

# 2022 juli

Les Amis de Cuisine Den Haag · Zomer

---

## Komkommer-yoghurtmousse

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
griekse yoghurt	500	g
komkommers	3	
korianderzaadjes	1	el
mierikswortel	½	potje
peper, fleur de sel		

Schil de komkommers, verwijder de zaadlijsten en pureer in de keukenmachine tot pulp. Laat de pulp uitlekken in een bolzeef. Meng daarna door de yoghurt. Vijzel de korianderzaadjes. Breng het komkommer-yoghurtmengsel op smaak met de mierikswortelpuree, fleur de sel, peper en de koriander. Doe in een spuitzak en zet koel weg tot gebruik. Let op: op smaak brengen

## Zeekraal

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zeekraal	200	g

Verwijder de harde onderstukken van de zeekraal. Blancheer de zeekraal 30 seconden in kokend water (zonder zout), giet af en spoel direct koud. Laat goed uitlekken en bewaar in de koelkast.

## Aardappel galettes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
middelgrote nicola aardappels	4	

Verwarm de oven voor op 150°C. Schil de aardappels en schaf ze op de mandoline in papierdunne plakken. Leg de plakken aardappel op een met bakpapier beklede bakplaat en bak in ca. 20 minuten goudbruin en krokant. Controleer en indien goed uit de oven halen en op bakpapier wegzetten tot gebruik.

## Haring

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
hollandse nieuwe (gefileerd)	12	

Snijd de haring in stukjes van 1 cm. Haal evt. graatjes er uit. Zet koud weg tot gebruik.

## Eindbereiding

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
granny smith appel	1	
bieslook	¼	bosje

Snijd de appel in ragfijne reepjes en knip wat bieslook in stukjes. Besprenkel de appel met wat citroensap tegen het verkleuren. (daarom op het laatste moment, vlak voor uitserveren).

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
smalle, langwerpige borden		

Spuit de yoghurt-komkommermousse in een lange streep over het midden van het bord. Bedek afwisselend met stukjes haring, zeekraal, appel en bieslook. Steek er de aardappel galettes tussen zodat deze omhoog staan.

## Mise en place

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
tasty tommy's of 30 rijpe tros tomaten	40	
sjalotten	3-4	
bladpeterselie	1/2	bos
kleine augurken (cornichons)	20	
kappertjes	4	el

Ontvel de tomaten; snijd met een mes een ondiep kruisje bij de steelaanzet van de tomaten. Dompel ze circa 60 seconden in kokend water en schep ze daarna direct in ijs water. Haal de velletjes van de tomaten. Snijd de tomaten in vier parten en verwijder de zaadlijsten. Bewaar het sap en de zaadlijsten voor de ketchup. Snijd het vruchtvlees van de tomaat in fijne gelijkmatige blokjes (0,5 cm) en zet apart. Pel en snipper de sjalot ragfijn en zet apart. Pluk en hak de peterselie fijn en zet apart. Snijd de augurkjes ragfijn en zet apart. Spoel de kappertjes in een zeef af met koud water, laat uitlekken en zet apart.

## Tomaten ketchup

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
zaadlijsten en sap van de tomaten		
sherryazijn		klein scheutje
bruine suiker		klein schepje

Doe de zaadlijsten en sap van de tomaten in een klein pannetje, voeg een klein beetje azijn en suiker toe. Breng op laag vuur zonder deksel aan de kook. Laat even koken, passeer door een zeef, druk goed uit en laat verder indampen tot stroperige dikte. Laat afkoelen.

## Olijven tapenade

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
taggiasche olijven (zonder pit)	1	klein potje
extra vierge olijfolie		

Hak de olijven ragfijn en meng door de extra vierge olijfolie.

## Kappertjes

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
kappertjes	1	potje

Spoel de kappertjes goed af. Laat ze uitlekken op keukenpapier en dep ze zorgvuldig droog. Verhit een flinke laag olie in een koekenpan en bak daarin de kappertjes 1 tot 2 minuten. Schep ze met een schuimspaan uit de pan en laat ze uitlekken op keukenpapier.

## Crostini

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
knoflook	10	tenen
gesneden casino witbrood (bevroren)	¼	

Pel de knoflook. Haal het ¼ casino wit uit de vriezer. Wrijf/ rasp de knoflook op de nog bevroren boterhamen, circa 1 teen per snee. Laat ontdooien, snijd de korsten weg en diagonaal door het midden. Rooster de crostini in een oven tot goudbruin en krokant.

