

2014 januari

Les Amis de Cuisine Den Haag · Winter

Gerookte forel

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
forellen	6	
zout	100	gr/liter
rookmot per rookoven	2	dessertlepels
bleekselderij	5	stengels

Spoel de forellen schoon. 45 minuten in pekels leggen (100 gr zout/liter water). Alvast 5 stengels bleekselderij schillen. (De rest + snij-schilafval is voor de bouillon van uiensoep). Forellen afspoelen, droogdeppen, 10 minuten in rookoven roken. 2 Dessertlepels rookmot per rookoven gebruiken. Na 10 minuten roken in aluminiumfolie rollen en max. 15 minuten op 180°C in de oven nagaren. 5 minuten in folie laten afkoelen, forelfilets er afhalen, controleren op gaatjes en verder laten afkoelen.

Millefeuille

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bladerdeeg	8	blaadjes
maanzaad		
heel ei	1	scheutje

Blaadjes bladerdeeg in 2 gelijke repen snijden (1 reep bladerdeeg per persoon). Bovenzijde insmeren met ei en met maanzaad bestrooien. De blaadjes bladerdeeg afbakken volgens verpakking en laten afkoelen. Het afgebakken bladerdeeg doormidden snijden (zodat je een boven en onderkant hebt).

Mayonaise

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eigeel	2	eigeel = 40 gr
citroensap	1	el
witte balsamicoazijn	1	el
dijonmosterd	1	el
druivenpitolie	200	ml
peper en zout naar smaak		

Alle ingrediënten ruim van te voren uit de koeling leggen, ze dienen op kamertemperatuur te zijn. Meng in een hoge smalle kan met een staafmixer het eigeel, citroensap, azijn, mosterd, peper en zout goed door. Voeg druppelsgewijs de olie toe. Als er wat binding is, met een dun straaltje de olie toevoegen. Tip: Hoe meer olie je toevoegt, hoe dikker de mayonaise wordt.

Salade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
bleekselderij	5	stengels
eieren	6	
kappertjes	4	el
mayonaise	4	el

Schil met dunschiller de vezels van de bleekselderij, snij hele kleine brunoise (blokjes van 3 mm). De rest + snij-schilafval is voor de bouillon van uiensoep. Eieren "hard" koken en in kleine stukjes snijden. Meng de bleekselderij, ei, kappertjes en de mayonaise. Bewaar in de koeling.

Mierikswortelsaus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
zure room	250	gr.
mierikswortelpasta	1	potje
peper en zout		

Meng de zure room met de mierikswortel, breng op smaak met peper en zout.

Waterkerssalade

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
waterkers	125	gr.
extra vierge olijfolie	3	el
witte balsamicoazijn	3	el
peper en zout naar smaak		

Klop een dressing van de olie en azijn. Pluk de blaadjes van de waterkers en meng er net voor uitserveren wat dressing doorheen.

Afwerking

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
dille	1	takje
zalmkuit	0.5	potje

Net voor uitserveren opmaken, anders wordt bladerdeeg zacht. Op onderste stukje bladerdeeg bleekselderijsalade doen, daarop stuk forelfilet, wat zalmkuit erop, dan stukje bladerdeeg met maanzaad er schuin bovenop, takje dille ter decoratie. 1 millefeuille per persoon. Naast de millefeuille een toefje mierikswortelsaus en een beetje waterkers.

Uiensoep

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
snelkookpan		
schonkel	3	kilo
olijfolie	1	scheut
winterwortel	1	grote
prei	3	
uien	5	grote
bleekselderij (die is over van millefeuille gerookte forel)	1	
platte peterselie (15 blaadjes bewaren voor garnering)	1	bosje
laurierblaadjes	5	laurierblaadjes
peperkorrels	15	peperkorrels
tijm	8	takjes
knoflook	6	tenen
water	3.5	liter
kleine uien	1	kilo
peper en zout op eind naar smaak toevoegen		

