

**CCN - afdeling Bunnik**



**MENU JANUARI 2010**

**CARPACCIOBONBONS MET PESTO DRESSING**

**ASPIC VAN FOREL EN GEROOKTE ZALM MET  
CITROENMELISSE**

**KLEIN KOPJE UIENSOEP**

**GEBAKKEN WIJTING MET POLENTA EN BOERENKOOL  
SAUS**

**RIBKARBONADE IN BEAUJOLAIS SAUS MET  
PROVINCIAALS GROENTE EN  
CHAMPIGNONAARDAPPELTJES**

**SNELLE BRIOCHE APPELTAARTJES**

**KOFFIE, BONBON**

# CARPACCIOBONBONS MET PESTODRESSING



## Ingrediënten:

### Bonbons

250 gr gemengde sla  
500 gram ossenhaas dun  
gesneden

*30 vel plasticfolie 20\*20 cm*

### Dressing

200 ml extra vierge olijfolie  
150 gram pesto  
60ml balsamicoazijn

*spuutflesje*

### Pesto

1 bos basilicum  
2 el geroosterde pijnboompitten  
1 teen knoflook  
1,5 dl extra vierge olijfolie  
40 gr Parmezaanse kaas geraspt

### Presentatie

2,5 el pijnboom pitten  
5 tomaten  
50 gr Parmezaanse kaas om  
krullen te snijden  
30 takjes kervel

*kaasschaaf*

## Bereiding:

Begin met de pesto te maken, dan de dressing en daarna de bonbons.

### Bonbons

Gebruik voor iedere carpacciobonbon een velletje plastic folie van 20 bij 20 cm.

- Leg op ieder velletje in een rondje dakpansgewijs in een cirkel een paar plakjes ossenhaas.
- Was de sla en maak droog.
- Maak de sla aan met 3/4 deel van de dressing.
- Leg in het midden op het vlees wat sla.
- Vouw het folie naar elkaar toe en vorm een pakketje.
- Maak op deze wijze alle bonbons (30 stuks) en laat ze zeker 10 min op stijven in de koeling.

### Dressing

- Meng voor de dressing de ingrediënten. 3/4 deel moet door de sla doe de rest in een klein spuitflesje. Dit is voor de garnering.

### Pesto

- Pureer de ingrediënten voor de pesto met wat zout en peper in de keuken machine (of in de vijzel).
- Bewaar koel.
- 150 gr is voor de dressing, de rest voor garnering

### Presentatie

- Rooster de pijnboompitten
- Snijd het vruchtvlees van de tomaten in kleine blokjes.
- Neem de bonbons uit de koelkast, leg op ieder bord 3 bonbons met er boven op een krul Parmezaanse kaas en hierop takje kervel.
- Trek met de rest pestodressing een lijn langs de bonbons en versier met stukjes tomaat en pijnboom pitjes.

# ASPIC VAN FOREL EN GEROOKTE ZALM MET CITROENMELISSE



## Ingrediënten:

### Farce:

4 gerookte forelfilets  
500 gr snippers gerookte zalm  
1 rode paprika  
1 groene paprika  
10 eieren  
1 el grove mosterd  
35 gr boter  
5 el mayonaise  
1 tl tabasco  
1 el worcestershire saus  
1/2 bosje bieslook

### Gelei:

1 kg visgraten  
Wups  
4 sjalotten  
2 dl witte wijn  
enkele blaadjes citroenmelisse  
10 blaadjes gelatine  
*neteldoek*

### De Ringen:

3 courgettes  
10 blaadjes citroenmelisse  
olijfolie  
*kaasschaaf*

## Bereiding:

### Farce:

- Kook de eieren hard en pel ze.
- Ontvel de beide paprika's en snijd ze in zeer kleine brunoise
- Snijd de bieslook fijn.
- Pureer in de keukenmachine de hardgekookte eieren, de zachte boter, mosterd, mayonaise, een beetje tabasco, de worcestershire saus en de zalmsnippers.
- Breng op smaak met peper en zout.
- Spatel het bieslook en 3/4 van de paprikabrunoise door het mengsel.
- Zet het mengsel in de koelkast.

### Gelei:

- Maak 1 l visbouillon zoals gebruikelijk. Kook de gezeefde bouillon in tot 0,6 l.
- Snijd de sjalotten fijn en zet ze aan in wat boter. Kook de witte wijn, de visfumet + de in boter aangezette sjalotten + enkele blaadjes citroenmelisse in tot een halve liter.
- Breng op smaak met peper en zout. Passeer het vocht door een neteldoek.
- Week de gelatine in koud water en los op in de bouillon
- Bewaar het koel, tot de massa lobbij is.