## Steak tartaar tomaat

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zelfgemaakte ketchup		
worcestersaus		
tabasco		
dijonmosterd		
gerookt zout & peper		

Meng de tomatenblokjes met naar smaak de ragfijne sjalot, peterselie, augurk en de kappertjes. Breng op smaak met de zelfgemaakte ketchup, Worcestersaus, Tabasco, Dijon mosterd, gerookt zout en peper.

## Kwartel eitjes

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
kwarteleitjes	16	

Smeer een poffertjespan royaal in met olie. Maak de eitjes open en giet een beetje van het eiwit in een bakje, dit wordt niet gebruikt. Doe de dooier met wat aanhangend eiwit in de koude poffertjes pan. Vlak voor uitserveren de poffertjespan 1-2 minuten op hoog vuur. Als het eiwit gestold is, is het eitje klaar.

## Eindbereiding

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
oude overjarige kaas	200	gram
tuinkers	2	bakjes

Rasp de oude kaas. Knip de tuinkers.

## Presentatie

Verdeel de tomaat steak tartaar in een ringvorm op borden en druk iets aan. strooi een beetje kaas over de steak tartaar. Strooi tuinkers en wat gefrituurde kappertjes er over. Leg een gebakken kwarteleitje er boven op. Lepel de olijven tapenade rondom. Op de rand van het bord de crostini serveren.

## Curry pasta

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
ui	75	g
knoflook	4	teentjes
gember van ca. 2 cm	1	stuk
rode pepers zonder zaadjes	2	
citroengras	1	stengel
verse koriander	12	g
biologische limoen	1	zeste van
zonnebloemolie	65	ml
vissaus	1 ½	el
trassi (garnalenpasta)	½	tl
paprikapoeder	1	el
korianderzaad	¼	tl
kurkuma	½	tl
komijnpoeder	½	tl
zout		snufje

Pel uien, gember, citroengras en knoflook. Snijd alles fijn. Haal de zaadjes uit de rode pepers en hak het vruchtvlees fijn. Doe alle ingrediënten in een blender en pureer tot een gladde pasta. Proef om te controleren of de smaak goed is. Als het te flauw is wat extra vissaus toevoegen. Als het te zout is wat limoensap toevoegen. Als het te zuur is wat suiker toevoegen. Als het te pittig is wat kokosmelk of een beetje yoghurt toevoegen. De curry pasta kun je ca. 2 weken in de koelkast bewaren. Of vries ze in kleine porties in, steeds precies genoeg voor één gerecht.

## Schuimsoep

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
citroengras	4	stengels
sjalotten	5	
knoflook	3	teentje
prei, alleen het witte deel	250	g
kaffir blaadjes	5	
venkel	150	g
korianderkorrels	20	g
gember	40	g
tandooripoeder	2	el
rode curry pasta	2-3	tl
witte wijn	250	ml
noilly prat	100	ml
gevogelte fond	1200	ml
ongezoete kokosmelk	400	ml
zeezout, peper		
slagroom (of minder)	75	ml
citroensap		
lecithine poeder	2	tl

Citroengras, sjalotten, knoflook, prei, limoenblad, venkel, korianderkorrels en gember in de arachideolie kort aanbakken. Tandoori poeder en currypasta toevoegen, even laten bakken om smaken uit de curry pasta vrij te laten komen. Met witte wijn en Noilly Prat afblussen en voorzichtig tot een derde inkoken. Gevogeltebouillon en kokosmelk toevoegen en de kruiden. De soep ca. 20 minuten laten koken, dan door een fijne zeef passeren. Slagroom en lecithine toevoegen. Met zout, peper en citroensap op smaak brengen en met de Bamix opschuimen.

