

# 'IJSHEILIGEN'

menu samengesteld door Jan Boeren, MdC



## Maandmenu mei 2023

Rode Mul, Nashi Pear-salade

\*

Asperges Hollandaise Krielaardappel Kwartelei Croutons 

\*

Neustong en Scheermes op Zwarte Tagliatelle

\*

Jonge Duif en dat wat hij eet:

Erwt, Tuinboon, Maïs

\*

Aardbei, Rabarber, Mascarpone-ijs 

*Noot: daar waar geen hoeveelheden zijn vermeld, dient gelezen te worden:  
naar smaak / naar behoefte toevoegen.*

*Receptuur is voor 10 à 12 personen.*

## Toelichting op het menu:

Midden mei: ijsheiligen. Een korte periode waarin we nog wat nachtvorst kunnen verwachten. Maar daarna begint de opmars naar de zomer. De IJsheiligen zijn dus eigenlijk een keerpunt in de groente- en fruitkalender: vanaf nu kan er weer volop in de volle grond geteeld worden.

Als een van de eerste groenten uit de volle grond kennen we rabarber, want die is redelijk bestand tegen nachtvorst en loopt al flink uit in mei. Vaak wordt hij 'geforceerd' door de rabarber af te dekken zodat er geen licht bij kan. Zo krijg je de allerlekkerste rabarber die bovendien een klein prikkeltje heeft. Niet voor niets heet een bekend rabarber-ras 'Champagne'. En met die 'Champagne' gaan we – althans in een paar gerechten - aan de slag.

Het voorgerecht is rode mul, eerst op een papiertje gebakken, daarna gemarineerd in een mengsel waar rabarber een belangrijk deel van uitmaakt; een soort escabeche dus, maar dan met een Oosterse touch. Ook de zoetzure salade met nashi pear is Oosters en met rabarbersap. Een bijzondere combinatie uit de categorie 'surf & turf'.

We doen nog een keer asperges! Inmiddels midden in het (korte) seizoen. Op z'n Vlaams, dus met Hollandaise, maar met een paar twists: sous vide gegaard, kwarteleitjes, croutons, krielaardappeltjes 'à la Maître d'Hotel'.

Neustong, ook wel tongschar genoemd. Net als de mul een van de eerste vissen in het seizoen die weer wat vet op de graat heeft. Een heerlijke vis die niet erg duur is. De combinatie van het witte visvlees, de witte scheermessen, de zwarte tagliatelle en de groene spinazie maakt het bord meteen een plaatje.

'Jonge duif en dat wat hij eet'. Over jonge duif: in het Engels heet hij squab pigeon en daarmee bedoelt men een jonge postduif die op het punt staat om uit te vliegen. Duivenmelkers, bang als ze zijn om een wereldkampioen te missen, kweken bijna altijd veel meer duiven dan ze voor wedstrijdvluchten willen en kunnen houden. Dus maken ze een selectie van al dat jonge grut: de potentiële topatleten mogen blijven, de rest gaat naar de poelier. En met die laatste duifjes gaan wij aan de slag.

Aardbei en rabarber: een 'mariage made in heaven'. Gecombineerd met mascarpone-ijs dat een beetje vetter is dan de zuivelijsjes die we gewend zijn. We geven de aardbeien een draaitje zwarte peper, de rabarber wordt sous vide gegaard, aan het inlegvocht voegen we een paar druppels rozenwater en een kneepje limoensap toe en maken er een 'air' mee. En we doen eens gek: een paar puntjes zoetzuur mosterdzaad en enkele blaadjes basilicum als garnering.

Als indicatie van de bewerkelijkheid hier het aantal 'serieuze' bereidingen per gerecht.

- Mul: 3 bereidingen
- Asperges: 5 bereidingen
- Neustong / Tagliatelle: 6 bereidingen
- Duif: 5 bereidingen
- Aardbei / Rabarber: 4 bereidingen

Leessuggesties:

## Rode Mul

### Marinade

Sap van 4 stelen 'Champagne rabarber'

Reserveer een deel van het sap voor de salade van nashi pear (hieronder).

