Menu van kookavond 22-01-2025

Samengesteld door: Frank Theeuwen

Gerechten:

Voorgerecht: Mini quiches met geitenkaas
Tussengerecht: Broccoli cappuccino soep
Hoofdgerecht: Lamsrack met kruidenkorst
Nagerecht: Crêpes met Monchou en warme kersen

Mini quiches met geitenkaas

Type gerecht: Voorgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 8 plakjes bladerdeeg (diepvries)
- 200 g geitenkaas
- 4 eieren
- 170 ml kookroom
- 2 handjes verse spinazie
- 2 handjes walnoten
- flinke snuf tijm
- flinke snuf peper
- flinke snuf zout
- 8 Bakvormpjes 10 tot 12 cm

Bereidingswijze:

Begin met het voorverwarmen van je oven op 200 graden.

Vet je vormpjes licht in. Druk het deeg zachtjes in elk vormpje. De randen mogen iets er uit steken, maar als het te veel er buiten valt kun je deze afsnijden of knippen. Bestrooi de bodems met bladerdeeg van met een dun laagje paneermeel. Scheur de spinazie in kleinere stukjes en verdeel over de vormpjes. Verkruimel de geitenkaas en voeg ook deze toe, samen met de grofgehakte walnoten. Klop in een kom de eieren los met de room. Voeg tijm, peper en zout toe naar smaak.

Verdeel het eiermengsel over de bladerdeegvormpjes met vulling. Bak de mini quiches in de voorverwarmde oven voor ongeveer 20 tot 25 minuten, of tot ze goudbruin en gaar zijn. Laat ze een paar minuten afkoelen voordat je ze uit de vormpjes haalt. Deze mini quiches zijn zowel warm als koud heerlijk.

Broccoli cappuccino soep

Type gerecht: Tussengerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- olie of boter om in te bakken
- 4 sjalotjes
- 4 tenen knoflook
- 200 g aardappel
- 600 g broccoli
- 1000 ml groentebouillon (Maggi)
- 300 ml volle melk
- Snuf peper
- verse peterselie

Bereidingswijze:

Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Verhit een klein beetje olie of boter in een kleine soeppan. Fruit hierin de sjalotjes en knoflook.

Schil de aardappel, snijd in blokjes en voeg toe. Verdeel de broccoli in roosjes en voeg toe (de steel kun je ook in stukjes snijden en aan de soep toevoegen). Schenk de bouillon erbij en kook de soep 12-15 minuten tot de aardappel en broccoli goed gaar zijn. Pureer de soep met een staafmixer of in de blender.

Klop de melk op met een melkopschuimer. Vul de glaasjes voor 75% met soep. Schenk of lepel hierop voorzichtig de opgeklopte melk. Bestrooi met een snuf peper en wat fijngehakte peterselie. Serveer direct.

Tip:
Geen melkopschuimer in huis? Verwarm de melk dan zachtjes in een steelpannetje, schenk in een grote (meng)beker en mix schuimig met de staafmixer. Of doe de melk in de blender.

Lamsrack met kruidenkorst

Type gerecht: Hoofdgerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 24 ribbetjes lamsracks (3 per persoon)
- Roomboter om in te bakken
- 4 zoete aardappels
- 800 g spruitjes
- 2 sinaasappel (sap + rasp)
- handje cranberries
- olijfolie
- peper
- zout
- 4 dl lams- of wildfond
- bosje verse munt
- klein bosje verse tijm
- klein bosje verse salie
- 150 g roomboter
- 80 g panko (Japans broodkruim)
- 0,5 citroen (rasp)
- 6 tenen knoflook
- aluminiumfolie

Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 180 graden. Maak de spruitjes schoon en snijd door de helft. Controleer de lamsracks of de botjes schoon genoeg zijn gemaakt door de slager en snijd eventueel meer vet weg. Pak de zoete aardappels in met aluminiumfolie en pof deze 30 minuten in de oven

Bak de lamsracks in roomboter aan beide kanten goudbruin in ongeveer 2 minuten per kant. Haal de lamsracks uit de pan en houd apart. Blus de bakboter met de wild- of lams fond en laat, op laag vuur, tot één derde inkoken. Snijd munt fijn en roer door de saus.

Pel 4 tenen knoflook en snijd kleiner. Rits de blaadjes van de tijm (bewaar nog 4 takjes), munt (bewaar nog 4 takjes) en salie. Rasp een halve citroen en smelt 150 gram roomboter. Voeg alles samen in een blender tot een gladde massa. Voeg de panko toe en breng op smaak met peper en zout. Bekleed de lamsracks met het kruidenmengsel.

Besprenkel de spruitjes met olijfolie, sinaasappelsap en rasp, peper en zout. Bak de spruitjes ongeveer 30 minuten in de oven. Snijd de gepofte zoete aardappels door de helft en lepel de binnenkant eruit. Prak met een vork en breng op smaak met roomboter, tijm, knoflook, peper en zout. Lepel het mengsel terug in de halve zoete aardappels. Zet de zoete aardappels terug in de oven en bak tegelijk met de lamsracks 15 minuten in de oven tot de lamsracks rosé zijn.

Zet een halve zoete aardappel in het midden van de borden. Snijd de lamsracks precies langs de botten en leg er 3 per bord. Schep cranberries door de spruitjes en verdeel de spruitjes over de borden. Lepel de saus over het vlees.

Crêpes met Monchou en warme kersen

Type gerecht: Nagerecht
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 35 g boter + extra om te bakken
- 200 g bloem, gezeefd
- flinke snuf zout
- 2 zakjes vanillesuiker
- 4 eieren
- 330 ml melk
- 375 g kersen uit een pot
- 1,5 theel. maïzena
- 250 g monchou roomkaas
- 3 eetl. poedersuiker
- roomijs

Bereidingswijze:

Smelt 35 gram boter en laat iets afkoelen. Doe de bloem in een beslagkom en meng het zout en de vanillesuiker erdoor. Voeg de eieren, melk en gesmolten boter toe. Klop met een garde of mixer tot een glad beslag.

Verhit een beetje boter in een koekenpan en schep een dun laagje beslag in de pan. Bak de crêpe aan beide kanten goudbruin. Herhaal dit tot al het beslag op is; je krijgt ongeveer 8 crêpes.

Laat de kersen uitlekken en vang de siroop op in een pannetje. Verwarm de siroop op middelhoog vuur. Meng de maïzena in een glaasje met een eetlepel water tot een papje en voeg dit toe aan de warme siroop zodra deze begint te koken. Roer goed door met een garde tot de siroop dikker wordt, en voeg vervolgens de kersen toe. Laat nog 2 minuten zachtjes sudderen.

Meng de Monchou roomkaas met de poedersuiker tot een gladde, zoete crème.

Vul de crêpes met een laagje Monchou-crème en de warme kersen. Rol of vouw ze op en strooi er vlak voor het serveren nog een beetje extra poedersuiker. Serveer ze met een bolletje roomijs.