

# 2010 april

Les Amis de Cuisine Den Haag · Lente

---

**VOORGERECHT** Appelsalade met gekaramelliseerde walnoten en forelmousse /  
Komkommernestje met radijs en kwartelei

---

## Appelsalade met gekaramelliseerde walnoten en forelmousse en Komkommernestje met radijs en kwartelei

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
gerookte forefilet	300	g
zachte boter	75	g
crème fraîche	100	ml
citroensap	1	el
zout		
peper		
suiker	4	el
walnoten	70	g
bakpapier		
walnotenolie	4-5	el
jonagold appels	4	
radijs	1/4	bosje
appelkappers	15	
komkommers	2	
witte wijn	2	dl
witte wijnazijn	1	dl
sjalot	1	
steranijs	1	
kwarteleitjes	1	doosje (20 stuks)
trostomaten (normaal formaat)	5	
selderiezout		
casinobrood	1/2	

De komkommernestjes: Schil de komkommers. Snijd de komkommers met een dunschiller in de lengte in dunne plakken en vervolgens in spaghettislierten. Draai al doende de komkommer en stop bij het zaad. Maak in een kom een marinade van wijn, azijn, gesnipperde sjalot, suiker en steranijs. Leg hier de komkommerslierten in. Schep nu en dan om. De forelmousse: Pureer de visfilets met de zachte boter, de crème fraîche en het citroensap in een keukenmachine. Breng op smaak met zout en peper. Maak met hulp van 2 lepels 15 quenelles (ovaaltjes) van de mousse en leg ze op een bord of plateau. Doop de lepels nu en dan in koud water. OF gebruik een ijsboltang. Laat de mousse in de koelkast opstijven. Haal 15 minuten voor serveren uit de koelkast. De walnoten: Leg een vel bakpapier klaar. Smelt de suiker in een pan met dikke bodem. Roer niet, maar schud de pan en laat de suiker karamelliseren. Neem de pan van het vuur, roer de walnoten door de karamel en giet alles op het bakpapier. Laat volledig afkoelen. Hak de noten dan in stukjes. De kwarteleitjes: Kook de eitjes in 4 minuten hard. Laat ze met koud water schrikken en pel ze. De appelsalade: Meng in een kom citroensap met walnotenolie en zout. Snijd alle radijs (ook van de komkommernestjes) in plakjes. Bewaar 8 plakjes als garnering en halveer ze. Snijd de rest in reepjes. Verdeel in 2 porties. Schil de appels, verwijder het klokhuis. Snijd de appels in plakjes en vervolgens in luciferdunne reepjes. Meng appels en de helft van de radijsreepjes met de dressing. Dek af. Snijd de tomaten in plakken. Toast het brood, snijd het schuin door en leg het

in mandjes. Dek af met een schone theedoek. Laat de komkommer uitlekken. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Schep de nootjes door de salade en leg een bergje op de borden. Leg er de forelmousse op. Garneer de mousse met een half radijsplakje en een (afgespoelde) appelkapper. Leg ernaast een plak tomaat. Maak hierop een nestje van komkommer. In het midden radijs. Bestrooi met selderiezout. Leg op de radijs een kwartelei en bestrooi weer met selderiezout.

**SOEP** Soep van pastinaak met krokante bacon en Shiso Purple

## Soep van pastinaak met krokante bacon en Shiso Purple

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
pastinaak	1	kilo
kruimig kokende aardappelen	300	g
sjalotjes	2	
zonnebloemolie	2	el
gevogeltefond (fles)	2	l
zout		
peper		
gemalen komijn (djinten)	1	tl
room	1	dl
bacon in plakjes	300	g
shiso purple cress	2	bakjes
bruin of volkorenmeel	1	kilo
gist	2	zakjes
suiker	1	tl
lauwwarme melk	600	ml
boter voor op tafel		

