



Kookavond 26 oktober 2018

Aperitiefhapje

Sushi met komkommer en zalm.

Ingrediënten

80 g gerookt Atlantisch zalmhaasje
(versmarkt)
0.5 komkommer
2 cm gember
125 g sushirijst

2 norivellen (zeewier)
25 g suiker
50ml rijstazijn
3 eetl. Sojasaus
1 koffiel. Wasabipasta
5g zout



Bereiding

Voorbereiding

(10 min. + 30 min. rust)

- Spoel de rijst onder koud water tot het water niet meer troebel is. Doe de rijst in een kookpot met 2,5 dl water en laat 30 min. weken
- Verwarm ondertussen de rijstazijn in een steelpan. Voeg de suiker en het zout toe en laat smelten op een zacht vuur. Hou even apart.
- Snij de zalm in 2 lange repen.
- Snij uit de halve komkommer 2 lange repen.
- Rasp de gember en meng onder de sojasaus.

Bereiding 25 min. + 30 min. in de koelkast

1 Breng de rijst in het weekwater aan de kook en laat 10 min. afgedekt garen. Zet het vuur lager en kook nog 10 min. verder.

2 Voeg de rijstazijn toe aan de rijst en meng goed. Neem van het vuur en laat afkoelen.

3 Leg 1 norivel op een sushimatje (of een propere keukenhanddoek). Verdeel er de helft van de rijst over tot op 1 à 2 cm van de rand. Bevochtig de rand met water of besmeer lichtjes met wat wasabi.

4 Leg 1 reepje zalm en 1 reepje komkommer in het midden. Rol de sushi op in de lengte en duw de rand goed aan. Zo blijft het rolletje mooi dichtkleven. Maak 2 rollen en laat 30 min. rusten in de koelkast.

Afwerking

Snij elke rol in 10 gelijke stukken en serveer met de sojasaus met gember.

Sushi met tonijn uit blik.

Ingrediënten

een bamboe- of rolmatje	gember
4 norivellen (goed voor 24 stukjes)	reepje komkommer van ongeveer 5×5
2 paar chopsticks (eetstokjes)	mm breed
sushirijst	1 lenteui
sojasaus	1 blikje tonijn op water
rijstazijn	mayonaise
wasabipasta	

Bereidingswijze (zoals vorig sushi hapje)

Begin met het koken van de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Als de rijst klaar is, meng je dit met de rijstazijn en laat je het afkoelen.

Laat de tonijn uitlekken en meng deze met een beetje mayonaise. Breng op smaak met peper en zout.

Leg een norivel op het bamboematje. Bedek dit norivel met een laagje rijst en laat aan de onder- en bovenkant ongeveer 1 cm onbedekt. Dit is straks nodig om de rol goed dicht te krijgen.

Leg nu de komkommer, lenteui en een laagje tonijn in het midden van het norivel. Rol de sushi vervolgens dicht met behulp van het bamboematje. Met de eerste slag rol je de rijst helemaal over de ingrediënten heen. Rol voorzichtig verder en breng eventueel in vorm met het bamboematje. Druk zachtjes aan.

Tot slot snijd je elke rol met een scherp mes in zes gelijke stukjes.

Aperitief drank

MALHEUR bier.

Naar aanleiding van onze geslaagde bierwandeling (beerwalk.be) vorig weekend kregen we in een cafeetje (<https://www.theglengarry.be>) "Gulden draak quadrupel" voorgeschoteld. Op de kaart van dat cafeetje stonden een aantal verrassende combinaties van bier en whisky (zie bijhorende afbeelding). De bedoeling is om beiden gewoon naast elkaar te drinken.

Oorspronkelijk wilden we voor de 'Gulden Draak Quadrupel' gaan omdat we deze geproefd hebben maar deze is niet zomaar in de winkel te vinden. We kozen daarom als aperitief Malheur 10. We gieten een half



BIER & SINGLE MALT WHISKY	
Mystic Kriek & Bushmill's	€ 10
Delerium Tremens & Macallan Fo 12y	€ 12
Duvel & Auchentoshan 12y	€ 12
Gentse Strop & Aberfeldy 12y	€ 12
Gentse Tripel & Auchentoshan 12y	€ 12
Guldendraak & Clynelish 14y	€ 12
Guldendraak Qua & Auchentoshan Tw	€ 12,5
St. Bernardus & Dalmore 12y	€ 12
Achel Bruin & Tomintoul Oloroso	€ 12
Chimay Blauw & Highland Park 12y	€ 12
La Trappe Dubbel & Clynelish 14y	€ 12
La Trappe Blond & Macallan Fo 12y	€ 12
Orval & Bowmore Darkest 15y	€ 14
Rocheport 8 & Dalmore 12y	€ 12
Rocheport 10 & Clynelish 14y	€ 12,5
Westmalle Dubbel & Bunnahabhain 12y	€ 12,5
Le Fort Tripel & Balvenie DW 12y	€ 12
Abt 12 & Nomad Outland whisky	€ 12,5
Malheur 10 & Tomatin 12y	€ 12

flesje in een proefglas. Het ander half flesje **Malheur 10** zullen we in combinatie met **Tomatin 12y** op het einde van onze maaltijd nuttigen.

