

'STERRENCHEFS'

menu samengesteld door Jan Boeren, MdC



Maandmenu oktober 2022

Eendenborst, Hoisin, Komkommer, Bieslookolie

*

Pakora van courgette, Puy Lentils,
Piccallily-kokos-currysaus



*

Octopus, Rodekool, Garnaal

*

Kip, Appel, Aardappel

*

Rijstpap, Abrikoos, Kokos, Amarant



Toelichting op het menu:

Een menu voor de vroege herfst: ik liet me inspireren door sterrenchefs. We wagen ons met dit menu aan de verfijnde gerechten van beroemde chefs en dat betekent dat kooktechnisch én smaaktechnisch alles uit de kast moet. Want natuurlijk, de topchef gebruikt uitsluitend de beste ingrediënten en dat helpt ook, maar het is toch vooral de vakbekwaamheid van deze koks die ze tot sterrenchefs maakt.

De originele receptuur is hier en daar wat aangepast om de gerechten goed in het menu te laten passen, om het tijdschema van een kookavond te kunnen realiseren en vanwege de apparatuur die beschikbaar is.



We starten met een gerechtje van Gareth Ward van Restaurant YnYshir** uit Wales, het restaurant dat momenteel geldt als het beste restaurant van Groot Brittannië. Mooi rood gebakken eendenborst met een krokant korstje, overgoten met Hoisin saus, een plak gecompresseerde komkommer en bieslookolie. Simpel in aanzien, kooktechnisch goed om te doen, best lastig in de smaakbalans.

Soenil Bahadour van Restaurant De Lindehof** in Nuenen inspireert ons bij deze pakora van courgette, zwarte linzen en een piccallilli-kokos-currysaus. Met wat vegan kerriemayonaise en wat bloempjes en blaadjes uit het seizoen is dit een smakelijk vegan tussengerechtje.

Octopus in rodekoolsap met rodekoolsalade en een gebrande garnaal. Jason Howard is de chef. Geboren op Barbados en daar heeft hij inmiddels zijn eigen restaurant: "The Top Deck". Hij was souschef bij het Connaught Hotel** in London toen hij dit gerecht bedacht. De octopus wordt gekookt en gebrand, de garnaal alleen gebrand. Hier past een tapenade bij: veel knoflook, olijf, zoute kappertjes, tomaat op olie.

Kip met appelmoes. Maar dan wel de culinaire versie van Peter Goossens van Hof van Cleve***, Kruishoutem (B). In al zijn eenvoud toch een verdraaid lastig gerecht: vanwege die eenvoud moet alles echt perfect zijn en dat valt nog niet mee. De smaakbalans, de bordopmaak en de precisie bij de verschillende bereidingen vergen veel aandacht. We werken met poussin: een heel leuk klein kippetje dat we eerst in zijn geheel sous vide bereiden, dan fileren en daarna aanbraden. Er zijn veel restanten: die reserveren we alvast voor het menu van december: gevacumeerd en ingevroren.

Roger van Damme van Het Gebaar* uit Antwerpen (B) werd in 2017 uitgeroepen tot beste patissier ter wereld. De meeste van zijn gerechten zijn voor ons beslist een paar stappen te ver: wat een vakmanschap; wat een kunstenaar!! Gelukkig heeft Roger ook wel eens een iets eenvoudiger gerechtje bedacht: rijstepap met abrikozen en kokos bijvoorbeeld. En nog wat gepofte amarant als krokantje. We serveren er als extraatje nog een abrikozensorbet bij.

Het logo  staat voor vegetarisch; het dubbele logo  staat voor veganistisch/100% plant based.

De ingrediëntenlijst is voor 10 personen.

Indien geen aantallen vermeld: lees 'Naar Behoeftte'.