De broodjes: Verwarm de melk tot handwarm. Doe de meel met gist en suiker in een kom. Strooi zout langs de buitenrand van het meel. Voeg melk toe en kneed het deeg in de machine of 10 minuten met de hand. Laat afgedekt 20 minuten rijzen. Weeg 32 plukjes deeg van 50 gram. Dek af met een tweede schone theedoek. Zet een kommetje koud water klaar. Neem een portie deeg en kneed even door. Doop twee of drie vingers in de kom water en bevochtig de onderkant van de deegportie. Leg het met de vochtige kant op het werkvlak (zonder bloem) en draai met een ronddraaiende beweging bolletjes. Laat ze op de bakplaat 30 minuten rijzen. Bestrijk de bolletjes met water. Bak ze in 12-15 minuten gaar. Ze klinken hol als ze gaar zijn. De soep: Schil en was de pastinaken en de aardappelen en snijd ze in stukken. Pel en snipper de sjalotten. Verwarm de olie in een pan en fruit de sjalottnippers 2 minuten op laag vuur. Schenk de bouillon in de pan en voeg pastinaak en aardappelen toe. Kook ze in 20 minuten gaar. Bak de plakjes bacon in een koekenpan of in de oven krokant en knapperig. Laat op keukenpapier afkoelen en verkruimel de bacon. Pureer de soep met een staafmixer. Roer er de room door. Breng de soep met zout, peper en komijn op smaak. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Schep de soep in warme kommen en strooi er stukjes bacon en cress over. (Cress knippen). Zet broodjes en boter op tafel. De helft van de broodjes mogen al bij gerecht 1 geserveerd worden.



## Aardappelpreireollade met paprikasaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
prei	1	smalle
zonnebloemolie	20	ml
boter	60	g
bloem	60	g
melk	3	dl
eieren, gesplitst	4	
geraspte cheddarkaas	150	g
zoete aardappelen (bataat)	600	g
slagroom	1	dl
zout		
peper		
nootmuskaat		
ui	1	
knoflook	1	teen
vers broodkruim (3 - 4 sneetjes)	50	g
hazelnoten	50	g
fijngesneden verse salie (+ garnering)	1	el
fijngesneden bladpeterselie (+ garnering)	1	el
rode paprika's	3	
sjalotje	1	
boter en 1 el olie	25	g
spaanse peper	1	
gevogeltefond (fles)	1	theelepel

De paprikasaus: Rijg de paprika's aan een vork en rooster ze in open vuur tot het vel zwart geblakerd is (of rooster ze in een hete oven). Bewaar ze 10 minuten in een plastic zakjes zodat het vel los stoomt. Verwijder de velletjes en snijd het vruchtvlees in stukjes. Pel en snipper de sjalot en snijd de peper in stukjes. Verwarm boter en olie en fruit de stukjes sjalot, paprika en op laag vuur 20-30 minuten Ze mogen niet kleuren. Voeg eventueel 1 dl water toe. Pureer de paprika met de slagroom tot een zo glad mogelijke saus. Breng op smaak met fond en zout en peper. De vullingen: Schil de bataat en snijd ze in stukken. Kook ze in ca. 20 minuten gaar. Pureer de bataat en voeg room , zout, peper en nootmuskaat toe. Houd warm. Snijd van het brood de korstjes af en verkruimel het brood. (keukenmachine). Pel en snipper de ui en de knoflook. Hak de noten grof. Verwarm de boter in een koekenpan en fruit de ui en de knoflook 2 minuten op laag vuur. Voeg broodkruim en noten toe en bak 3-4 minuten Voeg salie, peterselie en zout en peper toe en zet weg. De rollade: Vet een ondiepe bakplaat (ca. 40 x30) in met olie en bekleed met bakpapier. Snijd de prei in kleine stukjes. Verhit de olie en bak hierin de prei in 5 minuten gaar. Neem van het vuur. Smelt de boter in een pan, roer er de bloem door en laat de roux 2-3 minuten garen op laag vuur. Voeg al roerende de melk toe tot de saus dik is. Neem de pan van het vuur. Splits de eieren een voor een. Roer de eierdooiers een voor een door de saus. Roer 75 g cheddar en de prei door de saus. Voeg zout en peper toe. Klop de eiwitten in een vetvrije kom stijf. Spatel een kwart door de saus. Spatel

vervolgens de rest erdoor. Schenk het mengsel op de bakplaat en bak 20-5 minuten in de oven tot goudbruin en gaar. Controleer in het midden! Strooi de rest van de kaas op een schone theedoek. Stort de rollade erop, verwijder het bakpapier en laat 1-2 minuten afkoelen. Bestrijk met de aardappelvulling. Strooi er de kruidenvulling over. Rol de rollade vanaf de lange kant op met hulp van de theedoek. Naad onder. Laat even afgedekt liggen. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Snijd de rollade in 15 plakken en leg ze op warme borden. Druppel er warme paprikasaus omheen. Garneer met een blaadje salie en takje peterselie.

