



Recepten

Carta

Ruud 's Kookboek

***Eindejaarsmenu
(Carta2009-André)***

Inhoudsopgave.

- 1. Gebakken Sint Jacobsvruchten met broccolimousse, couscous bloemkoolcrème en wasabiolie**
- 2. Gemarineerde kalkoenrolletjes**
- 3. Kalstournedos met pompoen, kastanjes en spinazie, jus met hoorn des overvloeds**
- 4. Tartaar van aardbei met confituur van melk en perzik**
- 5. Toastjes met ham en meloen**
- 6. Witlofsalade met appeltjes en garnalen**

Gebakken Sint Jacobsvruchten met broccolimousse, couscous bloemkoolcrème en wasabioli

Menugang	Voorgerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type -	Slank	Nee
Bron			Sterren	

Ingrediënten

Voor zeven personen

1/2 kleine broccoli

1 bloemkool

14 Sint Jacobsvruchten

Sojaroom

wasabipasta

olijfolie

limoensap

peper zout nootmuskaat

boter

bieslook

Bereiding

1° Broccolimousse

Snij de broccoli in roosjes en kook beetgaar in gezouten water.

Giet af, voeg een beetje boter en sojaroom toe en kruid met peper zout en nootmuskaat

Mix tot een gladde maar stevige puree

2° Couscous van bloemkool

Rasp het buitenste van een bloemkool voeg een beetje sojaroom toe (om het aan elkaar te laten kleven) en voeg een weinig limoensap toe.

Zet fris weg in koelkast.

3° Bloemkoolcrème

Verdeel de rest van de bloemkool in stukken en kook beetgaar in licht gezouten water

Giet af, voeg een beetje boter en sojaroom toe en kruid met peper zout en nootmuskaat

Mix tot een gladde vrij slappe puree.

4° Wasabiolie

Meng een beetje wasabipasta met wat olijfolie en limoensap.

Bak de Sint Jacobsvruchten in wat boter gedurende 1 minuut langs beide kanten

Snij overlangs middendoor, schik er wat van de broccolimousse op en dek af met de tweede helft van de Sint Jacobsvrucht.

Afwerking:

Plaats een rechthoekige serveerring van 3 op 4 cm. op de zijkant van een bord en doe er een laagje couscous van bloemkool in

Leg er twee gevulde Sint Jacobsvruchten naast.

Vorm met behulp van een kleine spuitfles twee streepjes van bloemkoolcrème naast de Sint Jacobsvruchten.

Versier met enkele druppels wasabiolie

Plaats enkele sprietjes bieslook op de couscous

Gemarineerde kalkoenrolletjes

Menugang	Hapje	Soort	Gevogelte	Snel	Ja
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron	Borrelhapjes en cocktails			Sterren	

Ingrediënten

Voor 7 personen

een kalkoenborstfilet

1 eetlepel sojasaus

1 eetlepel droge sherry

chilipoeder

vloeibare honing

Bereiding

1 Klop de kalkoenfilet plat met een lemmet van een koksmees en snijd ze in dunne reepjes van ongeveer 5 cm lang.

2 Maak een marinade met sojasaus, droge sherry, een snuifje chilipoeder en honing.

3 Laat de reepjes hierin 30 minuten marineren.

4 Bak ze 10 minuten in een op 200°C voorverwarmde oven, onder af en toe keren.

Kalstournedos met pompoen, kastanjes en spinazie, jus met hoorn des overvloeds

Menugang	Hoofdgerecht	Soort -	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type -	Slank	Nee
Bron			Sterren	

Ingrediënten

Voor 7 personen

7 mooie kalfstournedos van 180- 200 gr.

1 kleine pompoen

400 gr. kastanjes

2 kg. jonge spinazie

300 gr. hoorn des overvloeds

Peper en zout

7dl kalfsfond

3 blaadjes laurier

3 takjes tijm

2 teentjes knoflook

2 sjalotten

4 cl rodewijnazijn

boter

arachideolie

Bereiding

1° Snipper de sjalotten fijn en stoof deze glazig in een weinig olie, blus met de rodewijnazijn, voeg de kalfsfond, tijm en laurier toe en laat alles inkoken tot sausdikte, zeef de saus

2° Maak de hoornen des overvloeds schoon, je kan deze best openscheuren, de steeltjes afbreken en kort in ijskoud water spoelen.