Eendenborst, Hoisin, Komkommer, Bieslookolie

<p>Bieslookolie</p> <p>Ca 100g bieslook (hele pot) Ca 100g zonnebloemolie</p> <p>Hoisin saus</p> <p>4 umebushi (Japanse gefermenteerde pruimen) (of umebushi-pasta) 120g donkerbruine basterdsuiker 100g lichte sojasaus (Kikkoman) 10g rijstazijn (sushiazijn; geen sushi-seasoning!) Wit gebrand sesamzaad Tomatenpuree Zwartebonen pasta Five spice poeder</p> <p>Komkommer</p> <p>2 (lange) komkommers 10g suiker 20g rijstazijn</p>	<p>NB: maak deze olie bij voorkeur een dag tevoren</p> <p>Bieslookolie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Blancheer de bieslook enkele seconden in kokend water. Giet af en koel meteen terug op ijswater. Knijp goed uit, spreid op een theedoek en laat nog wat drogen. 2. Blender de bieslook met de olie tot zeer fijn. Door het blanderen loopt de temperatuur op. Zodra handwarm (ca 40°C): zeef de olie door een fijne zeef en giet in een spuitflesje. Zet dit flesje meteen in de vriezer. 3. Als de olie voldoende tijd heeft gehad is olie en water gesepareerd en bevindt het water zich als ijs onder in het flesje. Giet de olie (boven het ijs) over in een ander spuitflesje: je hebt nu olie zonder water. <p>Hoisin saus</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Draai de eerste vier ingrediënten m.b.v. een blender of keukenmachine tot een gladde saus. Voeg naar smaak sesamzaad, tomatenpuree, zwartebonenpasta en Five Spice toe. Blender nogmaals tot een gladde saus. Doe over in een spuitflesje en reserveer. <p>Komkommer</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Snijd de komkommers in lange dunne banen en doe in een vacuümzak. Trek hard vacuüm. De kleur en textuur van de komkommer verandert nu. Open de vacuümzak en voeg de azijn met daarin opgeloste suiker toe. Trek weer vacuüm en reserveer.
---	---

Eendenborst

2 à 3 eendenborsten (totaal ongeveer 500g, dus 50g pp)

Eendenborst

6. Snijd de eendenborst aan de velzijde kruislings in ruitjes. Hoe kleiner de ruitjes hoe beter. Snijd juist niet door het vel.
7. Verwarm de oven op 100°C.
8. Brand met een brander de velkant van de eendenfilet krokant en bruin (5 à 10 minuten)
9. Plaats een kerntemperatuurmeter, zet de eend met de velzijde boven in een hittebestendig schaalpje in de oven en warm op tot een kerntemperatuur van 53°C. Haal uit de oven, leg de filet nog steeds met de velzijde boven op een koud schaalpje en laat minstens 20 minuten en onafgedekt rusten.

Opmaak en uitserveren



Haal de komkommer uit de vacuümzak. Snijd de repen komkommer in mooie rechthoeken. Gebruik een lekdoekje waarop je de plakken wat droogt.

Trancheer de eendenfilet in dunne, schuin afgesneden tranches. Leg op elk bord ca vijf plakjes. Begiet met wat hoisin saus. Leg er een plak komkommer op. Bedruip die met bieslookolie en garneer het geheel met wat extra hoisin saus en olie.

