

Menu februari 2017

Voorgerecht: Loempia van gerookte paling met aardpeer crème en tuille van vadouvan

Loempia's

125 g linzen uit Le Puy
1 gesnipperd sjalotje
½ teentje gehakte knoflook
½ el Hindoestaanse massala
1 laurierblaadje
5 dl kippenbouillon
2 el gehakte koriander
10 loempiavellen
1 eiwit losgeklopt



Fruit de sjalot en de knoflook aan, voeg de massala toe en fruit even mee. Voeg de linzen, het laurierblaadje en de bouillon toe, laat ongeveer 20 minuten op een laag vuur garen, zodat al het vocht verdampt is. Breng op smaak met peper, zout en wat tabasco, laat afkoelen en voeg de koriander en paling toe. Leg de vellen uit, verdeel de vulling. Bestrijk de randen met losgeklopt eiwit rol op tot een loempia. Frituur goudbruin in ca. 180 graden

Crème van aardpeer

500 gr aardperen
2 el roomboter
Peper en zout

Schil de aardperen en snijd in kleine stukken.

Breng een ruime pan water aan de kook met een beetje zout. Kook de aardperen gaar in ca. 20 minuten en pureer samen met de roomboter en een beetje zout en peper tot een smeuge mousse.

Tuille van vadouvan

1 tl vadouvanpoeder (25036430)
20 g zonnebloemolie
80 g zachte boter
100 g bloem
100 g ei
fleur de sel

Meng alles door elkaar zonder er lucht in te mengen. Strijk dunne tuilles uit met een lepel en bestrooi met wat fleur de sel.

Goudbruin afbakken op 170°C. ca. 8 a 10 minuten

Tussengerecht: Gele wortelsoep met Ras el Hanout en beignets van feta en walnoot

Ingrediënten

1½ kilo gele wortel
1½ tl gemalen komijn
2 tl gemalen koriander
5 el olijfolie
1 el grof zeezout
2 uien, gesnipperd
3 tenen knoflook, fijngehakt
2 l groentebouillon
1 el pompoenpitten
2-3 tl Ras el Hanout
2 el crème fraîche



Verwarm de oven voor tot 220 °C.

Snij de wortels in stukken en halveer of snij in kwarten, tot ze een dikte van 1 cm hebben. Verdeel over de bakplaat.

Meng de komijn en koriander door 3 el olijfolie. Besprenkel de wortel met de komijn-korianderolie en bestrooi met zeezout. Rooster de wortel in de voorverwarmde oven in 20 minuten beetgaar.

Verhit in een soeppan de laatste 2 el olie. Fruit de ui en de knoflook 1 minuut erin. Schep om met de geroosterde wortel. Schenk de bouillon in de pan, breng aan de kook en laat nog 10 minuten zachtjes koken.

Rooster intussen de pompoenpitten in een droge koekenpan en schud ze op een bord. Roer de Ras el Hanout door de crème fraîche.

Pureer de soep met de staafmixer en breng op smaak met zout en peper.

Schep de soep in kommen. Schep er een lepel crème fraîche op en bestrooi met de pompoenpitten en wat munt.

Beignetbeslag

100 gram bloem
mispuntje zout
100 ml bier (pils of witbier)
1 klein ei, losgeklopt
1/2 eetlepel olie
2 el walnoten (gehakt)
10 stukjes feta

Zeef de bloem en meng het met het zout in een kom. Maak een kuiltje in het midden en giet daar het bier in.

Roer vanuit het midden het bier door het meel tot een gladde massa. Voeg lepelsgewijs 2/3 van het losgeklopte ei toe en de olie en roer alles goed door tot een dik, glad beslag.

Voeg de gehakte walnoten toe. Haal 10 stukjes feta door het beslag en frituur goudbruin in 180 graden.

Hoofdgerecht: Kalfsentrecote met kruidige bearnaise saus, groentenrösti's met courgette

Maak het vlees schoon en verwijder de zenen en vliezen.

Droog het, wrijf het ruim in met peper en zout.

Smelt een klont boter in een pan, doe er een scheutje olijfolie bij en laat het geheel schuimig en lichtbruin worden. Braad het stuk vlees aan alle kanten aan.

Verwarm de oven op 80 graden. Steek de vleesthermometer tot midden in het stuk vlees en stel de temperatuur in op 50 graden.

Zet het vlees in de oven en wacht rustig tot de temp bereikt is dat duurt ongeveer een uur.

Laat het vlees onder alufolie afkoelen en snijd daarna in plakken.

