

Kookclub septemeber 2025

Pompoen – coquille - bloedworst

Erwt – courgette - hummus

Kreeft - sinaasappel - fregula sarda

Zeeduivel - spitskool – champignon – rode wijn

Pompoen – coquille- bloedworst

Nodig : pompoen, coquille corail , salie, boter ,olijfolie, paprika, rode ui , pezo, bloedworst

Bereiding :

Schil de pompoen en bestroor met pezo.

Verpak in Al folie en rooster in de oven bij 200graden tot zacht, cutter deze fijn met de gebakken corail van coquilles tot een **zalf** in de themomix, werk op met wat boter en kruidt.

Salieboter: spoel de salie blaadjes en versnijdt lichtjes, Bak de salieblaadjes in olijfolie op laag vuur krokant en laat uitlekken op keukenpapier.

Bewaar de olijfolie voor later. Ook de salieblaadjes indien niet verbrand.

Rode ui, marineer de rode ui in gelijke delen sushiazijn en water, bewaar.

Brand de gepelde hazelnoten eventjes in een droge pan en concasseer tot strooibare nootjes.

Bloedworst: verwijder het vel en versnijdt in mooie rondjes(1.5 cm), kruidt met pezo en bak deze krokant in boter en olijfolie. Bewaar.

Service : in ene breed licht warm apero schaalje een dikke streep pompoenzalf, daarop de gebakken bloedworst ,afwerken met de rode gemarineerde ui en met enkele druppels salie olijfolie en hazelnootjes, eventueel krokante salie blaadjes.

Erwt – courgette – hummus

Nodig : tortillavellen, pezo slaharten, hazelnootolie, groene munt en fetra, yoghurtkrokant

Erwtenhummus :150 gram erwten, 50 gram kikkererwten, munt, dragon, citroensap , olijfolie en pezo.

Gegrilde groenten: courgette, rode paprika, ui, venkel

Bereiding:

Bereid de hummus : Blancheer de diepvrieserwten eventjes in kokend water, koel af en draai af in de themomix samen met de uitgelekte en gespoelde kikkererwten, pezo, dragon, olijfolie en citroensap, indien te dik voeg wat lauw water toe tot je een smeùge massa krijgt, kruidt goed af, bewaar.

Versnijdt de groenten in rolbare afmeting en bedruip met olijfolie, rooster in de oven bij 200 graden, let wel op dat ze niet verbranden. Controleer.

Verdeel de blaadjes van de slaharten in afzonderlijke hapklare blaadjes, kruidt met wat hazelnootolie en pezo

Bestrijk elk tortilla vel met de hummus, plaats hierop de sla blaadjes en daarna de gegrilde groenten en overstrooi met versneden muntblaadjes, rol stevig op en bewaar tot service.

Service : Versnijdt de tortilla rolls in gelijke delen, dresseer op een apero schaalje en werk met verkruimelde feta, youghourt krokant en olijfolie.

Kreeft - sinaasappel - fregula sarda ,venkelzaad

Nodig : Water, selder, uien, wortel, azijn, zout

Sabayon van sinaas; 300 ml witte droge wijn, 200 ml sinaassap, zeste van sinaas,

Eidooiers 4/5 stuks,

Kreeften, fregula sarda, wortel, sinaas appels 6 stuks, visfumet, venkel

Bereiding:

Maak eerst een court-bouillon: breng water aan de kook in een grote pot en voeg hierbij grof gesneden ui, wortel, prei, selder en zout (ong. 20 gr/liter). Laat eventjes infuseren. Ook een visbouillon blokje mag. Voeg nog wat witte wijn en citroen toe op het einde.

Dompel de kreeft in het water, met de kop eerst! Zo is de kreeft meteen dood, en kan ze met haar staart geen kokend water doen opspatten. Zet een deksel op de pot en laat 6 minuten koken voor een (Canadese) kreeft van 500 gr, plus 2 minuten extra per 100 gr.

