

Februari 2013

Gebakken snoekbaarfilet met platte oesters, zeekraal en bieslooksaus
Kiprolletjes in sesam met groentenslierten en tomatengelei
Heilbot gegaard in sereholie met gedroogde tomaat, knoflook en bosui
Sous vide bereiding van lamende met zoethout
Yoghurtijs citroenmilkshake en tompouce van crème duchesse

Gebakken snoekbaarsfilet met platte oesters zeekraal en bieslooksaus

Ingrediënten

12 snoekbaarsfilets (van elk 140 g) met vel
250 g zeekraal
24 Zeeuwse platte oesters (4 nullen)
twee eetlepels bieslook
6 dl vis fond
2 dl witte wijn
1 dl Noilly Prat
200 g boter
2 eetlepels geslagen room

Bereidingswijze

Open de schelpen, haal de oesters eruit en leg ze met het oestervocht in een bak. Giet het oestervocht door een fijne zeef en vang op. Controleer de oester op gruis en verwijder dat. Voeg het oestervocht later met de bieslook toe aan de beurre blanc saus (proeven!!).

Kook de zeekraal zeer kort in een klein beetje water.

Kenwood Cooking Chef

Doe de visfond, witte wijn en Noilly Prat in de Cooking Chef met ballongarde, stel in op roersnelheid 2 en temperatuur 100 graden en laat de vloeistof tot een vijfde indikken.

Stel de temperatuur in op 90 graden en voeg beetje bij beetje de boter toe.

Snij de filets desgewenst bij. Bestrooi de filets met peper en zout. Bak om en om in boter.

Ondertussen de oesters een minuut in de beurre blanc saus.

Als de oesters uit de beurre blanc saus zijn gehaald de saus afmaken. Voeg de room, oestervocht en bieslook en eventueel peper toe (proeven) en schuim op met de staafmixer.

Presentatie

Opmaak: zeekraal op een warm bord leggen, de filet erop. Een oester op de fiet en een ernaast. Opgeschuimde saus er om heen.



Kiprolletjes in sesam met groenteslierten en tomatengelei

Ingrediënten

7 st maiskippenbouten
120 g sesamzaad
1 blik tomaten
2 dl gevogeltefond
1 ui
2 een knoflook
200 g wortel
2 courgettes
200 g knolselderij
agar agar
3 takjes tijm
50 g pijnboompitten
paprikapoeder
ketoembar/gemalen koriander
uienpoeder
zwarte peper
gedroogde tijm
zout
maisolie
30 ml azijn
10 g mosterd

Bereidingswijze

Kiprolletjes.

Leg de kippenbouten op de snijplank en haal het vel eraf. Haal voorzichtig de botten uit de bouten.

Sla het vlees goed plat en kruid met het kruidenmengsel (van paprikapoeder, ketoembar, uienpoeder, zwarte peper, gedroogde tijm en zout).

Leg een sishimatje neer, neem een vel aluminiumfolie en leg er het vlees van een bout op en rol zo strak mogelijk op, draai de uiteinden zo strak mogelijk aan. doe dit uiteraard voor alle bouten.

Plaats de rolletjes op een ovenrek en gaar ze gedurende 40 minuten in een oven van 140 graden. controleer de gaarheid. Haal ze uit de oven en verwijder de folie zodra de rolletjes zijn afgekoeld.

Tomatengelei

Snipper de ui en knoflook zeer fijn.

Verwarm wat olijfolie in een steelpan en stoof de ui en knoflook aan zonder te laten kleuren.

Voeg het blik tomaten toe de gevogeltefond en pureer dit. Voeg vervolgens de verse tijm en peper toe. Laat 10 minuten sudderen, daarna op smaak brengen met peper, zout en eventueel wat citroen.

Zeef het tomatenmengsel voorzichtig door een fijne zeef, niet doordrukken, het moet helder blijven.

Bind met zoveel agar agar als vermeld op het zakje, er moet een geleï ontstaan, en voeg zoals het gebruiksvorschrift toe aan het gezeefde tomatenmengsel. Giet het mengsel in een schaal tot twee centimeter hoog. Laat opstijven in de koelkast.

Vinaigrette

Was en droog de peterselie en hak grof.

Versnipper de knoflook. Snij de sjalotten fijn. Laat beiden zachtjes aanzweten op 20 ml maïsolie. Doe de mosterd en azijn in een mengkom en voeg al roerende met een garde de olie druppelsgewijs toe. Doe de aangezweten knoflook, sjalot en peterselie erbij en maak op smaak met peper en zout.

Groenteslierten

Schil de wortels, was de courgettes. Verwijder de schil van de knolselderij. Snij alle groenten met de mandoline in slierten. Blancheer de groenten ieder apart, tot ze beet gaar zijn. Haal de groeten uit de pan en laat uitlekken op keukenpapier. Meg de slierten geruime tijd voor opdienen door de vinaigrette. Let op niet ijskoud serveren.

Presentatie

Hak de pijnboompitten grof en meng met de sesamzaadjes. Rol de kiprolletjes hier door heen en bak in een droge pan goedbruin. Trancheer de kip. Schil de slierten op het bord leg de kip en tegenaan.

Snij de geleï of steek rondjes uit. werk af met tijmblaadjes.





Heilbot gegaard in sereholie met gedroogde tomaat, knoflook en bosui

Ingrediënten

12 heilbotfilets (van elk 120 gr)
240 g gedroogde tomaat
6 teen knoflook
24 stengels bosui
4 stengels sereh
2 liter oliefolie
1 liter arachide olie
zout

Bereidingswijze

Week de tomaat in water om wat vocht op te nemen.

