

Menu 94.

Langoustines met spaghetti

Paprika-bloemkoolsoep met mascarpone

Tam konijn met champignons

**Perentaart
of
Abrikozenflap**

Langoustines met spaghetti

Bereiding : 30 minuten

Ingrediënten (4 pers)

- 8 langoustines
- 1 struikje romanesco
- 1 ui
- 1 tomaat
- 50 ml olijfolie
- 200 gr koude boter voor de saus
- 100 gr spaghetti
- 15 kleine Italiaanse tomaten
- 50 gr boter om te bakken
- paar blaadjes rucola
- schilfers grana padano



Bereiding

- Kook de romanesco-roosjes beetgaar in ruim water
- Haal de langoustines uit hun pantser
- Hou de staarten apart
- Maak de ui schoon en de tomaat schoon
- Snij ze in grove stukken
- Doe de olijfolie in een ruime pan en stoof er ui en tomaat in aan, samen met de karkassen van de langoustines
- Zet onder water en laat 20 minuten goed doorkoken
- Giet door een zeef en laat het vocht voor de helft inkoken
- Monteer de saus met klontjes koude boter
- Kook de spaghetti beetgaar in lichtgezouten water
- Giet af
- Doe de resterende boter in de pan
- Halveer de kleine tomaten en stoof ze, samen met de romanesco en de gepelde langoustinestaarten, kort aan
- Doe er de spaghetti bij en meng
- Werk af met een paar blaadjes rucola en pecorinosnippers
- Lepel er wat van de saus rond

Paprika-bloemkoolsoep met mascarpone

Bereiding 30 minuten - Gemakkelijk en echt lekker, smakelijk

Ingrediënten (4 à 6 pers)

- 1 kleine bloemkool
- 2 rode paprikas's
- 2 aardappelen
- 2 eetlepels mascarpone
- 1 ui
- 1 eetlepel boter
- 1½ liter kippenbouillon (3 blokjes opgelost in 1½ liter heet water)
- peterselie
- peper en zout

Bereiding

- Laat in een grote kookpan de boter smelten
- Voeg de stukjes ui toe en laat enkele minuten stoven op een matig vuur
- Voeg de paprika-reepjes toe en laat enkele minuten meestoven
- Overgiet met kippenbouillon
- Voeg de stukken bloemkool (hou 3 bloemkoolroosjes apart voor de afwerking) en de aardappelblokjes toe
- Breng aan de kook, dek af en laat 25 minuten koken
- Mix de soep fijn
- Voeg de overgehouden, kleiner gesneden bloemkoolroosjes toe en laat 5 minuten op een matig vuur doorkoken
- Meng de mascarpone onder de soep
- Klop eventueel met een klopper
- Breng op smaak met peper en zout
- Garneer met fijngehakte peterselie

Tam konijn met champignons

Vorbereiding: 20 minuten - Bereiding 2 uren

Ingrediënten (6 pers)

- 1 tam konijn, in stukken
- ½ liter kippenbouillon (liefst zelf te maken: look en foelie toevoegen)
- ½ liter halfvolle melk
- 100 gr bacon
- 4 kruidnagels
- 1 grote ui
- 2 eetlepels foelie (bast van de muskaatnoot... te koop in de natuurwinkel)
- ½ afgestreken koffielepel gedroogde tijm
- 100 gr champignons
- 1 afgestreken koffielepel zeezout
- 30 gr boter
- 30 gr vloeïende bloem

Ingrediënten voor garnering

- 1 onbespoten limoen

Bereiding

- Doe de konijn in een grote pan samen met de bouillon en de melk
- Snipper de bacon, steek de kruidnagels in de ui en doe dit dan erbij samen met de foelie, tijm, gehakte champignons en het zout
- Breng alles aan de kook, schuim af, zet het vuur lager en laat het konijn in 1 à 1½ uur gaar sudderen
- Giet het vocht af en houd dit apart
- Doe de stukken konijn op en schaal en houd het warm
- Smelt de boter in een pan, roer er de bloem door om er een roux van te maken en giet geleidelijk en al roerend het vocht bij
- Breng de saus aan de kook en laat eventueel wat indikken
- Proef en kruid eventueel bij met peper en zout
- Pers de helft van de limoen uit en doe het sap bij de saus
- Laat nog even door warmen
- Snijdt de (goed gewassen) andere helft van de limoen in 4 stukken en verdeel in dunne plakjes voor de garnering
- Is met (bijna) alle beetbaar gestoofde wintergroenten te combineren
- Aardappelen, pasta, rijst, couscous of quinoa (graansoort uit de Andes, te koop in de wereldwinkel) gaan er ook prima bij.

