



# *Ruud 's Kookboek*

*Frans recepten III v0.6*

## **Inhoudsopgave.**

|   |   |
|---|---|
| Aspic van zalm.....                               | 3 |
| Beurre maître. ....                               | 4 |
| Beurre maître d'hôtel - mierikswortelboter I..... | 5 |
| Champagnesorbet.....                              | 6 |
| Sauce Lyonnaise - Lyonnaisesaus.....              | 7 |
| Zuurkooltaart. ....                               | 8 |
| Gebruikte afkortingen.....                        | 9 |

## Aspic van zalm.



Menugang: Voorgerecht  
Keuken: Franse  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*\*  
Bron: Receptenplein.nl,  
CuisineActuelle.fr

### Ingrediënten

200 g zalm  
13 bl gelatine  
1 ei  
1 tk tijm  
1 el azijn  
1 l visfumet  
100 g garnalen, grote  
8 olijven, zwarte  
1 bl laurier  
- peper, versgemalen  
- zout

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Leg de zalm in een pannetje.  
Bedek de vis met water.  
Voeg de tijm, de laurier, de azijn en versgemalen peper en zout naar smaak toe.  
Breng het aan de kook en laat de vis 10 min. pocheren.  
Laat de vis in het vocht afkoelen.  
Kook het ei in 10 min. hard en laat het afkoelen.  
Klaar de visbouillon.  
Week de gelatine in water en los ze op in de hete visbouillon.  
Laat de bouillon afkoelen.  
Zet een aspicvorm koud weg.  
Giet een bodem van de afgekoelde gelei in de vorm.  
Laat deze in de koelkast opstijven.  
Versier de bodem met de garnalen in een kring op de bodem.  
Leg de in reepjes gesneden olijven erop.  
Bedek het geheel met schijfjes ei.  
Bedek alles met een laag gelei.  
Laat het weer opstijven.  
Vul het met de helft van de zalm.  
Bedek alles weer met een laag gelei.  
Zet de aspic een uurtje in de koelkast.  
Doop de vorm vlak voor het serveren even in warm water.  
Droog de schaal af en stort de aspic op de serveerschaal.

### Info:

Bouillon klaren. Voeg een eiwit toe aan je bouillon als deze troebel is geworden. Laat een uur meetrokken op een laag vuur en schep daarna uit het water met een schuimspaan. Dit noemen we 'de bouillon klaren'. Als je een heel heldere bouillon wil, kan je tijdens het zeven een thee- of kaasdoek in de zeef leggen.

## Beurre maître.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: -  
Personen: -  
Sterren: \*\*\*  
Bron: -

### Ingrediënten

125 g boter, room-  
1 citroen, sap van  
- peper, versgemalen  
3 el peterselie, zeer fijn  
gehakt  
- zout

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Laat de roomboter enige uren op kamertemperatuur wat handzaam worden. Roer de roomboter daarna met een houten lepel tot ze los en smeug is. Vermeng de boter met het citroensap en de peterselie. Roer net zolang totdat al het citroensap is opgenomen. Breng de boter op smaak met peper en zout. Rol hiervan als het ware een dikke kroket in aluminiumfolie. Zorg dat hij goed rond van vorm wordt. Laat de 'Beurre maître' enige uren in de koelkast opstijven. Snijd de boter vlak voor het opdienen in ronde schijfjes.

### Tips:

De boter blijft in de aluminiumfolie zeker 2 weken goed (in de koelkast)

## Beurre maître d'hôtel - mierikswortelboter I.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: -  
Personen: -  
Sterren: \*\*  
Bron: Het Nieuwe  
Kookboek

### Ingrediënten

100 g boter  
1 el citroensap  
1 ael mierikswortel  
2 el water  
- zout

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Rasp de mierikswortel zeer fijn.  
Roer de boter zacht en luchtig.  
Voeg er druppelsgewijs zoveel water aan toe  
als de boter kan vasthouden.  
Roer de citroensap door de boter.  
Roer de mierikswortel door de boter.  
Voeg wat fijn zout op smaak toe.