Deze trompetvormige paddestoel verzamelt veel vuil en insecten houden er zich graag in schuil. Laat de hoornen des overvloeds eventueel drogen op een keukenhanddoek.

3° Schil de pompoen, verwijder de pitten en snijd het vruchtvlees in kleine dobbelsteentjes.

4° Braad de kalfstournedos aan in half olie half boter en kruid met peper en zout.

Schik het vlees op een ovenplaat en gaar verder in een voorverwarmde oven van 150°C gedurende ongeveer 10 à 12 minuten?

Zet vervolgens de oven uit en de ovendeur op een kier, laat het vlees rusten

5° Verhit een weinig olie in een pan en bak de pompoenblokjes goudbruin op een hevig vuur (om te vermijden dat ze te zacht worden alvorens te kleuren)

Voeg de kastanjes toe en bak verder op een middelmatig vuur, roer regelmatig om zodat alles gelijkmatig gaart.

6° Voeg tot slot de spinazie toe en schud alles even op, kruid met peper en zout en houd warm.

7° Bak vervolgens de hoornen des overvloeds in de boter, wacht tot de boter schuimig wordt. Voeg de knoflook toe en kruid met peper en zout.

8° Voeg de hoornen des overvloeds bij de saus en controleer de saus op smaak

9° Verdeel de groenten over de borden en schik er het kalfsvlees op. Giet er de saus rondom en serveer

Tartaar van aardbei met confituur van melk en perzik

Menugang	Nagerecht	Soort	Vegetarisch	Snel	Nee
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 7 personen

2 lt. melk

500 gr.suiker voor de confituur

suiker voor te karameliseren

1 vanillestok

4 perziken

maisolie

14 aardbeien

zwarte peperbollen

Bereiding

1 Verwarm de melk met de suiker en een vanillestok en laat de mengeling gedurende 5 uur zachtjes trekken op klein vuur tot er een derde overblijft

Laat de confituur van melk een nacht rusten in de koelkast.

2 Snij de perziken doormidden en verwijderde pitten. Dompel de helften enkele seconden in kokend water en verwijder de schil.

3 Verwarm een scheut olie in een pan en bak de perzikhelften goudbruin. Bestrooi de helften met suiker en karameliseer.

4 Snij de aardbeien in blokjes en kruid met gemalen peper.

5 Giet de cofituur van melk in diepe borden. Leg de gebakken perziken in confituur en leg op iedere perzikhelft wat tartaar van aardbei.

Toastjes met ham en meloen

Menugang	Hapje	Soort	Vlees	Snel	Ja
Keuken	Belgisch	Type	-	Slank	Nee
Bron				Sterren	

Ingrediënten

Voor 7 personen

Ronde krokante toastjes

150 gr. heel dun gesneden Gandaham

1 Meloen (cavaillon)

1 glaasje port

kervelplukjes

Bereiding

1 Verdeel de ham in reepjes en draai op elk toastje een mooi roosje

2 Snijd de meloen dwars doormidden, haal de pitjes eruit en hol het vruchtvlees uit met een meloenmesje

3 Laat de balletjes enkele uren marinieren in de port en leg telkens een meloenballetje in een hamroosje

4 Garneer met een plukje kervel.

Witlofsalade met appeltjes en garnalen

Menugang Hapje	Soort -	Snel	Ja
Keuken Belgisch	Type -	Slank	Nee
Bron		Sterren	

Ingrediënten

Voor 7 personen

2 stronken witlof

limoensap

2 eetlepels mayonaise

currypoeder

1/2 appel (Grany Smit)

50 gr. gepelde grijze garnalen

Bereiding

1 Verwijderde buitenste blaadjes en harde kern van het witlof, snijd de stronkjes in de lengte in 4 en dan dwars in reepjes.

Bedruppel ze meteen met limoensap om verkleuren te voorkomen.

2 Roer de mayonaise en de in kleine stukjes gesneden appel erdoor en kruid met currypoeder.

3 Verdeel de salade in de borrelglasjes en garnier met enkele garnalen.



Compressed by

PDF24

<https://ruudskookboek.nl>