

**CCN - afdeling Bunnik**



**MENU NOVEMBER 2005**

ROOS VAN GEROOKTE ZALM EN SALADE VAN  
GESTOOMDE MAKREEL OP EEN BLINI

PAPRIKASOEP MET WALNOTENPESTO

POON IN RAITO

TAARTJE VAN COURGETTES, AUBERGINES EN  
TOMATEN

KALFSCARRÉ MET MOSTERDPANADE

EEN BLOEM VAN CHOCOLADEMOUSSE

# ROSE DE SAUMON FUMÉ ET SALADE AU MAQUEREAU SUR UN BLINI

*ROOS VAN GEROOKTE ZALM EN SALADE VAN GESTOOMDE MAKREEL OP  
EEN BLINI  
VOORGERECHT*



## **BLINI**

½ zakje gist  
3dl lauwarme melk  
15 gr eidooier  
100 gr boekweitmeel  
3 gr zout= snuf  
100 gr gezeefde patentbloem  
50 gr eiwit  
¼ dl olijfolie

## **ZALM**

300 gr gerookte zalm in  
plakjes

## **MAKREELSALADE**

350 gr geplukte makreel (= 2 gestoomde makrelen)  
4 sjalotjes  
½ teentje knoflook  
scheutje olijfolie  
citroensap (van een citroen);  
1 el tomatenketchup  
mespunt cayennepeper

## **GARNITUUR**

3 tomaten  
½ bakje paarse shiso  
½ bosje bieslook

## **BLINI**

- Meng de gist met de lauwarme melk.
- Voeg er de eidooier aan toe.
- Meng de boekweitmeel, de patentbloem en het zout en voeg dit toe aan het melkmengsel en maak er een gladde brij van.
- Klop de goed stijfgeklopte eiwitten er doorheen en roer er als laatste een scheutje olijfolie door.
- Laat dit mengsel een uur rijzen op de warmhoudkast.
- Bak er daarna blinis van.
- Er kunnen er 4 tegelijk in de pan.
- Maak daarbij gebruik van stalen ringen van 7 cm
- Een volle eetlepel is 1 blini.

## **ZALM**

- Maak van 10 plakjes gerookte zalm roosjes naar eigen inzicht.

## **MAKREELSALADE**

- Maak de makreel schoon en verwijder zorgvuldig alle graatjes.
- Pluk daarna de vis in kleine stukjes.
- Meng de geplukte makreel, fijn gesnipperde sjalot, fijn geperste knoflook, de tomatenketchup en een mespunt cayennepeper goed door elkaar en voeg er een scheutje olijfolie en wat citroensap naar smaak aan toe.

## **GARNITUUR**

- Ontvel en ontdoe de tomaten van de zaadlijsten en maak er een fijne concassé van.
- Pluk de shiso en knip kleine stukjes (paar mm) van de bieslook.

## **PRESENTATIE**

- Verwarm de blinis in de oven.
- Bedek een blini met een laagje makreelsalade.
- Strijk op de bovenkant van de salade een dun laagje crème fraîche.
- Zet op het midden van de laag crème fraîche de roos van zalm.
- Strooi om de blini heen de geplukte shiso, bieslook en de tomatenconcassé.

# CRÈME AUX POIVRONS ET À LA PESTO DE NOIX

## PAPRIKASOEP MET WALNOTENPESTO

### SOEP



#### STOKBROOD

500 gr  
meergranenmeel  
2 zakjes  
gistkorrels  
2 tl zout  
3 dl handwarm  
water  
boterkrullen of –  
balletjes

