# Menu van kookavond 10-04-2017

*Samengesteld door: Frans Winkelmolen*

## Gerechten:

Voorgerecht: Limburgse aspergesoep met ham en ei
Tussengerecht: Zonnevis gepocheerd op citroengras met courgette en asperges
Hoofdgerecht: Gemarineerde gevulde varkenshaas met ratte-aardappelen en courgette
Nagerecht: Sushi van flensjes met bergamot, banaan en ananas en bailey's karamel



## Limburgse aspergesoep met ham en ei

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 600 g verse witte asperges, geschild
- 2 l groentebouillon
- 400 g beenham
- 6 hardgekookte eieren
- 2 eetl. fijn gesneden peterselie
- 2 dl slagroom
- 1 theel. suiker
- 60 g bloem
- 60 g boter
- zout en peper

## Bereidingswijze:

Snijd de geschilde asperges in stukjes van ongeveer 3 centimeter. Houd de kopjes van de asperges apart. Zet de bouillon op, voeg het theelepeltje suiker toe en kook de asperges (behalve de kopjes) in ongeveer 10 minuten bietgaar. Pureer de asperges met de staafmixer of in de keukenmachine, totdat er een mooie gladde aspergesoep ontstaat.
Maak een roux van de boter en de bloem en giet er al roerende steeds een beetje van de gepureerde soep bij, plus de slagroom.
Kook de kopjes van de asperges een paar minuutjes in de aspergesoep die nu bijna klaar is mee, aan het eind. Kook de soep nu nog zo'n drie minuten en breng deze op smaak met wat peper en eventueel wat zout.
Snijd de beenham in smalle reepjes. Pel de eieren en druk deze door een zeef. Verdeel de reepjes ham en de asperge kopjes over de soepkommen of borden. Schep de romige aspergesoep hierover uit en garneer de soep met de fijne eiersnippers en de peterselie.



# Zonnevis gepocheerd op citroengras met courgette en asperges

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

**Courgette nicoise:**
- 2 theel. zwart sesamzaad
- 4 dl water
- 2 eetl. olijfolie
- 500 g courgette
- geraspte schil van 2 citroenen
- 20 g boter
- 2 eetl. fijngehakte verse dille
- zout
- versgemalen zwarte peper

**Citroengras-saus:**
- 6 eetl. vermouth (Noilly Prat)
- 2 eetl. droge witte wijn
- 2 eetl. gehakte sjalot
- 30 g citroengras, gehakt
- 2 dl geklopte slagroom
- 1 dl olijfolie
- citroensap
- zout
- versgemalen zwarte peper
- 100 g koude boter

**Zonnevis:**
- 50 g citroengras (8 tot 10 cm lang gesneden)
- 16 asperges
- 8 zonnevisfilets (het vel verwijderd)
- zout
- versgemalen zwarte peper
- extra vergine olijfolie

## Bereidingswijze:

**Courgette nicoise:**

Snijd de courgette in de lengte in vieren en dan in stukjes van 2-3 cm. groot. Bak de stukjes courgette in de boter en olijfolie tot ze iets zachter zijn. Voeg het citroenrasp en de gehakte dille toe en breng op smaak met zout en versgemalen zwarte peper. Laat nog 4 tot 5 minuten bakken, voeg dan het sesamzaad toe en schep goed om. Voeg het water toe en laat doorgaren. Zet weg. Zeef de massa en houd het vocht voor de saus apart.

**Citroengras-saus:**

Giet de vermouth en witte wijn in een pannetje en voeg de gehakte sjalot en citroengras toe. Breng aan de kook, draai het vuur lager zodat alles suddert en laat het mengsel tot een kwart van de oorspronkelijke hoeveelheid reduceren. Klop er de slagroom en olijfolie door. Voeg het nat van de courgette-nicoise toe. Breng op smaak met citroensap, zout en versgemalen zwarte peper. Monteer met koude klontjes boter en passeer het mengsel door een fijne zeef. Houd tot verder gebruik warm. Indien de saus dreigt te schiften met de staafmixer een scheut koude room toevoegen.

**Zonnevis:**

Giet een bodempje water in een anti-aanbak pan en voeg het citroengras toe. Breng de zonnevisfilets op smaak met zout en versgemalen zwarte peper. Leg ze op het citroengras en doe de deksel op de pan. Kook de zonnevis een paar minuten per kant op laag vuur. Houd tot verder gebruik warm. Schil de asperges en kook ze in water beetgaar met zout, een klontje boter en een snufje suiker.

**Presentatie:**
Verdeel de courgette nicoise over 8 borden. Leg de zonnevisfilets op de courgette en sprenkel wat citroensap over de vis. Schik de twee asperges er langs. Schep de saus over de zonnevisfilets. Overgiet met een paar druppels extra vergine olijfolie en dien op.



