

Menu juni 2008

Midia yemistá, Siciliaanse Caponata en ouzocrackers

Gevulde sardines met kikkererwten

Kotósoupa avgolémono

Pollo piccolo alla ricotta ed herbe

Vitella al Marsala ed torta al testo

Tiramisu met gemarineerde kersen

Wijnen

Mediterrane antipasti:

Midia yemistá, Siciliaanse Caponata en ouzocrackers

Gevulde mosselen, Siciliaanse auberginesalade en ouzocrackers

VOORGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴

Uitvoering: 2-3 personen

Oven 20 minuten voor gebruik voorverwarmen op 180°C.

Tijd uitserveren: 20.00 uur

BENODIGDHEDEN VOOR DE MOSSELEN:

1 kilo grote mosselen (of 1 zak)
2 dl witte wijn
1 ui
2 teentjes knoflook
5 el olijfolie
75 g basmatirijst
2 el citroensap
60 g pijnboompitten
30 g krenten
6 el fijngehakte groene kruiden (platte
peterselie, dille, munt)
1 el tomatenpuree
mispunt piment
zout, peper
evt. scheutje visbouillon
klosje garen (slagerstouw, ijzergaren
o.i.d.)

2 stengels bleekselderij
30 gram rozijnen
olijfolie
100 g groene olijven zonder pit
20 g zoute kappertjes
2 el rode wijnazijn
1-2 tl suiker
zout

VOOR DE OUZOCCRACKERS:

250 g zelfrijzend bakmeel
1,25 dl olijfolie
5 el ouzo
½ tl zout
2 el sesamzaad
1 tl anijszaad
grof zeezout

VOOR DE CAPONATA:

2 aubergines
1 groene en 1 gele paprika
2 uien
400 g tomaten

VERDER:

1 droge worst (of 30 - 45 plakjes
salami)
30 appelkappers

BEREIDING:

De mosselen 1: Schrob de mosselen schoon onder koud stromend water en verwijder kapotte en open exemplaren. Kook ze met de witte wijn tot alle schelpen open zijn (5-6 minuten). Schud tussentijds om. Bewaar het kookvocht. Laat de mosselen afkoelen.

Pel en snipper ui en knoflook. Verhit 3 eetlepels olijfolie in een kleine pan en fruit hierin ui en knoflook 2 minuten zonder dat ze kleuren. Roer er de rijst door. Voeg 1,25 dl liter kookvocht en het citroensap toe en sudder even tot het vocht is opgenomen.

Verhit 2 el olijfolie in een koekenpan en bak de pijnboompitten lichtbruin. Laat op keukenpapier uitlekken. Neem de rijst van het vuur (deze is nog niet gaar) en roer er krenten, pijnboompitten, tomatenpuree en verse kruiden door. Breng op smaak met piment, zout en peper. Vul één mossel per persoon met wat van het rijstmengsel (niet helemaal vol). Duw de schelpen zoveel mogelijk dicht. Bind er eventueel wat draad omheen. De andere mosselen kunnen als garnering (in de schelp) erbij of als borrelhap gebruikt worden.

De Caponata: Snijd de aubergines in dobbelstenen, verhit 3 el olie in een pan en bak hierin de blokjes aubergine ca. 5 minuten.

Snijd paprika's en tomaten in stukjes, snipper ui, snijd bleekselderij in boogjes. Wel de rozijnen in warm water. Voeg 3 el olie toe en bak paprika, ui en bleekselderij ca. 3 minuten. Voeg de tomaat toe en laat het mengsel 15 min. pruttelen of tot het gaar is.

Laat de rozijnen uitlekken, spoel het zout van de kappertjes af. Laat ze met de olijven en de azijn de laatste 5 minuten meekoken. Breng de caponata met suiker en zout op smaak en laat het gerecht afkoelen tot kamertemperatuur.

Zie volgende pagina

Vervolg mediterrane antipasti

De ouzocrackers: Zeef het bakmeel in een kom, doe er olijfolie, ouzo en zout bij. Kneed snel door elkaar tot een soepel deeg. Voeg meel toe als het plakkerig is. Vorm er een rol van (doorsnede ca. 4 cm). Snijd die met een in heet water gedoopt mes in zo dun mogelijke plakjes. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat. Bestrijk ze dun met water en bestrooi ze met sesamzaad, grof zeezout en anijszaad. Bak ze in 15-20 minuten gaar en knapperig. Laat afkoelen.

De mosselen 2: Leg de mosselen naast elkaar in een in een lage pan. Giet er voorzichtig kookvocht, eventueel aangevuld met visbouillon bij. Kook de mosselen met een deksel op de pan circa 20 minuten op heel laag vuur of tot de rijst gaar is.

Neem de mosselen uit de pan, verwijder de draadjes en houd lauwwarm.