## Garnalen en salade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
garnalen (16/20 – diepvries, zonder koppen, gepeld en darmkanaal verwijderd)	34	
olijfolie		
mango (eetrijp!)	1	
rode paprika	1	
sushi azijn	3	el
lente-uitjes	4	
koriander	½	bos
koriander korrels, licht geperst	½	tl
kaneelpoeder	1	mespunt

Garnalen ontdooien en schoonmaken (zonder koppen, gepeld en darmkanaal verwijderd). Aan de onderkant langs tot de helft met een scherp mes in snijden zodat deze tijdens het bakken opkrullen. Op keukenpapier drogen en koel bewaren. Paprika's schoon maken en in vieren snijden. Bij vol vermogen in de magnetron ca. 1-2min garen. In een plasticzak laten afkoelen. Vel aftrekken en paprika vervolgens in piepkleine blokjes snijden. Mango schillen en ook in piepkleine blokjes snijden. Van de lente-uitjes het witte en licht groene deel in dunne ringen snijden. Korianderblaadjes fijnsnijden. Van mango, paprika, uien, koriander, rijstazijn en kaneel een salade bereiden. Met zout en peper op smaak brengen.

## Soepstengels

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bladerdeeg (diepvries)	1	pak
eieren	2	
bloem		
geraspte gruyère kaas	100	g
koriandergroen		Handje

Leg de plakjes bladerdeeg weinig overlappend naast elkaar en rol het uit. Hak de koriander klein. Bestrijk de lap met het losgeklopte ei, bestrooi met de kaas en koriandergroen, druk licht aan en snijd de lap in repen van 20 x 1½ cm. Draai de repen bladerdeeg tot spiralen en bak in het midden van de oven bij 200C in 10 min goudbruin.

## Eindbewerking

Het koriandergroen kort voor het uitserveren klein snijden. Garnalen verdelen over drie antiaanbakpannen. In 2 x 2 min, in olijfolie met een gesnipperde knoflookteen bakken. De garnalen moeten aan de binnenkant nog glazig zijn. Op keukenpapier laten uitlekken. Kruid met peper en fleur de sel. Houd warm onder de warmhoudbrug, maar laat niet verder garen.

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
diep voorverwarmde bord		

Vul een 4 cm ring met de mangosalade ca. ½ cm hoog in het midden van een diep voorverwarmd bord. Gebruik een cocktail stamper om salade vast te drukken. Zet twee garnalen kruislings op de salade. Schuim de soep op. Schenk ca. 80ml rond om de salade. Decoreer met koriander blaadjes. Serveer met een soepstengel.

## Courgettemedaillon

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
courgettes	5	
rode uien	3	
kastanjechampignon	200	g
pistachenoten	150	g
oude kaas	150	g
heel ei		scheutje
eventueel paneermeel		

De courgettemedaillons worden gemaakt door 2 brede plakken courgette in een kruis te leggen en leg in het midden een flinke lepel vulling. Klap de uiteinden over de vulling terug en met de uiteinden naar beneden op een bakplaat. Snijd de courgettes in 32 plakken (Japanse mandoline) van 2 millimeter. Snijd de uien, paddenstoelen en 250 gram overgebleven courgette in zeer fijne brunoise. Hak de pistachenoten in stukjes. Bak de champignons aan, voeg later de ui toe en bak gaar. Voeg daarna de courgette en de pistachenoten toe en bak het mengsel even rondom aan. Meng 150 gram geraspte kaas erdoor. Naar smaak peper en zout. Als mengsel is afgekoeld wat heel ei doormengen tot 'het net nat' is. Mocht de vulling wat te vochtig zijn dan wat paneermeel toevoegen om te binden. Maak de medaillons en bestrijk licht met wat olie. Bak in een oven van 180°C voor circa 15 minuten.

## Crème anglaise van geroosterde knolselderij

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
knolselderij	2/3	
room	300	ml
lichte kippenbouillon	300	ml
karwijzaad	1	tl
eierdooier	60	g
zout, witte peper		

Snijd de knolselderij in kleine stukjes. Rooster de knolselderij in een oven op 200°C voor 25 minuten. Doe de knolselderij, lichte kippenbouillon, kookroom en karwijzaad in een pan en verwarm tot tegen de kook om de vloeistof te infuseren. Laat minimaal 1 uur infuseren. Zeef de vloeistof en weeg 250 gram af. Voeg het eigeel toe en gaar au bain-marie tot een hartige crème anglaise. breng op smaak met zout en witte peper.

## Gefrituurde knolselderij

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
knolselderij	1/3	
arachideolie		
ras el hanout		

Snijd de overgebleven knolselderij in 1 mm dikke julienne. Frituur de knolselderij in een hoge pan met iets arachideolie olie tot licht bruin, laat na drogen in de warmhoudkast. Breng op smaak met zout.

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
voorverwarmde borden		

Een medaillon in het midden van een bord, er tegen wat crème anglaise. Werk af met gefrituurde knolselderij.

