

**CUISINE CULINAIRE ZAA NSTAD**

**Menu mei 2008**

**Forefilet met scampi en bloemkool-aspergesalade**

\*

**Gesmoorde varkenswang met koolrabimayonaise, Hollandse garnalen en vanille**

\*

**Duet van struisvogel met aardappel-auberginegratiné**

\*

**Zoetzure mango met sorbetijs van rode grapefruits, bloedsinaasappel, meringuwafel en 'Salsa Balsamico'**

## 1. Forelfilet met scampi en bloemkool-aspergesalade

Ingrediënten 4 personen

- 8 reuzenscampi (diepvries)
- 1 citroen
- 4 forellen
- 8 el. extra vierge olijfolie

### Salade

- 8 groene asperges
- 350 gr. bloemkoolroosjes
- 4 grote champignons
- peper uit de molen
- bieslook
- 2 el. balsamico-azijn

1. Ontdooi en pel de scampi.
2. Boen de citroen schoon en rasp er 2 el. zest af (microplane).
3. Fileer de forellen: snijd kop en staart weg, snijd dan met een scherp glad mes de filet van kop naar staart plat langs de graat los.
4. Verwijder de graten met het vispincet.
5. Roer 4 el. olijfolie met de citroenzest door elkaar en marineer de filets hierin. Draai af en toe om.

### Salade

1. Schil de asperges, snijd de houtachtige uiteinden eraf en halveer ze in de lengte.
2. Verdeel de bloemkoolroosjes in nog kleinere roosjes.
3. Veeg de champignons schoon en snijd ze in flinterdunne plakjes. Houd ze apart.
4. Kook de bloemkoolroosjes en de asperges in ruim water met zout in 4 à 5 minuten beetgaar.
5. Blus af met koud water en dep droop met keukenpapier.
6. Besprenkel asperges en bloemroosjes met 1 à 2 el. citroensap en breng op smaak met zout en peper.

### Forelfilets

1. Verwarm de oven voor op 175°.
2. Leg de forelfilets in een braadslede of ovenschaal, bestrooi met zout en peper en gaar ze in ± 15 minuten.
3. Verwijder het vel en bestrijk ze met olijfolie.

### Scampi

1. Bestrooi ze met zout en peper en bak ze in een tefalpan met 1 el. citroenolie (van de marinade) al omscheppend op matig vuur ± 5 minuten.

### Presentatie

1. Leg op een warm bord een forelfilet.
2. Hierop wat bloemkoolroosjes.
3. Dek af met de tweede forelfilet en leg er 2 scampi op.
4. Garneer met asperges, champignonplakjes en enkele sprietjes bieslook.
5. Druppel balsamico-azijn en de rest van de olijfolie erop en omheen.

## 2. Gesmoorde varkenswang met koolrabimayonaise, Hollandse garnalen en vanille

<p>Ingrediënten 4 personen</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 300 gr. varkenswang</li><li>▪ 3 dl. ganzenvet</li><li>▪ 8 peperkorrels</li><li>▪ grof zeezout</li><li>▪ 4 tn. geplette knoflook</li><li>▪ 6 takjes tijm</li><li>▪ 2 bl. laurier</li></ul> <p><b>Koolrabimayonaise</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 200 gr. koolrabi</li><li>▪ 1 eidooier</li><li>▪ 1 dl extra vierge olijfolie</li></ul> <p><b>Saus</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 300 gr. Hollandse garnalen, ongepeld</li><li>▪ 1 kleine winterwortel</li><li>▪ 1 kleine prei</li><li>▪ 1 tn. knoflook</li><li>▪ 1 vanillestokje</li><li>▪ tijm</li><li>▪ room</li><li>▪ 1 el. cognac</li><li>▪ 1 el. kalfsfond</li><li>▪ 20 gr. ijsskoude boter</li></ul> <p><b>Garnituur</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 1 jonge kropsla</li></ul>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Verwarm de oven voor op 80°.</li><li>2. Konfijt de schoongemaakte varkenswang ± 3 uur in ganzenvet met peperkorrels, zeezout, knoflook, tijm en laurier.</li><li>3. Haal de varkenswang uit het vet en rol hem strak op als een worst in plastic folie. Laat afkoelen.</li></ol> <p><b>Koolrabimayonaise</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>4. Kook de gesneden koolrabi in gezouten water, giet af en laat afkoelen.</li><li>5. Maak van de koolrabi een mayonaise: pureer hem met de staafmixer, voeg de eidooier en beetje bij beetje de olijfolie toe. Zet koud weg.</li></ol> <p><b>Saus</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Pel de garnalen en zet de schalen aan met de in brunoise gesneden wortel, prei, knoflook en het in de lengte doorgesneden en uitgeschraapte vanillestokje.</li><li>2. Blus af met de cognac en voeg tijm en een ½ l. water toe. Laat 20 minuten trekken. Zeef de saus.</li><li>3. Voeg room en de kalfsbouillon toe en kook in tot het gewenste volume.</li><li>4. Monteer met boter.</li></ol> <p><b>Presentatie</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Snijd de wang in mooie plakken.</li><li>2. Haal de jonge kropsla snel door de pan en leg ernaast.</li><li>3. Maak het gerecht af met de koolrabimayonaise, de garnalen en de vanillesaus.</li></ol>
---	---

