. 14. Leg ze direct in water met citroen om verkleuren te voorkomen. 15. Laat uitdruipen en maak aan met een dressing van citroen en olijfolie, zout en peper.

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
citroen	0.5	st
bergamotolie		
olijfolie		
borage cress	1	bakje
zout		
peper		

16. Zet de bolglazen lauw/warm klaar. Rasp de citroen. 17. Dep de langoustines droog, iets olijfolie, peper en zout. 18. Leg ze op een metaal plaatje en brand ze rondom, leg ze eventueel 3 minuten in een oven van 120 °C. 19. Plaats in de bolglazen een gebrande langoustine en de julienne van aardpeer. 20. Spuit een flinke toef langoustine crème in het glas. 21. Bestrooi met citroen rasp en verstuif bergamotolie vermengd met olijfolie. 22. Maak af met wat blaadjes Borage cress.

**Risotto balletjes**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
groentebouillon	1500	ml
wortel	100	g
bleekselderie	100	g
prei	100	g
sjalot	50	g
risottorijst	250	g
knolselderij	75	g
zout	5	g
parmezaanse kaas	50	g
pesto	35	g
pittige gorgonzola	150	g
fijn paneermeel	150	g
eiwit	150	g
panko	200	g
frituurolie		

1. Verwarm de bovenste oven voor op 180°C. 2. Maak 1000 ml groentebouillon volgens basisreceptuur, plus 500 ml voor de tomatensaus. 3. Snijd de sjalot fijn, de knolselderij brunoise en fruit deze aan zonder te kleuren. 4. Voeg de risottorijst erbij en fruit mee. 5. Voeg de groentebouillon toe en het zout, breng aan de kook en dek af met bakpapier en een deksel. 6. Plaats de pan in de oven gedurende 16 minuten om de rijst te laten garen of gebruik de conventionele manier om risotto te maken. 7. De lauwwarme risotto mengen met pesto en de geraspte Parmezaan. 8. Weeg 30 porties af van 15 gram. Druk hierin 5 gram Gorgonzola en rol er bolletjes van. Laat opstijven. 9. Rol de bolletjes eerst door het fijne paneermeel, haal dan door losgeroerd eiwit en dan door de panko. Dan nogmaals door eiwit en panko. 10. Frituur op het laatst op 180°C.

## Tomatensaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
vleestomaten	500	g
knoflook	3	teen
sjalot	75	g
tijm	3	tak
gedroogde tomaat	15	g
tomatenpuree	35	g
room	125	ml
groenten bouillon	500	ml
crème fraîche	50	g
basilicum	3	g
peper & zout		

11. De sjalot, tijm en knoflook aanzweten in olie en dan de gedroogde tomaat en tomatenpuree toevoegen. 12. Snijd de tomaat in parten, voeg toe en mee aanzweten. 13. Als de vleestomaat vocht gaat verliezen de room, crème fraîche en groentebouillon toevoegen. Dit samen garen en inkoken tot de juiste dikte. 14. De basilicum toevoegen, hierna blenderen en op smaak brengen met peper en zout. 15. Zeef de saus.

## Dragonolie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
maisolie	100	ml
dragonblaadjes	50	g

16. De dragonblaadjes kort blancheren, drogen en dan blenderen met de olie en laat dit 10 minuten draaien. 17. Zeef en doe over in spuitflacon.

## Garnituren

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
groene courgette	2	st
gele courgette	2	st
rode paprika	2	st
maisolie	100	ml
grote champignons	5	st
peper en zout		

18. De rode paprika schillen en konfijten in de maisolie, hierna grillen en in puntjes snijden. 19. De groene courgette in lange linten snijden/schaven en grillen op een hete plaat. 20. De gele courgette in dunne plakken snijden en grillen en evt. nagaren in de oven of warmhoudkast. 21. De grote champignons schillen, ontdoen van de steel, in plakken snijden en grillen op een hete plaat, hierna 2 min. verder garen in een oven van 150°C.

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
frituurolie		

22. Frituur de risotto balletjes, laat uitdruipen op papier, steek 3 balletjes aan een pen. Plaats op een bord. 23. Maak grote druppels tomatensaus rondom de balletjes, druppel hierop de dragonolie. 24. Garneer hier omheen de gegrilde groentes, druppel nog wat olie overheen.

### Sukade flat iron

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
black angus sukade, flat iron	1200	g
kalfsfond (volgens basis receptuur)	600	ml
grof houtskool		

1. Verwarm het sous-vide bad voor op 52 °C. 2. Snijd zorgvuldig het vet van de sukade af. 3. Ontvries de sukade, snijd de (sukade)pees eruit, je houdt nu 2 delen over. 4. Bewaar de afsnijfels voor de saus. 5. Portioneer in 2 porties voor 5 personen, of 3 x 4. 6. Vacumeer de porties separaat en bereid ze sous-vide op 51,7 °C voor 50 minuten. 7. Haal de steaks uit de vacuumzak, droog het vlees en laat afkoelen. 8. Maak de Green Egg gebruiksklaar. 9. Bak de afsnijfels goed aan en voeg toe aan de kalfsfond. 10. Passeer na 3 uur de kalfsfond, laat inkoken tot saus dikte.