Malheur is een Belgisch bier dat wordt gebrouwen in Brouwerij De Landtsheer in Buggenhout.

Malheur 10° of Malheur Millennium is een blond degustatiebier van 10% volume alcohol. Malheur 10° heeft letterlijk een zonnegele kleur en een rozenachtig perzikaroma met verwijzingen naar kruidige sinaasappel- en citroenschillen. Ter gelegenheid van de eeuwwisseling werd dit zwaarder blond bier voor het eerst gebrouwen.

Het merk **Tomatin** is opgericht in 1897 opgericht in de Highland regio van Schotland en ligt tussen de plaatsen Aviemore en Inverness. De merknaam Tomatin verwijst naar de dichtbij gelegen gelijknamige plaats . Letterlijk vertaald uit het Gaelic betekent het 'De heuvel van de jeneverbosjes.' De distilleerderij is door de jaren heen een aantal maal door verschillende omstandigheden gesloten geweest. Sinds 1956 is de distilleerderij enorm uitgebreid in dat jaar hadden ze slechts twee stills en tegenwoordig hebben ze er 23. Het water dat nodig is voor de productie wordt gehaald uit de Alt-na-Frith Burn, deze wordt gevoed door sneeuw en regen uit de bergen van Monadhlaith. Het grootste gedeelte van de productiecapaciteit wordt gebruikt voor blends.

Voorgerecht

Romige vissoep met garnalen (Product voor 4p).

Ingrediënten

visfumet	2l	room	4 deciliter
witte vissen (seizoensvis)	400g	enkele takjes tijm	
wit van prei	3stengels	enkele blaadjes laurier	
selder	4stengels	enkele peterseliestengels	
dikke aardappelen	3	een klontje boter	
uien	3	grijze garnalen	300g
look	1 teentje	tomaten	5
cider	3 deciliter		

Bereiding

1. Ontdooi een portie visfumet of bereid verse fumet. Vraag daarvoor aan de visboer een portie visgraten.
2. Pel de garnalen. Hou de koppen en pantsers bij en vries ze in. (Ze zijn ideaal voor de bereiding van een garnalenfumet of sausjes.)
3. Smelt een klontje boter in een ruime stoofpot, op een matig vuur.

4. Pel de uien en snij ze in grove stukken.
5. Spoel de selder en de prei. Snij elke stam prei middendoor zodat je het water tussen de bladeren kan laten lopen.
6. Snij de prei en de selderstengels in grove stukken. Pel de look en snij de teen in stukjes. Stoof alles mee met de uien.
7. Schil de aardappelen en snij ze in grove stukken. Laat ze enkele minuten meestoven met de soepgroenten.
8. Schenk de appelcider in de pot met groenten. (Als alternatief kan je een kleinere hoeveelheid witte wijn gebruiken.)
9. Bind peterseliestengels, verse tijm en enkele laurierbladeren tot een bouquet garni. Gooi de kruidentuil in de stoofpot.

KOOKVRAAG Hoe maak ik een bouquet garni?

1. Giet de visfumet in de ketel met groenten en laat de soep een half uur pruttelen op een zacht vuur.
2. Ontvel intussen de tomaten. (emonderen)

KOOKVRAAG Emonderen

1. Snij de tomaten in kwarten en snij er vervolgens de zaadlijsten uit. Snij het vruchtvlies in blokjes van ongeveer 0,5 cm.
2. Zodra de soep klaar is, vis je het bouquet garni eruit.
3. Zet de staafmixer in de pot en mix de soep glad.
4. Beslis nadien of je de soep al dan niet wil zeven. Ik kies voor het laatste, omdat dit wel past bij een fijne vissoep. De groentepulp die achterblijft in de zeef kan je weggooien.
5. Schenk de room in de gezeefde soep en mix ze nog kort. Verwarm de soep op een zacht vuur.
6. Snij de witte visfilet in hapklare blokjes van ongeveer 2 centimeter.
7. Pocheer de stukjes vis in de warme soep. Na luttel minuten is de vis al gaar.
8. Spoel de verse kruiden. Snipper de blaadjes zuring, de pijpjes bieslook, de dragon, de peterselie en de kervel in zeer fijne stukjes.

