



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

MENU

OOSTERSE KALKOEN MET PEULTJES

THAISE MIESOEP

FOREL IN SOJASAU

RUNDERLENDE TERIYAKI MET GEBAKKEN RIJST

PEREN IN THEESIROOP MET LIMOENSORBETIJS EN KLETSKOP

KOFFIE



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Oosterse kalkoen met peultjes

voorgerecht 1/2

Marinade

2 dl. Kikkoman-saus

2 dl. water

1 ½ citroen

2 teentjes knoflook

3 cm gember

Voorbereiding

- rasp de gember heel fijn

- pers de citroen

- halveer de knoflook

Bereiding

- meng de kikkoman-saus met het water, citroensap, knoflook en gember

Kalkoenfilet

650 gr. kalkoenfilet

Voorbereiding

- snijd het vlees in blokjes van 3,5 cm

- leg de blokjes kalkoenfilet in de marinade en laat dit 1 uur marineren

Paneren

250 gram ongebakken
kroepoek

180 gr. eiwit (6 eieren)

(bewaar de eidooiers voor een
omelet bij het hoofdgerecht)

Voorbereiding

- maal de kroepoek fijn in de blender

- klop de eiwitten los (niet stijf kloppen)

- haal het kalkoenvlees uit de marinade en dep het droog. Bewaar de marinade voor later

- haal de blokjes kalkoenvlees eerst door het eiwit en daarna door de kroepoek

Bereiding

- frituurolie verwarmen tot 180° C

- bak de stukjes kalkoenvlees in ca. 3 minuten goudbruin

Saus

4 eetlepels Hoisin-saus

marinade

Bereiding

- verwarm de hoisin saus en verdun het met een beetje marinade

Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Oosterse kalkoen met peultjes

voorgerecht 2/2

Groente

Ingrediënten

250 gr. peultjes

4 eetlepels sesamzaad

1 eetlepel sesamolie

Garnering

koriander

Vorbereiding

- snijd de peultjes chinoise
- bak de sesamzaadjes in een droge koekenpan lichtbruin

Bereiding

- kook de peultjes beetgaar
- voeg de sesamzaadjes en de sesamolie aan de peultjes toe

Serveren

- Schep wat peultjes in het midden van een bord
- leg hierop 3 stukjes kalkoenvlees
- nappeer wat hoisin-saus eromheen en garneer met een paar blaadjes koriander (een klein bolletje saus op het bord en met de bolle kant van een lepel uittrekken)





Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Thaise miesoep

soep 1/2

Marinade

- 7 takjes koriander
- 2 theelepels zwarte peper
- 4 eetlepels tomatenpuree
- 2 eetlepels bruine suiker
- 4 eetlepels Nam pla (vissaus)

Vlees

- 350 gr. varkenshaas

Bouillon

Ingrediënten

- 2 ½ liter runderbouillon
- 2 sereh stengels
- 2 stukjes Laos
- 1 rood pepertje
- 60 gram eiermie

Bereiding

- haal de korianderblaadjes van de steeltjes en bewaar ze voor later (garnering)
 - hak de steeltjes heel fijn
 - meng de fijngehakte steeltjes met de zwarte peper, tomatenpuree, suiker en de vissaus
-

Voorbereiding

- Bestrijk het varkenshaasje met de marinade en laat het afgedekt in de koeling ca. 45 minuten marineren.

Bereiding

- verwarm de oven voor op 200° C
 - vet de braadslee in en leg het varkenshaasje erin
 - rooster het vlees in ca. 15 minuten gaar.
 - snijd het varkenshaasje in stukjes
-

Voorbereiding

- maak de bouillon
- snijd de sereh en de Laos in stukjes
- halveer de rode peper, verwijder de zaadjes en snijd de peper in kleine stukjes

Bereiding

- breng de bouillon met de sereh, Laos en rode peper **tegen de kook aan** en laat dit 30 minuten trekken
- zeef de bouillon
- bereid de eiermie volgens de gebruiksaanwijzing

Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Thaise miesoep

soep 2/2

Garnering

7 teentjes knoflook

200 gram taugé

100 gram pinda's

Olie (zonnebloem)

korianderblaadjes

Bereiding

- pel de knoflook en hak ze fijn
- verhit de olie en fruit de knoflook knapperig bruin
- rooster de pinda's in een droge koekenpan en hak ze fijn
- maak de taugé schoon en doe ze in een vergiet. Schenk er kokend water over (**dit tegen uitserveren**)

Serveren

- Verdeel de varkenshaas, eiermie en taugé over de soepkommen.
- Schenk de hete bouillon erop
- strooi de knoflook, korianderblaadjes en de pinda's erover.





Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Forel in sojasaus

tussengerecht 1/2

Forelfilets

12 forelfilets á 60 gram

Marinade

Ingrediënten

5 teentjes knoflook

2 cm gember

1 limoen

3 eetlepels donkere sojasaus
(Japanse)

3 eetlepels zoete sojasaus
(ketjap manis)

2 eetlepels Rijstwijn (saké)

0,5 theelepel sambal

5 eetlepels olie

Mihoen

70 gram mihoen

zout

Groente

Ingrediënten

400 gr. Chinese kool

2 rode paprika's

1,5 dl kippenbouillon

1 theelepel aardappelzetmeel

7 lente- uitjes

Olie (zonnebloem)

Zout en peper

Vorbereiding

- was de forelfilets, dep ze droog

Vorbereiding

- hak de knoflook heel fijn
- hak de gember heel fijn
- pers de limoen uit, en meng dit met de beide sojasauzen, rijstwijn, de sambal en de helft van de olie.
- voeg de knoflook en de gember toe en meng alles goed
- voeg de vis bij de marinade en laat deze ca. 30 minuten marineren (marinade bewaren)

Vorbereiding

- verwarm de frituurolie tot 180° C.
- bak, in delen, de mihoen knapperig, laat uitlekken op keukenpapier en strooi er een beetje zout overheen

Vorbereiding

- snijd de Chinese kool in reepjes, spoel ze en dep ze droog
- snijd de witte delen van de lente-uitjes in smalle reepjes en de groene stengels in ringetjes, houd DE RINGETJES apart
- was de paprika, schil ze met een dunschiller en snijd ze in smalle reepjes
- maak de bouillon



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Forel in sojasaus

tussengerecht 2/2

<u>Groente</u> zonnebloemolie	<u>Bereiding</u> • giet een beetje olie in een pan, voeg het wit van de lente-uitjes en de paprika toe en roerbak dit onder voortdurend roeren, (het moet niet bruin bakken), de lente-uitjes moeten glazig zijn. Haal de lente-uitjes en de paprika uit de pan en houd dit apart. • giet olie in een wok en roerbak de Chinese kool hierin. • blus dit af met de kippenbouillon • voeg de lente-uitjes en de paprika bij de Chinese kool. • laat dit uitlekken in een zeef en vang de kippenbouillon op, kool apart houden.
<u>Forelfilets</u> zonnebloemolie	<u>Bereiding</u> • Laat de forel in een zeef uitlekken en vang de marinade op • Doe wat olie in een pan en bak de vis. Houd de vis warm
<u>Saus</u> Sojasaus (ketjap manis) sambal	<u>Bereiding</u> • Meng het aardappelzetmeel met een beetje marinade en roer dit goed door elkaar • giet de rest van de marinade bij het vocht van de Chinese kool en de kippenbouillon en bind het geheel met het aardappelzetmeel • kook het even goed door • breng het eventueel op smaak met wat sojasaus en sambal <u>Serveren</u> • groente op het midden van een bord • leg de forel hier bovenop • drapeer de saus eroverheen en garneer met het groen van de lente-uitjes en de krokante mihoen



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Runderlende Teriyaki met gebakken rijst en Japanse komkommersalade hoofdgerecht 1/3

Saus

Ingrediënten

2 dl donkere sojasaus(Japanse

2 dl saké

3 dl mirin

40 gr. suiker

Vorbereiding

- doe alle ingrediënten voor de teriyakisous in een pan
 - breng dit op middelmatig vuur aan de kook
 - laat dit tot ca 2/3 deel inkoken en haal de pan van het vuur (laat afkoelen)
-

Vlees

700 gr. runderlende

12 saté stokjes

Vorbereiding

- snijd het vlees in blokjes van 3 cm
- laat de blokjes in de afgekoelde teriyakisous marineren (zolang mogelijk)
- week de satéstokjes in warm water, ze verbranden dan niet

Bereiding

- rijg de blokjes vlees aan de satéstokjes
 - bak het aan stokjes geregen vlees in de koekenpan
 - laat de saus nog verder inkoken
-

Groente

8 stuks groene pepers

Olie (zonnebloem)

200 gr. taugé

150 gram oesterzwammen

12 satéstokjes

Zout en peper

Ketjap Manis

Vorbereiding

- snijd de pepers over de breedte in 5 stukken
- haal met een klein mes de pitjes eruit
- blancheer de peperstukjes en spoel ze koud af
- rijg de pepertjes aan de satéstokjes
- snijd de oesterzwammen in reepjes van 0,5 cm.

