

Menu samengesteld door Marcel Mulder (CdC)
op basis van zijn examen-menu



Maandmenu november 2018

Op de Japanse keuken geïnspireerde Poke
(aanvulling op het examen-menu)

*

Langoustine, avocado, appel en bulgur

*

Kwartel, paddenstoelen en aardappelkroketjes

*

Ossenstaart, zeeduivel, pastinaak en rode wijnsaus

*

Zandkoekje, sinaasappelcurd, meringue en yoghurtijs

Intenties en filosofie achter het menu:

Ik heb geprobeerd componenten in het gerecht te verwerken die ik zeer smaakvol vind en waar ikzelf graag mee werk: langoustines, kwartel, ossenstaart, zeeduivel, pastinaak en yoghurtijs.

Voor het maandmenu is een klein voorgerechtje toegevoegd: een op de Japanse keuken geïnspireerde Poke.

NB: indien in de receptuur geen hoeveelheid is vermeld: naar behoefte.

Bronvermelding:

Poke: Jan Boeren. [Zie Le Cuisinier / 'Poke, een gerecht uit Hawaii'](#)

Langoustine-tartaar: Onno Kokmeijer

Kwartel: Paul Welburn

Zeeduivel: Will Holland

Dessert: Marcel Mulder, [Yoghurt-ijs: Le Cuisinier / Jan Boeren](#)

Voorgerecht: Poke, een Hawaïiaans gerecht

Ingrediënten

Bereiding

Zalm

Ca 400 g verse zalm
Bruine basterdsuiker
Zout
Gin
Bietensap (van gekookte biet)

Snijd de zalmfilet goed schoon en strak, doe samen met een eetlepel bruine suiker, een eetlepel zout, een scheutje gin en wat bietensap in een vacuümzak en trek vacuum.
Juist voor service: haal de zalm uit de vacuümzak, spoel met water goed schoon, dep zeer goed droog en snijd in blokjes.

Sushirijst

600 g sushirijst
Wasabipasta of -poeder
Sushiazijn (sushi seasoning)
Zwart sesamzaad

Kook de rijst zoals op de verpakking vermeld. De rijst moet nog een beetje 'bite' hebben.

Neem een klein deel van de gare rijst en kook dit verder tot helemaal gaar.
Blender deze gare rijst met wat kookvocht en breng op smaak met wasabi pasta of wasabi poeder. Passeer door een zeef. Smeer dun uit op een siliconenmat en bak af in een oven van 125 °C. tot krokant.
Gebruik het krokant zo, of frituur het a la minute nog even kort in neutrale olie.

Doe de overige rijst (met 'bite') in een kom, laat goed uitdampen en afkoelen tot lauwwarm en parfumeer licht met sushiazijn. Meng er wat zwarte sesam doorheen.
De rijst mag op kamertemperatuur geserveerd worden.

Wakame

Krulwier (gebruik zeer weinig!
Het zwelt enorm op).
Witte sesam
Sesamolie
Lichte soja

Week het krulwier in water, zodra het zich heeft ontplooid: maak zeer goed droog op een doek, breng op smaak met de overige ingrediënten

Tonijn

Stukje rauwe tonijn ca 400g
Zwart en wit sesamzaad
Neutrale olie

Smeer de tonijn licht in met wat olie, wentel rondom in een mengsel van zwarte en witte sesam en bak zeer kort (10 sec per kant) fel aan in wat neutrale olie. Laat afkoelen en trancheer in dunne plakjes.

Avocado

1 rijpe avocado
Limoensap

Maak de avocado a la minute schoon en snijd in dunne plakjes. Besprenkel met wat limoensap.