#### STOKBROOD

- Begin z.s.m. met het deeg voor het stokbrood.
- Stort de bloem in de kom van de KitchenAid.
- Strooi de gist over de bloem en zet de kom in de machine, bevestig de deeghaak (Let erop dat deze goed vastzit. Bestudeer ook de beschrijving die bij de machine hangt).
- Draai de kom omhoog met de handel aan de zijkant en zet de machine aan op lage stand.
- Strooi het zout over de bloem en giet er bij gedeelten het handwarme water bij.
- Let erop dat het deeg niet te nat wordt.
- Zet de machine op matige snelheid en laat enkele minuten draaien tot het deeg soepel en elastisch is.
- Zet de machine af, maak de deeghaak los en haal de kom weg.
- Dek de kom af en laat het deeg ongeveer een uur rijzen.
- Stort het deeg op de met bloem bestrooide deegplank en werk het even door.
- Vorm er twee worstvormige broden van.
- Vet 2 metalen U-profielvormen in en bestrooi met bloem.
- Leg de broden in de vormen, snij aan de bovenzijde enkele malen diagonaal in en bedek met een schone theedoek.
- Laat circa 45 minuten rijzen.
- Zet de broden in de oven en bestrijk na 2 minuten met een kwast met koud water.
- Herhaal dit om de 2 minuten nog twee keer.
- Bak af in ongeveer 25 minuten bij een temperatuur van 225 °C

#### SOEP-1

750 gr paprika's  
(verschillende  
kleuren)

#### SOEP-1

- Snijd de paprika's in vieren, verwijder de zaadlijsten, plaats de kwarten op een bakplaat circa 10 cm onder de hete grill en rooster ongeveer 10 minuten tot de schil bruin kleurt (indien nodig langer grillen, schil moet echt kleuren!).
- Laat afkoelen.

#### PESTO

1 plantje verse  
basilicum  
3 takjes peterselie  
3 teentjes  
knoflook  
50 gr walnoten  
olijfolie  
3 el grof gemalen  
parmezaanse kaas  
peper en zout

#### PESTO.

- Pureer in de keukenmachine basilicum (houd 10 blaadjes apart), peterselie, walnoten (houd er 10 apart) en 1 teentje knoflook.
- Meng de geraspte kaas erdoor en voeg naar behoefte olijfolie toe.
- Breng op smaak met zout en peper en zet weg tot gebruik.

**SOEP-2**

1 ui  
vleesbouillonpoeder  
voor 1½ liter  
olijfolie

**PRESENTATIE**

2 dl slagroom  
paprikapoeder  
peper en zout

**SOEP-2**

- Ontvel de paprika's.
- Verhit in een pan wat olijfolie en fruit daarin de 2 teentjes knoflook en de ui 1 minuut.
- Voeg de paprika's, 1½ liter water en vleesbouillonpoeder toe en laat 10 minuten zachtjes koken.
- Pureer de soep met een staafmixer.
- Passeer de soep door een fijne zeef in een andere pan.

**PRESENTATIE**

- Warm de soep nog even door.
- Maak indien nodig verder op smaak met peper, zout en/of een snufje paprikapoeder.
- Sla de slagroom halfstijf en schep door de soep.
- Schep de soep in warme borden.
- Schep in het midden van de soep de pesto en garneer af met een blaadje basilicum en een walnoot.

# GRONDIN ROUGE EN RAITO



## POON IN RAITO

### VOORGERECHT

#### POON EN RAITO

1 kg rode poon,  
schoongemaakt  
zout en vers gemalen  
peper  
500 gr rijpe tomaten