### 3. Duet van struisvogel met aardappel-auberginegratiné

Ingrediënten 10 personen

- 5 struisvogelfilets à 200 gr.
- crépinette

#### Vulling

- 1 kleine winterwortel
- ½ courgette
- 50 gr. pastrami
- 1½ snee witbrood zonder korst
- melk
- 10 groene olijven zonder pit
- 1 tn knoflook (klein)
- 3 el. gehakte peterselie
- 3 el. basilicum (gehakt)
- ½ ei
- ¼ tl geraspte citroenschil
- 2 el. parmezaan (geraspt)

#### Saus

- 2 uien
- 2 prei
- boter
- 1 kg gevogelteafval
- 3 tomaten
- 3 takjes tijm
- 2 laurierblad
- 25 zwarte olijven zonder pit
- 2½ dl. rode wijn
- 2½ dl. rode port

#### Gratiné

- 2 aubergines
- citroensap
- 500 gr. aardappels (geschild)
- boter
- 6 eieren
- 2½ dl. room
- 2½ dl melk
- nootmuskaat
- 100 gr. parmezaan (geraspt)

#### Garnituur

- 200 gr. peultjes

N.B. Neem 3 struisvogelfilets voor de vulling en 2 voor de médaillons die op het laatste gebraden worden.

#### Gevulde struisvogelfilet

1. Snijd de wortel en de courgette in julienne, blancheer dit en vermeng met de in julienne gesneden pastrami.
2. Zet apart.
3. Week het witbrood in wat melk, knijp het uit en prak met een vork tot kleine stukjes.
4. Roer er de fijngehakte olijven, de fijngehakte knoflookteen, de peterselie, basilicum en de citroenschil door.
5. Klop het ei los en voeg het met de parmezaanse kaas toe.
6. Breng op smaak met zout en peper.
7. Snijd de filets horizontaal open en sla ze plat.
8. Bestrooi met zout en peper en verdeel de helft van het pastramimengsel over de filets.
9. Leg hierop een rol brood-kruidentmengsel van ± 1½ cm en dek af met de rest van het pastramimengsel.
10. Rol de filets op in crépinette en daarna in plasticfolie.
11. Draai stevig aan en leg ze 15 minuten in de vriezer. Bewaar ze vervolgens in de koeling tot verdere bereiding.

#### Saus

1. Fruit uien prei in de boter, doe het gevogelteafval erbij en bak alles goed aan.
2. Doe dan de in stukken gesneden tomaat, tijm en laurierblad erbij en vul aan met water tot alles onder staat.
3. Breng aan de kook, schuim af en laat op klein vuur 1½ uur trekken. Geen deksel op de pan!
4. Laat inkoken tot de helft en zeef.
5. Pureer de zwarte olijven en doe dit met de rode wijn en de port bij de saus en kook verder in tot het gewenste volume. Monteer evt. met boter.

#### Gratiné

1. Verwarm de oven voor op 180°.
2. Snijd de aubergine in plakken van 2 mm en besprenkel ze met citroensap.
3. Was de aardappelen niet en snijd ze ook in plakken van 2 mm.
4. Beboter een ovenvaste schaal en leg hierin laag om laag plakjes aubergine en aardappelen.
5. Klop de eieren los, roer er de room en de melk door en breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat.
6. Giet dit mengsel over de aubergine/aardappelplakjes en bak in ± 75 minuten in de oven tot gaar.
7. Strooi er parmezaanse kaas over en graineer onder de grill tot een mooi bruin korstje.

**Zie verder op volgend blad.**

**Struisvogelfilets**

1. Braad de gevulde filets aan alle kanten aan en gaar ze verder in de oven.
2. Doe hetzelfde met de 2 médaillonfilets. Let op de verschillende gaartijd!
3. Houd het vlees warm.

**Garnituur**

1. Kook de peultjes beetgaar en breng op smaak met een klontje boter.

**Presentatie**

1. Trancheer de filets en leg een paar plakken als een waaier op de borden.
2. Maak af met een stekertje gratiné en een paar peultjes.
3. Nappeer met de saus.

