Menu van kookavond 17-10-2011

Samengesteld door: Jan Vercoulen

Gerechten:

Voorgerecht: Vruchtensalade met gerookte kip
Tussengerecht: Palestijnse soep met knapperige aardpeer
Hoofdgerecht: Licht romig stoofpotje met konijn, mosterd en appel
Nagerecht: Warm appeltaartje met kaneelijs en verse mangosaus



Vruchtensalade met gerookte kip

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

Vruchtensalade:
- 0,5 bloemkool ca 500 gram
- 400 g gerookte kipfilet
- 400 g kersen (vers of uit glas)
- 150 g blauwe druiven
- 4-5 schijven ananas
- 150 g spinazie
- 1 struik bleekselderij

Saus:
- 2-3 eetl. ananassap
- 5 eetl. yoghurt
- 5 eetl. mayonaise
- 1 eetl. citroensap
- peper
- zout

Extra:
- aluminiumfolie

Bereidingswijze:

Vruchtensalade:

Kipfilet in aluminiumfolie pakken en in matig warme oven ca 75 graden tot lauwwarm verwarmen.
Verdeel de bloemkool in mooie roosjes en kook in water met zout beetgaar. Afgieten en met koud water spoelen om het garingsproces te stoppen. Van bleekselderij stronk en draden verwijderen, stengels wassen en drogen. Stengels in stukjes van 2 mm snijden. Spinazie wassen, niet kneuzen, in stukken scheuren en droogdeppen. Zo nodig kersen wassen, steeltjes en pitten verwijderen. Druiven wassen, eventueel halveren. Ananas in stukjes snijden.
Meng de groenten met het fruit. Houd verse kersen met steeltje apart voor garnering.
Snij de kipfilet, kort voor uitserveren, in zeer dunne plakjes.

Saus:
In kom doen: mayonaise, ananassap, yoghurt, citroensap, peper en zout. Tot sausje roeren

Uitserveren:
Maak van de spinazie een bedje in midden van borden. Schep hierop het groente- fruitmengsel. Lepel er wat saus over. Leg de plakjes kip er tegenaan. Garneer met een deel van de kersen.



Palestijnse soep met knapperige aardpeer

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 1 kg aardperen
- scheutje citroensap
- 3 eetl. boter
- 1 eetl. olie
- 1 flinke ui
- 6 dl groentebouillon van blokken
- 6 dl melk
- zout
- peper
- 3 dl room
- versgemalen nootmuskaat
- arachideolie voor frituren

Bereidingswijze:

Houdt 1 middelgrote aardpeer apart, om te frituren.
Schil de rest van de aardperen en snij in kleine blokjes. Doe ze in water met citroen tegen verkleuring. Verhit boter met olie in een pan en voeg de fijngesneden uien toe, smoor ze in enkele min. op laag vuur glazig. Giet de aardperen af, dep ze droog en doe ze bij de uien. Smoor ze 6-8 min. en giet de bouillon en de melk erbij. Breng zachtjes aan de kook en laat de soep in 20 min gaarkoken. Schrik niet als de soep gaat schiften, komt van de citroen ,komt goed met pureren. Pureer de soep en zeef hen om hem mooi glad te krijgen.

Verwarm de soep opnieuw, kort voor uitserveren, doe de room erbij en breng op smaak met peper, zout en nootmuskaat.

Schil de, apart gehouden, aardpeer, schaaf ze in flinter dunne plakjes op de snijmachine en dep ze droog . Snijmachine direct schoonmaken! Verhit een laagje olie in een koekenpan of wok en frituur ze knapperig en goudbruin bestrooi met zout.

Uitserveren:
Verdeel de soep over de koppen en verdeel de gefrituurde aardpeerplakjes erover.



Licht romig stoofpotje met konijn, mosterd en appel

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

Stoofpotje:
- 6 Elstar appels
- 8 konijnenbouten (totaal ca. 1800g)
- 12 sjalotjes, in partjes
- 4 eetl. grove mosterd
- zout
- versgemalen peper
- 6 eetl. boter
- 2 theel. gedroogde dragon
- 2 flesjes oud bruin bier
- 1 rundvleesbouillonblokje
- 200 ml kookroom

Aardappelpuree:
- 1 kg kruimige aardappelen
- zout
- peper
- nootmuskaat
- 25 g boter
- 1 / 1,5 dl melk
- 3 uien

Spruitjes:
- 1 kg spruitjes
- zout
- klont boter
- 60 g walnoten

Bereidingswijze:

Stoofpotje:

