Menu van kookavond 16-01-2006

Samengesteld door: Wim Hovens

Gerechten:

Voorgerecht: Salade van parelhoenborstfilet, paddestoelen en herfstbock
Tussengerecht: Romige wildsoep met oesterzwammen en spekreepjes
Hoofdgerecht: Eendenborst met gebakken appel en peterselie aardappelen
Nagerecht: Appeltjes uit de oven onder een dekentje van kruidkoek en vanillesaus



Salade van parelhoenborstfilet, paddestoelen en herfstbock

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 6

Ingrediënten:

- 6 parelhoenborstfilets
- 200 kastanjechampignons
- 200 gram shii-take
- 3 sjalotjes
- 6 eetlepels olijf
- of zonnebloemolie
- 3 eetlepels roomboter
- 3 theelepels Worcestershire saus
- 3,5 dl. herfstbock
- 35 gram rucola
- 75 gram kropsla
- 75 gram eikenbladsla
- sprietjes bieslook
- peper uit de molen
- zout naar smaak

Bereidingswijze:

De kropsla en eikenbladsla in stukken scheuren. Samen met de rucola afspoelen en in een vergiet laten uitlekken. De paddestoelen voorzichtig borstelen, harde steeltjes verwijderen en in stukjes

snijden. De sjalotjes schillen en in stukjes snijden. Twee eetlepels olie in een wok of koekenpan verwarmen en de paddestoelen en sjalotjes roerbakken. Het bier en de Worcestershire saus toevoegen en 3 tot 4 minuten goed verwarmen. Daarna af laten koelen.

De parelhoenborstfilets met weinig zout en peper uit de molen bestrooien. Een mengsel van 2 eetlepels boter en 2 eetlepels olie in een koekenpan met antiaanbaklaag verwarmen en de parelhoenborstfilets aan iedere kant gedurende 3 minuten bakken. In aluminiumfolie wikkelen en in een goed voorverwarmde oven warm houden. De goed uitgelekte sla en in plakken gesneden parelhoenborstfilets over de borden verdelen. De afgekoelde saus over de plakjes lepelen. Garneren met sprietjes bieslook.



Romige wildsoep met oesterzwammen en spekreepjes

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 6

Ingrediënten:

- 225 gram oesterzwammen
- 150 gram spek
- 45 gram boter
- 45 gram bloem
- 1,5 liter wildbouillon
- 0,25 liter room
- peper
- zout

Bereidingswijze:

Veeg de oesterzwammen schoon en snij ze in reepjes. Ook het spek in reepjes snijden. Een roux maken en voeg de bouillon geleidelijk toe. Laat de soep 15 minuten doorkoken. Voeg dan de oesterzwammen toe. Vijf minuten voor de doorgifte de soep even (1 minuut) door laten koken. Voeg dan de room toe en eventueel wat peper en zout naar smaak. Garneren met de spekreepjes (gebakken).



Eendenborst met gebakken appel en peterselie aardappelen

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 6

Ingrediënten:

- 6 lichtzure appels (Granny Smith)
- geschild en in partjes
- zout en peper
- 90 gram boter
- 3 eendenborsten van tamme eend (magrets de canard) à 350 gram
- 5 dl. droge cider of witte wijn
- 1,5 eetlepel honing
- 1,5 theelepel zwarte peperkorrels grof gekneusd
- reepjes schil van 1 sinaasappel

Bereidingswijze:

Bak de appels met wat zout en peper 5-10 minuten in de boter op zacht vuur, tot ze zacht zijn. Snij de vetkant van de eendenborsten enkele keren in tot op het vlees. Bak de eendenborst op de vetkant circa 8 minuten in een hete pan op middelhoog vuur. Het vet wordt dan krokant. Keer de eendenborsten en bak ze nog 2-3 minuten op de vleeskant. Neem ze uit de pan en houd ze warm in aluminiumfolie. Verwijder het meeste vet uit de pan en voeg de cider, honing, peper en sinaasappelschilletjes toe. Laat de saus tot de helft inkoken. Serveer de eendenborst in plakken met de saus en de gebakken appeltjes. Gekookte aardappels, omgeschud met fijngesneden peterselie, smaken er heerlijk bij.



Appeltjes uit de oven onder een dekentje van kruidkoek en vanillesaus

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 6

Ingrediënten:

Appeltjes:
- 9 plakjes kruidkoek
- 6 stevige appels (Elstar)
- 6 gedroogde abrikoosjes
- 1,5 eetlepel gemberjam
- 75 gram hazelnoten
- 75 gram gesmolten boter

Vanillesaus:
- 0,25 liter melk
- 1/8 liter melk
- 60 gram suiker
- 3 eieren
- 1 zakje vanillesuiker
- 1 vanillestokje

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 180 C. Schil de appels en steek de klokhuizen er met een appelboor uit. Knip de abrikoosjes in kleine stukjes. Verkruimel de plakjes kruidkoek in de keukenmachine. Meng de abrikoosjes met een kwart van de kruidkoek en de gemberjam. Vul de appels met dit mengsel. Vet een kleine ovenschaal in en zet de appels er naast elkaar in. Hak de hazelnoten grof en meng ze met de boter door de rest van de kruidkoek. Verdeel dit mengsel over de appels. Schuif de schaal in het midden van de oven en bak de appels in 50-60 minuten gaar met een knapperig bruin korstje. Serveer de appels warm met de vanillesaus.

Voor de vanillesaus een kwart liter melk met 60 gram suiker verhitten (net niet laten koken). Klop ondertussen 2 eidooiers, 1 heel ei, 1 zakje vanille-suiker en het vanillestokje (halveren en uitschrapen) en ? liter melk door elkaar. Giet het vanillemengsel bij de hete melk, verwarm op een laag vuur. Neem het geheel van het vuur en laat nog 10 minuten staan. De saus blijft dun en dient koud geserveerd te worden.