

**Menu 45.**

**De echte Hollandse Kaassoufflé**

**Courgettesoep met kaas**

**Zalm in een knapperig jasje met  
garnalensaus**

**Fondant Chocoladetaart**

## De echte Hollandse kaassoufflé

In oude Nederlandse kookboeken lees je altijd, dat vroeger een goed gelukte kaassoufflé een echt culinaire kunststukje was. Met de ovens van nu hoeft niemand z'n hand er meer voor om te draaien. Een luchtige kaassoufflé is heel makkelijk te maken en het resultaat is en blijft spectaculair!

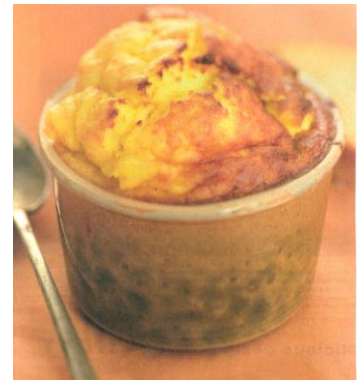
Belegen Goudse kaas is heerlijk in een soufflé, de kaas is dan goed te proeven. Gebruik geen jonge kaas, dan wordt de smaak te flauw.

Wat maakt de soufflé zo luchtig?

De eiwitten. Die worden namelijk heel voorzichtig door het soufflémengsel gespateld. Deze handeling is bij een soufflé heel belangrijk: als de eiwitten stevig door de soufflé zouden worden geroerd, verliest het eiwit een deel van zijn rijzvermogen. De eiwitten mogen verder geen spoortje vet bevatten, ze kunnen dan niet goed worden stijfgeklopt. Scheid de eieren daarom voorzichtig en let er op dat alle gebruiksvoorwerpen zoals garde en kom goed vetvrij zijn

### Ingrediënten (4 pers)

- 3 eetlepels boter
- 3 eetlepels bloem
- 2½ dl hete melk
- 4 eieren gesplitst
- 1 eiwit
- 100 gr Goudse belegen kaas, grof geraspt
- peper en zout
- nootmuskaat
- soufflévormpjes



### Bereiding

- Oven voorverwarmen op 200°C
- Boter in steelpan smelten, bloem erdoor roeren en al roerende ca 3 minuten bakken
- Van vuur af melk in één keer toevoegen en met garde tot gladde saus roeren
- Saus nog 1 minuut laten koken
- Van vuur af eidooiers één voor één door saus roeren
- Saus met peper, zout en nootmuskaat op smaak brengen
- 5 eiwitten met snuifje zout stijf kloppen
- Van geklopt eiwit ¼ door dooiermengsel roeren
- Kaas (1 eetlepel achterhouden) erdoor roeren en dan rest van eiwitten erdoor spatelen
- Mengsel in soufflévormpjes scheppen, bovenkant glad maken en 1 eetlepel kaas erover strooien
- Oven terugschakelen naar 190°C
- Soufflé in midden van oven in 25 à 35 minuten gaar en goudbruin bakken

### De 2 gouden soufflé-regels

- Een soufflé kan niet tegen tocht. Als de soufflé in de oven staat mag de oven deur de eerste 25 minuten (van de bereidingstijd zeker niet geopend worden)
- Het is belangrijk dat iedereen al aan tafel zit als U de soufflé binnen brengt. Het oude gezegde "de gasten wachten op de soufflé want de soufflé wacht niet op de gasten" gaat nog steeds op!

### Soufflé-varianties

- U kunt natuurlijk ook variëren met buitenlandse kaassoorten bijvoorbeeld gruyère, geitenkaas, schapenkaas of blauwe kaas
- Ook heel lekker: voeg kleine blokjes ham of uitgebakken ontbijtspekjes aan het soufflé-mengsel toe

## Courgettesoep met kaas

### Ingrediënten (6 pers)

- 1400 gram courgetten
- 150 gr gorgonzola
- 2 uien
- 1 liter rundvlees- of groentebouillon
- 4 dl (koks)room
- olijfolie
- boter
- peper
- zout
- oregano

### Bereiding

- Snipper de uien en fruit ze in 2 eetlepels olijfolie en 30 gr boter
- Snijd de courgettes in dunne plakjes en stooft ze ongeveer 10 minuten bij de uien in de pan
- Doe er zout en peper bij en 2 eetlepels oregano
- Voeg dan 1 liter rundvlees- of groentebouillon toe
- Laat het geheel 35 minuten zachtjes doorkoken
- Snij de gorgonzola in kleine blokjes en laat ze smelten in de soep
- Hou eventueel wat extra blokjes als garnering achter
- Voeg nu de room toe
- Proef of het lekker is en voeg eventueel nog wat extra peper toe en mogelijk ook nog wat bouillon als de soep te dik is (dit uiteraard naar smaak)
- Pureer de soep met een staafmixer of in de keukenmachine
- Bij het opdienen eventueel garneren met blaadjes verse oregano en wat verkruidde gorgonzola

