

CCN afdeling Bunnik



Menu mei 2010

KRABRISOTTO MET AVOCADO-IJS

ASPERGECRÈMESOEP MET BORAGE

MOUSSELINE VAN ASPERGES MET WATERKERSSAUS

SINAASAPPELSORBET

**LAMSRACK MET PISTACHEKORST, LAVENDELGELEI,
HASSELBACK-AARDAPPEL EN SALADE VAN
GEMENGDE BONEN.**

CITRUSSOUFFLÉ MET "WARM' CHOCOLADE-IJS

KRABRISOTTO MET AVOCADO-IJS



IJs

110 g suiker
0,85 dl witte wijn
60 g vloeibare glucose
0,75 dl water
2 rijpe avocado's
sap van 1 citroen
0,75 dl melk

Risotto

1,2 l schaaldierenfumet (dv, poeder of fles))
0,5 dl maisolie
2 sjalotjes gesnipperd
1/2 teen knoflook, gehalveerd
200 gr Arboriorijst
4 el witte wijn
100 g wit krabvlees (blik)
35 g Parmezaanse kaas geraspt
30 g boter
2 tl bieslook
2 el concassé van tomaat

Schaaldierensaus

2,5 dl schaaldierenfumet (dv)
2,5 dl halfvolle melk
50 g boter
zout en peper.

Presentatie

takjes kervel

IJs

- Los de suiker op in de witte wijn, glucose en het water, op een laag vuur in een steelpannetje, en laat alles afkoelen.
- Doe het mengsel in een keukenmachine, voeg avocado's en citroensap toe en pureer het tot een gladde massa. Roer de melk erdoor.
- Draai het mengsel in een ijsmachine totdat het bevroren is en zet het in de vriezer.
- Het ijs moet ten minste 2 uur voor het opdienen worden klaargemaakt om de juiste structuur te krijgen.

Risotto

- Breng de schaaldierenfumet in een steelpan zachtjes aan de kook.
- Verhit de maisolie op een matig vuur in een diepe, zware pan. Voeg de sjalotjes en het knoflook toe en bak ze 3 minuten zonder ze bruin te laten worden.
- Voeg de rijst toe en bak die nog eens 2 minuten mee, zonder dat hij verkleurt. Schenk de wijn erbij en laat het geheel pruttelen totdat het is ingedikt.
- Voeg de hete fumet er beetje voor beetje aan toe (0,5-0,75 dl per keer).
- Breng het mengsel steeds weer aan de kook en laat het de fumet onder voortdurend roeren opnemen. (Dit duurt telkens ongeveer 3 minuten).
- Herhaal dit proces tot de rijst bijna gaar, maar niet droog is.
- Voeg vlak voor de rijst gaar is, de krab, de parmezaanse kaas, de concasse van tomaat en de bieslook toe.
- Zorg dat alles wel warm is, maar niet te lang doorwarmen omdat anders de krab droog wordt.

Schaaldierensaus

- Breng de fumet in een steelpan aan de kook en laat hem zachtjes koken, totdat hij is ingedikt tot ongeveer 0,5 dl stroperige vloeistof.
- Als u bijna zover bent dat u de borden gaat opmaken, roert u met een garde de melk en boter er goed door.
- De temperatuur van deze saus is belangrijk: hij moet heet, maar niet gloeiend heet zijn. Kies voor 80 °C.
- Laat de saus dus niet koken.

Presentatie

- Haal het avocado-ijs uit de vriezer zodat het wat zachter kan worden voor u het serveert.
- Zet de saus op het vuur en verhit hem tot onder het kookpunt en zorg voor voorverwarmde borden.
- Schep risotto in het midden elk bord. Klop de saus tot schuimig en schep rondom de risotto.
- Leg op de risotto een quenelle van het avocado-ijs en een takje kervel

ASPERGECRÈMESOEP MET BORAGE



Ingrdiënten:

20 asperges
100 g borage
3 l kookvocht
sap van 1 citroen
80 g eidooier
4 dl kookroom

Bereiding:

- Snijd de asperges in stukjes, maar houd de kopjes apart
- Kook de aspergestukjes en de 30 topjes in aparte pannen gaar.
- Haal de aspergestukjes en topjes uit het vocht en laat uitlekken. Zet alles afgedekt, warm weg.
- Doe het kookvocht in één pan, breng opnieuw aan de kook en laat inkoken tot anderhalve liter.
- Knip de borage klein en doe bij het kooknat.
- Rasp de citroen en pers uit. Voeg citroenrasp aan het kookvocht toe, breng opnieuw aan de kook en laat een kwartiertje trekken. Zet het citroensap apart.
- Passeer het kookvocht door een fijne zeef.
- Doe de aspergestukjes terug in de pan en pureer met de staafmixer.