Pakora van courgette, Puy Lentils, Piccalilly-kokos-currysaus

<p>Puy Lentils</p> <p>150 g Puy Lentils</p> <p>Piccalilly-kokos-currysaus</p> <p>1 pot piccalilly Groene Thaise curry 400 ml Kara Kokos-cream</p> <p>Vegan mayonaise</p> <p>50g Soyadriink van Alpro 100g Zonnebloemolie Sap van 1 limoen 7g Scherpe mosterd Zout Kerrie Madras (poeder)</p> <p>Pakora</p> <p>1 grote groene courgette Kikkererwtenmeel (heet ook Gram of Besan) Korianderzaad gemalen Komijnzaad gemalen Zwarte peper grof gemalen</p> <p>Diversen</p> <p>Bloemen en blaadjes van het seizoen</p>	<p>Puy Lentils</p> <p>10. Kook de linzen juist aan de kook en juist beetgaar in water. Giet af en breng op smaak met enkele druppels lichte sojasaus.</p> <p>Piccalilly-kokos-currysaus</p> <p>11. Maak van de ingrediënten een lopende saus. Breng hoog op smaak en reserveer.</p> <p>Vegan mayonaise</p> <p>12. Gebruik een smalle beker waar een staafmixer juist in past. Doe alle ingrediënten m.u.v. kerrievoeder en zout in de beker. Zet de staafmixer op de bodem, zet hem aan en trek in één langzame en vloeiende beweging de mixer omhoog. Breng op smaak met de kerrie en het zout. Voeg naar eigen smaak nog wat andere smaakmakers toe. Denk aan een paar druppels sojasaus, tabasco, suiker, ahornsiroop, of een andere zoetstof.</p> <p>13. Doe over in een spuitzakje en reserveer.</p> <p>Pakora</p> <p>14. Rasp de courgette op een grove rasp en doe in een kom. Bestrooi met kikkererwtenmeel en knijp in de courgette. Vul naar behoefte aan met meel. Maak zo een beslag waarmee je met een lepel bollen kunt scheppen. Denk aan oliebolbeslag.</p> <p>15. Zodra de consistentie goed is: Breng op smaak met de specerijen. Gebruik vooral veel peper.</p> <p>16. Verhit een (frituur)pan met olie tot 160°C. Maak eerst enkele proef-pakora's: de buitenkant moet krokant zijn, de binnenkant moet helemaal gaar zijn. Als de pakora niet helemaal gaar is, smaakt hij bitter.</p>
---	---

Opmaak en uitserveren



Gebruik een kombord. Plaats de linzen d.m.v. een ring in het midden van het bord. Plaats daarop een pakora. Spuit enkele dopjes vegan-kerriemayonaise op de pakora. Werk af met blaadjes of bloemetjes van het seizoen. Giet aan tafel wat van de saus om de linzen.

Octopus, Rodekool, Garnaal

<p>Octopus</p> <p>2 octopussen (pulpo) (ca 1 kg/st) 3 uien, schoongemaakt en in stukken 2 lente-uitjes in ringetjes Ca 20 zwarte peperkorrels 2 laurierblaadjes 1 kleine rodekool Rode wijnazijn Visfond (Sligro of Hanos)</p> <p>Olijfolie Zwarte en groene olijven Gedroogde mediterrane kruiden (bijvoorbeeld herbes de Provence)</p>	<p>Octopus</p> <p>17. Snijd het bovenste 1/4 deel van de rodekool en reserveer dit voor de salade. Doe de rest door de sapcentrifuge.</p> <p>18. Maak een bouillon van de ui, lente-ui, peper, laurier, azijn, visfond en rodekoolsap en vul aan met water tot 3 liter. Breng dit tegen de kook en laat 5 à 10 minuten trekken. Schuim eventueel af. Proef en corrigeer eventueel voor smaak en kleur.(meer azijn is rodere kleur)</p> <p>19. Verwijder van de ontdoode octopussen de snavel en de kop (ogen), doe in een ruime kom, spoel goed af en doe in de bouillon. Leg het deksel op de pan en laat 50 minuten tegen de kook aan sudderen. Controleer de gaarheid met een saté-prikker. Gaar eventueel nog wat na. Laat in het kookvocht afkoelen. Reserveer.</p> <p>20. Juist voor service: haal de octopussen uit het kookvocht, droog met keukenpapier, snijd de armen los (16 stuks), brand kort af met de brander. Serveer één arm pp.</p> <p>21. Maak van de restanten van de octopus een salade: snijd in plakjes. Hak de olijven klein. Meng octopus-restjes, olijven, kruiden naar keuze en wat olijfolie. Kruid af met wat peper.</p>
<p>Rodekoolsalade</p> <p>1/4 van de rodekool 1 Elstar appel Witte azijn naar keuze Sushi-seasoning Sesamolie Honing, ahornsiroop of een andere zoetstof Neutrale olie</p>	<p>Rodekoolsalade</p> <p>22. Snijd de kop van de rodekool; snijd dit in flinterdunne sliertjes. Doe in een kom.</p> <p>23. Maak een vinaigrette naar eigen inzicht van de azijn, oliën en zoetstof. Schep door de rodekool. Kneus de salade krachtig met de hand. Reserveer.</p> <p>24. Juist voor service: proef de rodekoolsalade en corrigeer eventueel op smaak. Snijd de appel in dunne julienne. Laat de schil aan de appel.</p>
<p>Garnaal</p> <p>1 grote ongepelde garnaal pp (maat 21/30 is prima) Satéprikkers Fijn zout</p>	<p>Garnaal</p> <p>25. Prik een satéprikker van staart naar kop door elke garnaal. Verwijder nu het pantser tussen kop en staart, maar laat zowel de kop als het staartje zitten. Verwijder het darmkanaal.</p>