Direct beginnen, de bouillon moet om 18.45 koken. Snij het vlees van de schonkel in blokjes. Bak deze lichtbruin in de snelkookpan. 3 liter koud water toevoegen en aan de kook brengen. Schuim afscheppen. Snij alle groente klein. Groente en de kruiden toevoegen. Snelkookpan met deksel afsluiten en 1 uur laten koken (de tijd gaat in zodra de pan op druk is, temper het vuur zodat de pan net op druk blijft). Na 1 uur koken de druk van de pan halen. De bouillon zeven in een fijne zeef (zonder uitdrukken). De bouillon in een smalle hoge kan schenken en even laten staan. Het opdrijvende vet er afscheppen. Apart de groente en schonkel in de zeef uitdrukken (wordt troebeler) en in een smalle hoge kan het vet laten opdrijven. Vet afscheppen en in totaal 0,8 liter bouillon apart houden voor de saus bij de fazant (hoofdgerecht), het fazantgerecht heeft om 20.00 uur de bouillon nodig. De uien schoonmaken en julienne snijden. Bak de uien in 10 minuten glazig. Zet het vuur hoger en bak de uien al roerend tot ze wat kleur krijgen. Voeg de uien aan de bouillon toe en laat alles zachtjes koken tot de uien door en door gaar zijn. Breng de soep als laatste met zout en peper op smaak.

Flammkuchen

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
patentbloem	300	gr.
gedroogde gist	0.5	zakje
olijfolie	1.5	el
water	175	ml
zout	1	tl
sjalotten	0.25	kilo
spekblokjes	150	gr.
crème fraîche	150	gr.
münsterkaas	1	kleine
peterselie	15	blaadjes

Kneed de bloem, olie, water, gist en zout door elkaar tot deeg. Laat 45 min. op warme plek rijzen. Sjalotten schoonmaken, doormidden snijden en in de lengte in dunne julienne snijden. De sjalotten licht aanfruiten. Spekjes licht uitbakken. Münsterkaas in kleine stukjes snijden. Rol het deeg heel dun uit en leg op bakplaat. Smeer royaal in met crème fraîche. Verdeel de sjalotten, spekjes en brokjes Münsterkaas er over. Bak de Flammkuchen in circa 10 min. op 230°C af.

Courgettemedaillon

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
keukenpapier		
courgettes	5	
uien	3	rode
kastanje champignon	200	gr.
geroosterde witte hazelnoten	100	gr.
oude brokkel komijnekaas	160	gr.
heelei	1	scheutje
bieslook	1	bosje
olijfolie		
peper en zout naar smaak		
eventueel paneermeel		

Snij de uiteinden van de courgette. Snij alle courgettes in de lengte in plakken (mandoline / snijmachine), met een dikte van circa 2 millimeter. Bak de courgetteplakken in olijfolie (elke zijde 1 minuut). Zet apart op keukenpapier. Snij ui, paddenstoelen en 230 gr overgebleven courgette in zeer fijne brunoise (3 millimeter). Hak de hazelnoten in kleine stukjes. Fruit de uien aan, voeg later de paddenstoelen toe en bak gaar. Voeg daarna de 80 gr hazelnoten en brunoise van courgette toe en bak het mengsel even rondom aan. Giet mengsel over in een schaal en meng 130 gr geraspte komijnekaas erdoor. Naar smaak peper en zout toevoegen. Als het mengsel een beetje is afgekoeld wat heel ei doormengen tot 'het net nat' is. De fijn gesneden bieslook erdoor mengen (30 sprietjes bieslook bewaren voor garnering). Mocht de vulling wat te vochtig zijn dan wat paneermeel toevoegen om te binden. Leg 2 plakken courgette in een kruis en leg in het midden een flinke lepel vulling. Klap de uiteinden over de vulling terug en leg de pakketjes op een bakplaat (met de uiteinden naar beneden). Strooi een beetje geraspte komijnekaas (30 gr over) en stukjes hazelnoot (20 gr over) op het pakketje. Net voor uitserveren de pakketjes 10 minuten in de oven op 180°C bakken.