#### *bouquet garni:*

1 laurierblad, 1 takje tijm,  
6 takjes peterselie

0,6 dl olijfolie

3 uien

2 teentjes knoflook

7 dl lichte rode wijn

3 el kappertjes, uitgelekt

24 kleine zwarte olijven

#### PRESENTATIE

½ bosje peterselie

#### POON EN RAITO

- Fileer de poon zorgvuldig en verwijder alle graatjes.
- Snij de poon in plakken van 3 cm.
- Bestrooi de plakken vis met zout en peper.
- Dompel de tomaten 10 seconden in kokend water.
- Koel ze onder de koude kraan, pel en halveer ze en druk er het zaad uit. Hak fijn.
- Bind de kruiden tot een boeketje.
- Hak de ui en de knoflook fijn.
- Verhit de helft van de olie in een tefalpan en laat de visplakjes aan weerskanten in 2 tot 3 minuten bruin bakken.
- Schenk de olie uit de pan; veeg deze schoon met keukenpapier.
- Doe er de overgebleven olie in en zet op laag vuur op.
- Voeg er de gehakte ui en knoflook aan toe en laat in ca. 3 minuten goudgeel bakken.
- Schenk er de wijn bij en laat op hoog vuur de alcohol verdampen.
- Voeg de tomaten, het bouquet garni en zout en peper toe en roer 1 minuut.
- Doe de vis terug in de pan, doe er het deksel op, laat 4 minuten pochieren.
- Snij de olijven in ringetjes.
- Voeg er de kappertjes en olijven aan toe en laat samen nog ongeveer 1 minuut pochieren.

#### PRESENTATIE

- Schik de plakjes vis midden op een bord, schenk er de saus omheen.
- Garneer met een toefje peterselie.

# TARTELETTE DE COURGETTES, D'AUBERGINES, ET DE TOMATES



## TAARTJE VAN COURGETTES, AUBERGINES EN TOMATEN

### TUSSENGERECHT

#### TAARTJE

2 aubergines  
zeezout  
2,5 kg trostomaten  
3 takjes tijm  
3 tenen knoflook  
2 courgettes  
1 dl olijfolie  
oregano  
peper en zout

#### DRESSING

1 el balsamico-azijn  
1 el witte-wijnazijn  
8 el olijfolie

#### PETERSELIE-OLIE

1 bos peterselie  
1 teen knoflook  
1 dl olijfolie  
200 gr parmezaanse kaas (grof gemalen)

#### PRESENTATIE

½ bos kervel

#### TAARTJE

- Snijd uit de aubergines 10 dikke ronde plakken.
- Steek hier met een ronde steker (6 cm Ø) gelijke stukken uit.
- Grill de auberginerondjes aan beide kanten op de grillplaat van het fornuis.
- Ontvel de tomaten; snijd 10 tomaten in zessen, haal het vocht en de zaadjes eruit en konfijt de partjes ± 60 minuten met zout, olijfolie, tijm, knoflook en een beetje suiker in een oven van 135 °C met de klep op een kier (het vocht moet kunnen verdampen).
- Snijd de rest van de tomaten in concassé.
- Snijd de gewassen, ongeschilde courgette in de lengte in dunne linten en gaar die in wat olijfolie beetgaar.
- Zet de tomatenconcassé met wat tijm, oregano, zout en peper in de olijfolie aan.
- Laat alleen even doorwarmen, het moet geen pap worden.

#### DRESSING

- Klop alle ingrediënten op, eventueel op smaak afmaken.

#### PETERSELIE-OLIE

- Hak de peterselie fijn en pureer verder in de blender met de olie en de knoflook.
- Maak op een bakplaat zo dun mogelijke rondjes van de parmezaanse kaas.
- Laat die in de oven 5 minuten op 200 °C bakken, maar niet te bruin worden.
- Laat afkoelen en bewaar tot gebruik.

#### PRESENTATIE

- Bekleed de binnenkant van een ronde uitsteker (6 cm Ø) met een courgettelint.
- Leg er een plakje aubergine in, daarop wat concassé.
- Verwijder de uitsteker.
- Plaats de kaasrondjes erop en de gekonfijte tomaat eromheen, daaromheen de dressing en peterselie-olie; garneer met kervel.