## Zalm in een knapperig jasje

Gastronomisch: een verrassend gerecht dat moeilijker lijkt dan het is

### Ingrediënten (4 pers)

- 600 gr zalmfilets
- enkele blaadjes ijsbergsla
- citroensap
- zout
- garnalensaus
- 6 velletjes bladerdeeg
- 3 koppen gekookte rijst

### Bereiding

- De gewassen blaadjes ijsbergsla enkele minuten in ruim kokend water blancheren tot ze slap zijn
- De blaadjes sla goed laten uitlekken en daarna tussen 2 theedoeken drogen
- De zalmfilets in 4 mooie gelijke stukken en met peper en zout inwrijven
- Elke filet in een blaadje sla wikkelen
- De plakjes bladerdeeg op elkaar leggen en tot een flinke lap uitrollen
- Het deeg in 4 stukken snijden en om de vis vouwen
- De naden goed vastdrukken en aan de bovenkant wat gaatjes in het deeg prikken
- De vispakketjes op een vochtige bakplaat leggen en 20 minuten in de hete oven op 220°C bakken
- De pakketjes met de garnalensaus, rijstimbaaltje en broccoli serveren

## Garnalensaus

### Ingrediënten (4 pers)

- 50 gr ongepelde grijze garnalen
- ½ eetlepel olijfolie
- 50 ml visfumet
- 50 ml droge witte wijn
- ½ eetlepel tomatenpuree
- 25 ml room
- ½ teentje knoflook
- 1 takje tijm
- 1 blaadje laurier

### Bereiding

- Pel de garnalen
- Stoof de pellen in de olijfolie
- Roer de tomatenpuree in de visfond en giet bij de garnalenpellen
- Voeg de wijn, de tijm, laurier en knoflook uit de pers toe
- Laat 5 min koken
- Zeef de saus en voeg van het vuur de room toe
- Breng op smaak met peper en zout
- Hou warm op zacht vuurtje -

## Garnalen in knoflooksaus

### Ingrediënten (4 pers)

- 1 bosje lente-uitjes
- ½ theelepel zwarte peper
- 3 teentjes knoflook
- 1 eetlepel cognac
- 25 gr boter
- 1 dl witte wijn
- 2 eetlepels crème fraîche
- 1 dl visbouillon
- zout
- 200 gr garnalen

### Bereiding

- Was de op Snijd de lente-uitjes in smalle ringen
- Pel de teentjes knoflook en hak ze fijn
- Smelt de boter in een steelpannetje zonder dat de boter bruin wordt
- Voeg de uienringetjes, de fijngehakte knoflook en de peper toe
- Bak op een laag vuur ongeveer 2 minuten
- Zet het vuur hoog, voeg de cognac, de wijn en de bouillon toe
- Breng het geheel aan de kook en laat het 3 minuten inkoken, zodat een gedeelte van het vocht kan verdampen
- Roer de crème fraîche door de hete saus en laat hem op een hoog vuur inkoken tot ongeveer de helft van het vocht verdampt is en de saus licht gebonden
- Dit duurt ongeveer 3 minuten
- Breng de saus op smaak met een snuifje zout
- Voeg de garnalen toe en laat ze in 1 minuut goed warm worden
- Schep de garnalen in knoflooksaus in 4 schaaltes en serveer direct met warm stokbrood

## Garnalensaus op basis kreeftensoep

### Ingrediënten (8 pers)

- 1 blik kreeftensoep
- 250 ml room
- 250 gr garnalen

### Bereiding

- Meng de room met de inhoud van het blik en verwarm tot koken
- Voeg de garnalen toe en laat even meekoken

## Fondant chocoladetaart

### Ingrediënten (4 pers)

- 250 gr bloem
- zout
- 40 gr bloedsuiker
- 230 gr Belolive bakken en braden
- 3 eieren
- 3 eigelen
- 310 gr chocolade
- 35 gr room
- 1 vanillestokje

### Bereiding

- Meng de bloem met wat zout en de bloedsuiker
- Voeg er 160 gr Belolive bakken en braden aan toe en meng tot je een vast deeg bekomt
- Voeg er 1 ei aan toe en laat 2 uur rusten
- Rol het deeg uit en schik het in een taartvorm
- Beleg het met aluminiumfolie en bedek dit met droge vruchten zodat het deeg plat blijft
- Bak 15 minuten op 210°C
- Kook de room en laat er de chocolade in smelten
- Voeg de rest van de Belolive bakken en braden aan toe alsook de vanille
- Roer en laat het geheel afkoelen
- Voeg er de eigelen en de rest van de eieren aan toe en giet in de gebakken vorm
- Bak op zo'n 120°C
- Laat de taart afkoelen voor ze op te eten