<p>Gekonfijte (in zout) citroen</p> <p>1 gekonfijte citroen</p> <p>Edamame</p> <p>30 onrijpe sojaboontjes steranijs</p> <p>Dressing</p> <p>Lichte soya Limoensap Sesamolie</p> <p>Okonomiakisau</p> <p>Tomatenketchup Worcestershiresaus Oestersaus Bruine suiker Lichte soja</p> <p>Japanse mayonaise</p> <p>1 eidooer 1 eetlepel rijstazijn (geen sushiazijn!!) 1 theelepel dijonmosterd Wat zout Neutrale olie Wasabipasta of – poeder Limoensap Eventueel poedersuiker, lichte soja, veth sin, lichte miso-pasta</p> <p>Garnering: Eventueel: Groene (wasabi) sesam, Shiso-purperblad</p>	<p>Snijd de schil van de citroen. Alleen de schil wordt gebruikt. Snijd in zeer fijne brunoise: een zgn 'suiker'.</p> <p>Kook de boontjes beetgaar in water met daar aan toegevoegd één of enkele stukjes steranijs. Dop de boontjes en laat in het kookvocht afkoelen. Juist voor service: dep droog.</p> <p>Maak een lichte dressing van de ingrediënten. (Je hebt maar zeer weinig dressing nodig!! Maak dus niet te veel).</p> <p>Maak een saus van de ingrediënten en reserveer in een spuitflesje. De verhoudingen zijn in aflopende hoeveelheden, maar doe het vooral naar eigen inzicht.</p> <p>Maak een mayonaise met de standaard ingrediënten en breng hoog op smaak met zuur. De mayonaise moet veel umami hebben en wat zout smaken. De consistentie moet zodanig zijn dat met een spuitflesje goed te spuiten is.. Reserveer in een spuitflesje,</p>
---	--

Opmaken en uitserveren

Gebruik een kom om de Poke te presenteren (Het gerecht wordt niet voor niets vaak een Poke Bowl genoemd).

Het is een klein en fijn gerechtje: zorg dat het niet te groot wordt.

Plaats een beetje sushirijst in de kom, maak hierop een zigzag met een van de sauzen, draai 90 graden en maak nog een zigzag met de andere saus. Arrangeer de overige ingrediënten hier op en rond.

Serveer met een glaasje (of sake-kommetje) warme sake.

Tussengerecht: Langoustine, Avocado, Appel, Bulgur en Melbatoast

Ingrediënten

Bereiding

<p>Tartaar 20 langoustinesstaarten 30 ml limoensap 30 ml olijfolie Peper/zout</p> <p>100 ml sushi-azijn 300 ml gemberbier 2 granny smith</p> <p>Avocado crème Vruchtvlees van 2 avocado 100 gr crème fraiche 1 teen knoflook limoensap Peper, zout</p> <p>Bulgur 150 gram bulgur Gevogelte bouillon (wordt o.a. verkregen van de kwartelkarkassen in gerecht 2) Citroensap</p> <p>Mierikswortelmayonaise 1 eierdooiers 15 g Dijon mosterd 15 ml wijnazijn 200 ml plantaardige olie Witte peper Zout Mierikswortelsap</p>	<p>Ontdoe de langoustines van hun pantser en verwijder de darm. Snijdt de langoustines in kleine stukjes meng met de olijfolie en het limoensap. Breng op smaak met peper en zout.</p> <p>Maak een zoetzuur van gemberbier en sushi-azijn. Snij appel in brunoise. Doe de appel brunoise in het zoetzuur.</p> <p>Giet na een half uur de appel af in een zeef. Meng de uitgelekte appel met de langoustine tartaar. Vang sushi/gemberbiermengsel op.</p> <p>Doe avocadovlees en crème fraîche in een kom en prak fijn met een vork. Voeg nu limoensap toe zodat er een mooie crème ontstaat. Breng op smaak met peper en zout. Breng de crème over in een spuitzak en bewaar koel.</p> <p>Kook de bulgur in gevogeltebouillon gaar. Giet af in zeef en laat uitlekken en afkoelen. Voor het uitserveren de bulgur aanmaken met citroensap</p> <p>Meng de eierdooiers met de mosterd en de wijnazijn. Voeg onder voortdurend kloppen met de garde de olie druppelsgewijs toe. Breng op smaak met zout, peper. Voeg vervolgens mierikswortelsap naar smaak toe.</p>
--	---