Afwerking en presentatie:

- Roer in een kom de eidooier door de room.
- Verhit de soep. Roer wat hete soep door de liaison en roer het geheel vervolgens van het vuur af door de soep in de pan.
- Roer de gehakte waterkers erdoor en breng op smaak met zout, peper en een scheutje citroensap.
- Verdeel de aspergetopjes over warme soepkommen en schep er de soep overheen. Serveer onmiddellijk uit.

*Borage = Borago officinalis ook bekend onder de naam komkommerkruid.
Kruid is in die tijd van het jaar volop verkrijgbaar.*

MOUSSELINE VAN ASPERGES MET WATERKERSSAUS



Ingrediënten

Boter om de vormpjes in te vetten
1000 g witte asperges
4 st eieren
2 dl koksroom
Mespunt wasabi(tube)
40 g boter

Saus

4 st sjalotjes
3 bos waterkers
1 dl Noilly Prat
2 dl droge witte wijn
2 dl gevogelbouillon (dv)
1 dl koksroom
Nootmuskaat

Presentatie

15 kleine kerstomaatjes
Takjes waterkers

Mousseline

- Beboter 10 kleine ramequins.
- Schil de asperges zorgvuldig en kook ze in ca. 15 minuten gaar.
- Snijd de koppen op ca 5 cm af, halveer ze in de lengte en zet apart.
- Pureer de restanten van de asperges met de eieren, de room, een beetje Wasabi en peper en zout.
- Vul de vormpjes met dit mengsel en plaats ze onafgedekt in de oven gedurende 35 minuten op 180 °C.

Saus

- Was de waterkers en snijd de bosjes fijn, maar bewaar wat takjes met blad voor de garnering.
- Snipper de sjalotjes
- Smelt de 40 g boter en fruit hierin de sjalotjes tot ze glazig zijn.
- Voeg de Nouilly Prat, de wijn en de bouillon toe en kook het geheel in tot er eenderde overblijft.
- Voeg 1 minuut voor het einde van de kooktijd de grof gesneden waterkers toe.
- Pureer de saus in de keukenmachine, druk door een zeef en breng op smaak met nootmuskaat, peper, zout en de room.

Presentatie

- Was de kerstomaatjes en halveer ze.
- Giet de saus als een spiegel op de borden en stort de mousseline in het midden.
- Maak op elk bord een krans van drie gehalveerde aspergepunten en de gehalveerde kerstomaatjes.
- Garneer met een takje waterkers

SINAASAPPELSORBET



Ingrediënten:

200 gr ruwe rietsuiker
2 dl water
1 citroen (sap van)
2 sinaasappelen
½ l sinaasappelsap(gezeefd)
2 eiwitten

Presentatie

10 takjes mint
1,5 dl Limoncello

Bereiding:

- In een steelpan: water, suiker, citroensap en zeste van de 2 sinaasappels.
- Breng het aan de kook en roer tot de suiker is opgelost. Laat het vervolgens op laag vuur inkoken tot een siroop, ongeveer tot de helft.
- Haal de pan van het vuur en meng er de sinaasappelsap van de sinaasappelen aangevuld met sinaasappelsap tot de opgegeven hoeveelheid.
- Breng zo nodig op smaak. Laat de siroop afkoelen.
- Zeef de siroop en schenk het in de ijsmachine.
- Laat de machine draaien tot het een stevige massa begint te worden.
- Voeg het stijfgeslagen eiwit en de helft van de opgekookte zeste toe en laat de ijsmachine draaien totdat het ijs stevig is.

Presentatie

- Schep het sorbetijs in mooie dessertcoupes en garneer met de overige zeste.
- Garneer het ijs met muntblaadjes en schenk naar smaak wat Limoncello (2 tl) over het ijs.

LAMSRACK MET PISTACHEKORST, LAVENDELGELEI, HASSELBACK-AARDAPPEL EN SALADE VAN GEMENGDE BONEN.