Abrikozenflap

Ingrediënten voor het deeg

- 150 gr bloem
- 100 gr boter
- 1 eierdooier
- ½ citroen
- 1 eetlepel room

Ingrediënten voor de vulling

- 750 gr abrikozen
- 1 glas water
- 100 gr suiker
- 4 eieren
- 50 gr boter
- 1 eetlepel paneermeel
- 50 gr amandelpoeder
- 2 eetlepels fijne griessuiker
- poedersuiker om te versieren



Bereiding

- Zeef de bloem, maak in het midden een kuiltje
- Doe daarin de in vlokjes verdeelde boter
- Kneed het deeg lichtjes en voeg de eierdooier en het citroensap toe
- Kneed nogmaals lichtjes en voeg de room toe
- Rol het deeg tot een bal en laat een kwartiertje rusten
- Rol het deeg uit en bekleed er een rechthoekige beboterde vorm mee
- De deegbodem voorbakken
- Halveer ondertussen de abrikozen en verwijder de pitten
- Pocheer de vruchten in suikersiroop
- Roer de eierdooiers met de boter tot een glad mengsel
- Voeg het paneermeel, het amandelpoeder en de fijne griessuiker daaraan toe
- Klop de eiwitten tot stevige sneeuw en schep die door de crème
- Schik de gepocheerde abrikozen op de voorgebakken taartbodem en giet de crème erover
- Gedurende 10 minuten in de oven zetten
- Versier de flap met een hele abrikoos en bestrooi met poedersuiker

Fruit inkopen en bewaren

- Het zachte, rode zomerfruit dat in bakjes te koop is, schimmelt snel. Daarom is het goed om zo een doosje even na te kijken op beschimmelde exemplaren. Thuisgekomen kunt U het fruit het best op een bord uitspreiden en in de koelkast zetten tot gebruik. Het beste kunt u het fruit nog dezelfde dag eten.
- De wat hardere vruchten zoals meloen, perziken, nectarinen en abrikozen kunt U op de fruitschaal bewaren
- Als U zo lang mogelijk van zomerfruit wilt genieten kunt U dit ook prima invriezen. Ontdooid fruit is wel iets zachter dan vers fruit, maar de smaak blijft goed bewaard. Zo gaat het het best: de schoongemaakte vruchten uitspreiden op een bakplaat of dienblad en in de diepvriezer zetten. Als de vruchten bevroren zijn, per portie in zakjes of doosjes verpakken.
- Bessen kunt U voor U ze verpakt het best eventjes met suiker omscheppen.

Perentaart

Ingrediënten (8 pers of middelgrote taart)

- 185 gr amandelpoeder
- 110 gr zachte boter
- 100 gr fijne suiker
- 3 eieren
- ½ koffielepel gemalen kardemom (of kaneel)
- 3 afgestreken koffielepels cacao-poeder
- 1 bakklare kruimeldeegbodem
- 2 peren, geschild en in partjes
- 2 eetlepels grove griessuiker



Bereiding

- Doe het amandelpoeder, de boter, de suiker, de eieren, de kardemom (of kaneel) en het cacao-poeder in een mengkom
- Bewerk tot een homogeen mengsel
- Strijk het uit op een bakklare kruimeldeegbodem
- Snij 2 geschilde peren in partjes en schik ze op de bodem
- Bak de taart 20 minuten in het midden van de oven, op 200°C
- Bestrooi met 2 eetlepels grove griessuiker
- Zet nog 10 minuten in het midden van de oven
- Laat een paar minuten afkoelen in de vorm en dan - eventueel - verder op een rooster. Want deze taart is ook lauw héérlijk!

Tip

- Neem een springvorm, dat ontvormt makkelijk. Druk het deeg wel goed omhoog tegen de rand van de vorm zodat de vulling (die eerst wat zacht wordt voor ze stolt) er niet meteen uitloopt