<p>Langoustines</p> <p>10 langoustines Gemberbierzoetzuur Olijfolie Neutrale olie Peper, zout</p> <p>Melbatoast</p> <p>500g bloem 7 gram droge gist 8 gram zout 15 gram klein broodpoeder 15 gram volle melkpoeder Ca 290 gram water</p>	<p>Verwijder het pantser en darmkanaal van de langoustines maar laat het staartje zitten. Besmeer een plaat met de neutrale olie en leg de langoustines erop met de buik naar boven. Schroei met een brander totdat ze beginnen te krullen. Draai om en schroei ze lichtjes. Besmeer met het uitgelekte zoetzuur van de tartaar totdat ze glimmen. Bestrooi met peper en zout.</p> <p>Doe alle ingrediënten in een kom en kneed tot een homogeen brooddeeg. 1 uur laten rijzen. Kort door kneden en portioneren. Opbollen en in geoliede bakblikjes doen. Afstrijken met eistrijksel. Nog een half uur laten rijzen. Afbakken in een oven die eerst op 220 graden staat, dan een beetje stoom (een shot stoom) en verder afbakken op 180 graden. Uit de blikken storten en op een rek laten afkoelen. In dunne sneetjes snijden in de lengte van het brood. Die in de oven toosten tot Melbatoast.</p>
--	--

Opmaken en uitserveren

Neem een kookring en maak een laag met de bulgur, vervolgens een dunne laag avocado crème en daarop een laag van de tartaar. Garneer met dotjes mierikswortelmayonaise. Plaats een langoustine dwars in het midden met de staart naar rechts. Garneer met cress en eventueel bloemetjes. Serveer met Melbatoast.

Tussengerecht: Kwartel, paddenstoel en aardappelkroketjes

Ingrediënten

Bereiding

5 kwartels	Snij de filets van de kwartel. Beide filets moeten aan elkaar blijven. Begin daarom aan de zijkant en werk richting het borstbeen. Snij de boutjes van het karkas. Verwijder het dijbeentje en snij op het kuitbeen het vlees door. Schraap het vel en peesje weg. Gebruik de vleugels en karkassen voor de gevogeltebouillon.
Transglutaminase	Leg de borst op de velzijde op plastic folie en bestrooi de filet met transglutaminase. Vouw dubbel en vorm met het plastic folie een rouleau. Uiteinden dichtknopen en minimaal een uur in de koelkast leggen. Zet sous-vide bad aan op 62 °C
Elastiekjes	Stroop het vlees van de boutjes op en maak lollipops met behulp van plastic folie. Vacumeer de boutjes. Vacumeer nu ook de borstjes en plaats alles in het sous-vide bad voor minimaal 2 uur.
Eekhoortjesbroodpuree 250 g bevroren gehakt eekhoortjesbrood 1 sjalot gesnipperd 100 g boter 75 ml slagroom	Zweet de sjalot in de boter en voeg vervolgens de stukjes eekhoornbrood toe, bak op een medium vuur net zo lang totdat het eekhoornbrood zacht is. Breng op smaak met zout en peper. Voeg de room toe en kook in tot de juiste dikte. Blender tot een fijne massa. Passeer door een zeef en doe in een spuitzak.
Krokante aardappelkroketjes (Pommes Dauphine) 600 gr aardappel 150 ml water 30 gr boter 90 gr bloem 2 eieren 50 gr geschaafd mierikswortel Zout/peper Eiwit Bloem Panko	Pof de aardappelen circa 40 minuten in de oven op 170°C. Breng het water met de boter aan de kook. Voeg de bloem toe en laat garen. Spatel de ei er door. Pel de aardappelen, druk door een zeef, breng op smaak met zout, peper en mierikswortel. Spatel het aardappelmengsel door het eierenbeslag. Proef en kruid eventueel na. Doe over in een spuitzak. Spuit banen van de gewenste dikte. Vries één uur aan.

	<p>Snijd in de gewenste lengte. Paneer met bloem, losgeklopt eiwit en panko. Frituur op 160 à 170°C.</p>
Gemengde bospaddenstoelen	Bak de paddenstoelen in een beetje boter en breng op smaak met zout en peper.
5 kwartel rouleau's	Haal de rouleau's uit de sousvide en dep droog. Bruin de buitenkant met een brûlée brander.
Lollipops van boutjes. boter	Haal de lollipops uit de sousvide en dep droog. Paneer met bloem, losgeklopt eiwit en panko. Frituur op 160 à 170°C.
Mierikswortelroom 100 gr mascarpone 100 gr slagroom Mierikswortelsap Zout Suiker	Doe mascarpone, slagroom en schaafde mierikswortel in de mengkom. Voeg een mespunt zout toe en een mespunt suiker. Klop tot een stevige massa

