

'Herfst'

menu samengesteld door Jan Boeren, MdC



Maandmenu november 2019

Makreelsalade met zoetzuur en gebakken uitjes

*

Currysoep met coquille

*

Zeebaars met parelcouscous met een velouté van
wittewijnsaus

*

Hertenmedaillon met 'Bonne Femme-garnituur'
boerenkoemelkkaas en rodewijnsaus

*

Kokos-ijs en drie bereidingen van ananas

Toelichting op het menu:

Het voorgerecht was een eerste suggestie voor ons wedstrijdmenu voor de kookwedstrijd van Elle Eten. We hebben uiteindelijk voor een ander gerecht gekozen, maar deze receptuur is interessant, snel te maken, mooi op te maken en bijzonder smakelijk.

Ik heb bij dit menu gekozen voor drie gerechten uit het examenmenu van Karel de Boorder. Een paar kleine aanpassingen vanwege het seizoen: we gaan dit keer aan de hertenmedaillons.

Het nagerecht is ons dessert bij de wedstrijd van Elle Eten, nu echter met een eigen bedacht en zelf gemaakt kokos-ijsje en iets minder ondersteunende componenten (terechte kritiek van de jury ;>0). Bij Elle Eten moesten we gebruik maken van de kant-en-klaar-ijsjes van Professor Grunschnabel.

Noot: daar waar geen hoeveelheden zijn vermeld, dient gelezen te worden: naar smaak / behoefte toevoegen. Receptuur is voor 10 personen.

Makreelsalade met zoetzuur en gebakken uitjes

<p>Gebakken uitjes Drie flinke uien Zout en suiker</p> <p>Zoetzuur van komkommer 1 komkommer Sushiazijn</p> <p>Zoetzuur van radijs Bos radijsjes Azijn Suiker Zout Inlegkruiden naar keuze (Pper, laurier, chilivlokken, steranijs, etc)</p> <p>Makreelsalade 1 gerookte makreel Pakje roomkaas (Mon Chou) Potje cornichon met rode peper (Lidl)</p> <p>Jus van inlegvocht Inlegvocht van de cornichons Xanthaangom Tapiocazetmeel (Binder)</p> <p>Garnering: Grote kappers, Cress naar keuze</p>	<p>Gebakken uitjes 1. Snijd de uien in gelijkmatige blokjes en spreid uit over een bakblik met bakpapier of silipad. Strooi wat zout en suiker over de uitjes. Bak af tot lichtbruin en knapperig op een temperatuur van 90°C</p> <p>Zoetzuur van komkommer 2. Schaaf de komkommer in lange linten. Leg in een bakje met wat sushiazijn. Maak hier à la minute rolletjes van.</p> <p>Zoetzuur van radijs 3. Maak een mengsel van azijn, de kruiden, suiker en zout, breng aan de kook en roer even door. Proef en stel eventueel bij. 4. Snijd de radijs in dunne plakjes en doe in een bakje. Overgiet met de hete azijn en reserveer.</p> <p>Makreelsalade 5. Maak de makreel schoon. Snijd enkele cornichons en het pepertje in fijne brunoise. Meng het makreelvlees met de roomkaas, de brunoise van cornichon en peper met wat inlegvocht. Maak zo een 'quenellebare' pasta. Kruid eventueel af met peper en zout. Reserveer op keukentemperatuur.</p> <p>Jus van inlegvocht 6. Klop het inlegvocht op met een klein beetje xanthaangom en eventueel wat Binder. Zorg voor een licht aangedikte jus. Doe hierin de mosterdzaadjes uit het potje cornichons.</p>
---	--

Opmaak en uitserveren

Maak een quenelle van makreelsalade. Wentel die voorzichtig door de gebakken uitjes. Plaats de quenelle centraal in een kombord. Garneer met komkommer, radijs, kapper en cress. Giet er een beetje jus omheen.

Currysoep met coquille (Karel de Boorder, CdC)