<p>Tapenade</p> <p>Knoflook Zwarte olijf Kappertjes in zout Tomaat in olie</p> <p>Garnering</p> <p>Kappertjes op azijn</p>	<p>26. Juist voor service: brand de garnaal af met de brander. De binnenzijde moet nog glazig zijn; de buitenzijde mag wat zwarte brandplekjes hebben. Strooi er wat fijn zout op.</p> <p>Tapenade</p> <p>27. Maak van de ingrediënten een tapenade.</p>
--	---

Opmaak en uitserveren



Maak een compositie op een plat bord met één octopusarm, één garnaal en wat rodekoolsalade. Schik op de salade wat julienne van appel. Drapeer de octopussalade tussen de andere componenten. Doe wat van de tapenade op de octopusarm. Garneer met nog wat kappertjes op azijn.

Kip, Appel, Aardappel

<p>Kip</p> <p>6 poussins of coquelettes 2 potten gevogeltefond (Lidl, Hanos of Sligro) Knoflook Tijm</p>	<p>Kip</p> <p>28. We gebruiken in dit gerecht kant-en-klare gevogeltefond vanwege de lange doorlooptijd van de bereiding van de kip.</p> <p>29. Brand de kippetjes rondom met de brander af, zodat de kleine veertjes wegbranden en de huid wat strak trekt. Op deze manier steriliseren we de ook buitenzijde van de kip.</p> <p>30. Doe in vacuümzakken. Vul aan met gevogeltefond, knoflook en tijm. Trek de zakken diep vacuüm. (let op: de werkbreedte van onze vacumeermachine is maximaal 28cm). Zorg dat de zakken goed op de sealbalk liggen zodat de zakken ook geheel gesloten zijn. Bereid sous vide gedurende twee uur op 67°C.</p> <p>31. Open de vacuümzakken, giet het vocht en de knoflook en tijm in een sauspantetje voor verdere verwerking tot saus. Verwijder van de kippetjes de filets en laat het vel er aan zitten. Reserveer.</p> <p>32. Zowel de karkassen als het overige vlees gebruiken we in het december-menu (kippenragout). Bewaar de karkassen tot een moment waarop je tijd hebt voor verdere verwerking: haal dan alle vlees van de botten en maak dat meteen in stukjes die allemaal ongeveer even groot zijn. Doe in een vacuümzak, trek vacuüm, zet met viltstift je kookgroep op de zak en vries in. Doe ook de karkassen in een vacuümzak en vries ook die in.</p>
<p>Gekonfijte aardappel</p> <p>Beemster Valerie aardappelen Zonnebloemolie Knoflook Tijm</p>	<p>Gekonfijte aardappel</p> <p>33. Laat de schil aan de aardappel. Was goed schoon zodat er zeker geen aarde aan zit. Snijd kop en kont er af. Maak nu een of twee cilindertjes van de aardappel, afhankelijk van de grootte. Doe in een vacuümzak, voeg wat zonnebloemolie, een half teentje knoflook en wat tijm toe. Doe er ook een paar afvalstukjes aardappel bij als 'marker' om straks te beoordelen of de aardappeltjes gaar zijn. Trek vacuüm en gaar de aardappel in een pannetje met water dat tegen de kook aan is. Controleer de gaarheid na ca 30 minuten door</p>