Bearnaise saus

50 gr sjalotten in brunoise
400 gr koude boter in klontjes
1 dl dragonazijn met dragonsteeltjes
1 dl witte wijn
10 st gekneusde, witte peperkorrels
150 gr eidooier
sap van 1/2 citroen
zout
cayennepeper
gehakte dragonblaadjes



Doe de azijn en de witte wijn met de sjalotten, de dragonstelen en de gekneusde peperkorrels in een pan.

Zet de pan op een hoog vuur en breng de vloeistof aan de kook.

Kook het vocht in tot de helft van de oorspronkelijke hoeveelheid.

Passeer de ingekookte vloeistof (gastrique) door een bolzeef in een beslagkom.

Koel de gastrique af tot onder 50 °C.

Voeg de eidooiers toe aan de gastrique en klop het mengsel au bain-marie tot het goed gebonden is.

Neem de beslagkom uit de bain-marie.

Voeg een voor een de klontjes boter toe onder voortdurend kloppen.

Breng de saus op smaak met citroensap, zout en cayennepeper.

Bestrooi de saus met dragonblaadjes.

Groenten rösti

1 pastinaak
1 rode biet
1 wortel
1 zoete aardappel
2 eieren
1 theelepel gember
1 theelepel kurkuma
peper en zout
sap van een halve citroen

Schil de groenten en rasp ze met een rasp of in een keukenmachine. Doe alles bij elkaar in een mengkom en voeg een beetje citroensap toe. Breek twee eieren boven de kom en voeg de gember, kurkuma, peper en zout toe. Meng alles goed door elkaar.

In een koekenpan verhit je wat olie. Maak in de pan drie of vier hoopjes met een lepel en druk ze plat. De röstikoekjes worden mooi rond als je een ronde steekvorm gebruikt. Maar maak ze niet te dik, ongeveer een halve centimeter. Bak de rösti aan beide kanten een paar minuten. Ze zijn van binnen dan nog een beetje knapperig en aan de buitenkant bruin gebakken.

Crème van courgette

halve kilo courgettes (in stukjes)
2 mespunten komijnzaad
4 eetlepels azijn
4 eetlepels harissa
4 eetlepels azijn
2 tenen knoflook

Kook dan de courgettes in een pan met een klein beetje zout gaar.

Als de courgettes gaar zijn haal je ze uit de pan en maak je hier een puree van, gebruik hiervoor een stamper of je staafmixer.

De harissa los je op in een beetje water en de knoflook teentjes pers je fijn.

Nu gaan we de puree kruiden met de harissa en de knoflook teentjes. Meng alles goed door elkaar. Voeg dan het komijnzaad en een beetje zout toe. Voeg dan ook een klein beetje olie en een beetje azijn erbij. Breng op smaak met zout en peper.

Nagerecht: Mascarpone taartje met amaretti, likeur 43, amarena kersen en chocolade

Bakspray of boter
125 g amarettini (Italiaanse amandelkoekjes)
250 g pure chocolade (70%)
25 g boter
4 blaadjes gelatine
½ dl likeur 43
250 g amarena of andere kersen
250 ml slagroom
500 g mascarpone
500 g magere kwark
175 g suiker
3 el citroensap
poedersuiker om te bestuiven



Bestrijk een springvorm van ca. 26 cm met een beetje bakspray of boter. Doe 100 g amarettini in een diepvrieszak en sluit de zak. Verbrokkel de koekjes met een deegroller.
Hak de chocolade grof. Smelt 200 g chocolade met de boter au-bain-marie. Roer de amarettinistukjes erdoor en strijk in de vorm. Plaats ca. 30 min. in de koelkast.

Week de gelatine in koud water. Laat de kersen uitlekken. Klop de slagroom stijf. Roer de mascarpone, de kwark, de suiker en het citroensap door elkaar.
Knijp de gelatine uit en los op in likeur 43 op een laag vuur (let op mag niet koken). Roer 2-3 el crème door de gelatine en meng hem vervolgens met de rest van de crème. Spatel de slagroom erdoor. Verdeel de helft van de crème over de taartbodem. Verdeel de kersen erover. Smelt 50 g chocolade, verdeel hem met een eetlepel in een dun straaltje over de rest van de crème en trek hem er met een lepel in spiralen doorheen.
Strijk de crème luchtig over de kersen. Plaats de taart minstens 4 uur in de koelkast. Bestrooi hem met 25 g amarettini en poedersuiker.

Kookclub Heerlen wenst jullie alvast veel kookplezier met het klaarmaken van het menu van februari. Kijk in de maand maart voor een vervolg van onze culinaire gerechten.