Maak van vier extra stelen meteen rabarbersap voor het nagerecht.

20 g gember in schijfjes  
1 stengel citroengras  
Kefir lime blaadjes  
Suiker

### Rode mul

3 grote mullen (1/2 filet pp)

### Spitskool en nashi pear

Kleine spitskool  
Nashi pear  
Gele rozijnen  
Kappertjes op zout  
Grove mosterd  
Honing  
Rabarbersap (vorige bereiding)

### Marinade

1. Snijd de gember in dunne plakjes. Knip de stengel citroengras in stukjes. Maak een marinade met wat rabarbersap. Verwarm tot ca 50°C en meng met zoveel suiker dat het scherpe juist van de marinade is. Laat een kwartiertje trekken en afkoelen. Zeef de marinade en giet daarvan een bodempje in een schaal waar de mulfilets straks in kunnen marinieren.

### Rode mul

2. Ontschub en fileer de mullen. Gebruik de fileermethode voor makreel (met een 'v-tje' de graten er uit prepareren). Deel de filets in de lengte, zodat straks lange smalle filets worden geserveerd. (Graten naar derde gerecht)
3. Bak de filets op een bakpapiertje. (De vis blijft op het bakpapiertje tot hij – met behulp van dat papiertje - op het bord gedresseerd wordt) Bak op de velzijde tot de filets ongeveer een derde opaalkleurig zijn. Keer ze met het bakpapiertje om en zet meteen van het vuur. Laat wat nagaren en afkoelen. Leg de filets nu - nog steeds op het bakpapier - in de marinade en laat een kwartier marinieren.
4. Neem de filets met het bakpapier uit de marinade en verwijder zoveel mogelijk inlegvocht (afgieten en droogdeppen). Serveer vanaf het bakpapiertje op het bord, velkant boven. Brand juist voor uitserveren de velkant kort aan met de brander.

### Spitskool en nashi pear

5. Week de rozijntjes in warm water. Spoel de kappertjes af.
6. Maak een zoete dressing van mosterd, honing en rabarbersap.
7. Snijd de spitskool vanaf de punt in flinterdunne chiffonade. Gebruik alleen het deel zonder dikke nerf. Meng met wat zout en kneus de kool door hem met de hand te kneden. Zet onder druk een kwartiertje weg.

	<p>Spoel de kool daarna af en dep droog. Meng kool, rozijnen en kappertjes.</p> <p>8. Snijd de nashi pear à la minute (met schil) in julienne.</p>
--	--

## Opmaak en uitserveren

Meng de nashi pear en los daarvan ook de koolsalade met de dressing en dresseer de salade in een lange smalle strook, ongeveer even groot als een visfilet links op het bord. Schik hier de julienne van nashi pear op. Serveer de visfilet vanaf het bakpapiertje parallel aan de salade, met de velzijde boven. Brand de vis zeer kort op de velzijde met de brander.