Bereiding

- verhit de olie en roerbak de taugé en oesterzwammen kort, breng op smaak met zout peper en ketjap manis
- gril de stokjes met pepertjes



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Runderlende Teriyaki met gebakken rijst en Japanse komkommersalade hoofdgerecht 2/3

<u>Gebakken rijst</u> 450 gr. pandan rijst 2 eetlepels olie (zonnebloem) 1 ei 1 eetlepel sojasaus 100 gram doperwten 3 stuks bosuitjes Sesamolie Zout en peper	<u>Vorbereiding</u> • kook de rijst volgens aanwijzing op de verpakking • laat de rijst goed droog stomen • ei los kloppen • snijd de bosuitjes in dunne ringetjes • kook de doperwten bijna gaar <u>Bereiding</u> • verhit de olie in een wok • giet het losgeklopte ei in de hete olie • verhit het tot het net begint te stollen • voeg de rijst en de erwten toe en meng alles goed • voegde sesamolie en de sojasaus toe en breng de rijst op smaak • bestrooi het met de fijngesneden bosuitjes -----
<u>Japanse komkommersalade</u> 2 komkommers 3 eetlepels azijn 2 eetlepels water 4 theelepels suiker 1 theelepel zout 2 cm gemberwortel Soufflé schaaltes Bieslook	<u>Bereiding</u> • halveer de komkommers in de lengte • verwijder met een theelepel de zaadlijsten • snijd de komkommers eerst in stukken van 5 cm en vervolgens juliënne • maak een marinade van de azijn, water, suiker, zout • rasp de gemberwortel of pers de gemberwortel uit in de knoflookpers en doe dit bij de marinade • marineer de komkommerstaafjes hierin minimaal 1 uur • laat de komkommer daarna goed uitlekken. • verdeel de komkommersalade over de schaaltes en garneer met 2 grote sprieten bieslook

Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Runderlende Teriyaki met gebakken rijst en Japanse komkommersalade hoofdgerecht 3/3

Omelet

De overgebleven eidooiers

Zout, peper

Sambal, ketjap

Ringen van 6 Ø cm

Bereiding

- eidooiers loskloppen, zout, peper, sambal, ketjap toevoegen en bakken
- reepjes van snijden

Serveren

- op bord schaalte komkommer
- zet ring op het bord(niet in het midden) en druk hier met een lepel de rijst in
- op de rijst de fijngesneden bosuitjes
- hier boven op een stokje groene pepers
- tegen de rijst aan tussen het schaalte en de rijst een stokje met het vlees
- reepje omelet tegen de rijst aan
- nappeer over het vlees wat teriyaki saus
- hiervoor de taugé met oesterzwammen





Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Peren in theesiroop met limoensorbet ijs en kletskep

dessert 1/2

Limoensorbet ijs

Ingrediënten

8 limoenen

360 gr. suiker

5 dl water

3 eiwit (90 gr.) (eidooiers
bewaren)

Bereiding

- pers de limoenen uit
 - verhit het water, los de suiker in het water op.
 - voeg van het vuur af het limoensap toe, laat het in de koeling afkoelen
 - draai er sorbet ijs van in de ijsmachine
 - voeg wanneer de massa stand begint te krijgen het opgeklopte eiwit toe
-

Peren

6 rijpe peren

Vorbereiding

- schil de peren, halveer ze in de lengte en haal het klokhuis eruit
 - snijd een klein stukje van de onderkant, zodat de peren blijven staan
-

Theesiroop

1 sinaasappel

3 cm gember

200 gr. suiker

5 steranijs

2 zakjes jasmijnthee

water

Vorbereiding

- was de sinaasappel met heet water
- haal met een zesteur ca. ¼ deel van de schil af, pers de sinaasappel uit
- schil de gember en snijd die in dunne schijfjes
- kook het sinaasappelsap, de schil, de suiker, de gember en de steranijs ca. 5 minuten in water (zoveel water, dat de peren onder kunnen staan)
- laat de thee ca. 3 minuten meetrekken, haal de thee eruit
- voeg de peren aan het theemengsel toe en laat dit pocheren tot de peren zacht zijn let op niet zo zacht als stoofperen
- haal de pan van het vuur en laat de peren in het vocht afkoelen
- haal de peren uit het vocht
- laat de thee inkoken tot het stroperig is geworden

Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

Peren in theesiroop met limoensorbet ijs en kletskop

dessert 2/2

Kletskoppen

150 gr. bruine basterdsuiker
75 gr. bloem
50 gr. boter
60 gr. geschaafde amandelen
25 gr. water
kaneel

Garnering

Mango 2 stuks
steranijs

Vorbereiding

- oven voorverwarmen op 150° C

- bakplaat met bakpapier

Bereiding

- suiker en boter tot romige massa kneden

- bloem, mespuntje kaneel, amandelen en water er doorheen kneden

- maak van de massa kleine balletjes, net zo groot als een normale knikker, en plaats deze op de bakplaat ca. 5 cm uit elkaar en prak ze met een vork ietsje naar beneden

- bak ze ca. 15 minuten in de oven, totdat de kletskoppen goed bruin zijn
(let op verbranden)

Vorbereiding

- schil de mango, halveren en plakjes ervan snijden

Serveren

- zet de peer in het midden van een bord

- op de peer een bolletje limoensorbetijs

- steek een kletskop in het limoensorbetijs

- nappeer wat theesiroop rondom de peer

- let schijfjes mango als waaier op het bord



Menu Januari 2011

Receptuur 12 personen

FOTOBLAG MENU JANUARI 2011



Voorgerecht



Soep



Hoofdgerecht



Nagerecht