## HOOFDGERECHT Lamsrack met kruidenkorst met groene groenten en hasselback aardappeltjes

### Saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
lamsschenkel	1	kilo
bleekselderij	2	stengels
wortel	100	g
prei	1	
uien	2	
witte wijn	300	ml
laurierblaadje	1	
tijm	5	takjes
peperkorrels	10	

Snijd de groenten fijn. Snijd het vlees van het bot. Bak het vlees en de botten in een snelkookpan bruin aan, blus af met wat witte wijn. Schraap alle aanbaksels los en laat het vocht verdampen. Bak nogmaals aan, voeg de groente toe en blus af met wat witte wijn, schraap aanbaksels los. Voeg de kruiden en 1 liter water toe, sluit af met de deksel en laat voor tenminste 1 uur trekken. De temperatuur goed afstellen, gebruik warmhoudplaat. Voorkom dat de pan stoom (te veel) afblaast, dan is de druk te hoog. Haal na de bereidingstijd de druk van de pan (voorzichtig wat koud water over de zijkant van de deksel laten lopen). Zeef de bouillon, druk voorzichtig uit, ontvet de bouillon (zie tip). Kook de bouillon langzaam in tot circa 200 ml (1/5 tot 1/8). Zet weg tot uitserveren. Tip: de bouillon in de saus/soepdispenser schenken, het vet laten opdrijven en dan bouillon onder het vet weg laten lopen.

### Hasselback aardappelen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
aardappelen (vastkokend, ± zelfde grootte 16 stuks)	250	g
knoflook	20	tenen
roomboter	250	g
olijfolie		

Maak de knoflook schoon en halveer de tenen knoflook. Schil de aardappelen en snijd de aardappelen in de lengte door midden. Leg een aardappel helft met de platte kant naar beneden tussen twee dunne snijplanken en maak met een scherp mes rechte inkepingen in de aardappel, ongeveer 3 mm van elkaar af, maar snijd de aardappelen niet helemaal door (de dunne snijplanken houden het mes tegen). Onderwater zetten om verkleuring te voorkomen. Bekleed een ovenschaal, met opstaande randen, met bakpapier en leg de aardappels erin. Besmeer de aardappels royaal met roomboter en breng op smaak met zout. Circa 80 min in de oven op 160°C bakken (afhankelijk van de grootte van de aardappel). Elke 10 min de aardappelen instrijken met boter en braadvocht uit de oven schaal en dan meteen weer terug in de oven. Na 30 min de knoflooktenen over de schaal verdelen. Zodra gaar uit de oven, 15 min voor uitserveren weer opwarmen.

## Lamsracks

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
lamsracks, frenched (totaal 32 koteletten)	3	
peper		
aluminiumfolie		
kook vacumeerzakken		

Snijd vet weg. Kruid de lamsrack met peper en zout. Bekleed de botkant met dubbel gevouwen aluminiumfolie (om te voorkomen dat deze de kookzak lek prikken). Vacumeer de lamsracks individueel in een kookzak. Gaar de lamsrack voor 60 minuten voor uitserveren in de sousvide op 61°C.

## Kruidenkorst

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
witbrood	10	sneden
basilicum	1	bosje
bladpeterselie	1	bosje
tijm	12	takjes
parmezaanse kaas	50	g
zachte boter	200	g
zout en peper		
bakpapier		

Snijd de korsten van het brood. Pluk de blaadjes van de kruiden. Hak in de magimix de kruiden samen met wat brood tot fijn kruim. Voeg de geraspte Parmezaanse kaas toe. Prak in een kom het kruim door de boter en voeg een beetje zout en peper toe. Er ontstaat een nogal dik en compact soort deeg. Leg het tussen twee stukken bakpapier. Rol het kruidendeeg uit tot een rechthoek zo groot als de bovenkant van het lamsrack en bewaar in de koeling.

## Groene groenten

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
romanesco	1	
haricots verts	200	g
groene asperges	1	bosjes
verse tuinbonen	1250	g

Maak de groente schoon. Snijd van de romanesco mooie roosjes en kook in gezouten water tot beetgaar (circa 3 minuten, afhankelijk van de grootte). Giet af en laat uitgespreid afkoelen. Maak de haricots verts schoon en kook in gezouten water tot beetgaar (circa 2 min, afhankelijk van de dikte). Giet af en laat uitgespreid afkoelen. Breek de houtige onderkant van de asperges. Kook in gezouten water tot beetgaar (circa 2min). Giet af en laat uitgespreid afkoelen. Snijd de afgekoelde asperges schuin in drieën. De tuinbonen doppen en kook in gezouten water tot beetgaar (circa 2 min, afhankelijk van de dikte). Giet af en laat uitgespreid afkoelen. Dan de tuinbonen 'dubbel doppen'.