## Asperges

<p><b>Asperges sous vide</b>                  24 asperges (2 pp)                  165 g volle melk                  Suiker                  zout</p> <p><b>Kwarteleitjes</b>                  18 kwarteleitjes</p> <p><b>Krielaardappeltjes</b>                  500 g krielaardappeltjes                  Boter                  Peterselie                  Grof zout</p> <p><b>Croutons</b>                  Tramezzinibrood uit de vriezer                  Neutrale olie</p> <p><b>Hollandaise</b>                  3 eidooiers                  25 g witte wijnazijn                  50 g witte kookwijn                  250 g boter</p> <p><b>Garnering</b>                  Krulpeterselie</p>	<p><b>Asperges sous vide</b></p> <p>9. Schil de asperges, snijd ze op gelijke lengte doe in een of meerdere vacuümzakken, voeg de melk, wat zout en wat suiker toe en trek vacuüm. Gaar gedurende een half uur op 85°C (in een pan op laag vuur: het sous vide bad is niet beschikbaar: wordt gebruikt door het tussen- en hoofdgerecht). Laat in de vacuümzak afkoelen tot kamertemperatuur.</p> <p><b>Kwarteleitjes</b></p> <p>10. Kook de eitjes gedurende 2,5 minuten, schrik in koud water, pel ze en reserveer.</p> <p><b>Krielaardappeltjes</b></p> <p>11. Kook de aardappeltjes in de schil beetgaar. Giet af, voeg wat boter toe en laat om de aardappeltjes smelten. Voeg à la minute fijngehakte krulpeterselie en ietsje grof zout toe.</p> <p><b>Croutons</b></p> <p>12. Snijd de nog bevroren sneetjes tramezzinibrood in strakke grove brunoise. Bak lichtbruin en krokant in wat olie. Reserveer op keukenpapier.</p> <p><b>Hollandaise</b></p> <p>13. Kies voor de 'bain marie methode' als je voor zekerheid gaat, of de methode direct op het vuur als je zeker van je zaak bent.</p> <p>14. Smelt de boter bij een temperatuur van ca 40°C.</p> <p>15. Doe de dooiers, azijn en wijn in een pan of kom en mix of klop gedurende minimaal een halve minuut. Verwarm langzaam. Voeg eerst druppelsgewijze en later in een dun straaltje de boter toe. Houd de saus op een temperatuur van 40 à 50°C. Breng op smaak met witte peper, cayennepeper, eventueel zout en/of citroensap. Serveer direct.</p>
--	---

## Opmaak en uitserveren

Rechauffeer de asperges, haal uit de vacuümzak en dep droog. Serveer twee asperges pp. Giet wat Hollandaise over het uiteinde van de asperges, dresseer wat aardappeltjes, de doormidden gesneden eitjes en wat croutons bij de asperges. Garneer met wat krulpeterselie. Geef het geheel een draai peper uit de pepermolen. Wellicht nog wat Maldonzout.

## Neustong en scheermes op zwarte tagliatelle

<p><b>Neustong</b> 6 neustongen (tongschar) (1 vis voor 2 personen) Boter Dille (enkele takken)</p> <p><b>Visbouillon</b> WUPS Peperkorrels</p> <p><b>Tagliatelle</b> 200 g semola di grano duro 2 eieren 1 eidooier 2 zakjes inktvisinkt</p> <p><b>Scheermessen</b> 1 zakje scheermessen Sake</p>	<p><b>Neustong (mise en place)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>16. Fileer de neustongen vanaf de zijkant, over de hoofdgraat naar de andere zijde. Fileer het vel er af. Maak op ongeveer 1/3 vanaf de staart een dwarsnede vanaf de vleeskant naar de velkant, maar niet helemaal door en door. Klap het staartstukje nu naar binnen (vleeskant buiten). Herhaal dit met de andere zijde van de vissen.</li> <li>17. Wrijf nu alle visvleesrestjes van de graat en doe die op het kleinste van de twee stukjes. Klap beide visstukjes dubbel. Herhaal dit met alle andere vissen.</li> <li>18. Doe de visstukjes in een vacuümzak, vul aan met wat boter en een paar takken dille. Trek licht vacuüm en gaar de vis ca 30 minuten op 53°C in een waterbad.</li> </ol> <p><b>Visbouillon</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>19. Maak een visbouillon van de graten, koppen en overige ingrediënten. <b>(gebruik ook graten eerste gerecht)</b>. Zeef, kook in tot een visfumet en reserveer voor de bereiding van de botersaus.</li> </ol> <p><b>Tagliatelle (mise en place)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>20. Maak een pastadeeg van de semola, de eieren en de inkt. Verdeel het deeg in vier stukken en druk plat. Dek af met huishoudfolie en laat 15 minuten rusten.</li> <li>21. Draai vellen pasta op de pastamachine, bestrooi met wat extra semola, rol op en snijd er tagliatelle van (of gebruik het tagliatelle-opzetstuk van de pastamachine). Rol weer uit en hang te drogen op een wasrek.</li> </ol> <p><b>Scheermessen</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>22. Gebruik een koekenpan met bijpassend deksel. Verhit de pan tot hij begint te roken. Doe ongeveer de helft van de scheermessen in de pan, sluit meteen af met het deksel, licht het deksel aan een zijde op, giet er een flinke scheut sake in en dek meteen weer af. Tel 10 seconden af en giet de scheermessen in een bak of schaal. Herhaal met de andere helft van de messen. Maak de scheermessen schoon: alle witte delen zijn eetbaar. Reserveer het kookvocht voor de botersaus.</li> </ol>
--	---