# CARRÉ DE VEAU AVEC PANADE AVEC MOUTARDE

## KALFSCARRÉ MET MOSTERDPANADE

### HOOFDGERECHT



#### GARNITUUR

10 teentjes knoflook  
4 dl kalfsfond  
150gr boter  
3 grote winterwortels  
10 kleine aardappels  
1½ dl ganzenvet  
peper en zout

#### KNOFLOOKCREME

150 gr boter  
30 gr gehakte platte  
peterselie  
1 mespunt  
sinaasappelrasp  
1 teentje knoflook  
(geperst)  
10 gr gehakte dragon  
2 el zure room  
½ el gehakte sjalot

#### VLEES

2 X 700 gr kalfsribstuk  
5 teentjes knoflook  
5 takjes tijm  
arachideolie

#### GARNITUUR

- Snijd de winterwortels in de vorm van 10 cilindervormige tonnetjes.
- Kook de worteltonnetjes, afgedekt met vetvrij papier, met 50 gr boter en wat water gaar op laag vuur tot bijna al het vocht is verdampt en een binding ontstaat tussen de boter en het kookvocht.
- Vorm dezelfde tonnetjes van de aardappels.
- Kook ze gaar in 3½ dl kalfsfond (houd ½ dl apart).
- Neem de aardappeltonnetjes uit de pan.
- Laat de kalfsfond sterk inkoken tot een dun stroopje.
- Schud de aardappeltjes er door.
- Blancheer de 10 teentjes knoflook tweemaal in kokend water.
- Snijd de knoflook daarna overlans doormidden en haal de groene kern eruit.
- Konfijt de knoflook gaar op 80 °C in ganzenvet.
- Neem de teentjes uit het vet en bak ze goudbruin in niet meer dan het aanhangende ganzenvet.

#### KNOFLOOKCREME

- Roer de boter voor de knoflookcrème luchtig.
- Voeg alle ingrediënten, behalve de zure room, toe.
- Meng alles door elkaar tot een gladde massa.
- Verwarm de zure room tot 40 °C, voeg het botermengsel toe en roer het geheel tot een zachte crème.

#### VLEES

- Kruid de kalfsribstukken met peper en zout en braad ze in een beetje arachideolie goudbruin.
- Verwarm de oven voor op 175 °C.
- Voeg de resterende 100 gr boter, de 5 tenen knoflook en de tijm toe en braad het vlees in de oven rosé tot een kerntemperatuur van 65 °C.
- Laat het uit de oven 20 minuten rusten.
- Snijd het bot en de vetlaag van het vlees en vang het braadvocht op.
- Snijd het vet in kleine stukjes en bak ze krokant.

**MOSTERDKRUIJ**

kruim van 5  
geroosterde sneetjes  
brood  
50 gr boter  
20 gr mosterd  
peper en zout

**MOSTERDKRUIJ**

- Meng broodkruim, boter en mosterd dooreen en breng dit op smaak met peper en zout.
- Verdeel de mosterdkruim over de twee stukken vlees en gratineer ze onder de salamander.
- Schep 1 eetlepel van het braadvocht bij de fondantaardappelen en schud ze op.
- Voeg de resterende ½ dl kalfsfond en de rest van het braadvocht bij elkaar, laat dit even doorkoken en passeer de jus door een fijne zeef.
- Snijd het vlees in plakken en verdeel deze over de borden.
- Verdeel het garnituur van wortel en aardappel rond het vlees.
- Leg op de aardappeltonnetjes de gekonfijte knoflooktenen.
- Schep de braadjus met de uitgebakken blokjes vet rondom het vlees en de knoflookcrème rond het garnituur.