<p>Gevogeltebouillon: ½ soepkip WUPS Bouquet garni</p> <p>Currysoep: 1 l kokosmelk 1l gevogeltebouillon Ca 60 g Currypasta 4 sjalotten 4 tenen knoflook Kurkuma Verse gember Suiker (Aardappel)zetmeel</p> <p>Mangosalsa: 1 mango 1 rode peper 2 sjalotten Koriander Gember Witte wijnazijn Poedersuiker Zout</p> <p>Mango en Taugé: 1 mango Taugé 1 Paksoi</p> <p>Coquilles 10 coquilles in de schelp (alternatief: diepvries)</p> <p>Papadum Kant-en-klare papadum</p>	<p>Gevogeltebouillon: 7. Maak een kippenbouillon van de ingrediënten.</p> <p>Currysoep: 8. Rasp de gember, snipper sjalot en knoflook en fruit dit aan (glazig) Voeg de Kurkuma, suiker en currypasta toe. 9. Blus af met bouillon en kokosmelk en laat 10 min. tegen de kook aan om te trekken. 10. Zeef het daarna, maak op smaak met peper en zout. Bind eventueel met wat (aardappel)zetmeel.</p> <p>Mangosalsa: 11. Snijd de mango in zeer fijne blokjes (1mm). Dit ook met gember, sjalot, rode peper en koriander. Meng dit met iets azijn, poedersuiker en zout.</p> <p>Mango en Taugé: 12. Snijd de mango in zeer fijne reepjes. 13. Snijd het groen van de paksoi en snijd ook in zeer fijne reepjes als de mango. 14. Wok de paksoi en taugé snel en kort.</p> <p>Coquilles: 15. Steek de coquilles open, reserveer het nootje en spoel af. Dep goed droog, en zet ze strak tegen elkaar in een hoekje van een schaal, op een theedoek. Zet zo in de koeling tot service. 16. Besprenkel met iets olie (zonnebloem). Bak de coquille in hete pan, tot mooi gekaramelliseerd en glazig van binnen. Kruid af met peper en zout.</p>
--	---

Opmaken en uitserveren

Gebruik een diep bord:

Mango-taugé in een kookring centraal op het bord plaatsen

Coquille en mangosalsa daarop plaatsen

Server er apart een stukje papadum bij

Currysoep opschuimen met staafmixer en aan tafel in het bord serveren

Zeebaars met parelcouscous en witte wijnvelouté (Karel de Boorder, CdC)

NB: maak de courgetteplakken en het stro van prei à la minute.

<p>Groentebouillon WUPS Stelen van peterselie Laurierblad Ca 10 peperkorrels Water</p> <p>Parel couscous: 250 g parelcouscous Groentebouillon 1 eetlepel munt</p> <p>Gegrilde courgette: 3 Courgettes 20 dunne plakken</p> <p>Stro van prei: 1 kleine prei</p> <p>Velouté: 3 sjalotten fijnggehakt 200 ml witte wijn 200 ml Noillyprat Peper / zout 300 ml slagroom</p> <p>Zeebaars: 3 zeebaarzen (voor 12 stukjes filet) Cress naar keuze</p>	<p>Groentebouillon 17. Was en snijd de groenten in handzame stukken. Zet even aan in wat neutrale olie. Voeg de kruiden en specerijen toe. Vul aan met water tot alle groenten juist onder water staan. Breng aan de kook en laat een half uur tegen de kook aan trekken. Schep de benodigde groentebouillon zonder de vaste delen naar behoefte uit de pan.</p> <p>Parelcouscous: 18. Kook de couscous in groentebouillon. Giet af en laat afkoelen. 19. Voor opdienen, verwarm de couscous in iets olijfolie op een laag vuur en breng op smaak met munt, nog wat bouillon en peper.</p> <p>Gegrilde courgette: 20. Snijd de courgette in 2 gelijke delen, snijd lange plakken met de mandoline, kaasschaaf of dunschiller. Laat de grillpan goed heet worden. Bestrijk de plakken met iets olijfolie en grill deze snel op 1 kant. Breng op smaak met peper en zout.</p> <p>Stro van prei: 21. Snijd het kontje en groene gedeelte van de prei. Snijd de prei in de lengte doormidden. Maak de bladeren los van elkaar. Rol een blad op en snijd ragfijn in lange sliertjes. 22. Blancheer 20 seconden, spoel koud en dep droog. Frituur op 150 gr goudbruin, laat uitlekken op keukenpapier.</p> <p>Velouté: 23. Verhit een klontje boter, roer er 3 fijnggehakt sjalotten door en bak ze glazig. Schenk er 200 ml droge witte wijn en 200 ml droge vermout "Noilly Prat" bij en kook het tot de helft in. Roer er 300 ml slagroom door en laat de saus sudderen</p>
--	---

	<p>tot hij de consistentie van schenkroom heeft.</p> <p>Zeebaars:</p> <ol style="list-style-type: none">24. Fileer de vis en portioneer elke filet in twee stukjes.25. Filets bestrijken met olie, leg op een ovenplaat, velkant naar boven. Met gasbrander de velkant licht bruin branden.26. Oven op 80 °C ± 10 minuten in de oven totdat je het vel los kunt trekken. Serveer direct.
--	---

Opmaken en uitserveren

Opmaak bord: rond bord

Schenk de velouté op het bord, plaats het zeebaars iets uit het midden. Vel verwijderen.