Opmaken en uitserveren

Snijd van de rouleau de uiteinden af en snij doormidden. Leg de lollipops op het bord. Leg paddenstoelen op het bord. Plaats dots van eekhoortjesbroodpuree. Plaats twee kroketjes per bord en een flinke dot mierikswortelroom.
 Werk af met cress.
 ½ rouleau en een lollipop per persoon

Hoofdgerecht: Ossenstaart, zeeduivel, pastinaak en rode wijnsaus

Ingrediënten

Bereiding

<p>Gevogeltebouillon</p> <p>5 kwartelkarkassen en vleugeltjes 500 gram kippenvleugels 1 kleine ui met schil 1 stengel bleekselderij 1 kleine wortel 1 teentje knoflook 4 witte peperkorrels Bouquet garni 2 liter water</p> <p>Ossenstaart 1 ossenstaart in segmenten zonnebloemolie</p> <p>Rode wijn jus 5 takjes tijm 2 tenen knoflook 75 gr champignons 2 rode uien 4 tomaten 500ml rode wijn Gevogeltebouillon Koude boter Zout en peper</p> <p>Kruidenpannenkoekje 200 gr ei 100 gr bloem 200 ml melk 60 ml water 30 ml gehakte dille 30 ml gehakte peterselie Zout/peper</p>	<p>Bruineer de karkassen en vleugels met de ui in de oven of in een koekenpan. Breng over in een pan en voeg het water toe. Breng aan de kook en ontdoe het van schuim. Als het kookt de andere ingrediënten toevoegen en tegen de kook aan laten trekken. Hierna door een zeef halen.</p> <p>Bruineer de ossenstaart in een koekenpan met een klein beetje olie. Breng de ossenstaart over in een snelkookpan en stoom deze boven het water in 2 uur gaar. Haal de segmenten uit de pan en verwijder het vlees van de botten. Bewaar op kamertemperatuur, breng op smaak met zout en peper.</p> <p>Knoflook, ui, champignons en tomaten klein snijden en met de tijm smoren op laag vuur. Wijn toevoegen en aan de kook brengen tot alcohol verdampt is. Bouillon erbij doen en tot de helft reduceren. Zeven en verder reduceren tot gewenste dikte. Afmonteren met een paar klontjes koude boter en op smaak brengen met zout/peper.</p> <p>Doe alle ingrediënten in en kom en maak een beslag. Bak vervolgens kleine pannenkoekjes in een antiaanbakpan. Laat afkoelen.</p> <p>Neem een muffinvorm en plaats hierin plastic folie. Vervolgens een kruidenpannenkoekje en vul het pannenkoekje met het ossenstaartmengsel. Vouw het pannenkoekje dicht mbv het plastic folie. Bewaar in de koelkast. Voor het serveren 10 minuten stomen op 100 C 100% stoom</p>
--	---

<p>Zeeduivelstaart 2 zeeduivelstaarten (ca 300 gram/stuk) Plakjes gesneden gerookte bacon.</p>	<p>Fileer van de zeeduivel de twee filets, verwijder ook het doorzichtige membraam op de filet.</p> <p>Leg de bacon overlappend op plastic folie. Leg de filet op de bacon en rol op. Folie dichtrollen en knopen. De rouleau in de koelkast plaatsen. De rouleau uit de folie halen en bakken in een koekenpan met een klein beetje olie.</p>
<p>Pastinaak blokjes Pastinaken Olie Honing Parmezaanse kaas Limoenzest</p>	<p>Schil de pastinaak en snijd er brunoise van. Restanten naar de volgende bereiding.</p> <p>Blancheer de brunoise in kokend gezouten water en koel in ijswater. Droog de blokjes met keukenpapier. Doe wat olie in een koekenpan en bak goudbruin. Haal van het vuur en voeg een beetje honing, geraspte Parmezaan en wat limoenzest toe.</p>
<p>3 plakjes gerookte bacon</p>	<p>Bak de plakjes bacon knapperig en laat afkoelen op een stukje keukenrol. Vervolgens fijnmaken tot grove kruim</p>
<p>Pastinaakcrème 800 gr pastinaak 400 ml melk 400 ml water 80 gr boter Zout/peper</p>	<p>Schil de pastinaak en snijd deze in kleine stukjes. Kook in melk en water tot gaar en giet af op een zeef. Breng over in een blender, voeg boter toe en blender tot een fijne crème. Breng op smaak met zout en peper en breng over in een spuitzak. Reserveer warm.</p>

Opmaken en uitserveren

Maak op het bord een ring van pastinaakcrème. In het midden de pannenkoek met daarop een schijf zeeduivel. Op de pastinaakring leggen we blokjes gebakken pastinaak. Afwerken met cress en baconkruim. Serveren en aan tafel de rode wijnsaus binnen de pastinaakcirkel schenken.