**Zeeduivel met tomatensaus en risotto met olijven en basilicum**

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zeeduivelfilet (of kabeljauwfilet)	1,5	kilo
zout		
peper		
zonnebloemolie	3	el
boter	40	g
trostomaten (tasty tom)	500	g
sjalotje, 1 teentje knoflook	1	
olie	1	el
tomatenpuree	1	klein blikje
noilly prat	1	dl
visfond	1,5	dl
sjalotjes	2	
zwarte olijven (taggia)	150	g
arboriorijst	500	g
gevogeltefond	1	liter
kurkuma	1	tl
basilicum	1	bosje
peultjes	250	g
kleine cherrytomaatjes	2	bakjes

De tomatensaus: Snijd het vel van de tomaten kruislings in. Blancheer de tomaten kort in heet water, spoel af onder koud water. Verwijder het vel van de tomaten, snijd ze in vieren, verwijder het zaad. Pureer het vruchtvlees. Pel en snipper het sjalotje en de knoflook. Verwarm de olie en fruit de sjalot en de knoflook 2 min. op laag vuur. Roer de tomatenpuree erdoor en blus met Noilly Prat en visfond. Laat de saus even koken. Breng met zout en peper op smaak en zet weg tot vlak voor het serveren. De vis: Verwijder eventuele vliezen, controleer op graatjes. Portioneer de vis in 15 stukken en bestrooi met zout en peper. Verhit olie en boter in een koekenpan en bak de vis kort aan beide kanten. Leg op een ingevet plateau en bak vlak voor serveren af in de oven van 180°C. (Helemaal bakken in de koekenpan kan ook, op middelhoog vuur 4-6 minuten. Groenten: Laat het steeltje aan de tomaatjes zitten, geef een kleine inkeping in het vel en pof ze in de oven van 180°C. warm en gaar. Maak de peultjes schoon. Kook of stoom de peultjes in ca. 5 minuten gaar. Breng op smaak met een klontje boter en zout. De risotto: Pel en snipper de sjalotten. Verhit de olie en bak de sjalotjes 2 minuten op laag vuur. Roer de rijst erdoor tot de korrels glanzen. Voeg kurkuma toe en blus met Noilly Prat. Verwarm apart de gevogeltebouillon. Schep steeds bouillon bij de rijst en blijf roeren. Laat de rijst in 20 – 25 minuten gaar worden. Bewaar 15 kleine toefjes basilicum. Hak de olijven in stukjes en snijd de rest van de basilicum fijn. Roer vlak voor serveren de olijven en ca. 3 eetlepels basilicum en 50 g boter door de rijst. Breng met zout en peper op smaak. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Schep risotto op de borden. Leg hierop de vis. Leg er tomaatjes en peultjes naast. Schep tomatensaus rondom. Strooi fijngesneden basilicum over de saus. Garneer de vis met een plukje basilicum.

**HOOFDGERECHT** Trio van lamsvlees met voorjaarsgroenten

---

## Trio van lamsvlees met voorjaarsgroenten

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
lamstongetjes	8	
lamsracks à 8 koteletjes	2	
lamsfilet	750	g
worteltjes	1	bos
prei	1	
ui	1	
selderij	1	bosje
laurierblaadjes	2	
tijm	1	tl
zout		
peper		
olie	6	el
boter	50	g
dijon mosterd	4	el
fijngesneden platte peterselie	3	el
fijngesneden bieslook	3	el
paneermeel	4	el
filodeeg (1/2 pak)	4	vellen
groene en 2 gele courgettes	2	
meiraapjes	4	
groene asperges (500 g)	1	bosje
bruine kalfsfond	4	dl
dijonmosterd		
boter (voor de groenten en om te monteren)	ca. 100	g
maïzena	1-2	tl

