# Menu van kookavond 15-05-2024

*Samengesteld door: Alle leden Biétgaar*

## Gerechten:

| | |
|---|---|
| Voorgerecht: | Gekaramelisseerde witte asperges met notendressing |
| Voorgerecht: | Morcilla con Huevos de Codorniz – Bloedworst met gebakken kwarteleitjes |
| Tussengerecht: | Puntpaprika met geitenkaas en pijnboompitten |
| Tussengerecht: | Gegrilde asperges met tonijn en gamba |
| Hoofdgerecht: | Gebakken coquilles met proseccoschuim en sojasaus |
| Hoofdgerecht: | Oosterse asperges |
| Nagerecht: | Limoncello kwarktaart met cantuccinibodem |
| Nagerecht: | Caramelmousse met gebakken appeltjes en caramelsaus |



## Gekaramelisseerde witte asperges met notendressing

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 16 st witte asperges
- 8 eetl. notenmengeling amandelnoten, pijnboompitten, hazelnoten,...
- 2 teentje look geperst
- 2 eetl. sojasaus
- 4 eetl. zonnebloem olie
- 2 eetl. honing
- 2 eetl. olijfolie
- 2 eetl. pistachenoten gepeld en fijn gehakt
- 2 snuifje zwarte peper

## Bereidingswijze:

Asperges, nootjes en verse look, samen een smaakbom die zorgt voor een lekker voorgerecht.

Schil de asperges met een dunschiller. (van hoofd naar uiteinde) Snij de harde stukken onderaan

(ongeveer 3 cm) er af. Halveer de asperges voorzichtig in de lengte. Besprenkel ze met honing en kruid met peper. Verhit de olie in een bakpan of hete plaat en bak de asperges goudbruin.

Hak intussen de notenmengeling fijn met een mes. Maak een dressing van de zonnebloem olie, sojasaus en geperste look. Meng de notenmengeling hier doorheen.

Verwarm de oven voor op 180 graden. Leg de halve asperges met hun bolle kant op een bakpapier in een bakplaat. Verdeel de notendressing over de halve asperges en laat 10 minuten bakken. Vóór het serveren, strooi je er nog gehakte pistachenoot overheen.



# Morcilla con Huevos de Codorniz – Bloedworst met gebakken kwarteleitjes

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 1 zakje chips frietjes (Jumbo Sticks naturel 150g)
- 2 geroosterde paprika (uit pot)
- 2 eetl. mayonesa
- 1 theel. gerookte paprikapoeder
- 8 plakjes morcilla (bloedworst) van ongeveer 0,5 cm dik
- 8 kwarteleitjes
- olijfolie
- zout
- klein bosje bieslook (fijngehakt)

## Bereidingswijze:

Doe de geroosterde paprika samen met de mayonesa en paprikapoeder in een beker en mix het met een blender tot een gladde saus.

Bak de morcilla gedurende 2 minuten per kant in een hete koekenpan met een scheutje olijfolie. Bak de kwarteleitjes in dezelfde koekenpan. Leg wat van de frietjes op een bordje, bedek met wat van de saus en leg er een plakje morcilla op. Maak af met het gebakken eitje, bestrooi met een klein beetje zout en maak het geheel af met wat bieslook. Direct serveren.



# Puntpaprika met geitenkaas en pijnboompitten

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 8 puntpaprika’s
- 250 g geitenkaas
- 8 koffiel. gembersiroop
- 3 eetl. pijnboompitten
- olijfolie

## Bereidingswijze:

Snij de geitenkaas in plakjes en vul hiermee de puntpaprika’s. Schenk in elke paprika een lepeltje gembersiroop en vul ze af met de pijnboompitten. Bak de paprika’s kort en laat ze op minder hoog vuur enkele minuten verder garen tot de kaas binnenin goed warm is. Net voor het serveren nog even besprenkelen met olijfolie.