De worst: Snijd de worst in dunne plakjes

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Schep wat caponata in kleine ringen op de borden. Schik er 3 plakjes worst, wat appelkappers, een cracker en de mosselen bij.

Eet smakelijk (AvE, PGW, HL, Pvd)

Am2008-06-01

Gevulde sardines met kikkererwten

VOORGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍴🍴

Uitvoering: 2-3 personen

Tijd uitserveren: 20.30 uur

BENODIGDHEDEN:

30 verse kleine sardines
4 teentjes knoflook
1 bosje koriander
½ bosje platte peterselie
1 citroen
2 tl paprikapoeder
2 tl gemalen komijn (djinten)
ca. 6 el bloem
ca. 2½ dl zonnebloemolie

VOOR DE KIKKERERWTEN:

1 ui
2 teentjes knoflook
1 rode en 1 groene paprika
½ bosje koriander
¼ bosje platte peterselie
1 blikje gepelde tomaten (400 g)
2 el zonnebloemolie
2 el olijfolie
1-2 tl paprikapoeder
1 tl zwarte peper
mispunt saffraan
zout
800 g gare kikkererwten (1 groot blik of
2 kleine à 400 g)
1 tl gemalen komijn

BEREIDING:

De sardines: Neem de sardines een voor een in de hand en trek de kop aan de buikzijde van de vis omlaag. Trek hiermee tegelijk de ingewanden mee. Spoel de vissen schoon onder water. Wrik de graat over de lengte voorzichtig (bijvoorbeeld met de duim) los en rits deze met de staart eruit. Spoel de vissen na en laat uitlekken.

Pel en snipper de knoflook. Snijd de koriander, ook de steeltjes en de peterselie fijn. Meng in een kom koriander, peterselie, sap van 1 citroen, knoflook, paprikapoeder en komijn.

Vouw de sardines open en dep droog. Leg een lepel vulling op de binnenkant van een visje, leg hierop een tweede visje met de binnenkant omlaag. Zet de dubbele vispaartjes ½ uurtje weg om in te trekken.

De kikkererwten: Pel en snipper ui en knoflook. Snijd paprika en tomaten in stukjes. Bewaar 15 blaadjes koriander. Snijd de rest van de koriander en de peterselie fijn.

Verhit de olie in een sauspan en fruit hierin ui, knoflook en paprika 3 minuten. Voeg paprikapoeder, peper en saffraan, stukjes tomaat met het sap, koriander, peterselie en 1,5 dl warm water toe. Laat de saus 30 min. zachtjes koken. De saus mag niet dun zijn.

Spoel de kikkererwten af. Kook ze de laatste 10 minuten mee. Breng de saus op smaak met zout en komijn.

De sardines: Wentel de sardines door bloem. Verhit een flinke laag olie in een of twee grote koekenpannen. Bak de sardines in 8 – 10 minuten lichtbruin en gaar, keer ze halverwege de baktijd. Laat op keukenpapier uitlekken.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Schep een bergje kikkererwten op de borden en leg er een gevulde sardine tegenaan. Garneer met een plukje koriander.

Kotósoupa avgolémono

Griekse kippensoep met avgolemono

SOEP VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍲

Uitvoering: 1-2 personen

Uitserveren: 21.00 uur

BENODIGDHEDEN VOOR DE BOUILLON:

2 kilo kipvleugels
1 ui
3 worteltjes
1 stengel bleekselderij
1 smalle prei
3 takjes platte peterselie
2 blaadjes laurier
klein stukje foelie
1 tl tijm
6 gekneusde witte peperkorrels
zout
eventueel kippenbouillon (poeder of fles)

VERDER:

60 g basmatirijst
1½ -2 citroenen, sap van
100 g eigeel
2 tl maïzena
8 takjes platte peterselie
zout, peper

BEREIDING:

Breng de kip met 2¼ liter koud water aan de kook. Pel de ui en snijd doormidden. Maak worteltjes, bleekselderij en prei schoon en snijd in grove stukken. Doe ze met de overige ingrediënten in de pan en trek in 1-1½ uur kippenbouillon.

Neem de kip uit de pan, laat wat afkoelen. Verwijder vel, puk het kippenvlees van de botten en snijd het kippenvlees in stukjes.

Zeef de bouillon en ontvet eventueel.

Kook de rijst in de bouillon in 15-20 min. gaar. Breng de bouillon met zout, peper en eventueel wat kippenbouillon (poeder of scheutje fond) op smaak. Doe de stukjes kip in de bouillon. Hak de peterselieblaadjes fijn.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Klop het eieren met de maïzena in een hoge kom schuimig en licht van kleur. Voeg in gedeelten het citroensap toe en blijf kloppen. Voeg met scheutjes tegelijk hete bouillon toe tot het mengsel egaal en warm is. Giet het al roerend door de soep. Warm even door tot de soep bindt, maar laat hem niet koken want dan schift hij. Roer er de peterselie door en serveer in warme borden of kommen.