Ingrediënten:

Lamsrack

5 lamsracks
65 muntblaadjes
5 tenen knoflook, fijn gehakt
165 gr gepelde ongezouten pistache noten
200 ml olijfolie
sap en rasp van 2 kleine citroenen

lavendelgelei

3 kg granny smith appels, grof gehakt
(met schil en klokhuisl
5 verse, onbespoten takjes lavendel* 125 g blauwe bessen
400 ml witte wijnazijn
fijne kristalsuiker
3,5 tl verse onbespoten lavendelblaadjes*

Koud schoteltje

**In plaats van verse lavendel kun je eventueel een paar druppels lavendelessence gebruiken.*

Bereiding:

Lamsrack

- Hak de munt, knoflook en noten grof in het bakje behorend bij de Braun staafmixer. Laat niet te lang draaien!
- Schenk er 160 ml olie bij, voeg citroensap en -rasp toe en pureer alles tot een stevige pasta.
- Breng op smaak met zout en peper en zet apart.
- Verhit de rest van de olie in een grote koekenpan op hoog vuur. Bestrooi de lamsracks met zout en peper en bak ze in gedeelten bruin tot ze aan alle kanten zijn dichtgeschroeid, laat dan afkoelen.
- Leg de racks met de botjes naar boven en bedek de bovenkant van het vlees met de notenpasta, druk goed aan.
- Zet 15 min. in de koelkast om stevig te worden.
- Verwarm de oven voor op 200°C. Leg het lamsvlees op een bakplaat en braad 10-12 min. voor medium, of tot ze naar eigen wens voldoende gaar zijn. Kerntemperatuur 50-55 °C.
- Zet 5 min. apart.

Lavendelgelei

- Breng de appel, takjes lavendel en blauwe bessen met 3 l water aan de kook.
- Laat op halfhoog vuur 45 min. zachtjes koken. Voeg de azijn toe en laat 5 min. meekoken.
- Schenk alles in een met kaasdoek beklede vergiet, die boven een grote kom staat. Pers het vocht uit de pulp en verwijder de pulp.
- Meet het gezeefde sap in een steelpan af en voeg evenveel suiker toe als je sap hebt. Roer op laag vuur tot de suiker oplost, breng dan aan de kook.
- Laat 25-30 min. koken, test dan het geleerpunt: schenk een beetje van het mengsel op een koud schoteltje uit de vriezer. Zet 1 min. in de vriezer, haal dan je vinger door het midden van de gelei. Als het in twee helften blijft liggen, heeft het het geleerpunt bereikt. Zo niet, laat dan nog even koken en test elke 2 min.
- Als het geleerpunt is bereikt, schep dan evt. schuim van het oppervlak en roer de lavendelblaadjes erdoor.

Hasselback-aardappels

20 kleine aardappels met rode schil
40 - 100 verse laurierblaadjes
100 ml olijfolie
25 g ongezoeten boter
2 tenen knoflook geperst

Salade van gemengde bonen

400 gr haricots verts
0,5 l koksroom
40 g boter
2 tenen knoflook geperst
2 el gehakte verse rozemarijn blaadjes.
400 gr witte bonen (pot of blik), afgespoeld en uitgelekt.
400 g kidneybonen (blik) afgespoeld en uitgelekt.
400 g kleine tuinbonen (pot) of 300 g diepvries

Hasselback-aardappels

- Maak in elke aardappel enkele inkepingen , steek daartoe door de onderkant van elke aardappel een pen en maak de inkepingen tot de pen, zo verhinder je dat je de aardappel doorsnijdt.
- Verwijder de pen en steek in elke snede een laurierblaadje.
- Verhit de olie en de boter in een koekenpan en bak de knoflook 1 min (niet te hard). Voeg de aardappels toe en bak ze tot ze bruin worden (ongeveer 3 min). Doe de aardappels dan op een bakplaat en rooster ze in de voorverwarmde oven van 180 °C graden knapperig en lichtbruin.
- Bestrooi desgewenst met zeezout.

Salade van gemengde bonen

- Blancheer de haricots verts
- Laat de room tot de helft inkoken.
- Voeg de rozemarijn en knoflook toe en ook de andere bonen en warm ze op
- Doe er tenslotte de haricot verts bij en zorg dat alles lauwwarm tot warm is.

Presentatie:

- snijd elk rack in twee stukken.
- Besprenkel met de sappen uit de pan en van de bakplaat en serveer met lavendelgelei, aardappels met laurierblaadjes en salade.