De afwerking

1. 300 g grijze garnalen (ongepeld) 5 tomaten een selectie verse kruiden bv.: dragon, peterselie, kervel, bieslook, zuring
2. Schep in elk bord een grote lepel soep met stukjes vis.
3. Strooi er stukjes verse tomaat in en snippers verse kruiden.
4. Werk elk bord af met een hand(je) verse grijze garnalen.

Hoofdgerecht

Gepofte aardappel met wintergroenten en schelvis

4 personen

INGREDIËNTEN

- 4 grote vastkokende aardappelen
- 80 g erwtjes
- 250 g pompoen
- 100 g pastinaak
- 200 g jonge spinazie
- 4 moten schelvis van elk 180g
- 2 handjes noten (pecannoten, walnoten, hazelnoten, amandelen,...)
- 2 el pompoenpitten
- 2 el gehakte bieslook
- 200 g zure room
- 1 teentje knoflook, uitgeperst
- 2 el olijfolie
- 1 el komijn
- peper en zout
- boter, om te bakken



RECEPT

1. Verwarm de oven voor op 180°C.
2. Spoel grondig te aardappelen en wrijf in met olijfolie. Strooi er grof zout over. Leg op een bakplaat en zet gedurende 35 à 40 minuten (naar gelang de dikte van de aardappelen) in de oven. (let op laatste 15 min moet pompoen en pastinaak mee in de oven -> TIMING!)
3. Rooster de noten en de pompoenpitten kort in een pan zonder vetstof en zet aan de kant.
4. Snijd de pompoen en pastinaak in blokjes. Leg ze op een ingevette ovenschotel, strooi er komijn, peper en zout over. Besprenkel met olijfolie en zet ze de laatste 15 minuten bij de aardappelen in de oven.
5. Spoel de spinazie en laat goed uitlekken.
6. Blancheer de erwtjes kort in gezouten water.
7. Bak de schelvis in wat boter aan beide kanten goudbruin. Kruid met peper en zout.
8. Breng de zure room op smaak met de bieslook, knoflook, peper en zout.

9. Snijd de aardappelen half in en duw een beetje open. Verdeel er de wintergroenten, erwtjes en spinazie over. Strooi er de geroosterde noten over en serveer met de gebakken schelvis en zure room

Bron: <https://www.lekkervanbijons.be/recepten/gepofte-aardappel-met-wintergroenten-en-schelvis>

Dessert

Briochwafel – confituur van sinaasappel en wortel – kroket van brie

Hardshake van banaan, amandel, rum en vanille

Briochwafel – confituur - kroket

Ingrediënten voor 4 personen:

8 wortelen
4 eetlepels honing
2 sinaasappels (sap)
4 stukken brie (2cm dik)
4 sneetjes briochebrood
2 eieren
4 eetlepels bloem
4 eetlepels broodkruim
4 eetlepels amandelschilfers
Arachideolie – boter - lavendeltakjes

Bereiding:

1. Schil de wortelen en kook ze overgaar in water. Giet af en blend met honing en sinaasappelsap tot een gladde massa.
2. Snij de brie en het briochebrood in gelijke stukken (6 op 3 cm)
3. Paneer de brie. Doe de eieren in een kom en klop los. Doe de bloem in een kom en het broodkruim en de amandelschilfers in een derde kom. Wentel de brie door de bloem, eieren en broodkruim/amandelen. Zorg dat de brie rondom gepaneerd is.
4. Bak de brie in een pan met veel olie (1 cm hoog)
5. Snij de korsten van het brood. Besmeer met een dun laagje boter en bak krokant in een wafelijzer.

6. Serveer met de brikrokroket en de wortelpasta en werk af met een takje lavendel.

Shake

Ingrediënten voor 4 personen:

100 ml melk	(geroosterd)
40 ml donkere rum	Fleur de sel
1 eetlepel karamelsaus	1 eetlepel karamelsaus
1 banaan	Een paar schijfjes banaan
2 bollen vanilleroomijs	slagroom
1 eetlepel amandelschilfers	

Bereiding:

Doe de ingrediënten voor de shake in een blender en mix fijn. Giet in een groot glas.

Werk af met slagroom, karamel, geroosterde amandelschilfers, schijfje banaan en fleur de sel