Pollo piccolo alla ricotta ed herbe

Piepkuiken met ricotta en kruiden

TUSSENGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍳🍳

Uitvoering: 2 personen

Oven 30 minuten voor gebruik voorverwarmen op 220°C

Uitserveren: 21.30 uur

BENODIGDHEDEN:

8 piepkuikens (*poussin*, van 400 - 450 g)
½ bosje platte peterselie
3 takjes salie
4 takjes oregano
50 g boter
300 g ricotta
110 g fontina (of Gruyère)

110 g gorgonzola
milde olijfolie (geen extra virgine)
8 takjes rozemarijn
peper
4 dl droge witte wijn
zout
1 kilo (liefst wilde) spinazie

BEREIDING:

De piepkuikens: Dep de kuikens met keukenpapier droog. Hak peterselie en salie fijn. Pluk de blaadjes van de oregano. Smelt de boter. Rasp de fontina en verbrokkel de gorgonzola. Meng in een kom de ricotta met de fontina, de gorgonzola, de gesmolten boter, de peterselie, de salie en de oregano. Roer goed door elkaar en verdeel in 8 porties.

Maak van elke kip het vel voorzichtig los vanaf de borst en schep er de vulling in. Vouw het vel weer om de kip. Leg de kippen eventueel in de koelkast.

Oven: Leg de piepkuikens in een braadslee. Bestrijk ze met olijfolie. Leg op elk kuiken een takje rozemarijn en bestrooi met zout en peper. Schenk de wijn over de kuikens.

Rooster ze, afhankelijk van de grootte, ca. 25 minuten. Bedruip regelmatig met braadvocht. Dek indien nodig af met aluminiumfolie. Verlaag de temperatuur tot 180°C en laat ze in 10-15 minuten gaar worden. Verwijder de folie de laatste 5 minuten. Houd de kuikens afgedekt warm.

Jus: Schenk het braadvocht in een pannetje en laat het 2-3 min. inkoken. Breng met kippenbouillonpoeder en zout en peper op smaak.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Roerbak de spinazie in wat olijfolie of slaolie in porties of in 2 pannen in enkele minuten gaar. Breng met kippenbouillonpoeder en zout en peper op smaak giet overtollig vocht af. Halveer de piepkuikens. Verdeel wat spinazie over borden. Leg er een half piepkuiken bij en nappeer met wat jus.

Vitella al Marsala ed torta al testo

Kalfsvlees met marsala en tegelbrood uit Umbrië

HOOPDGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍳🍳

Uitvoering: 2 personen

Oven 25 minuten voor gebruik voorverwarmen op 200°C

Uitserveren: 22.00 uur

BENODIGDHEDEN:

1,5 - 1,6 kilo kalfsmuis (zonder vlies)
150 g Parmaham
15 g verse salie
50 g boter (+ eventueel 50 g koude boter)
3 el olijfolie
2½ dl gevogeltefond
2 dl droge Marsala
zout, peper
slagerstouw

VOOR HET TEGELBROOD:

750 g patentbloem + extra voor het bestuiven
2 tl (zee)zout
2 zakjes gist
4,5 dl handwarm water
2 el olijfolie
500 g fontina
125 g rucola
peper

BEREIDING:

Het tegelbrood 1: Doe bloem met zout in een kom. Maak een kuiltje en doe hier gist en olie in. Voeg zoveel van het handwarme water toe dat een stevig, beetje vochtig deeg ontstaat. Leg het deeg op een met bloem bestoven ondergrond en kneed het in 10 minuten tot een soepel deeg: Duw het deeg met de muis van de hand van je af, vouw het dubbel en herhaal de beweging. Leg het deeg in een schone kom en dek af met een theedoek. Laat het deeg 30 minuten rijzen.

Kneed het even door, zodat luchtballen verdwijnen en laat het weer 10 minuten staan.

Verdeel het deeg in 8 porties. Rol één stuk deeg op een met bloem bestoven werkvlak uit tot een lap van ± 24 cm doorsnede. Gebruik als maat de bodem van springvorm van die afmeting.

Laat intussen een zware koekenpan of grillpan gloeiend heet worden op half vuur van een grote pit. Prik met een vork gaatjes in de deeglap om luchtballen te voorkomen. Besprenkel de pan met olijfolie. Leg de deeglap in de hete pan. Bak beide kanten goudbruin. Keer regelmatig om aanbranden te voorkomen. Dit duurt in totaal ongeveer 4 minuten. Leg het gebakken tegelbrood op een schone theedoek en vouw deze dicht.

Rol een tweede portie deeg uit, besprenkel de pan opnieuw en herhaal de bakhandeling.