CITRUSSOUFFLÉ MET "WARM" CHOCOLADE-IJS



Ingrediënten:

Citrusap.

4 citroenen
3 limoenen
2 dl water
300 g suiker

Warm chocolade-ijs

2,5 dl koksroom
2,5 dl melk
3 el pure chocolade pellets
50 g glucosestroop
85 g suiker
6 dooiers

koffiekoppen

Banketbakkersroom

2 eidooiers
50 g fijne tafelsuiker
1 zakje vanillesuiker
30 g bloem
2,5 dl melk

Soufflé

Gesmolten boter voor het invetten van de bakjes
100 g suiker plus extra om de bakjes te besuikeren
210 g banketbakkersroom*)
6 el van het citrussap
8 eiwitten

*) banketbakkersroom
2 eidooiers

Bereiding:

Citrusap.

- Verwijder met een fijne rasp de schil van de citroenen en limoenen. Halveer daarna de vruchten en knijp het sap er boven een pan uit.
- Voeg de schillen, het water en de suiker toe. Snijd twee helften van een citroen in tweeën en doe ze met twee halve limoentjes in de pan.
- Roer alles goed door elkaar. Breng het mengsel aan de kook en laat het inkoken tot u een dikke, goudbruine siroop hebt.
- Haal de pan van het vuur en schenk het mengsel door een fijne zeef en laat het afkoelen.

Warm chocolade-ijs

- Breng in een steelpan de room en melk aan de kook. Smelt de pellets, haal de pan van het vuur en roer de chocolade grondig door het warme room-melk mengsel.
- Roer met een garde de glucosestroop, de suiker en de eidooiers in een mengkom door elkaar totdat het mengsel glad en lichtgeel is.
- Voeg het room- chocolade mengsel toe, meng alles goed en laat het afkoelen.
- Draai het mengsel in een ijsmachine tot ijs.
- Schep het ijs een uur voor het serveren in koffiekoppen en zet ze tot gebruik in de vriezer.

Banketbakkersroom

- Klop eidooiers, tafelsuiker en vanillesuiker goed door elkaar.
- Zeef de bloem erboven en roer tot een glad mengsel.
- Breng in een sauspan de melk aan de kook.
- Giet de warme melk bij het dooiermengsel.
- Breng het geheel op en laag vuur weer aan de kook.
- Laat het mengsel 5 minuten zachtjes doorkoken, tot het iets aan de bodem kleeft.

Soufflé

- Smelt een klontje boter en vet daarmee de binnenkant van de soufflébakjes licht in. Sla geen plekje over. Doe een handvol suiker in een bakje en draai het rond, zodat de hele binnenkant met een laagje suiker bedekt raakt.
- Bereid banketbakkersroom zoals hierboven beschreven.
- Roer de banketbakkersroom en de citrussiroop in een grote kom goed door elkaar.
- Als u de soufflé bijna wilt gaan serveren, verwarmt u de oven voor op 185 graden.
- Sla de eiwitten in een grote kom bijna stijf, voeg de suiker toe en klop het mengsel dan helemaal stijf.
- Schep het eiwit- en roommengsel voorzichtig door elkaar.
- Verdeel het mengsel over de soufflébakjes (2/3-e gevuld) en zorg ervoor dat er geen luchtballen ontstaan. Maak de

50 gr fijne tafelsuiker
1 zakje vanillesuiker
30 gr bloem
2,5 dl melk

Presentatie

3 dl melk
cacao poeder
poedersuiker

- bovenkant van de soufflés glad met een pannenkoekmes.
- Zorg dat de randen van de soufflébakjes schoon en vetvrij zijn.
- Zet de soufflés in de oven en bak ze (8-9 minuten) totdat ze 5 cm zijn gerezen en een goudbruine bovenkant hebben.

Presentatie

- Haal het ijs uit de vriezer als de soufflés 5 minuten in de oven hebben gestaan, zodat het op serveertemperatuur komt.
- Verwarm de melk tot 80 graden en klop het met een handmixer op tot een schuimige substantie. Schep het op het ijs, zodat het een cappuccino lijkt. Strooi er wat cacao poeder over en zet de koppen op dessertborden.
- Haal de soufflés uit de oven en bestrooi ze snel met wat poedersuiker.
- Zet de soufflés op de dessertborden en serveer ze direct.