#### 4. Zoetzure mango met sorbetijs van rode grapefruits, bloedsinaasappel, meringuwafel en 'Salsa Balsamico'

<p>Ingrediënten 10 personen</p> <p><b>Sorbetijs</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 5,2 dl water</li><li>• 470 gr suiker</li><li>• 6 dl vers geperst en gezeefd sap van rijpe rode grapefruits (ca 10 stuks)</li><li>• 1 dl campari</li><li>• eiwit van 2 eieren</li><li>• 100 gr suiker</li></ul> <p><b>Meringue</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• eiwit van 6 eieren</li><li>• 180 gr fijn tafelsuiker</li><li>• 180 gr poedersuiker</li></ul>	<p><b>Sorbetijs</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Doe het water met de (470 gr) suiker in een smalle hoge pan</li><li>2. Breng het suikermengsel tegen de kok aan en lat nog even op matig vuur staan tot de suiker goed is opgelost</li><li>3. Laat afkoelen tot kamertemperatuur</li><li>4. Meet 900 gr suikersiroop af, boeg grapefruitsap en campari toe</li><li>5. Roer goed door, controller de suikerdichtheid op 18 graden Beaumé en voeg suikersiroop of water toe (voorzichtig) tot het juiste aantal graden is bereikt</li><li>6. Bevries het mengsel in de ijsmachine</li><li>7. Klop het eiwit met de 100 gr suiker tot schuim in een vetvrije kom</li><li>8. Voeg het eiwitschuim toe aan de sorbet wanneer deze licht bevroren is, maar nog wel een slappe consistentie heeft</li><li>9. Laat de machine verder draaien tot de gewenste stevigheid</li></ol> <p><b>Meringue</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Verwarm de oven voor op 85°C. Bedek een bakplaat met bakpapier of een siliconenmat</li><li>2. Klop de eiwitten met een handmixer (hoge stand) stijf (zorg ervoor dat de kom en de gardes vetvrij zijn)</li><li>3. Voeg onder voortdurend kloppen (middelste stand) in 3 gedeelten de tafelsuiker toe en blijf daarna doorkloppen (ca 5 minuten hoogste stand) tot alle suiker is opgelost en het eiwit in glanzende pieken blijft staan</li><li>4. Roer voorzichtig met een spatel de poedersuiker door het eiwitschuim, verwerk het schuim daarna meteen</li><li>5. Strijk het schuim met een paletmes in schijfjes van 3 mm dik en 6-7 cm rond (sjabloon maken)</li><li>6. Droog de wafels gedurende 3 uur in de warme oven tot ze volkomen droog en bros zijn</li></ol> <p><b>Zie volgend blad</b></p>
--	--

**Zoetzure mango**

- 9 rijpe mango's
- 6 sinaasappels
- 2 citroenen
- 2 eetlepels vanilleazijn
- 2 theelepels korianderzaadjes
- 2 theelepels venkelzaad
- 1 kaneelstokje
- 2 steranijs
- 12 saffraandraadjes
- 2 vanillestokjes
- evt. honing

**Eindbereiding**

- 120 ml Salsa Balsamico (van goede kwaliteit bv Lungarotti)
- 4 rode grapefruits
- 4 bloed- of handsinaasappels

**Zoetzure mango**

1. Schil de mango's dun
2. Zet de vrucht op haar smalle kant en snijd de beide zijanten er zo dicht mogelijk langs de platte pit af. Houd 10 mooie stukken vruchtvlees apart (voor eindbereiding)
3. Druk met een mes de rest van het vruchtvlees van de pit en snijd de overige stukken klein.
4. Pureer dit samen met het sinaasappel- en citroensap en de vanilleazijn in de blender of met de staafmixer tot een gladde saus
5. Doe de saus in een pan met dikke bodem, voeg alle bovenstaande overige ingrediënten toe en breng het geheel al roerende langzaam tegen de kook aan
6. Laat de specerijen een half uur in de mangosaus op matig vuur trekken, roer voortdurend want de saus kan snel aanbranden
7. Voeg naar smaak nog enkele druppels vanilleazijn, citroensap of honing toe
8. Snijd de vanillestokjes overlangs doormidden en schraap het merg eruit
9. Schenk de saus door een fijnmazige bolzeef, voeg het vanillemerg toe en laat afkoelen

**Salsa Balsamico**

1. Verwarm de helft van de Salsa Balsamico in een platte pan bij ca 60°C tot ze licht stroperig wordt. De salsa mag niet koken, alleen maar bij een hele lage temperatuur indampen
2. Roer de resterende salsa door de stroop en bewaar in een goed afgesloten bakje in de koelkast

**Eindbereiding en presentatie**

1. Schil met een scherp mes de sinaasappels en grapefruits tot op het vruchtvlees af zodat al het wit verwijderd is. Snijd de partjes tussen de vliezen uit.
2. Snijd de achtergehouden stukken mango over de breedte in gelijkmatige plakken. Dikte is afhankelijk van de rijpheid, rijp is dik en onrijp dun.
3. Meng de plakken voorzichtig met enkele lepels zoetzure mangosaus en rangschik ze langs de binnenrand van een ringvorm van ca 8 cm doorsnede
4. Verdeel de sinaasappel en grapefruit in het midden van de ring
5. Plaats er een bol of quenellevorm sorbetijs op en bedek deze met een meringuwafel
6. Geef de meringuwafel, voor plaatsing, eventueel nog een kleurtje met een hobbybrander door met een kleine vlam de wafel in het midden iets te karameliseren
7. Verwijder de ringvorm kort voor het serveren
8. Schenk de Salsa Balsamico en resterende mangosaus rond het gerecht