<p>Gebakken appeltjes</p> <p>2 grote Elstar-appels</p>	<p>in een van de reststukjes te knippen. Koel terug in ijswater en reserveer.</p> <p>Gebakken appeltjes</p> <p>34. Schil de appels en boor er met de parisiënneboor bolletjes uit. Snipper de restanten en voeg bij de volgende bereiding.</p> <p>35. Bak de bolletjes licht aan in een beetje boter en bestrooi met wat suiker tijdens het bakken. Reserveer.</p>
<p>Appelcompote</p> <p>6 grote Elstar-appels 2 limoenen</p>	<p>Appelcompote</p> <p>36. Schil de limoenen, verwijder zoveel mogelijk van het witte deel en leg de schillen in een magnetronbestendige platte schaal. Pers de limoenen uit en doe ook het sap in de schaal. Schil de appels. Zodra de schil verwijderd is: schil het vruchtvlees verder in dunne plakken en doe meteen in de schaal. Haal af en toe de appels even door het limoensap.</p> <p>37. Zet de schaal in de magnetron en zet op maximaal vermogen en steeds voor een tijdsduur van twee minuten. Roer tussentijds even door en schakel weer in voor twee minuten. Zodra alle appels enigszins gaar zijn is de compote klaar. Verwijder de limoenschillen en reserveer om af te koelen tot kamertemperatuur.</p>
<p>Saus</p> <p>Het kookvocht van bereiding 31 Witte wijn 200 ml room</p>	<p>Saus</p> <p>38. Laat het kookvocht inclusief de knoflook en tijm inkoken tot de helft. Voeg eventueel wat extra knoflook toe.</p> <p>39. Neem een gelijke hoeveelheid witte wijn en laat in een andere pan ook inkoken tot de helft.</p> <p>40. Zeef, voeg beide vloeistoffen samen en laat weer inkoken tot de helft. Voeg naar eigen inzicht room toe. Proef en breng op smaak met peper. (De saus is waarschijnlijk al zout genoeg). Reserveer.</p>
<p>À la minute :</p> <p>Aardappelen</p> <p>De aardappelen van 33 Boter</p>	<p>Aardappelen</p> <p>41. Haal de aardappelen uit de zakjes en bak in een koekenpannetje op de snijkanten licht krokant in wat boter. Houd warm.</p>

<p>Schijfjes appel</p> <p>1 Elstar-appel</p> <p>Kipfilet</p> <p>Kipfilets van 31 Zonnebloemolie Boter</p> <p>Garnering</p> <p>Veldsla met lichte dressing Maldonzout</p>	<p>Schijfjes appel</p> <p>42. Snijd à la minute de appel doormidden (N/Z), leg op de snijkant en snijd dunne halve maantjes (met schil). Verwerk meteen bij de bordopmaak.</p> <p>Kipfilet</p> <p>43. Bak de filets kort op de velkant aan in weinig olie. Voeg ietsje boter toe voor de smaak. Brand nog even met de brander het vel wat af om een BBQ-smaak aan te brengen en om het vel mooi krokant te krijgen.</p> <p>Garnering</p> <p>44. Maak een lichte dressing van azijn, wat suiker olie en wat grove mosterd.</p>
---	--

Opmaak en uitserveren

Gebruik platte ronde borden. Plaats hierop twee quenelles compote. Steek hierin een schijfje appel.
Leg de filet centraal op het bord en strooi er een paar flakes Maldonzout op.
Voeg appelbolletjes, aardappel en wat saus toe.
Garneer als laatste met wat veldsla die je à la minute door de dressing haalt. Zorg dat de veldsla mooi rechtop staat.
Serveer de rest van de saus in een kannetje aan tafel.

Rijstpap, Abrikoos, Kokos, Amarant

Abrikozensorbet

1/3 pak Abrikozenpuree van Les Vergers de Boiron (1 kg-pak voor drie kookavonden)
(deze puree heeft standaard 12° Brix)

180 g Suiker

245 g Water

0,75 g Locust

0,75 g Guar

Ca 1 g Cortina (een dunne laag aan het roerwerk smeren)

Rijstpap

6 takjes munt

3 pandanbladeren

3 stengels citroengras
fijngesneden

1 vanillestokje, het merg er uit
geschraapt

Rasp van 1 citroen

800 g water

Zout

160 g suiker

320 g kokosmelk 19%vet

400 g jasmijnrijst

320 g room 35%

Gekonfijte abrikoos

125 g water

125 g suiker

125 g witte zoete dessertwijn

1 vanillestokje, het merg
uitgeschraapt

1 stokje kaneel

1 stengel citroengras fijngesneden

Rasp van een halve sinaasappel

2 takjes munt

2 takjes citroenverbena

20 verse of half gedroogde
abrikozen

Abrikozensorbet

45. Zet een grote platte metalen schaal en een bewaarbakje in de vriezer.

46. Maak van water en suiker een siroop. Los hierin de Locust en Guar op. Breng naar 80°C en houd die temperatuur enkele minuten aan.