Haal de kreeften eruit en laat even afkoelen (met de kop naar boven) nu versnijden we de kreeft. De punt van het mes plaats je in het kuiltje tussen de ogen van de kreeft. Daar snij je de kreeft in twee. Vervolgens snij je de kreeft **in één beweging** in de lengte doormidden. Verwijder het darmkanaal, de lever en de maag. De scharen maak je los door ze met het mes te breken.

Fregula sarda: wortel, venkel, sjalot, visfumet, pezo

Bak de fregula bolletjes en de versneden groenten eventjes aan in de olijfolie, licht toasten dus. Kook deze gaar in wat visfumet werk op het einde af met een klontje boter en versneden venkel groen en dragon

Sabayon van sinaasappel en wijn

Kook in : 300 ml witte droge wijn, 200 ml sinaas sap, zeste van sinaasappel, tot 200/250 ml ,zeef de zeste eruit ,klop mrt deze oplossing een sabayon met min 4 eidooiers.

Service: Dresseer de ½ kreeft in zijn geheel maar wel met gekneusde poten (scharen) op een bord minimaal lauwwarm, over saus met de sabayon en brandt deze eventjes af met de bunzenbrander, werk af met de fregula sarda en eventueel partjes sinaas op de zijkant. Zorg dat de kreeft stabiel staat.

Zeeduivel - spitskool – champignon – rode wijn

Nodig : bladerdeeg vierkant, zeeduivel, spitskool, spek fijne sneetjes, rode wijn, sjalot,

Gedroogde shii take -oeder, melk

Champignons: boter, ei, pezo, steranijs, kalfsfond en visfumet

Bereiding:

Haal de zee duivel filets van het kraakbeen, controleer op resterend vel, verdeel deze filets in mooie medaillons en deze omwikkelen met een fijn reepje spek. Bewaar.

We bakken het bladerdeeg krokant in de oven bij 180 graden tussen twee bakplaten, inwrijven met losgeklopt eidooier.

Bewaar dit als feuilletée

Was de spitskool, verwijder de buitenste bladeren en het harde middenstuk en snijdt de rest van de kool in fijne reepjes. Stoof de reepjes aan in een klontje boter gedurende enkele minuten. Kruid met pezo en een beetje noormuskaat. Bewaar.

Pocheer de witte champignons in de warme melk gedurende enkele min en laat ze uitlekken en drogen.

Bestrijk lichtjes met wat olijsfolie en grill snel en stevig op de grillpan, eventueel bestrooien met wat shii take poeder. Bewaar.

Voor de **champignon crumble**: 50 gram gedroogde shiitake
50 g broodkruimels, 5 g lookpoeder, 15 gram boter

Bereiding : Verpulver de gedroogde shii take in de blender, bak het paneer of broodkruim in de pan met de boter, voeg lookpoeder en pezo toe, wanneer mooi krokant voeg je de verpulverde shii take toe. Bewaar.

Rode wijnsaus: versnijdt de sjalot en stoof glazig in de boter, blus met rode wijn, visfumet en een beetje kalfsfond, voeg steranijs , gekneusde peperbollen en geplette veenbessen toe, laat deze saus inkoken, zeef deze saus en voor de service wordt ze terug opgewarmd en voegen we koude klontjes boter toe, we proberen een deel op te schuimen, mogelijks twee verschillende pannetjes, waarvan één zeker diep genoeg voor de staafmixer om schuim te maken. Vergeet niet af te kruiden met pezo.

Kruidt de zeeduivel medaillons met witte peper en zout en bak deze in schuimende boter gedurende +/- 5/6 minuten naar gelang de dikte. Dep af op keukenpapier voor de service. Reken op 2 medaillons per persoon.

Service:

Dresseer op het warme bord de spitskool, daarbovenop een bladerdeeg en op het bladerdeeg twee medaillons afwerken met rode wijn saus, rondom de champignons crumble en de gegrilde witte champignons, we werken boven aan af met schuim van rode wijn saus .