# Gegrilde asperges met tonijn en gamba

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 16 AA asperges
- 8 grote gamba's
- 300 g tonijn
- scheut ketjap
- 2 tenen knoflook
- diverse radijssoorten
- 60 g azijn
- 60 g honing
- 2 theel. harissa
- 2 eetl. yoghurt
- 2 eetl. crème fraîche
- 100 g bloem
- 2 eieren
- 100 g panko
- diverse soorten kruiden en eetbare bloemen

## Bereidingswijze:

Schil de asperges, kook ze beetgaar en laat ze vervolgens afkoelen in het kookvocht.

Pel de gamba's en verwijder het darmkanaal.

Marineer de tonijn op oosterse wijze met de ketjap en de gesnipperde knoflookteen en gril rondom aan. Koel direct terug.

Was de radijs en snij deze in dunne plakjes, meng de azijn en de honing en marineer hierin de radijsjes.

Meng de harissa, de yoghurt en de crème fraÎche tot een sausje en breng op smaak met peper en zout.

Gril de asperges kort in een hete grillpan. Leg vervolgens op het bord. Paneer de gamba's in bloem, daarna in het ei en daarna in de panko. Frituur de gamba's op 170 graden Celsius goudbruin en krokant. Leg op de asperges. Snij de tonijn in plakken en leg tegen de gamba aan.

Vul de harissa saus af in een klein spuitzakje en spuit puntjes op het bord.

Werk het gerecht af met de diverse soorten radijs, kruiden en eetbare bloemen.



# Gebakken coquilles met proseccoschuim en sojasaus

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 1 a 2 stronken witlof
- 4 middelgrote eieren
- 2 eetl. honing
- 4 eetl. sojasaus
- 24 stuks verse coquilles
- 60 g ongezouten roomboter
- 100 ml prosecco
- 30 g veldsla

## Bereidingswijze:

Snijd de onderkant van het halve stronkje witlof. Halveer in de lengte en snijd in de lengte in zo dun mogelijke reepjes.

Breng een pan water aan de kook. Splits de eieren. De eiwitten worden niet gebruikt. Doe de eidooiers met de honing en de helft van de sojasaus in een hittebestendige kom en klop met een garde licht en luchtig.

Bestrooi de coquilles met peper en zout. Verhit de boter in een koekenpan en bak de coquilles in 4 minuten gaar. Keer halverwege. Neem de pan van het vuur en roer de rest van de sojasaus door het bakvet.

Zet ondertussen de hittebestendige kom met het eimengsel in de pan met een klein laagje kokend water. Zorg dat de bodem van de kom het water niet raakt (au bain-marie). Verwarm al kloppend met de garde en schenk de prosecco in een dunne straal erbij. Blijf kloppen tot er een gebonden, schuimige saus ontstaat.

Verdeel het witlof en de veldsla over de bordjes. Leg de coquilles ernaast met wat sojajus. Verdeel het proseccoschuim aan tafel over de groenten en coquilles.



# Oosterse asperges

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 500 g groene asperges
- 1 fijngesneden ui
- 2 theel. sesamolie
- 2 eetl. fijngesneden gember
- 1 eetl. Mirin
- 2 eetl. sojasaus
- 1 eetl. oestersaus
- 1 eetl. sesamzaadjes
- 1 a 2 eetl. arachide-olie
- peper
- zout

## Bereidingswijze:

Tijdens de kookavond hebben we dit gerecht tegelijk geserveerd met de Gebakken coquilles met proseccoschuim en sojasaus.

Breng een pan met water aan de kook. Snij de onderkantjes van de asperges en snij ze daarna in 4 gelijke delen. Blancheer deze vervolgens in het kookwater gedurende 3 minuten. Spoel dan de asperges af met koud water.

Rooster het sesamzaad.

Doe de arachide-olie in een wokpan en voeg de fijngesneden ui en gember toe. Zet het vuur niet te hoog en bak dit ongeveer 2 minuten. Voeg de mirin, sojasaus en oestersaus toe en laat dit 2 minuten "stoven". Doe de asperges erbij en de sesamolie en wok dit nog ongeveer 4 minuten. Breng dit op smaak met peper en zout.

Voor het opdienen wat sesamzaadjes over de asperges en serveer op warme borden met noedels of rijst.