### Vullen van de ringen:

- Snijd met een kaasschaaf de courgettes in de lengte in dunne repen en blancheer kort in kokend water. Direct koudspoelen, op een keukendoek uitspreiden en droogdeppen.
- Het geleivocht moet zover zijn afgekoeld dat het net wat lobbij is.
- Snijd (of knip)de forelfilets in 10 porties.
- Bekleed de onderkant van 12 stalen ringen met een stukje aluminiumfolie om het weglopen van het geleivocht te voorkomen. Vet het folie in met olie. Zet ze op een dienblad.
- Besmeer de courgettereepjes aan één kant met wat olijfolie en bekleed de binnenkant van de ringen ermee. Olijfoliezijde tegen de wand van de ring zodat ze makkelijk loslaten tijdens het storten.
- Giet een bodempje gelei in de vormen en leg daarop een blaadje citroenmelisse. Giet hierop weer een laagje gelei. Zet koud weg om te laten opstijven.
- Leg in elke ring een portie forel op de gelei.
- Vul tot slot de ringen op met de visfarce, strijk glad met een lepel en laat goed koelen, eventueel even in

**Presentatie:**

2 dl slagroom  
snufje cayenne peper  
10 takjes dille

de vriezer zetten en dan in de koelkast.

**Presentatie:**

- Klop de room op met een snufje cayennepeper en pluk de dille.
- Stort de aspic op grote koude borden (onderkant komt boven), versier met een toefje room, de takjes dille en de rest van de paprikabrunoise.

# GEBAKKEN WIJTING MET POLENTA EN BOERENKOOLSAUS



## Ingrediënten

10 wijtingfilets met huid (van 100gr)  
400 gr maïs meel  
2 grote uien  
3 teentjes knoflook  
7 el boter (210 gram) boter  
Wat groente bouillon (poeder)  
250 gr boerenkool  
250 ml witte wijn  
Bloem

## Bereiding

- Breng 7½ dl water aan de kook met wat zout en voeg hier 400 g maïsmeel al roerend aan toe.
- Voeg hier peper en zout aan toe en blijf roeren.
- Kook de polenta ongeveer 15 minuten.
- Stort polenta in een ingevette bak, zodat een laag van ongeveer 1½ cm ontstaat.
- Dek af met folie en laat afkoelen.
- Verdeel elke visfilet in 2 of 3 stukken.
- Snijd de boerenkool fijn en kook hem gaar in 15 à 20 minuten.
- Pel ui en knoflook en snipper fijn.
- Fruit de knoflook en ui in de boter.
- Blus af met de witte wijn, voeg boerenkool toe en pureer het geheel tot een gladde massa.
- Peper en zout erbij voor de smaak en eventueel wat groentebouillon als de saus te dik is.
- Snijd de polenta in blokjes en haal door de bloem.
- Bak de polenta goudbruin en krokant in boter of olie.
- Bestrooi de wijting, vlak voor ze de pan in gaat, met wat zout en bak de vis krokant op de huid in wat boter en olie, daarbij nog even kort op de andere zijde.

## Presentatie

- Maak warme borden mooi op met stukken gebakken polenta, de stukken wijtingfilet en de boerenkoolsaus.

# KLEIN KOPJE UIENSOEP



## **Ingrediënten**

14 uien  
850 ml witte wijn  
2 stokbroden om crouton  
te maken  
400 gr geraspte Gruyère  
Olijfolie

## **Bereiding**

- Snijd de uien fijn en fruit ze in olijf olie goud bruin.
- Giet de wijn er overheen en laat tot 1/3 inkoken
- Voeg 1,5 liter water toe en laat de soep 20 min zachtjes door koken totdat uien boterzacht zijn en de soep mooi bruin is.
- Breng op smaak met peper en zout.
- Bestrooi sneden stokbrood (crouton) vlak voor het opdienen met ruim Gruyère leg op de soep in een soepkom en laat onder de grill goudbruin worden.
- Serveer uit.

