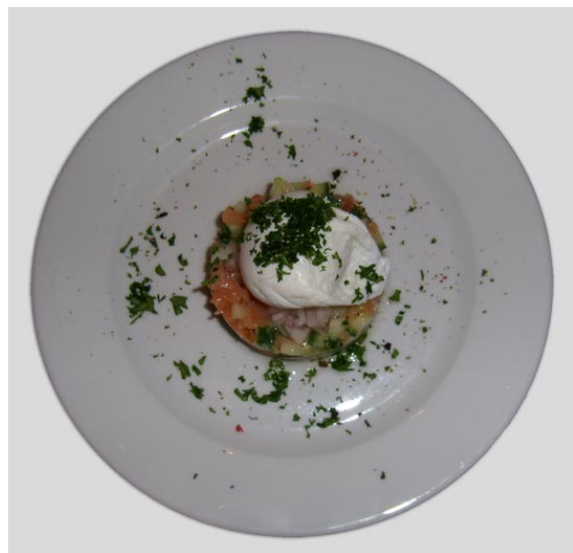


# Menu van kookavond 19-11-2012

Samengesteld door: Frank Theeuwen

## Gerechten:

- Voorgerecht: Zalmtartaar met gepocheerd ei  
Tussengerecht: Uiensoep met kaascroutons  
Hoofdgerecht: Entrecote met limoen-knoflookboter  
Nagerecht: Crème karamel



## Zalmtartaar met gepocheerd ei

- Type gerecht: Voorgerecht  
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 500 g zalmforel
- 4 gesnipperde sjalotjes
- 200 ml witte wijnazijn
- 4 eetl. arachide- of zonnebloemolie
- 2 theel. honing
- 2 komkommers in miniblokjes gesneden
- 8 eieren
- 4 eetl. gehakte (platte) peterselie
- Kookring rond 10 cm

## Bereidingswijze:

Meng de sjalotjes met 2 eetlepels azijn, de olie en de honing. Schep de komkommer om met de zalmforel, zout en peper naar smaak tot zalmtartaar. Zet de kookring op een bord en vul deze met de zalmtartaar. Druk een beetje aan en verwijder de kookring. Vorm zo 8 taartjes. Druppel de sjalottenvinaigrette erover.

Verhit de rest van de azijn met 2 liter water en 2 theelepels zout tot het kookpunt. Breek de eieren een voor een in een beker of een kommetje. Zorg ervoor dat de dooier heel blijft. Roer met een schuimspaan of lepel in het water zodat er een draaikolkje ontstaat. Laat, als het draaikolkje bijna stil is (anders is er veel beweging en komt de dooier los van het eiwit), het ei in het midden van het draaikolkje glijden en pocheer ze 3-4 minuten net onder het kookpunt. Vouw met 2 lepels het eiwit dat eventueel toch uitloopt om de dooier. Schep de eieren halverwege de pocheertijd om, zodat ze mooi rond worden. Schep met een schuimspaan uit het vocht, laat ze uitlekken en leg ze op de zalmtaartjes. Bestrooi rijkelijk met peterselie. Lekker met geroosterd witbrood.

# Uiensoep met kaascroutons



Type gerecht: Tussengerecht

Aantal personen: 8

## **Ingrediënten:**

- 100 g boter of vloeibaar bakproduct
- 1000 g uien in ringen gesneden
- 2 theel. suiker
- 100 ml witte wijn
- 2 l vleesbouillon
- 2 theel. verse tijmblaadjes of gedroogd
- 2 kleine stokbroodjes in schuine plakken van 1,5 cm
- 200 g geraspte Gruyère of belegen kaas
- 8 ovenvaste soepkommen

## **Bereidingswijze:**

Verhit de boter maar laat deze niet verkleuren. Schep de ui erdoor en laat met de deksel op de pan op halve stand 15 minuten garen. Schep de suiker erdoor. Voeg de wijn toe, laat deze iets verdampen en laat de uien goudbruin kleuren. Giet de bouillon erbij, voeg de tijm toe en kook zachtjes met deksel 15 minuten. Voeg zout en peper naar smaak toe.