# Limoncello kwarktaart met cantuccinibodem

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

- 8 blaadjes gelatine
- 125 g roomboter
- 200 g cantuccini
- 1 citroen
- 150 ml Limoncello
- 500 ml volle kwark
- 250 g mascaropone
- 150 g witte bastersuiker
- cakeblik / vorm

## Bereidingswijze:

Week de gelatine 5 minuten in koud water. Smelt de boter en maal de koekjes fijn in de keukenmachine. Schenk terwijl de motor draait de gesmolten boter bij de koekkruimels. Verdeel over de bodem en druk goed aan met de bolle kant van de lepel. Zet in de koelkast tot gebruik.

Rasp de gele schil van de citroen en pers de citroen uit. Doe het sap met de limoncello in een steelpan en breng tegen de kook aan. Voeg de goed uitgeknepen gelatine toe en laat al roerend oplossen.

Meng de kwark met de mascarpone, suiker en rasp in een grote kom. Voeg het limoncello mengsel toe en schenk in de vorm. Zet in de diepvries zodat het goed opstijft, maar haal het een 20 minuten voor serveren uit de vriezer.

Snij het bevroren en laat ontdooien op de dessertbordjes. Lekker met limoncello ....



# Caramelmousse met gebakken appeltjes en caramelsaus

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

## Ingrediënten:

**Mousse:**
- 2,5 blaadjes gelatine
- 80 ml melk
- 2 eidooiers
- 160 g suiker
- 30 ml water
- 100 ml slagroom
- snuf zout
- 250 ml slagroom, lobbig geklopt
- 150 g gehakte pinda's

**Caramelsaus:**
- 35 ml water
- 200 g suiker
- 200 ml slagroom
- 20 g boter
- snufje zout

**Appeltjes:**
- 3 gourenet appels
- 50 g suiker
- 1 eetl. kaneel

## Bereidingswijze:

**Mousse:**

Week de gelatineblaadjes in koud water. Doe de melk met de eidooiers in een kom en klop deze door elkaar. Zet dit opzij tot later. Doe de suiker met het water in een pan en laat deze tot goudbruin karamelliseren. Blus de karamel voorzichtig af met 100 milliliter slagroom. Let op, dit gaat bruisen en spatten. Roer alles door tot een egaal mengsel. Giet al roerend de helft van het warme karamelmengsel bij het dooiermengsel. Giet alles terug in de pan en verwarm het al roerend op laag vuur tot de massa dikker wordt. Om te controleren of de crème anglaise klaar is doop je een spatel in de saus en trek je er met je vinger een streep doorheen; als de massa niet meer doorloopt, is deze goed. De temperatuur moet ongeveer 82 graden zijn. Let er op dat je het dus niet laat koken!

Giet de crème door een fijne zeef in een kom en los er de uitgeknepen gelatine in op. Roer ook de snuf zout erdoor. Laat het mengsel afkoelen tot kamertemperatuur. Spatel de helft van de lobbig

geklopte slagroom door de karamelcrème tot alles één egaal mengsel is. Spatel vervolgens de rest van de opgeklopte room erdoor. Schep de karamelmousse in 8 bakjes/glaasjes, strooi hier wat gehakte pinda's op en laat de mousse opstijven in de koelkast.

**Caramelsaus:**
Doe het water en de suiker in een hoge pan en breng aan de kook. Laat het koken tot een goudbruine karamel ontstaat, zonder het daarbij door te roeren. Verwarm intussen de slagroom met de boter en het zout in een steelpan tot tegen het kookpunt.

Voeg als de karamel goudbruin is het roommengsel toe en roer goed door elkaar. Let op, dit gaat spetteren! Laat de karamelsaus al roerend 1-2 minuten doorkoken op laag vuur. Serveer de saus (lauw)warm of koud.

**Appeltjes:**
Pak 3 grote appels (goudrenet) en schil deze en snij in blokjes. Vermeng de appels met 50 gram suiker en 1 eetlepel kaneel. Bak deze kort in een steelpan totdat de appels/suiker gaan karamelliseren.

**Serveren:**
Haal de mousse uit de koelkast als deze is opgesteven. Doe een aantal van de gebakken appelstukjes op de mousse en drapeer als laatste de caramelsaus er over.