De lamstongetjes: Spoel ze af met water. Maak 6 worteltjes van de bos schoon. Snijd de prei in ringen. Pel en snipper de ui. Kook de lamstongetjes in water met de wortel, prei, ui, selderij, laurier en tijm in ca. 1 uur gaar. Voel aan de tongpunt of die zacht is. Laat enigszins afkoelen en pel ze. Zeef het kookvocht en bewaar de tong erin. Lamsrack en lamsfilet: Halveer de lamsracks. Verhit olie en wat boter en bak de lamsfilet en de lamsracks snel bruin. Neem ze uit de pan en leg ze in ovenschalen. Bestrooi ze met peper en zout en wrijf ze in met mosterd. Hak peterselie en bieslook, meng met paneermeel en strooi over het vlees. Laat staan tot een kwartier voor serveren. Het filodeeg: Laat het filodeeg ontdooien. Steek uit elk vel 4 rondjes. Vouw elk rondje in vieren en snijd er een puntje af zodat in het midden een rondje ontstaat. Bak de rondjes in olie lichtbruin en laat ze op keukenpapier uitlekken. De groenten: Schil de rest van de worteltje en snijd ze schuin in 3 stukken. Draai met een meloenboortje balletjes uit de courgettes. Schil de raapjes en snijd ze in partjes. Schil de asperges voor tweederde deel. Kook of stoom de groenten apart beetgaar. Spoel af met koud water. De jus: Breng de kalfsfond in een sauspan aan de kook. Breng met wat mosterd, zout en peper op smaak. Klop er 50 g koude boter in klontjes door en bind desgewenst met gladgeroerde maïzena. Het

vlees: Verwarm de tongetjes. Bak de lamsfilets en lamsrack in de oven in ca.10 - 12 minuten rosé. (kerntemperatuur 52°C) Laat even rusten. Snijd de lamstongetjes in dunne plakken, de lamsfilet in plakken en snijd de koteletjes. Verwarm alle groenten met een klontje boter. Breng met zout en peper op smaak. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Schep groenten in het midden van de borden. Schik er het vlees op. Schuif het rondje deeg om het botje van het koteletje. Lepel wat saus om het gerecht en over de tongetjes en serveer.

**DESSERT** Soep van meloen en dragonsiroop, sorbet van rode grapefruits en venkelchips

## Soep van meloen en dragonsiroop, sorbet van rode grapefruits en venkelchips

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
venkelknollen	2	
water	1,5	dl
suiker	150	g
vanillestokje	1	
dragonblaadjes, geplukt van 2 bossen	50	g
sap van rijpe rode grapefruits (ca. 4 stuks)	3	dl
campari (3 el)	50	ml
eiwit (30 g )	1	
rijpe, zoete meloenen (honing of galia)	3	
pernod (eventueel)	3	el

Venkelchips: Breng het water met de suiker en het opengesneden vanillestokje aan de kook tot de suiker is opgelost. Laat afkoelen. Verwarm de oven voor op 80°C. Snijd van de venkel de groene topstelen af en verwijder eventueel het stugge buitenblad. Halveer de knol over de lengte. De bladschubben moeten aan elkaar blijven. Snijd de venkel over de platte kant met een scherpe schaar of snijmachine in flinterdunne plakken van ca. 1 mm. Bedek een bakplaat met bakpapier of een bakmat. Strijk hier met een kwast een dun laagje suikersiroop op. Verdeel de venkel over de bakplaat en bestrijk de bovenkant met een dunne laag suikersiroop. Laat ze in de oven ca. 2 uur drogen. Draai ze na 1 uur om. (De venkelchips blijven in een luchtdicht bakje ca. 3 dagen krokant. Zijn ze toch wat slap, plaats ze dan nog even in de oven.) Laat ze afkoelen op de plaat op de oven. Het sorbetijs: Doe het water met de suiker in een smalle pan. Los de suiker op en laat afkoelen tot kamertemperatuur. Meet 450 gram suikersiroop af, voeg geperst en gezeefd grapefruitsap en Campari toe. Bevries het mengsel in de ijsmachine. Klop het eiwit met 50 g suiker in een vetvrije kom tot en halfstijf schuim. Voeg eiwit toe wanneer de sorbet licht bevroren is, maar nog een slappe consistentie heeft. Draai verder tot de gewenste stevigheid. Bewaar in de vriezer. Dragonsiroop: Blancheer de dragonblaadjes 1 minuut in ruim kokend water. Giet op een zeef en spoel af met koud water. Knijp met twee handen al het vocht uit de dragonblaadjes en snijd ze fijn. Breng water met suiker aan de kook, laat afkoelen tot lauw en voeg dragon toe. Pureer tot een gladde groene siroop. Meloensoep: Halveer de meloen, verwijder het zaad. Draai uit 3 - 4 helften balletjes met een meloenboortje. Schep de rest van het vruchtvlees eruit en pureer dit. Breng desgewenst op smaak met Pernod. **AFWERKING EN PRESENTATIE:** Schep meloensoep in borden. Schep een bol ijs in het midden. Meloenbolletjes en dragonsiroop rondom. Venkelchip in het ijs. Serveer direct.