Bietensaus

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
bieten	2	voorgekookte rode
witte balsamicoazijn	20	ml
extra vierge olijfolie	20	ml

Snij bieten in grove stukken. Doe samen met de azijn in hoge mengbeker en pureer met staafmixer tot een gladde saus. Olijfolie in een dun straaltje met de staafmixer doormengen, tot de saus helemaal glad is. Breng op smaak met peper en zout. Warm de saus op (niet koken).

Fazant

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
fazanten	6	
gerookt spek	60	plakjes
ganzenvet	500	gr.
peper en zout		

Controleer of de fazanten binnen en buiten schoon zijn (spoel eventueel af en droog met papier). Verwijder de pootjes. (breek uit de kom en snij door gewricht heen). Het vlees van de pootjes snijden. Botten voor de saus bewaren. Voor de bereiding van de fazantenborsten kan men het beste gebruik maken van een kernthermometer. Een kerntemperatuur van 58 - 60°C aanhouden (circa 10 - 13 minuten in de oven, afhankelijk van de dikte van de fazant). De oven op 210°C, om het spek te 'bruineren'. 500 gr ganzenvet in een smalle hoge pan op 80°C brengen. Stukjes vlees van de pootjes op smaak brengen en heel kort aanbraden. Minimaal 1,5 uur in het ganzenvet op 80°C gaar konfijten. Alles moet onder staan. Het ganzenvet niet heter dan 90°C, gebruik de thermometer. Verwijder het 'wensbeentje' van de fazant. Van de fazant het rugdeel verwijderen, maar de filets op de borstkap laten zitten (voorzichtig snijden / knippen zonder de filets te beschadigen). Het vel op de filets laten zitten. Het rugdeel van de fazant en de botten van de pootjes voor de saus gebruiken.

Saus

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
karkassen van de fazant		
bouillon (van de uiensoep)	800	ml
cognac	200	ml
witte wijn	1	fles
klontjes koude boter	75	gr.

Van de karkassen en botten het vet en de huid verwijderen. De karkassen en botten in stukken hakken. De karkassen en botten aanbraden met ganzenvet (uit de pan van de achterpootjes). Voeg de cognac toe en flambeer, voeg daarna de witte wijn en de ontvette bouillon toe (achtergehouden van de uiensoep). Het depot van de bouillon niet mee schenken, deze kan gaan verbranden. Laat geheel 1 uur trekken. Zeven en indampen tot 1/5 (= 350 ml) en monteer net voor uitserveren met 75 gr koude klontjes boter (één voor één toevoegen en niet meer op het vuur). Peper en zout naar smaak toevoegen.

Zuurkool

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
wijnzuurkool	1.5	kilo
sjalotjes	4	sjalotjes
appels	2	zure
jeneverbessen	10	jeneverbessen
kruidnagels	10	kruidnagels
laurierblaadjes	4	laurierblaadjes
witte wijn	2	glazen

Laat de zuurkool uitlekken (niet afspoelen). Snij kleine brunoise van sjalotjes en appel. Deze samen met de wijn en de kruiden aan de zuurkool toevoegen. Gaar de zuurkool in 30 minuten op laag vuur, indien noodzakelijk klein beetje witte wijn extra toevoegen.

Aardappelen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
vastkokende aardappelen	2.5	kilo
ganzenvet		
peper en zout naar smaak		

Kook de aardappelen max. 15 min in schil (indien grote aardappel circa 20 min) (niet te gaar, ze moeten nog wel stevig zijn), afgieten, laten uit dampen, de schil eraf pellen. Snij in niet te kleine blokjes. Bak de aardappelen met een beetje ganzenvet (van de pootjes) tot ze goudbruin zijn (circa 25 minuten). Probeer 1 laag aardappelblokjes in de pan te hebben, gebruik desnoods meerdere pannen. Eventueel gedurende bakken extra ganzenvet toevoegen.