Verwarm de ovengrill. Rooster de stokbroodplakjes lichtbruin. Verdeel de soep over de kommen. Leg de broodplakjes op de soep. Bestrooi brood en soep met de kaas. Zet de soep onder de grill tot de kaas gesmolten is

## **Tip:**

In plaats van geraspte kaas is een plak camembert of brie ook heel lekker.



## Entrecote met limoen-knoflookboter

Type gerecht: Hoofdgerecht

Aantal personen: 8

### Ingrediënten:

#### **Entrecotes:**

- 8 entrecotes (ca. 150 g per stuk)
- 2 eetl. gesmolten boter
- 2 eetl. arachide- of zonnebloemolie
- 2 limoenen
- 4 teentjes geperste knoflook
- Snufje paprika- of chilipoeder
- 200 g boter
- vershoudfolie

#### **Friet:**

- 1000 g grote aardappelen

#### **Witlof:**

- 8 stronkjes witlof
- boter
- olie
- suiker
- scheutje bouillon

### Bereidingswijze:

#### **Entrecotes:**

Haal de entrecotes 15 minuten voor het bakken uit de koelkast. Bestrijk ze met boter gemengd met olie. Boen de limoen schoon, rasp de schil en pers de vrucht. Meng rasp, sap, knoflook, paprikapoeder, zout en peper naar smaak door de boter. Vorm er in verhoudfolie een rolletje van en leg dit even in de diepvries.

#### **Friet:**

Grote aardappelen in dikke repen (2X2 cm) snijden, 3-4 minuten frituren op 140 graden, uitgeleken en daarna goudbruin frituren op 180 graden.

#### **Witlof:**

Stronkjes witlof in de lengte gehalveerd, de snijzijde bestrooid met suiker, bakken in boter met olie en 5-7 minuten gestoofd met een scheutje bouillon.

#### **Serveren:**

Verhit een grillpan of koekenpan en rooster hierin de entrecotes 2-3 minuten per kant. Laat ze daarna, uit de pan, afgedekt 3 minuten rusten.

Serveer ze met een toefje van de limoen-knoflookboter.



## Crème karamel

Type gerecht: Nagerecht

Aantal personen: 8

### Ingrediënten:

- 200 g suiker
- 2 eetl. warm water
- 2 eetl. citroensap
- 2 eieren
- 4 eidooiers
- 300 ml slagroom
- 250 ml melk
- 8 soufflévormpjes of ovenvaste bakjes (rond 10 cm. Of 125 ml inhoud) ingevet met boter
- braadslede of ovenschaal
- 1 vanillestokje

### Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 150 graden. Smelt voor de karamel 160 gram suiker op een matige stand. Roer als de karamel goudbruin is, voorzichtig in verband met spatten, het water en citroensap erdoor. Breng al roerend aan de kook tot de karamel vloeibaar is. Schenk deze in de bakjes zodat de bodems goed bedekt zijn. Laat afkoelen.

Roer het ei en de eidooiers los met de rest van de suiker en meng dit door de slagroom en de melk. Zet de vormpjes en de braadslede. Giet het eimengsel op de karamel in de bakjes. Vul de braadslede met warm water tot de bakjes voor 2/3 onderstaan. Bak 40-50 minuten in de oven tot de crème niet meer beweegt als je voorzichtig tegen de bakjes tikt. Laat de crème karamel afkoelen en zet ze minimaal 3 uur in de koelkast. Maak de crème voor het serveren los door met een puntig mesje langs de rand van de bakjes te gaan. Stort de crème op bordjes zodat de karamel eroverheen vloeit.

### **Tip:**

Meng het merg van 1 opengesneden vanillestokje bij de slagroom en de melk.