De courgetteplakken dressereren naar keuze.

Strooi wat parelcouscous over de vis en courgette.

Boven op de vis wat stro van prei. Garneren met cress naar keuze

**Hertenmedaillon, groenten ‘Bonne Femme’, paddenstoelen,
boerenkoemelkkaas en rodewijnsaus
(Karel de Boorder, CdC)**

<p>Runderbouillon</p> <p>1 kg hertenbotten 2 uien, 1 prei, 1 winterwortel 2 stengels bleekselderij olie peperkorrels takjes peterselie takjes tijm takje rozemarijn laurierblaadjes steranijs</p> <p>Rodewijnsaus</p> <p>2 stengels bleekselderij en wortel 2 laurierblaadjes 8 jeneverbessen 400 ml rode wijn 200 ml hertenfond (zie hierboven) Knoflook, Sjalot Olijfolie, Balsamico 1 plak ontbijtkoek Aardappelzetmeel boter</p> <p>Bonne femme-garnituur:</p> <p>300 g Aardappel in blokjes (1x1 cm) licht voorgegaard (3 min)</p> <p>150 g ontbijtspek in blokjes 300 g snijbonen licht voorgegaard (2 min) 300 g sjalot gesnipperd</p>	<p>Runderbouillon</p> <p>27. Verhit de oven op 220 gr. Halveer de uien Was de prei, wortel en selderij en snijd in grove stukken. Meng botten en groenten met de olie en spreid uit in een braadslee. Rooster groenten en vlees ±30 min in de hete oven tot alles donker van kleur is.</p> <p>28. Doe over in de snelkookpan. Spoel met water de aanbaksels los van de bakplaat en giet ze in de pan. Vul aan met water tot alles goed onder staat ±2½ liter. Kneus de peperkorrels en voeg ze samen met peterselie, tijm, rozemarijn, laurier en steranijs toe. Sluit de pan, breng op stand 2 onder druk en temper het vuur. Laat minstens 1 uur sudderen.</p> <p>29. Haal de druk van de pan, zeef de bouillon en passeer door een doek. Ontvet zo veel mogelijk.</p> <p>30. Kook de bouillon daarna in tot 500 à 700 ml.</p> <p>31. Rodewijnsaus:</p> <p>Fruit knoflook en sjalot 2 minuten aan (glazig), dan bleekselderij en wortel even mee bakken. Voeg jeneverbessen, laurierblaadjes, rode wijn en runderfond toe. Tot de helft inkoken. Voeg wat balsamico toe.</p> <p>32. Zeef de saus (goed uitpersen) en voeg dan de ontbijtkoek toe (randen eraf), maak het met een mixer tot een gladde saus</p> <p>Bonne femme-garnituur:</p> <p>33. Bak de blokjes spek in een pan uit en voeg de sjalot, aardappelblokjes en snijbonen toe. Op smaak brengen met tijm en rozemarijn.</p>
--	--

<p>Cantharellen: Cantharellen of gemengde paddenstoelen</p> <p>Pompoencrème:</p> <p>Ui knoflook 1 Flespompoen Tomatenpuree Kerrievoeder en/of andere specerijen naar smaak Roomkaas (Mon Chou)</p> <p>Hertenmedaillon: hertenfilet, ca 1000 g</p> <p>Diversen: 100 g boerenkaas geraspt Boter, koud in blokjes aardappelzetmeel</p>	<p>34. Cantharellen: Bak de cantharellen/gemengde paddenstoelen in olijfolie, zout en peper.</p> <p>Pompoencrème:</p> <p>35. Pompoen schillen, ontpitten en in blokjes snijden. Ui en knoflook snipperen en fruiten in olie. Pompoenblokjes erbij en even meebakken. Dan tomatenpuree en specerijen erbij, even meefruiten. In weinig water ongeveer 15 minuten laten koken tot gaar, afgieten en pureren. Als laatste roomkaas naar smaak en consistentie toevoegen en op smaak maken.</p> <p>Hertenmedaillon:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Portioneer het vlees in mooie medaillons: 75 à 85 g pp. Verhit een pan met olie/boter. Kruid het vlees met peper, zout. Aanbraden op hoog vuur tot goudbruin. 2. Plaats het vlees in de oven voor 5 à 6 minuten op 160 °C. Laat het vlees hierna minimaal 10 minuten rusten in de warmhoudkast. <p>Afmaken voor opdienen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Blokjes koude boter door de rodewijnsaus. Eventueel binden met een beetje aardappelzetmeel.
---	--

Opmaak en uitserveren

Arrangeer vlees, groenten en paddenstoelen naar eigen inzicht. Bestrooi het vlees met wat geraspte kaas. Presenteer de saus aan tafel.