<p><b>Botersaus</b> Kookvocht scheermessen Koude boter in blokjes Visfumet (eerdere bereiding)</p> <p><b>À la minute:</b></p> <p><b>Spinazie</b> Bakje babyspinazie Knoflook Citroen Neutrale olie</p> <p><b>Neustong</b></p> <p><b>Tagliatelle</b></p>	<p><b>Botersaus</b> 23. Passeer het kookvocht van de scheermessen door een doek. Doe in een kleine steelpan. Vul aan met nog wat sake en visfumet. Monteer met klontjes koude boter. Breng op smaak. Reserveer.</p> <p><b>Spinazie</b> 24. Bak wat fijngehakte knoflook in neutrale olie juist bruin, voeg de spinazie toe en zet die kort aan. Zet meteen van het vuur, rasp wat citroenschil over de spinazie en breng op smaak met ietsje citroensap. Reserveer op kamertemperatuur.</p> <p><b>Neustong</b> 25. Haal de vis uit de vacuümzakjes en leg op een metalen plateau. Voeg het kookvocht bij de saus. Brand de vis kort aan met de brander. Plaats er scheermessen op.</p> <p><b>Tagliatelle</b> 26. Kook de tagliatelle in delen in zeer ruim en heftig kokend water juist beetgaar. Schep met een schuimspaan op een zeef en spoel af met koud water. Doe in een grote koekenpan. Verwarm de botersaus en giet wat bij de pasta; proef goed en zorg voor een subtiele smaakbalans. Breng op matig vuur op temperatuur. Serveer lauwwarm.</p>
---	--

## Opmaak en uitserveren

Doe wat pasta in een kombord. Plaats hierop een stukje neustong met scheermessen. Schik kleine plukjes spinazie tussen de tagliatelle.



## Jonge duif en dat wat hij eet

<p><b>Jonge duif (en coffre) Duivenjus (met chocolade)</b> De duivenkarkassen WUPS Takje tijm Blad laurier Peperkorrels Jeneverbes Chocolade puur</p> <p><b>Gefrituurde Maïsbolletjes</b> 1 maïskolf (vers)</p> <p>Voor het beslag: 120 g bloem 4 g bakpoeder 3 g suiker 3 g zout 2 eieren 120 g volle melk 15 g gesmolten boter</p> <p><b>Peulvruchten (grote erwten en tuinbonen)</b> 500g doperwten in de dop 500 g tuinbonen in de dop</p>	<p><b>Jonge duif (en coffre) en Duivenjus (met chocolade)</b></p> <p>27. Maak de duifjes schoon en snijd de 'coffres' van de rest (rug, poten en vleugels) van de duif. Begin eerst met de voorbereidingen voor de jus, maar ga gelijktijdig verder met punt 29 hieronder.</p> <p>28. Zet de restdelen aan in wat olie. Voeg de WUPS toe en zet die ook aan. Voeg de kruiden en specerijen toe. Vul aan met water en breng aan de kook. Laat tegen de kook een half uurtje sudderen. Zeef de bouillon en reduceer die tot een jus (1/4: bouillon → fond → jus). Breng op smaak. Monteer met koude boter en voeg zo weinig chocolade toe dat je die maar net kunt proeven.</p> <p>29. Zet de coffres aan in wat licht bruisende boter en laat de huid lichtbruin worden. Haal uit de pan, laat wat afkoelen. Vouw wat aluminiumfolie om de coffres zodanig dat de filets onbedekt zijn, maar eventuele scherpe botjes zijn afgeschermd en zo de vacuümzak niet kunnen doorboren. Trek vacuüm en gaar in een waterbad van 53°C gedurende een uur.</p> <p>30. Haal de duifjes uit de vacuümzak en fileer en pareer ze. Reserveer de filets bij kamertemperatuur (velzijde boven). Doe de restanten van de coffres bij de bouillon.</p> <p><b>Gefrituurde Maïsbolletjes</b></p> <p>31. Kook de maïskolf gaar in ruim water. Laat wat afkoelen en snijd de korrels van de kolf.</p> <p>32. Maak een beslag van de ingrediënten. Zie verder bij à la minute-bereidingen.</p> <p><b>Peulvruchten</b></p> <p>33. Dop de erwten en tuinbonen, blancheer de erwten en kook de tuinbonen juist gaar. Koel terug op ijswater. Dubbeldop de tuinbonen. Doe in een pannetje met deksel, voeg wat</p>
--	--