47. Koel de ijsmachine voor en smeer een dun laagje Cortina aan het roerwerk.

48. Zet de stroop van het vuur en voeg 333 g abrikozenpuree toe; roer goed door. Giet deze mix in de voorgekoelde metalen schaal zodat de mix snel afkoelt. Giet de mix in de draaiende ijsmachine en draai er ijs van. Doe het ijs over in het bewaarbakje en dek af met bakpapier. Reserveer in de vriezer.

Rijstpap

49. Meng water, suiker, kokosmelk en de kruiden en specerijen (w.o. het vanillestokje en het merg daarvan). Breng aan de kook, laat tegen de kook vijf minuten infuseren, giet door een zeef in een kookpan.

50. Breng aan de kook en voeg de rijst toe. Kook de rijst beetgaar. Doe de gare rijst over in een mengkom en laat afkoelen tot kamertemperatuur.

51. Klop juist voor service de room lobbige en spatel onder de rijst.

Gekonfijte abrikoos

52. Voeg de vloeistoffen samen en breng aan de kook. Zet van het vuur, doe alle specerijen en kruiden er in en laat met de deksel op e pan 20 minuten infuseren. Giet door een zeef.

53. Indien verse abrikozen: schil de vruchten en snijd ze in vieren.

54. Indien gedroogde abrikozen: snijd in vieren.

55. Doe de siroop in een open bakje dat in de vacumeermachine past. Leg hierin de abrikozen. Zet de open bakje in de vacumeermachine en trek vacuüm. Zodra de cyclus van de machine bijna gaat 'sealen': zet de machine uit, laat een minuut staan en zet

Gel van kokos-cream

250 ml kokos-cream 19% vet
1.5 g Kappa (0,6%)
0.5 g Locust (0,2%)
Suiker

Gepofte Amarant

Neutrale olie (zonnebloem)
Handje amarant
Poedersuiker

Garnering

Muntblaadjes
Kokosrasp

daarna weer aan. De machine laat nu lucht toe en het deksel opent. Herhaal deze procedure drie of vier keer. Zo infuseren de abrikozen aanzienlijk sneller dan in een atmosferische omgeving.

Gel van kokos-cream

56. Vet een of twee metalen plaatjes (slagersplaatjes) heel licht in met wat olie of bakspray en verwarm ze in de warmhoudkast.
57. Meng in een apart kommetje wat suiker en de Kappa en Locust en roer goed door.
58. Meng in een pannetje de kokos-cream met het suiker/gom-mengsel, roer goed door en breng langzaam tegen de kook aan. Tijdens het opwarmen: breng hoog op smaak met extra suiker en roer goed door. Houd het mengsel enkele minuten tegen de kook en giet daarna op de warme plaatjes. Laat op kamertemperatuur afkoelen en geleren. Juist voor service: steek rondjes uit de gel en garneer hiermee de rijst.

Gepofte Amarant

59. Maak van gewone suiker, poedersuiker in de Thermomix (keukenpapiertje tussen deksel en maatbeker!!)
60. Verhit de olie in een kleine steelpan tot 180°C. doe de amarant hierin. Het zaad poft nu meteen. Giet de olie met het zaad door een koffiefilter of met keukenpapier bedekte zeef. Laat afkoelen. Schud op keukenpapier om verder uit te lekken. Meng juist voor service met poedersuiker.

Opmaak en uitserveren



Maak een rechthoekig balkje van de rijst. Garneer met de abrikoos, munt, kokosrasp, kokos-gel-rondjes en gepofte amarant.
Serveer op een apart klein schaalkje een bolletje abrikozensorbet.