Zet de oliefolie met de in ringen gesneden sereh op een laag vuur en laat tenminste een half uur trekken. Voeg zout toe.

Maak 24 bosuitjes schoon en snijd ze om stukken van 4 centimeter. Maak de knoflook schoon en snijd in plakjes.

Zet de sereh olie op met bosui, knoflook, tomaat en de heilbotfilets en laat op lage temperatuur garen. Check op gaarheid.

De resterende bosui in flinter dunne slierten snijden en krokant los frituren.

Presentatie

Presenteer de heilbot op een spiegel van de olie, plaats bosui en tomaat er om heen. Maak af met gefrituurde bosui.



Sous vide bereiding van lamslende met zoethout

Ingrediënten

2 kilo lamslende
10 stokjes zoethout
twee eetlepels basterdsuiker
1,2 kilo zoete aardappel
250g boter
2,5 dl lamsfond
5 eetl olijfolie
zout peper
toefjes meerjarig bonenkruid

Bereidingswijze

Lamslende

Snijdt het lamsvlees bij, waarbij je een reepje vet aan de bovenkant over laat. Verdeel in vier stukken. Steek een stokje zoethout in elk stuk vlees. Bestrooi met zout en stop elk stuk vlees dan in een individuele krimpzak. Vacumeer. Dompel de zakken heel kort in kokend water, zodat ze krimpen.

Laat het vlees 20 minuten garen in een bain-maire op 65°C (binnentemperatuur van het lamsvlees 60°C), bijvoorbeeld in de sousvide supreme. Open de zakken en wrijf de vetkant van de stukken lamsvlees in met basterdsuiker.

Bak dan de stukken lam met de vetkant onder in een droge anti-aanbak koekenpan tot het vet gekarameliseerd is.

Snijdt elk stuk vlees doormidden, zodat het zoethout zichtbaar is.

Zoete-aardappelpuree

Pof de zoete aardappels in een oven. Pel ze wanneer ze gaar zijn en druk ze door een pureeknijper. Breng op smaak met boter en zout. Houd warm.

Saus

Laat de lamsbouillon inkoken. Breng op smaak met wat zout en klop er dan krachtig de olijfolie doorheen.

Presentatie

Schik beide helften lamslende met de gekarameliseerde vetkant boven naast een schepje aardappelpuree op een bord. Sprengel er wat saus over. Garneer met een toefje bonenkruid



Yoghurtijs citroenmilkshake en tompouce van crème duchesse

Ingrediënten

yoghurtijs
1 vanillestokjes
2 dl yoghurt
2 dl room
2 eidooiers
120 g suiker
10 muntblaadjes
2 hele eieren
Citraoenijs/milkshake
3,75 dl volle melk
3 citroenen
4 eidooiers
1 citroenschil
1 liter volle melk
50 gram poedersuiker
citraenlikeur
tompouce duchesse creme
2 vanillestokjes
2 eieren
2 eierdooiers
125 g suiker
180 g zachte boter
65 gram gekonfijte kers (bigarreaux)
1,5 pakje filodeeg
gesmolten boter
beetje kirsch

Bereidingswijze

yoghurtijs

Breng de room met de suiker en het vanillestokje langzaam aan de kook. Schraap het merg uit het stokje en roer dit bij de room.

Giet de room op de eidooiers en roer goed door (geen klontjes) en voeg de fijn gesneden munt toe.

Als de compositie is afgekoeld, de yoghurt toevoegen en tot ijs draaien.

citraoenijs

Zet de melk de helft van de suiker en de citroenschil in een pan op een laag vuur en blijf roeren tot de suiker is opgelost en laat vervolgens 5 minuten trekken.

Klop intussen de dooiers met de rest van de suiker au bain marie schuimig. Zeef de citroenschil uit de melk en schenk al kloppend langzaam bij het dooiermengsel tot er binding ontstaat. laat afkoelen. Roer er dan het citroensap door en draai er ijs van.

Citraenmilkshake

Meng het citroenijs met de ijsskoude melk en suiker (geleidelijk toevoegen en de dikte blijven controleren). Breng op smaak met de citraenlikeur. Serveer in voorgekoelde glaasjes uit de diepvries.

Duchessecreme

Verwijder het merg uit de vanillestokjes en klop dat samen met de eidooiers, eieren en suiker au bain marie stevig en luchtig. Al kloppend afkoelen.

Klop de boter in de Kenwood luchtig. Langzaam de creme toevoegen en pas hier op voor schiften.

Snijd de gekonfijte kers fijn en voeg toe aan de duscenne creme; breng op smaak met kirsch.

Krokante filodeeg

Vet een omgekeerde bakplaat in en bedek met filodeeg. Bestijk met boter en poedersuiker. Leg hierop een tweede laag en herhaal tot je drie lagen hebt. Licht aanrollen met de deegroller. Snijd het deeg in 36 gelijke stukken en leg er bakpapier op. Leg hier een tweede bakplaat op. Afbakken gedurende 5 minuten in een oven van 180 graden. Hal de tweede bakplaat weg en bak af tot goud bruin.

Presentatie

Bouw een tompouce op van drie laagjes filodeeg met de crème ertussen. Decoreer de bovenkant door een streepjes raster van poedersuiker. Serveer een quenelle ijs naast de tompouce en serveer de shake apart.

Versier met restant munt en citroenschil.