<p><b>Polenta</b> 200 g Polenta (voorgekookt) Kippenbouillon Ca 70 g Parmezaanse kaas Boter Neutrale olie</p> <p><b>À la minute bereidingen</b></p> <p><b>Maïsbolletjes</b> Frituurolie Fijn zout</p> <p><b>Polenta</b></p> <p><b>Hazelnoot</b> Ca 3 hazelnoten pp</p> <p><b>Peulvruchten</b></p> <p><b>Duivenfilets</b></p> <p><b>Jus</b></p>	<p>olie en een klein klontje boter toe. Reserveer afgedekt op kamertemperatuur.</p> <p><b>Polenta</b></p> <p>34. Kook de polenta in de bouillon. Check de kookinstructies op de verpakking i.v.m. verschillende kooktijd en hoeveelheid kookvocht. Laat wat afkoelen, rasp de kaas er door en voeg wat boter toe. Stort in een ondiepe schaal die voorzien is van bakpapier dat bovendien wat is ingevet met bakspray. Laat afkoelen in de koeling.</p> <p>35. Stort de polenta op een snijplank en snijd er blokjes van. Zie verder bij à la minute bereidingen</p> <p><b>Maïsbolletjes</b></p> <p>36. Meng de maïskorrels met zoveel beslag dat een schepbare substantie ontstaat. Frituur kleine bolletjes in olie van 160°C. Laat uitlekken op keukenpapier en bestrooi meteen met wat fijn zout. Serveer direct.</p> <p><b>Polenta</b></p> <p>37. Frituur de polenta-blokjes goudbruin, laat uitlekken op keukenpapier en serveer direct.</p> <p><b>Hazelnoot</b></p> <p>38. Frituur de hazelnoten kort tot lichtbruin. Laat uitlekken op keukenpapier en deel ze doormidden.</p> <p><b>Peulvruchten</b></p> <p>39. Warm de peulvruchten op. Serveer direct.</p> <p><b>Duivenfilets</b></p> <p>40. Bak de duivenfilets op de velkant kort en fel aan in wat olie tot het velletje krokant is. Serveer direct.</p> <p><b>Jus</b></p> <p>41. Warm de jus op, doe in saucières en serveer aan tafel.</p>
--	--

## Opmaak en uitserveren

Gebruik voorverwarmde borden. Maak een compositie met de duivenfilets en daaromheen de garnituren. Doe iets Maldonzout op de filets. Serveer de jus aan tafel.