Leg het tweede brood op het eerste en vouw de theedoek weer dicht. Ga zo door tot alle deegporties zijn gebakken.

Laat de broden afkoelen.

Het vlees: Snij het vlees overdwars in als een envelop. Beleg de binnenkant met parmaham en salie. Bind hem dicht met slagerstouw. Verhit 50 g boter en 3 el olie in een braadpan. Braad het vlees rondom in ca. 45 minuten gaar. Laat het vlees afgedekt 10 minuten rusten.

Schenk de bouillon en de marsala in de pan en roer de vleesaanbaksels los. Laat de jus inkoken tot de helft.

Het tegelbrood 2: Snijd of knip harde randen van het brood af en halveer ze. Beleg de ene helft met plakjes fontina en rucola, strooi er zout en peper over. Leg de andere helft erop. Bak de broden op de bakplaat 5-8 minuten tot ze warm zijn en de kaas gesmolten is.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Snij het vlees in 15 plakken. Klop eventueel klontjes koude boter door de saus en voeg zout en peper toe. Snij het aantal benodigde punten uit een aantal broden. Verdeel vlees, saus en een punt brood over de borden.

Tiramisu met gemarineerde kersen

NAGERECHT VOOR 15 PERSONEN

Moeilijkheidsgraad: 🍳

Uitvoering: 1-2 personen

Uitserveren: 22.30 uur

BENODIGDHEDEN:

3 dl espresso
3 dl Amaretto
8 verse eieren
175 g suiker
2 zakjes vanillesuiker
900 g - 1 kilo Mascarpone (2 bakjes)
1 pak Lange vingers
1 ½ -2 eetlepels cacao

VOOR DE GEMARINEERDE KERSEN:

500 g kersen
3 el cassislimonadesiroop
2 dl water
150 g suiker
3 - 4 el Amaretto

BEREIDING:

Tiramisu: Maak koffie en laat afkoelen. Roer 2 dl Amaretto door de afgekoelde koffie.

Split de eieren in dooiers en eiwitten. Doe de eiwitten in een vetvrije kom. (Vetvrij maken met citroensap of azijn). Klop de dooiers in een grote kom met de suiker en de vanillesuiker met de mixer tot een dikke crème. Roer er de Mascarpone en 1 dl Amaretto door.

Maak de kloppers van de mixer schoon en vervrij. Klop de eiwitten stijf en schep ze voorzichtig door het mascarponemengsel.

Zet een grote platte schaal van ca. 23 x 30 cm (of 2 kleinere van ca. 17 x 28 cm) klaar.

Doop de helft van de koekjes 5 seconden in het koffiemengsel (niet langer, als ze teveel vocht opnemen vallen ze uit elkaar). Bekleed er de bodem van een schaal mee.

Strijk er de helft van het mascarponemengsel. Herhaal deze lagen. Zet de tiramisu in de koelkast tot gebruik.

De kersen: Ontpit de kersen. Breng 2 deciliter water met de cassissiroop en de suiker aan de kook. Laat even koken tot siroop. Laat een beetje afkoelen. Breng op smaak met Amaretto. Schenk de siroop over de kersen en marineer tot gebruik.

AFWERKING EN PRESENTATIE:

Bestrooi de tiramisu met cacaopoeder. Snijd de tiramisu in stukken en verdeel over borden. Schep er kersen bij.

Wijnen

Witte wijn	
Land van herkomst:	Frankrijk
Regio:	Languedoc
Domein / Château:	Domaine des Lauriers
Jaar van productie:	2006
Druivensoort(en):	Chardonnay / Viognier
Commentaar wijncie.:	Een wijn die zich bij de Zuid-Europese smaken prima staande houdt. Het "patent" van de viognier, de bloemigheid, geeft een positief effect op het goede huwelijk dat de chardonnay en viognier normaliter hebben.

Rode wijn	
Land van herkomst:	Marokko
Regio:	
Domein / Château:	Beni M'Tir
Jaar van productie:	2006
Druivensoort(en):	Cabernet Sauvignon / Merlot
Commentaar wijncie.:	Een pittige wijn die de commissie al een aantal maanden op het oog had. Een goede begeleider bij het piepkuiken en het kalfsvlees. Het is niet het eerste de beste bedrijf dat zijn naam aan deze productie heeft gegeven. Deze producent is lid van de Castell Groupe. Voor diegene die hier nog nooit van gehoord hebben: de Castell Groupe is een van de grootste producenten in de wereld.

Kookschema juni 2008

	Ma. Avond	Di. Avond	Wo. Avond	Do. Avond	Vrij. Middag	Vrij. Avond
I	–	2	3	4	–	5
II	8	9	10	11	12	–
III	–	16	17	18	–	19
IV	22	23	24	25	–	26