### Pommes Alumettes

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
grote stevige aardappels	5	st
frituurolie		

11. Was en schil de aardappels. 12. Schaaf op de mandoline maat lucifer de aardappels. 13. Frituur in tweeën de aardappels goudbruin en droog knapperig. 14. Bewaar onder de warmhoud lamp.

### Prei, paddenstoel, gewelde prei, koningsoesterzwam, pata negra ham

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
grote eryngii	10	st
dunne preitjes	10	st
gedroogde ham	10	plak
boter	100	g

15. Droog de plakken ham in de oven op 90 °C. 16. Snijd van de preitjes het groene deel af. Pel het buitenste blad af. 17. Stoof in wat boter en bevochtig met groentebouillon, houd de prei al dente. 18. Breng op smaak met peper en zout. 19. Borstel de Eryngii schoon, snij ze in de lengte door.

### Tot slot

20. Frituur de Alumettes en zout deze op het laatste moment. 21. Grill de Flat Iron sukade 2x3 minuten op de hete, 300° C, Green-Egg, maak mooie streepjes, grill ook op de Eryngii mee met mooie streepjes. 22. Trancheer de Flat Iron in vinger dikke plakken en leg deze zodanig op het bord dat de boven zijde te zien zijn. 23. Portioneer de prei 3 stukjes. 24. Monteer de kalfsjus met klontjes koude boter. 25. Dresseer het bord verder naar eigen inzicht.

## Mandarijnijs

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
mandarijnen	6	st
boter	150	g
suiker	160	g
gelatine	2	blok
eidooiers (eiwitten naar 3)	5	st

1. Klaar de boter. 2. Week de gelatine in ruim koud water. 3. Pers de mandarijnen uit en vul aan met water tot 500 ml vocht. 4. Snijd de witte binnenschil uit de mandarijnen en snijd de schillen fijn en verbrijzel ze in de vijzel tot se vochtig worden door de vrijkomende sappen. 5. Doe de stukjes schil met de geklaarde boter in een pan en laat 15 minuten trekken op een laag vuur. 6. Zeef de boter uit de schil maar wrijf het sap er niet uit. (Anders krijg je bittere smaken in je compositie.) 7. Verhit het mandarijn/water met de suiker tot deze oplost. Knijp de blaadjes gelatine goed uit en los op in deze suikerstroop. 8. Laat de dooiers draaien in de keukenmachine en schenk de warme gesmolten mandarijnenboter er in een dunne straal op totdat alle boter is opgenomen. 9. Voeg daarna geleidelijk de suikerstroop toe. 10. Laat de ijscompositie afkoelen en draai er een smeug ijs van in de ijsmachine. 11. Vul de halve bol siliconen vorm met het ijs en vries in.

## Vadouvan hangop

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
geitenyoghurt	350	ml
poedersuiker	50	g
vadouvan (euroma)	2	g

12. Hang een fijne bolzeef boven een bak, leg hierin een kaasdoek en schenk de yoghurt hierop en laat uitdruipe. 13. Zeef de Vadouvan kruiden indien het een grove variant is. 14. Zodra de yoghurt geheel uitgelekt is, vermengen naar smaak met poedersuiker en Vadouvan. 15. Bewaar in een spuitzakje en zet koud weg.

## Dropgel

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
trekdrop	15	st
water	150	ml
agar agar	2	g
steranijs	1	st

16. Snijd de trekdrop in kleine stukjes. 17. Maal een hele steranijs fijn, vermeng met het water en agar. 18. Verwarm het water, voeg de stukjes trekdrop toe en houd tegen de kook aan tot de drop volledig is opgelost. 19. Zeef het geheel door een fijne zeef, giet een dunne laag en laat opstijven. 20. Laat opstijven in de koelkast. 21. Steek er ronde/vierkante vormen uit.

## Kardemom crumble

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
boter	50	g
suiker	50	g
bloem	50	g
kardemompoeder	5	g
gemberpoeder	5	g
zout		

22. Zachte boter met de mixer luchtig vermengen met de suiker. 23. Het meel en de kruiden erdoorheen mengen en kruimels er van maken met koude handen. 24. Uitrollen op een met bakpapier beklede bakplaat en afbakken op 160 °C. 25. Af laten koelen en verkrumelen.

## Presentatie

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
atsina cress		

26. Neem koude diepe borden. 27. Plak twee halve ijsbollen op elkaar. 28. Strooi op de plek van het ijs de crumble, en daarop bol ijs. 29. Spuit dotjes hangop en leg drop-gel vormpjes rondom. 30. Dresseer enkele blaadjes Atsina Cress.