# FLEUR DE MOUSSES AU CHOCOLAT

*Een bloem van chocolademousses*



## NAGERECHT

### CHOCOLADEMOUSSE

100 gr pure chocolade  
10 gr suiker  
7 gr boter  
30 gr eidooier  
60 gr eiwit  
2 dl geslagen room

### WITTE MOUSSE

150 gr witte chocolade  
10 gr suiker  
7 gr boter  
30 gr eidooier  
50 gr eiwit  
1 blaadje gelatine  
2 dl geslagen room  
½ dl slagroom

### SOEZENSTENGELS

2 dl water  
100 gr roomboter  
100 gr gezeefde bloem  
150 gr heel ei  
snufje zout

### CHOCOLADEMOUSSE

- Smelt voor de pure mousse de chocolade, de suiker en de boter au bain-marie.
- Let erop dat zodra de chocolade begint te smelten je de pan van het vuur haalt en er weer op terugzet.
- De temperatuur mag niet boven de 40 °C komen.
- Klop er de eidooier door (indien de chocolade te warm is gaat de dooier schiften) en laat het mengsel afkoelen.
- Klop het eiwit in een vetvrije schaal stijf en spatel ze door de afgekoelde massa.
- Spatel de geslagen room er door.
- Zet afgedekt in de koudste koeling.

### WITTE MOUSSE

- Week de gelatine in wat koud water.
- Smelt voor de witte mousse de chocolade, de suiker, de ½ dl slagroom en de boter au bain-marie.
- Knijp de gelatine uit en voeg toe.
- Klop de room stijf en voeg nu eerst een deel van de geslagen room toe.
- Het eidooier bij de witte mousse au bain marie toevoegen.
- Klop het eiwit in een vetvrije schaal stijf en spatel ze door de afgekoelde massa.
- Spatel de rest van de geslagen room er door.
- Zet afgedekt in de koudste koeling.

### SOEZENSTENGELS

- Breng water en boter aan de kook tot de boter is opgelost.
- Meng de bloem met een spatel erdoor (van het vuur af).
- Zet de pan op een laag vuur en laat het mengsel garen (ongeveer een minuut).
- Als het deeg een beetje zanderig gevoel geeft als je het door de vingers wrijft dan is het gaar.
- Haal de pan weer van het vuur.
- Meng het heelei beetje bij beetje door het mengsel.
- Uiteindelijk moet het geheel goed spuitbaar zijn (niet te slap en niet te stevig).
- Bekleed een bakplaat met bakpapier of een kunststof matje en spuit daarop met het kleinste spuitmondje de vorm van een vlinder.
- Spuit vanaf het beginpunt 3 cm naar links en maak dan vanaf dat punt voor de ene vleugel 3 ellipsen naar links hellend en 3 ellipsen naar rechts hellend.
- Maak 15 stuks.
- Bak ze af in 15 minuten op 180 °C.

**SINAASAPPELSAUS**

200 gr suiker  
3 sinaasappels (2 dl)  
½ dl water  
1 dl grand marnier

**CHOCOLADEKRULLEN**

100 gr pure chocolade

**PRESENTATIE**

½ bosje mint  
spuitzak

**SINAASAPPELSAUS**

- Was de sinaasappels.
- Rasp de schil en pers de sinaasappels.
- Laat de suiker met het water caramelliseren.
- Als het mengsel lichtbruin is dan het sinaasappelsap, de rasp en de grand marnier toevoegen.
- Laat een paar minuten inkoken.
- Zeef het mengsel en laat afkoelen in de koelkast.
- Haal het een half uur van tevoren uit de koelkast.
- De saus moet een beetje stroperig zijn.

**CHOCOLADEKRULLEN**

- Smelt de chocolade au bain marie en smeer deze op een koel en plat vlak.
- Als de chocolade net gestold is, maar nog niet keihard, dan kan je met een scherp mes onder een hoek van 45 ° krullen maken door met het mes van je lichaam af te schrapen over de chocolade.
- Een andere methode is om met een ijsschep die je naar je toe haalt over de chocolade te gaan.
- De dikte wordt bepaald door de druk op de ijsschep.
- Bewaar in de koelkast.

**PRESENTATIE**

- Maak midden op het bord een bloem van 3 kleine quenelles witte mousse en 3 van pure mousse.
- Nappeer daaromheen de saus.
- Leg in het hart van de bloem de vlinders en de krullen en leg daarin een takje mint.