Kokos-ijs, drie bereidingen van ananas en crumble

<p>Kokos-ijs</p> <p>315 g volle melk 120 g sacharose (suiker) 1 eidooier 130 g KARA coconut cream 26% 105 g Aroy D coconut milk 19% 0,75 g Locust van Unique Products (Johannesbroodboomspittenmeel) 0,75 g Stabilize van Unique Products (Guargom) Ca 1 g Cortina emulgatorpasta voor consumptie-ijs (aan het roerwerk smeren)</p> <p>Ananas:</p> <p>1 'ready to eat' ananas</p> <p>Boter Tak rozemarijn Suiker Limoensap</p> <p>1 'bird eye' pepertje Suiker Limoensap Boter</p>	<p>Kokos-ijs</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Alle ingrediënten behalve de Cortina samenvoegen, goed mixen en verwarmen tot 80° à 85°C (pasteuriseren). Daarna af laten koelen. Idealiter twaalf tot achttien uur laten rijpen bij ca 4°C. 5. Cortina aan het roerwerk van de (voorgekoelde) sorbetiëre smeren, mix toevoegen en er ijs van draaien. 6. Ijs in een voorgekoelde bak overscheppen, een bakpapiertje op het ijs leggen en de bak afsluiten. Opslaan (voor langere tijd) op -18°C. Voor consumptie tot -14° 'op laten warmen'. <p>NB: de coconut cream van KARA is dik en romig. Het is het makkelijkst om alle cream uit de verpakking te drukken, goed door te roeren en dan pas in de mixer te doen waarmee je de mix samenstelt.</p> <p>Bereiding ananas: voorbereiding</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Schil de ananas en snijd uit het midden enkele balkjes van ongeveer 1 x 1 x 7 cm 8. Snijd van het overige vruchtvlees zeer kleine brunoise <p>Eerste bereiding: gebakken ananas met rozemarijn</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Bak de balkjes ananas licht aan in boter, voeg suiker, een beetje limoensap en een grote tak rozemarijn toe. Laat rustig karamelliseren en gaar worden. Laat de balkjes afkoelen tot kamertemperatuur. <p>Tweede bereiding: ananas compote</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Doe de in brunoise gesneden ananas in een pan, breng aan de kook en laat een paar minuten doorkoken. Giet af door een fijne zeef, druk het vocht er uit en doe over in een kom.
--	---

<p>4,5 g gelatinepoeder Suiker Mengsel van 1 ei en 1 eidooier, licht opgeklopt 20 g Boter Pot basilicum Siliconen mal 12 mm bollen</p> <p>Crumble: 12 g boter 12 g suiker 12 g kokosrasp 12 g bloem</p>	<p>11. Voeg naar smaak suiker en limoensap toe. Voeg een zeer fijn gesneden 'bird eye' pepertje zonder de pitjes toe.</p> <p>12. Voeg wat boter toe om een smeùge compote die goed quenellebaar is te verkrijgen. Reserveer op kamertemperatuur.</p> <p>Derde bereiding: crèmeux van ananas met basilicum</p> <p>13. Week de gelatine in een ca 15 g koud water.</p> <p>14. Voeg bij elkaar: 66 g ananassap, 20 g suiker en 40 g van het eimengsel en verwarm dit au bain-marie tot 80 °C. Voeg de geweekte gelatine toe. Laat afkoelen tot minder dan 50°C en klop de boter door het mengsel.</p> <p>15. Blender dit mengsel samen met een grote hoeveelheid basilicumblaadjes. De kleur moet helder groen zijn. Proef het mengsel en voeg eventueel nog wat limoen of suiker toe.</p> <p>16. Bewaar een klein deel van de mix in een spuitzakje en leg dit in de koelkast om op te stijven. Giet de rest van het mengsel in de siliconen mal. Vries in.</p> <p>Crumble:</p> <p>17. Meng alle ingrediënten tot homogeen. Spreid op een vel bakpapier of siliconen mat op een bakblik en bak af in een oven van 170°C. Reserveer in een afgesloten doos met wat keukenpapier er in zodat de crumble krokant blijft.</p>
--	---

Opmaken en uitserveren

- Naar eigen inzicht