## Lamsoor

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
lamsoor	1-2	bakjes

Was het lamsoor en bewaar in de koeling.

## Eindbereiding

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
roomboter		
koude blokjes roomboter		

Bereid de grill/salamander voor. Hasselback aardappelen: bestrijk de gare aardappelen met knoflookboter uit de ovenschaal en warm op in de oven. Groente: glaceer op matig vuur de groente in wat roomboter. Regelmatig omschudden, van het vuur warm houden. Saus: warm de ingekookte bouillon op en haal van het vuur. Monteer tot een saus door er koude blokjes roomboter heen te kloppen. Van het vuur warm houden. Lamsoor: vlak voor uitserveren het lamsoor op laag vuur gaar smoren in wat roomboter. Lamsrack: haal het vlees uit de sous-vide, dep droog en sauteer in loei hete pan (max 30 sec per zijde). Verwijder voorzichtig het bovenste vel bakpapier en leg de kruidenkorst op de gesauteerde lamsrack. Druk aan zodat het hecht en trek dan het tweede vel bakpapier eraf. Grill onder de 'salamander' tot de kruidenkorst krokant is. Blijf er bij staan!

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
maldon zout		
warme borden		

Trancheer de lamsrack en leg 2 koteletjes in het midden van het bord. Zout na met wat Maldon zout. Dresseer de groente op het bord, verdeel de Hasselbackaardappelen en serveer wat saus bij het vlees. Garneer met wat gesmoorde lamsoor.

## Yoghurt espuma

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
volle yoghurt	800	ml
room	200	ml
poedersuiker	45	g
citroensap		
pro-espuma (sosa)=ca. 3-4 kleine dessertlepels	15	g
sifon (1 liter)	1	
gaspatronen	2	

Meng de room, yoghurt en suiker goed door. Breng op smaak met citroensap. Beetje voor beetje de Pro-espuma met een staafmixer door mengen (laag vermogen en geen klontjes). Passeer door een fijne zeef in een sifon. Controleer of de O-ring in de sifonkop zit, draai de kop er op en breng op druk met 2 gaspatronen en schud even krachtig. Bewaar in de koeling.

## Amandelcrumble

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
koude boter	100	g
amandelmeel	90	g
bloem	100	g
suiker	75	g

Kneed de blokjes koude boter met de overige ingrediënten tot een deeg. Verkrumel het deeg op een ovenplaat en bak tot goudbruin, circa 10 min op 170°C. Laat afkoelen.

## Aardbeien

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
aardbeien	750	g
balsamicoazijn (10 jaar oud)		

Was de aardbeien heel kort, verwijder de kroontjes en snijd in 4'en. Breng de aardbeien op smaak met de balsamicoazijn. Bewaar koel.

## Basilicum sabayon

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
basilicum	1	bosje
dessertwijn (van 3e gerecht)	100	ml
eigeel	100	ml
suiker	30	g

Ris de blaadjes van de takjes en maal in een kleine keukenmachine de basilicum fijn met de dessertwijn. Passeer door een fijne zeef en druk uit. Zoet de basilicum-wijn naar smaak met suiker. Vlak voor het uitserveren. Klop het eigeel met de basilicumwijn met een handmixer au bain-marie tot er een "zalvige" binding optreedt (laag vuur, temperatuur reguleren, roeren over de gehele bodem van de pan). Bij bereiken van de juiste zalvige consistentie direct de bodem van de pan 20 seconden in koud water terug koelen. Serveer de sabayon direct over het nagerecht.

## Presentatie

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
grote rode wijnglazen	16	
basil cress	1	bakje

Schep wat crumble in een groot wijnglas, spuit hierop wat yoghurt-espuma, daarop wat aardbeien (met wat marinadevocht), daarop wat crumble en zo verder laagsgewijs opbouwen. Als laatste laag de aardbeien, hierover wat warme basilicum-sabayon scheppen. Werk af met wat Basil Cress en meteen uitserveren.