Fazant filet garen

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
fleur de sel		

Bestrooi buikholte en de filets met peper en weinig zout. Beleg de borstkap van de fazant met 10 plakken spek (bedek de gehele filets). De fazant borstkap op een rooster boven een braadslee leggen. In de braadslee 0,5 cm kokend water. (dit vangt het vet op en voorkomt dat het vrijgekomen vet gaat roken). Zet de borstkap 9 minuten in de oven op 210°C, hierna 9 minuten op 180°C. Dan 10 minuten afgedekt onder aluminiumfolie laten rusten. Net voor uitserveren het vlees van de pootjes uit laten lekken en warm houden. Verwijder het spek van de filets. Snij net voor uitserveren de filets van de borstkap, verwijder het vel en nazouten met 'fleur de sel'.

Vanille-ijs

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
melk	1.1	l
room	1.8	dl
melkpoeder (nestlé nido)	100	gr.
dextrose (druivensuiker)	160	gr.
golden syrup (invert suiker)	30	gr.
gewone suiker	35	gr.
eierdooier	200	gr.
vanillestokjes	2	vanillestokjes
zout	1	snufje

Verwarm de melk, room, melkpoeder, 'golden syrup', dextrose en de vanillestokjes (vanillemerg uit de stokjes schrapen en beide toevoegen). Laat tenminste 15 minuten trekken, niet laten koken. Klop het eigeel met de gewone suiker luchtig. Maak een crème anglaise. Voeg het eigeelmengsel onder voortdurend met een garde kloppen toe aan de warme melk. Warm onder voortdurend kloppen op tot maximaal 83°C (heel laag vuur, goed over de gehele bodem van de pan met de garde want anders krijgt men roerei). Bij bereiken van 83°C de pan in koud water direct terug koelen. De crème anglaise terug koelen in koelkast / vriezer. Verwijder de vanillestokjes en draai vanille-ijs.

Gâteau moelleux au chocolat

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
eigeel (=7 eierdooiers)	110	gr.
heelei (=7 hele eieren)	350	gr.
fijne suiker	175	gr.
roomboter	400	gr.
pure chocolade (55%)	420	gr.
bloem	175	gr.
bevroren frambozen	45	stuks
bakpapier		
kookringen met een diameter van 7 cm	15	kookringen

Knip van bakpapier stukken van 30 x 7 cm. Bekleed de binnenkant van de ringen met het bakpapier en besmeer deze met gesmolten boter. Zet de ringen op een bakplaat met bakpapier. De ringen niet tegen elkaar plaatsen, maar met ruime tussenafstand. Verwarm de boter. Giet de warme boter op de chocolade, roer zodat er een glad mengsel ontstaat. Verwarm kloppend met een mixer het eigeel, heelei en de suiker au bain-marie tot een handwarme zeer luchtige massa. Spatel het luchtige eimengsel door het chocolade/boter mengsel en daarna de bloem (gezeefd en beetje voor beetje) door de massa spatelen. Niet de lucht eruit slaan! Schep het beslag in een spuitzak. Dit kan van te voren gemaakt worden, op kamertemperatuur bewaren. De gâteaux moelleux dienen net voor uitserveren gebakken te worden. Spuit een laag beslag in elke ring. Leg in het midden 3 frambozen en spuit de rest van het beslag tot de frambozen onder staan (Circa 4 cm beslag in de ring). Bak de gâteaux moelleux 10 minuten op 180°C en serveer meteen uit. De vulling dient van binnen vloeibaar zijn. De gâteaux moelleux met ring en al op de borden zetten (met spatel), daarna pas de bakring en het papier verwijderen. Tip maak er 1-2 extra, dan kan je tijdens het bakken testen hoe het met de garing staat.

Frambozencoulis

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
(bevroren) frambozen coulis	250	gr.
agar-agar	1	gr.
suiker naar smaak		

Verwarm de coulis in een pan. Naar smaak suiker toevoegen. Voeg 1 gr agar-agar toe. Onder goed roeren 1 minuut laten koken. Giet in een schaal dun uit, laat in koelkast opstijven. Schep de opgesteven coulis in de 'staafmixer hakmolen' en draai fijn tot een gelei (circa 1 minuut). Schep in kleine spuitfles en zet koud weg.