Schil 4 appels, verwijder de klokhuizen en snijd de appels in blokjes.
Smeer de konijnenbouten in met mosterd en bestrooi ze met zout en peper. Verhit de boter in een braadpan, bak de bouten rondom bruin en neem ze uit de pan. Fruit in het achtergebleven braadvet de sjalot met blokjes appel en dragon ca. 3 min.
Leg de bouten terug in de pan en verwarm het bier met een verkruimeld bouillonblokje met het vlees mee. Stoof alles ca. 1 uur en 25 minuten afgedekt op zacht vuur.
Was de overgebleven 2 appels en snijd deze in vieren. Verwijder het klokhuis en snijd de appel met schil in schijfjes. Voeg deze met de kookroom toe aan het stoofpotje. Laat 5 min. zonder deksel zachtjes inkoken. Breng op smaak met zout en peper.

Aardappelpuree:

Doe de aardappels in de pan met kokend water. Draai het vuur pas lager als alles weer kookt. Het duurt 18 tot 20 minuten voordat de aardappels gaar zijn. Prik met een vork in de aardappels om te controleren of ze goed gaar zijn. Neem de pan van het vuur en giet het kookvocht af (eventueel met behulp van een vergiet). Schudt de aardappels in de pan even heen en weer en laat de aardappels goed drogen. Stamp de aardappelen fijn met een stamper. Voeg de melk en boter toe aan de puree.

Roer alles er goed door heen. Eventueel kun je een mixer gebruiker om het mengsel luchtig te kloppen. Voeg ten slotte peper, zout en nootmuskaat toe.
Maak de uien schoon en snij ze in ringen. Bak je in een pan totdat ze glazig zijn. Voeg peper en zout naar smaak toe. Serveer de uienringen bovenop de aardappelpuree.

Spruitjes:
Snijd een plakje van de onderkant van het spruitje en verwijder de buitenste blaadjes. Was de spruitjes en kook ze in licht gezouten water ongeveer 7 – 10 minuten, afhankelijk van de grootte. Hak de walnoten grof. Giet de spruitjes af en schut ze om met een klont boter. Bestrooi met de walnoten.



Warm appeltaartje met kaneelijs en verse mangosaus

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

Appeltaartjes:
- 10 plakjes (roomboter) bladerdeeg
- 750 g appels bv. Jonagold
- 100 g boter
- 90 g amandelsnippers
- kaneelpoeder
- 6 eetl. suiker

mangosaus:
- 125 g suiker
- 2 mango's of 2 blikken
- 2 citroenen

Extra:
- bakpapier of silpats

Kaneelijs:
- 8 eidooiers
- 5 dl slagroom
- 5 dl volle melk
- 220 g suiker
- 1 dl kaneellikeur
- 1 theel. kaneelpoeder, gezeefd

Bereidingswijze:

Appeltaartjes:

Laat het deeg ontdooien. Steek uit ieder lapje een zo groot mogelijk rondje. Gebruik hiervoor de doos van de uitsteekvormen. Bekleed een bakplaat met bakpapier of silpat. Leg de deegrondjes erop, prik er met een vork gaatjes in. Schil de appels en verdeel elke appel in 12 partjes. Leg de partjes in een cirkel van telkens zes schijfjes op de deegplakjes. Smelt de boter. Bestrijk de appelschijfjes en het deeg met de gesmolten boter. Rooster de amandelsnippers en roer er op het laatst
6 eetlepels suiker door. Verdeel de snippers over de appelschijfjes. Stuif er een beetje kaneelpoeder over. Zet de bakplaat tot gebruik in de koeling.

Verwarm de oven voor op 200 graden. Bak de appeltaartjes in ca. 15 min bruin en gaar. Verwarm de saus al roerende in een steelpan.

mangosaus:

Schil de mango's en snij het vruchtvlees in plakken van de pit. Snij de plakken in stukjes. Pers de citroenen uit. Pureer de stukjes mango met het citroensap en 100 gram suiker tot een gladde saus. Voeg zo nodig enkele lepels water toe.

Kaneelijs:

Doe de dooiers en de suiker in een kom en klop met de mixer tot de dooiers bijna wit zijn. Breng de melk en de room aan de kook. Schenk wat van het roommengsel al kloppende bij de eiermassa, schenk terug bij de rest van het

roommengsel en klop alles au bain marie tot het begint te binden. Voeg de likeur en kaneelpoeder toe, laat afkoelen en draai er ijs van.

Uitserveren:
Zet de appeltaartjes op grote borden, schep er wat mangosaus langs. Schep midden op de taartjes een flinke bol kaneelijs.