## Champagnesorbet.



**Menugang:** Na-, tussengerecht

**Keuken:** Franse

**Personen:** 6

**Sterren:** \*\*\*

**Bron:** LibelleLekker,  
SimplyRecipes.com

### Ingrediënten

6 muntblaadjes, verse  
50 ml sap, appel-  
2 el sap, citroen-  
125 g suiker  
1 fl wijn, schuim-, demi-  
sec

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Kook de suiker met het citroensap en 200 ml water 20 min. op een laag vuur.

Laat de suikersiroop afkoelen.

Meng de suikersiroop met de mousserende wijn en het appelsap.

Zet het 30-35 min. in de koelkast.

Draai het gekoelde wijnmengsel in de ijsmachine tot ijs.

Serveer de bolletjes ijs met muntblaadjes.

## Sauce Lyonnaise - Lyonnaisesaus.



**Menugang:** Bijgerecht  
**Keuken:** Franse  
**Personen:** -  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Carta, Voer voor  
gastronomen

### Ingrediënten

2 dl azijn  
- boter  
3 uien, fijngehakt  
2 dl wijn, witte  
 $\frac{3}{4}$  l saus, Démi Glace-

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

### Bereiding.

Laat de uitjes zeer langzaam in wat boter helemaal gaar worden zonder dat ze verkleuren.  
Voeg de wijn en azijn toe en laat het inkoken tot 1/3 deel over is.  
Voeg de saus toe en laat het 10 min. zachtjes koken.  
Passeer de saus door een zeef.



Démi Glace saus

## Zuurkooltaart.



**Menugang:** Hoofdgerecht  
**Keuken:** Franse  
**Personen:** 4  
**Sterren:** \*\*\*  
**Bron:** Ruud 's Kookboek

### Ingrediënten

5 pl bladerdeeg (diepvries), ontdooid  
- bloem (om op uit te rollen)  
4 eieren, scharrel-  
100 g ham, schouder- (in dikke plakken)  
75 g kaas, geraspt  
- peper  
125 ml room, slag-  
1 pk zuurkool (à 500 g)  
- zout

**Bereidingstijd:** - min.  
**Grill-/oventijd:** - min.  
**Wachttijd:** - min.  
**Calcium:** - mg  
**Energie kJ:** -  
**Energie kcal:** -  
**Eiwit:** - g  
**Koolhydraten:** - g  
**w/v suikers:** - g  
**Natrium:** - mg  
**Vet:** - g  
**w/v onverzadigd:** - g  
**w/v verzadigd:** - g  
**Vezels:** - g  
**Groente:** - g  
**Zout:** - g

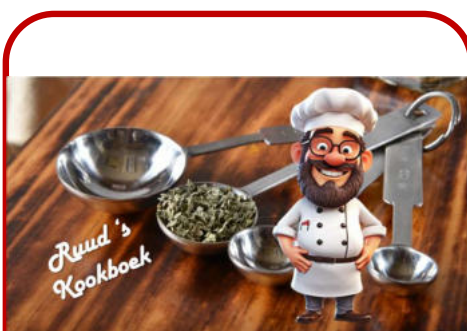
### Bereiding.

Leg de plakjes bladerdeeg op elkaar.  
Rol ze op een met bloem bestoven werkvlak uit tot een ronde lap ( $\varnothing \pm 30$  cm).  
Bekleed een taartvorm met bakpapier.  
Bekleed de vorm met het deeg.  
Snijd de ham in kleine blokjes.  
Schep ze door de uitgelekte zuurkool.  
Verdeel de zuurkool met ham over de taartbodem.  
Klop de eieren met de slagroom, peper en zout naar smaak los.  
Schenk het eiermengsel in de taartvorm.  
Strooi de kaas erover.  
Bak de taart in een voorverwarmde oven (200°C) in  $\pm 35$  min. bruin en gaar.  
Snijd de taart in punten.  
Serveer er een frisse salade bij.

### Wijntip:

Muscadet Sèvre-et-Maine.