## Aardbei, Rabarber, Mascarpone-ijs, Schuim van rabarber, Mosterdzaad, Basilicumblaadjes

<p><b>Mascarpone-ijs</b>            425 g volle melk 3,5% vet            25 g Magere Melkpoeder            190 g Mascarpone 36% vet            100 g Sacharose            30 g Dextrose            0,75 g Locust            0,75 g Guar            1 g Cortina (aan het roerwerk smeren)</p> <p><b>Sous vide rabarber</b>            210 g rabarber (3 à 4 stelen)            30 g sap van verse sinaasappels            30 g rodewijnazijn            Enkele reepjes sinaasappelschil (zonder wit)            30 g suiker</p> <p><b>Zoetzuur mosterdzaad</b>            Geel mosterdzaad (1/3 bakje)            Azijn            Suiker</p> <p><b>Schuim van rabarber</b>  <b>Het rabarbersap van het voorgerecht</b>            Het inlegvocht van de sousvide rabarber (bewerking 46)            Steranijs            Gember</p>	<p><b>Mascarpone-ijs</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>42. Zet een grote metalen schaal en een bewaarbakje in de vriezer. Knip een bakpapiertje op de breedte van het bewaarbakje met flink wat overlengte. Doe wat jonge jenever tussen de keteltjes en laat de ijsmachine voorcoelen. Smeer al ca 1 g Cortina aan het roerwerk.</li> <li>43. Doe alle ingrediënten m.u.v. de Cortina in de Thermomix. Blender krachtig (stand 4,5) tot homogeen, stel de tijd in op 20 minuten en stel de temperatuur in op 85°C. Start de mixer door op stand 2 te zetten.</li> <li>44. Zodra de temperatuur van 85°C bereikt is: zet de temperatuur op 0. Laat draaiend afkoelen tot ca 60°C. Giet de mix eerst op de grote voorgekoelde schaal en daarna meteen in de draaiende en voorgekoelde ijsmachine.</li> <li>45. Zodra het ijs de juiste consistentie heeft: schep over in het bewaarbakje, dek af met het bakpapiertje en zet meteen in de vriezer om verder af te koelen en te rijpen.</li> </ol> <p><b>Sous vide rabarber</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>46. Wrijf de rabarber schoon me teen vochtige doek, snijd op gelijke lengte en doe met de andere ingrediënten in een vacuümzak. Trek vacuüm. Gaar sous vide gedurende 15 minuten op 60°C. Laat afkoelen tot kamertemperatuur. Haal uit de zak, bewaar het inlegvocht, snijd de rabarber in de gewenste vorm (trapezium?) en reserveer.</li> </ol> <p><b>Zoetzuur mosterdzaad</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>47. Breng water aan de kook en blancheer hier het mosterdzaad in. Giet af, spoel koud en herhaal deze handeling nog twee keer.</li> <li>48. Maak een mengsel van gelijke delen azijn en suiker, breng roerend aan de kook, doe het mosterdzaad er in en zet van het vuur. Laat afkoelen tot kamertemperatuur.</li> </ol> <p><b>Schuim van rabarber</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>49. Maak van het rabarbersap, het inlegvocht en de suiker een smakelijke siroop. Voeg steranijs en een paar plakjes verse gember toe en breng tegen de kook aan. Zet van het vuur en laat een kwartiertje trekken. Zeef het vocht, voeg 0.5% lecithine toe en laat dit</li> </ol>
---	---

<p>Suiker Lecithine Rozenwater Limoen</p> <p><b>Aardbei</b> Bakje aardbeien (2 flinke aardbeien pp) Wat sap van de vorige bereiding (<a href="#">bewerking 49</a>)</p> <p><b>Garnering en diversen</b> Zwarte peper (Mini) Basilicumblaadjes</p>	<p>oplossen bij ca 50°C. Doe in een bakje waarin je het vocht makkelijk met een staafmixer kunt opschuimen (luchthappen). Laat afkoelen tot kamertemperatuur. Voeg een paar druppels rozenwater en een kneepje limoensap toe en reserveer.</p> <p><b>Aardbei</b> 50. Een kwartier voor uitserveren: Haal de kroontjes van de aardbeien en snijd ze in vieren. Doe met een beetje sap van de vorige bereiding in een schaalte en reserveer bij kamertemperatuur.</p>
--	---

## Opmaak en uitserveren

Schik rabarber en aardbeistukjes in een kombord en laat ruimte in het midden voor het ijs. Geef de aarbeien een draai zwarte peper. Plaats hier en daar een plukje mosterdzaad. Schuim het rabarbersap op met de staafmixer, plaats een bolletje ijs in het midden van het bord, garneer eerst met basilicumblaadjes en daarna met het rabarberschuim.

Je kunt overwegen om wat van het rabarbersap als jus aan tafel bij de creatie te serveren.