# Gemarineerde gevulde varkenshaas met ratte-aardappelen en courgette

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

**Gevulde varkenshaas:**
- 4 varkenshaasjes (dikke stuk) van 250 g
- 2 bosjes dragon
- zeste van 4 citroenen
- 4 eetl. droge amandelen fijngemalen

**Marinade:**
- sap van 4 citroenen
- zeezout
- tabasco
- 2 fijngehakte teentjes knoflook

**Saus:**
- suiker
- water
- calvados
- sap van 2 citroen
- 4 dl. jus de veau
- koude boter
- gehakte dragon

**Garnituur:**
- 8 grote ratte-aardappelen
- zeezout
- 8 takjes rozemarijn
- olijfolie
- 2 kleine courgettes
- verse tijmblaadjes
- olijfolie
- knoflookteentje fijngehakt
- peper
- zout

## Bereidingswijze:

**Gevulde varkenshaas:**
Maak met behulp van een aanzetstaal een gat in de lengte door de varkenshaas. Vul dit met de gehakte dragon, citroenzeste en tot poeder gemalen amandelen.

**Marinade:**
Vermeng knoflook met citroensap, zout en tabasco. Laat het vlees in deze marinade ca. 30 minuten of langer marineren. Maak het vlees droog en bak het dan in boter cuisson (de gewenste gaarheid).

**Saus:**
Maak een caramel van suiker (met een scheutje water). Flambeer met de calvados. Blus af met het citroensap. Voeg de jus de veau toe en reduceer tot sausdikte. Zeef de saus, monteer met koude boter en breng op smaak met zout, peper en gehakte dragonblaadjes.

**Garnituur:**
Was de aardappelen en snijd ze in grove stukken. Doe ze in een ovenschaal, strooi er grof zeezout en enkele takjes rozemarijn over en besprenkel rijkelijk met olijfolie. Zet de schaal in een oven van 180 graden tot de aardappelen goudbruin en gaar zijn (ca. 1 uur). Snijd de courgette in plakjes en bak ze in olijfolie met tijmblaadjes en knoflook beetgaar. Breng op smaak met peper en zout.

**Presentatie:**
Snijd het vlees in niet te dunne plakken en dresseer in het midden van het bord. Schep er de aardappelen en courgetteplakjes omheen en nappeer het vlees met de saus. Steek de rozemarijntakjes er als garnering bij.



# Sushi van flensjes met bergamot, banaan en ananas en bailey's karamel

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

**Garnering:**
- 2 bananen
- 0,5 ananas
- abrikozenjam

**Flensjes:**
- 5 dl melk
- 6 eieren
- 50 gr fijne kristalsuiker
- 250 g bloem
- zout

**Bergamotcrème:**
- 6 blaatjes gelatine
- 2,5 dl slagroom
- 2,5 dl melk
- 200 g fijne kristalsuiker
- 230 g gepasteuriseerde eidooiers
- 2 theel. bergamot-essence
- 5 dl lobbig geslagen slagroom

**Bailey's karamel:**
- 50 g fijne kristalsuiker
- 1 d Bailey's
- 20 g boter
- 0,5 dl slagroom

**Amandelgalettes:**
- 60 g geschaafde amandelen
- 100 g kristalsuiker
- 80 g glucosestroop
- arachideolie

## Bereidingswijze:

**Amandelgalettes:**
(10 pers.) Bruneer de amandelen in een droge tefalpan. Kook de kristalsuiker en glucosestroop op matig vuur lichtbruin. Roer er van het vuur af de nog warme amandelen door. Bestrijk 2 vellen vetvrij papier met arachideolie. Leg 1 vel op een warme bakplaat, giet er de warme noga op en bedek het met het andere vel. Rol de noga met een deegroller dun uit. Steek meteen daarna 10 repen uit de nog warme noga (2 x 15 cm).

**Flensjes:**
Roer de melk, eieren en suiker door elkaar en roer er de gezeefde bloem met een snufje zout door tot het een glad beslag is. Meng de gesmolten boter door het beslag en zet het een half uur koel weg. Bak van het beslag 4 dunne flensjes en bak ze aan beide kanten goudgeel. Laat ze afkoelen.

**Bergamotcrème:**
Week de gelatine in koud water. Verwarm de room met de melk, suiker en eidooiers tot 85 graden, zodat ze licht bindt. Roer de uitgeknepen gelatine erdoor en laat de massa afkoelen tot ze lobbig is.

Voeg de bergamot-essence toe en spatel de geklopte room erdoor. Laat de crème circa 1 uur in de koeling opstijven. Leg elk flensje op plasticfolie, spuit er een streep bergamotcrème op en rol strak op tot een rolletje van max. 2 cm doorsnee. Vries de rolletjes kort aan zodat ze snijdbaar zijn.

**Bailey's karamel:**
Karamelliseer de suiker en blus af met de Bailey's. Roer de boter en de room erdoor en laat tot sausdikte inkoken.

**Garnering:**
Snijd de banaan in plakjes en de ananas in blokjes. Verwarm de confiture, voeg water toe naar gelang de dikte van de confiture en wrijf door een zeef.

**Presentatie:**
Snijd kleine torentjes van de rolletjes (5 cm. hoogte) en verdeel ze diagonaal op vier borden (3 pp.). Dresseer de krokante amandelgalette er in de lengte overheen. Leg op elk torentje een plakje banaan met daarop wat ananasblokjes. Glaceer met gesmolten en gezeefde abrikozenjam. Druppel de Bailey's karamel er omheen.