Menu van kookavond 21-03-2005

Samengesteld door: Richard Hovens

Gerechten:

Amuse:	Gehaktballetjes met tzatziki
Voorgerecht:	Spinazie salade met sliptongfilets en sinaasappeldressing
Tussengerecht:	Romige paprikasoep met tilapia
Hoofdgerecht:	Gebakken kabeljauw met zuurkool, aardappelsaus, puree en gedroogd spek
Nagerecht:	Gefrituurd roomijs met warm stroopfruit



Gehaktballetjes met tzatziki

Type gerecht: Amuse
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 1 snackkomkommer
- zout
- 50 g pistachenoten
- 4 eetlepels olie
- 4 takjes munt
- 500 gr. rundergehakt
- 1/2 theelepel gemberpoeder
- versgemalen peper
- 2 teentjes knoflook
- 2 bakjes Griekse roomyoghurt (á 150gr.)
- 8 cocktailprikkers

Bereidingswijze:

Komkommer schillen, in lengte doorsnijden en met theelepel zaadjes verwijderen. Komkommer op grove rasp raspen of in kleine stukjes snijden. Komkommer in zeef bestrooien met zout en ca. 20 minuten laten staan.

Intussen pistachenoten pellen. In koekenpan 1 eetlepel olie verhitten en pistachenoten kort bakken, daarna in stukjes hakken. Munt fijnhakken. In kom gehakt mengen met pistachenoten, helft van munt, gemberpoeder, zout en peper. Gehakt tot ca. 30 kleine balletjes vormen. Vocht met lepel uit komkommer drukken. Knoflook boven kom uitpersen. Yoghurt, komkommer en rest van munt erdoor roeren. Tzatziki op smaak brengen met zout en peper.



Spinazie salade met sliptongfilets en sinaasappeldressing

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 2 perssinaasappels
- 4 teentjes knoflook (geperst)
- 2 eetlepel grove mosterd
- 16 eetlepels olijfolie
- bloem
- 8 sliptongen
- 2 zakken panklare spinazie (300 g)
- 2 zakjes amandelschaafsel (45 g)

Bereidingswijze:

Sinaasappel schoonboenen en helft van schil boven slakom raspen. Sinaasappel uitpersen en sap door rasp roeren. Knoflook, mosterd en 6 eetlepels olie toevoegen en geheel tot dressing kloppen. Op smaak brengen met zout en peper. Bloem op plat bord strooien. Sliptongen een voor een door bloem wentelen. In droge koekenpan amandelschaafsel lichtbruin roosteren. Op bord laten afkoelen.

In grote koekenpan rest van olie verhitten en sliptongen in ca. 6 minuten goudbruin bakken. Vis uit pan nemen en fileren. Daarna in oven warm houden! (Niet doorgaren) Filets met zout en peper bestrooien en halveren. Spinazie en amandelschaafsel door dressing mengen. Spinaziesla over vier borden verdelen en lauwwarme visrepen erop leggen.



Romige paprikasoep met tilapia

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 2 zakken gemengde paprika's
- 6 tomaten
- 4 teentjes knoflook
- 6 eetlepels olijfolie
- 2 liter visbouillon
- 4 schaaltjes tilapiafilet (a ca. 200 g)
- 2 zakjes verse basilicum (15 g)
- 1 ciabattabrood

Bereidingswijze:

Bereiding: Maak 2 liter bouillon. Paprika's en tomaten schoonmaken en in kleine stukjes snijden. Knoflook pellen en snipperen. In soeppan olie verhitten en paprika 4 minuten bakken. Tomaten en knoflook toevoegen en 2 minuten meebakken.

Tilapia in stukjes snijden en 5 minuten in bouillon meekoken. Basilicum in reepjes snijden. Bouillon scheiden van overige ingrediënten, wel bewaren wordt dadelijk weer gebruikt. Bouillon met roux(mengsel bloem en boter) tot gewenste dikte maken. Ingrediënten weer toevoegen. Soep op smaak brengen met zout en peper en met basilicum garneren.

Soep met ciabatta serveren.



Gebakken kabeljauw met zuurkool, aardappelsaus, puree en gedroogd spek

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 4 aardappels
- 2 eetlepel roomboter
- 800 ml visbouillon (van tablet) of 1 pot visfond (a 380 ml)
- 150 g dungesneden Zeeuws spek
- 2 sjalotjes
- 12 eetlepels olijfolie
- 800 ml runderbouillon (van tablet)
- 800 ml appelsap
- 32 olijven zonder pit
- 2 theelepels gembersiroop (of vocht uit potje gemberbolletjes)
- 2 eetlepel appelciderazijn
- 600 g zuurkool naturel (pak a 500 g)
- 2 laurierblaadjes
- 2 jeneverbessen
- 4 eetlepels bloem
- 4 kabeljauwhaasjes (of 500 g kabeljauwfilet in 4 gelijke stukken)

Bereidingswijze:

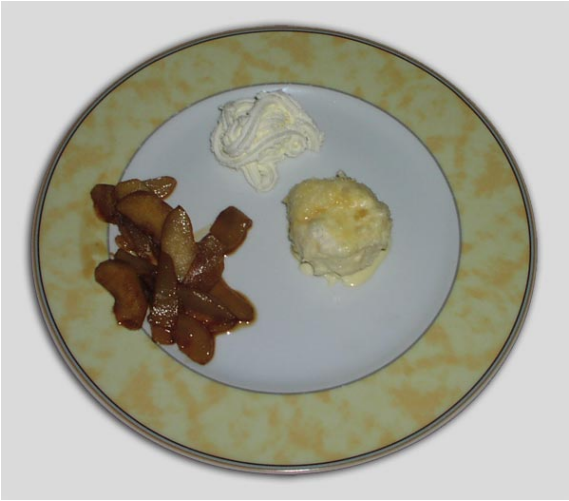
Aardappels schillen, in stukken snijden, wassen en in visbouillon in 15 minuten gaarkoken. Met staafmixer of keukenmachine heel kort pureren (als machine te lang draait wordt saus taai). Saus verdunnen met wat extra bouillon, tot roomdikte. Boter erdoor roeren.

Oven voorverwarmen op 150 graden. Spek op bakplaat leggen en in oven in 15 minuten droog en krokant uitbakken. Spek met keukenpapier droogdeppen en vetste stukken verwijderen, zodat krokante deel overblijft. Spek door zeef fijnwrijven.

Sjalot pellen, fijn snipperen en in 2 el olie fruiten en afblussen met vleesbouillon en helft van appelsap. Vocht tot 8 el (ca. 125 ml) laten inkoken. Olijven fijnhakken en door sjalot roeren. Gembersiroop, azijn en 2 el olie toevoegen en tot dressing kloppen. Zuurkool verwarmen met rest van appelsap, laurier en jeneverbes. Bloem op plat bord strooien. Kabeljauw aan beide zijden

bestrooien met zout en peper en 1 kant in bloem drukken. In koekenpan met antiaanbaklaag 2 el olie verhitten. Vis in 4-5 min. op bebloemde kant krokant en bruin bakken, met spatel voorzichtig omdraaien en nog 1 min. op andere zijde bakken.

Intussen aardappelsaus heel zachtjes verwarmen. Op vier warme borden 'spiegel' van saus maken: kwart van aardappelsaus in midden scheppen en met lepel tot cirkel uitstrijken. Spekgruis erover strooien. Zuurkool met schuimspaan uit pan nemen en goed laten uitlekken. Laurier en jeneverbes verwijderen. Op elk bord zuurkool draperen. Kabeljauw op zuurkool leggen en olijvenvinaigrette over kabeljauw scheppen.



Gefrituurd roomijs met warm stroopfruit

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

Roomijs:
- 5 eidooiers
- 140 gr. witte basterdsuiker
- 0,4 liter melk
- 3 dl. slagroom
- kokosrasp

Stroopfruit:
- 4 handperen
- 4 appels
- 2 eetlepels boter
- 10 eetlepels fruitstroop rinse appel (pot a 340 g)
- 6 eetlepels rozijnen
- 1 zakje hazelnoten (a 75 g)
- 1 sinaasappel (uitgeperst)

Bereidingswijze:

Roomijs:

Breng de melk aan de kook met de helft van de suiker. Neem de pan van het vuur, doe de deksel erop. Klop met de elektrische handmixer op de middelste stand de eidooiers met de rest van de suiker gedurende 1 minuut lichtgeel en schuimig. Zet de pan terug op het vuur, als de melk opnieuw kookt giet men al kloppend een beetje melk bij de eidooiers. Voeg vervolgens dit mengsel aan de rest van de melk toe, terwijl u blijft roeren met een houten spatel. Het mengsel mag NIET koken, gebruik hiervoor de kookthermometer, bij 83 graden kunt u de pan van het vuur afnemen (nog wel blijven roeren, tot het mengsel dik begint te worden).
Als de saus dik genoeg is, zeven (voorkomt klonteren) en doe er dan de room bij (hierdoor stopt het kookproces). Als de saus schift tijdens de bereiding, klop dan met de mixer op de snelste stand een eetlepel koude melk of room erdoor. Koel het mengsel door de pan in een bak met water en ijs te zetten (ongeveer 20 minuten).
Doe het mengsel in de ijsmachine en laat het ongeveer 20 minuten draaien.

Stroopfruit:

Peren en appels schillen, van klokhuis ontdoen en in stukjes snijden. In koekenpan boter verhitten en fruit 5 minuten zachtjes bakken. Stroop toevoegen en 3 minuten zachtjes al roerend verwarmen. Rozijnen, noten en sinaasappelsap toevoegen en geheel nog 5 minuten zachtjes laten koken.
IJs over vier borden verdelen. Warm stroopfruit ernaast scheppen.

Let op!:
Net voor opdienen de eerder geschepte bollen ijs door kokosrasp draaien dit enkele malen doen totdat bol ijs goed afgedekt is dan in frituurpan kort bakken tot kokoskrokant laagje heeft.