Dessert: Zandkoekje, sinaasappelcurd, meringue en yoghurtijs

Ingrediënten

Bereiding

<p>Yoghurt ijs</p> <p>485 g Turkse yoghurt 3% vet 28 g magere melkpoeder 120 g room 35% 110 g suiker 0,75 g Locust 0,75 g Guar (Stabilize) 0,75 g Cortina (tijdens het draaiproces).</p>	<p>Los de melkpoeder en suiker in de room door deze te verwarmen. Voeg nu de locust en guar toe. Meng de yoghurt door de room en laat afkoelen. Breng het mengsel over in de ijsmachine en voeg de Cortina toe. Draai er ijs van. Als het ijs klaar is overbrengen in een voorgekoelde metalen container, afdekken met bakpapier en in de vriezer plaatsen. 10 minuten voor gebruik uit de vriezer halen.</p>
<p>Curd</p> <p>2 sinaasappels 2 eidooier 120 gr boter 200 gr kristalsuiker</p>	<p>Was de sinaasappel en rasp ongeveer de helft. Pers het sap uit. Zet een kom op een pan met het kokend water, zonder dat de kom het water raakt. Laat hierin de boter smelten en voeg daarna de rasp en suiker toe. Als laatst voeg je het sap toe.</p> <p>Roer de eidooier goed en voeg ook dit toe aan het citroen mengsel. Blijf roeren en zorg dat het mengsel niet warmer wordt dan 85 C! Laat de curd afkoelen en breng over in een spuitfles en bewaar in de koelkast.</p>
<p>Zandkoekje</p> <p>300 gr boter, kamertemperatuur 150 gr poedersuiker 300 gr tarwebloem 150 gr maismeel 20 gr suiker om te bestrooien</p>	<p>Meng de boter en de poedersuiker tot een glad mengsel. Voeg de beide bloemsoorten toe. Verpak het deeg plat in plastic en laat een uur rusten in de koelkast.</p> <p>Verwarm een oven voor op 160 C. Haal de deegbal uit het plastic en rol met deegroller uit tot een plak van 5 mm dikte. Snijd 15 koekjes uit van 7 cm diameter. Snijd 4 van deze koekjes doormidden. Bak alles af op een siliconenmat op 160 C voor +/- 8 minuten.</p>
<p>Sinaasappelgelei</p> <p>200 ml vers sinaasappelsap gezeefd 1.5 gr Kappa 0,5 gr Locust</p>	<p>Plaats een met olie ingevette metalen tray in een voorverwarmde oven van 100 C. Pers de sinaasappelen en zeef deze door een fijne zeef. Breng het sap aan de kook en los hierin de Kappa en Locust op. Vervolgens overschenken op de warme metalen tray en af laten koelen.</p>

<p>Meringue 100 gr eiwit 200 gr suiker Beetje water</p>	<p>Na afkoelen de gestolde gel in de blender doen en fijnmalen. Door fijne zeef halen en in spuitfles doen.</p> <p>Doe de suiker met een beetje water in een pan en verwarm tot 115 C. Plaats het eiwit in een ontvette schone kom. Als de suiker 115 C heeft bereikt zet de mixer (eiwit) aan en verwarm de suiker door tot 121 C, vervolgens de suiker bij het eiwit doen en op de hoogste snelheid mixen en af laten koelen. Doe in een spuitzak en reserveer.</p>
<p>Opmaak:</p>	<p>Plaats de koekjes op een dopje meringue om verschuiven te voorkomen. Spuit een ring meringue op het ronde koekje en vul de ring met sinaasappelcurd. Spuit enkele dopjes sinaasappelgelei op het bord. Plaats op het halve koekje een bolletje yoghurtijs. Garneer met enkele blaadjes munt.</p>