## Gebruikte afkortingen.



v2.5

| Aforting | Betekenis               |
|----------|-------------------------|
| #        | Aantal                  |
| ael      | Afgestreken eetlepel    |
| akl      | Afgestreken koffielepel |
| atl      | Afgestreken theelepel   |
| bal      | Balletje                |
| bgls     | Bierglas                |
| bk       | Bekertje                |
| bkj      | Bakje                   |
| bl       | Blik                    |
| bld      | Blaadje                 |
| blj      | Blikje                  |
| blk      | Blok                    |
| blkj     | Blokje                  |
| bol      | Bolletje                |
| brd      | Bord                    |
| brgls    | Borrelglas              |
| bs       | Bosje                   |
| bdl      | Bundel                  |
| cgl      | Cocktailglas            |
| cp       | Cup(s)                  |
| dl       | Deciliter               |
| dln      | Deel                    |
| dp       | Dopje                   |
| drd      | Draadje(s)              |
| drp      | Druppel(s)              |
| dsl      | Dessertlepel            |
| ds       | Doosje                  |
| el       | Eetlepel (= 1/2 kol)    |
| fls      | Fles                    |
| flj      | Flesje                  |
| g        | Gram                    |
| gbk      | Grote beker             |
| gbl      | Groot blik              |
| gfl      | Grote fles              |
| gkp      | Grote kop               |
| gls      | Glas (150 ml)           |
| grl      | Groentelepel            |
| gzk      | Grote zak               |
| hoh      | Half-om-half            |
| hv       | Handvol                 |
| jgls     | Jeneverglas             |
| kbk      | Klein bakje             |
| kbl      | Klein blik              |
| kbs      | Klein bosje             |
| kfl      | Klein flesje            |
| kg       | Kilogram                |
| kkrp     | Kropje                  |
| kl       | Kleine                  |
| klnj     | Klontje                 |
| klnt     | Klont                   |
| km       | Kommetje                |
| knl      | Knol                    |
| kol      | Koffielepel (= 2 tl)    |
| kp       | Kopje                   |
| kpj      | Kuipje                  |



v2.5

| Afkorting  | Betekenis         |
|------------|-------------------|
| kpl        | Klein plukje      |
| kpt        | Klein potje       |
| krp        | Krop              |
| kst        | Klein stukje      |
| kstrk      | Kleine struik     |
| lgls       | Likeurglas        |
| m          | Moot              |
| mbl        | Miniblikje        |
| ms         | Maatschepje       |
| p.p.       | Per persoon       |
| par        | Partje            |
| pk         | Pak               |
| pkj        | Pakje             |
| pkt        | Pakket            |
| pl         | Plak              |
| plj        | Plukje            |
| ppj        | Pijpje            |
| prt        | Portie            |
| pt         | Pot               |
| ptj        | Potje             |
| rl         | Rol               |
| rp         | Reep              |
| sch        | Scheutje          |
| schf       | Schijfje          |
| schl       | Schaaltje (150 g) |
| scht       | Scheut            |
| sl         | Soeplepel         |
| slg        | Slagen            |
| spr        | Sprietje          |
| stf        | Staafje           |
| stj        | Stuk(je)          |
| stk        | Stokje            |
| stl        | Stengel           |
| strk       | Struik            |
| strnk      | Stronk            |
| sn         | Snee              |
| snf        | Snuifje           |
| st         | Stuk(s)           |
| tb         | Tablet            |
| tf         | Toefje            |
| tl         | Theelepel         |
| tn         | Teentje           |
| trs        | Tros              |
| trsj       | Trosje            |
| tub        | Tube              |
| vel        | Volle eetlepel    |
| vl         | Vel               |
| vrk        | Vierkantje        |
| vlt        | Vingerlengte      |
| voorb.tijd | Vorbereidingstijd |
| wgls       | Wijnglas          |
| zk         | Zak(je)           |



<https://ruudskookboek.nl>

*Ik steun..*  *..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:  
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by  PDF24