# RIBKARBONADE IN BEAUJOLAIS SAUS MET PROVENÇAALSE GROENTEN EN CHAMPIGNON- AARDAPPELTJES.



## Ingrediënten

### Vlees

10 ribkarbonaden

### Saus

3 grote gele uien

50 gram boter

4 tenen knoflook

½ l. Beaujolais

1 el honing

½ l. kalfsfond

10 blad basilicum

boter; zout; verse peper

4 blad laurier

### Provençaalse groenten

Provençaalse kruiden

1 kg krielaardappelen. (grote maat), (vers geschraapt)

1 l. runderbouillon

½ bosje platte peterselie

1 gele en 1 groene courgette

½ bos waspeen

½ pot bieslook

olijfolie

## Bereiding

### Vlees

- Pareer de ribben en schrap ze schoon.
- Kruid met peper en zout. Reserveer.

### Saus

- Fruit de fijngehakte uien in geklaarde boter.
- Pers de knoflook hierboven uit en voeg de laurier toe. Fruit tot gaar.
- Blus af met de Beaujolais en de kalfsfond en kook in tot de helft.
- Saus zeven en op smaak brengen (honing; basilicum, peper, zout)
- Inkoken tot de gewenste hoeveelheid saus en zeven..

### Provençaalse groenten

- Steek een appelboor, halfweg in een aardappeltje (aan de lange kant). Snijd af rond de boor en trek de appelboor terug, zodat een champignon model van de aardappel overblijft.
- Kook ze tot 80 % gaar in (gezouten) runderbouillon, giet af en reserveer.
- Snijd de bieslook en de peterselie fijn en reserveer.
- Snijd de overige groenten courgettes (met schil) en wortel in blokjes en bestrooi met wat Provençaalse kruiden en wat groenten bouillonpoeder.

### Afwerking

- Verwarm grote borden.
- Bak de ribben aan beide kanten mooi bruin in geklaarde boter (57 graden kerntemperatuur) en houd warm tot ze allemaal gebraden zijn. Leg ze op gekreukeld alufolie of een geribbeld oppervlak zodat ze droog blijven.
- Het vleessap aan de saus toevoegen.
- Het braadvet uit de pan gieten en de saus dan afblussen in de aanbaksels van de braadpan.
- Eventueel voor het uitserveren monteren met koude boter en staafmixer.
- Bak tegelijkertijd de champignonaardappeltjes mooi bruin in boter met olijfolie (eventueel ietsje opkleuren met weinig paprikapoeder).
- Bestrooi met het peterselie/bieslookmengsel.
- Wok eveneens tegelijkertijd de groenten gaar in boter met olijfolie (proef af)

**Presentatie:**

- Naar eigen keuze of
- Zet de rib schuin tegen een bergje aardappeltjes en nappeer de rib met wat saus aan de voorkant.



# SNELLE BRIOCHE APPELTAARTJES



## Vlaaitje

4 granny Smith appels  
Sap van een citroen  
10 sneetjes briochebrood  
van 2 cm dik  
3 eieren  
40 ml melk  
1 tl vanillearoma  
3 el poedersuiker  
Beetje vloeibare honing  
kaneel

*steker 10-12 cm*

## Briochebrood

250 gr bloem  
1.2 tl zout  
2 el poedersuiker  
1 tl instant gist  
75 gr zachte boter  
3 los geklopte eieren

## Vlaaitje

- Verwarm oven tot 180 C.
- Leg een vel bakpapier (of silpat) op bakplaat.
- Schil de appels en boor ze uit.
- Snijd de appels in dunne schijfjes en besprenkel met citroensap om verkleuren te voorkomen.
- Steek rondjes brioche brood uit (10 - 12 cm).
- Roer in kom de eieren melk en vanille door elkaar.
- Besmeer rondje brood met wat honing en doop dan in de melk-eieren vloeistof.
- Leg met spatel op bakplaat en schik de appel in rondje er dakpansgewijs op.
- Bestrooi met poedersuiker en kaneel.
- Bak af in de oven 20 a 25 min tot ze goudbruin zijn.
- Bepoeder met poedersuiker en serveer uit!

## Briochebrood

- Knead ingrediënten tot een soepel deeg.
- Laat dit 1 uur afgedekt op warme plek rijzen
- Knead het nogmaals en leg in een ingevet brood blik en laat nog een half uur rijzen!
- Bak dan in voor verwarmde oven van 200 graden C in 45 a 55 min goudbruin en gaar.

## KOFFIE, BONBON

10 lekkere bonbons(bijv. Leonidas  
Koffie zelf te zetten