

**Menu 124.**

**Gerookte paling met bloemkoolmousse,  
peterselie-olie en Parmaham**

**Venkel en Courgette Soep met  
Warm Tomaat Relish**

**Met krab gevulde kipfilet**

**Gestoofte peren met parfait van Hasseltse  
speculaas en Heidebittroom**

## Gerookte paling met bloemkoolmousse, peterselie-olie en Parmaham

Bereidingstijd : voorbereiden 30 minuten, wachten 60 minuten, bereiden 15 minuten

### Ingrediënten (4 pers)

- 100 g bloemkool
- 1 eetlepel boter
- ½ pot gevogeltefond (à 380 ml)
- 2 blaadjes witte gelatine
- 100 ml slagroom
- 2 plakken Parmaham
- 1 zakje verse peterselie (30 gr)
- 100 ml olijfolie extra vierge
- ¼ zakje veldsla (à 75 gr)
- 200 gr gerookte palingfilet
- Spuitzak
- Staafmixer
- keukenpapier



### Bereiding

- Bloemkool in zeer kleine stukjes snijden
- In steelpan boter smelten en bloemkool hierin op laag vuur 2 minuten zachtjes bakken
- Vuur hoog draaien en fond toevoegen
- Bloemkool in 7 à 8 minuten gaarkoken terwijl vocht verdampt
- Gelatine 5 minuten in koud water weken
- Zodra vocht verdampt is, slagroom bij bloemkool schenken en tegen de kook aan verwarmen
- Vuur lager draaien en bloemkool 5 minuten zachtjes in room laten sudderen
- Gelatine uitknijpen
- Pan van vuur nemen en gelatine in room oplossen
- Bloemkoolmengsel met staafmixer of in keukenmachine pureren, puree eventueel nog door zeef wrijven
- Bloemkoolmengsel laten afkoelen, in spuitzak overdoen en in koelkast laten opstijven
- In droge koekenpan Parmaham krokant bakken en op keukenpapier laten afkoelen
- Peterselie-bladeren van takjes plukken, fijnsnijden en door olie roeren
- Peterselie-olie op smaak brengen met zout
- Van veldsla eventuele worteltjes verwijderen
- Palingfilets in 16 gelijkvormige stukjes snijden
- Op elk bord 4 stukjes paling op enige afstand onder elkaar leggen
- Bloemkoolmousse met spuitzak in reepjes tussen middelste 2 stukjes paling spuiten
- Veldsla met 2 eetlepels peterselie-olie omscheppen
- Veldsla over bloemkoolmousse verdelen
- Parmaham breken en op veldsla leggen
- Rest van peterselie-olie ernaast druppelen

### Tip

- Een schoon plastic puntzakje (bijvoorbeeld een leeg dropzakje) kan als alternatief voor een spuitzak gebruikt worden

## Venkel en Courgette Soep met Warm Tomaat Relish

Bereidingstijd : 40 minuten

### Ingrediënten (4 pers)

- 2 eetlepels extra vergine olijfolie
- 2 koppen in blokjes gesneden verse venkel (vanaf 1 grote bol), fronds gehakt en apart houden
- 1 kopje gesneden in blokjes gesneden courgette
- 1 kopje gehakte ui
- ¼ theelepel venkelzaad
- 2 kopjes zoutarme kippenbouillon
- ¾ kop cherrytomaten, in vier gesneden



Fronds = groene op stengels

### Bereiding

- Verhit 1½ eetlepel olijfolie in grote pan op middelhoog vuur
- Voeg de in blokjes gesneden venkel, courgette, ui en venkelzaden toe
- Fruit tot de venkel doorzichtig is, 4 à 5 minuten
- Voeg bouillon toe en breng aan de kook
- Dek af, zet het vuur lager en laat sudderen tot de groenten zacht zijn, ± 15 minuten
- Pureer in de blender tot een gladde massa en doe alles terug in soeppan
- Breng op smaak met zout en peper
- Verhit ondertussen de resterende ½ eetlepel olijfolie in middelgrote koekenpan op middelhoog vuur
- Voeg de cherrytomaten toe en bak totalles net door en door warm is, 1 à 2 minuten
- Haal van het vuur
- Meng er 1 eetlepel gehakte venkelbladeren
- Kruid met zout en peper
- Serveer onmiddellijk

## Met krab gevulde kipfilet

Bereidingstijd: 40 minuten

### Ingrediënten (4 pers)

- 1 rode peper, zaadlijsten verwijderd
- 1 eetlepel zonnebloemolie
- 2 teentjes knoflook, fijngesneden
- 2 theelepels gember op zonnebloemoliebasis (potje 135 gr)
- 2 theelepels citroengras op zonnebloemoliebasis (potje 135 gr)
- 150 gr bakje surimisticks)
- 1 blikje krab (170 gr), uitgelekt
- 1 ei
- 4 kipfilets
- 4 eetlepels olijfolie
- 4 takjes basilicum
- 2 takjes munt
- 1 citroen
- keukentouw



### Bereiding

- Snijd de peper in kleine stukjes
- Verhit de zonnebloemolie in een koekenpan en bak de knoflook en de peper 30 seconden
- Draai het vuur laag en voeg de gember en het citroengras toe
- Bak 3 minuten op laag vuur
- Snijd ondertussen de surimi in kleine stukjes en voeg toe
- Voeg de krab toe, draai het vuur uit en meng goed
- Laat afkoelen en breng op smaak met peper en zout
- Meng het ei erdoor
- Leg de kipfilets tussen 2 stukken vershoudfolie en sla ze met een steelpan of deegroller plat
- Verdeel het krabmengsel over de kip en rol de filets voorzichtig op
- Bind vast met het keukentouw
- Verhit 2 eetlepels olijfolie in een koekenpan
- Bak de gevulde kipfilet op niet te hoog vuur, met de deksel schuin op de pan, in ± 20 minuten rondom bruin en gaar
- Keer regelmatig
- Snijd ondertussen het blad van het basilicum en de munt in zeer fijne reepjes
- Meng met de rest van de olijfolie
- Pers een halve citroen uit en meng het sap met de kruidenolie
- Snijd de andere helft van de citroen in partjes
- Snijd de gevulde kipfilet doormidden en schep de kruidenolie eromheen
- Geef de citroenpartjes erbij
- Lekker met geroosterde krieltjes en avocadosalade

### Tips en weetjes

- In plaats van citroengras op zonnebloemoliebasis kunt u ook het rasp van 1 limoen gebruiken

## Gestoofte peren met parfait van Hasseltse speculaas en Heidebittroom

### Ingrediënten (4 pers)

- 4 mooie peren (Doyenné du Comice of Durondeau)
- 200 gr bruine suiker (Kandijsuiker)
- ½ liter sterke koffie
- 2 Hasseltse speculazen
- 2 steranijs
- 1 kaneelstokje
- 2 eidooiers
- 3 dl room
- 100 gr suiker
- 2 dl Heidebitt (kruidenjenever)
- In de oven gedroogde dunne schijfjes peperkoek
- Kaneelpoeder

### Bereiding

- Schil de peren en kook ze in de koffie
- Voeg tijdens het koken de Kandijsuiker, de steranijs en het kaneelstokje toe (de kooktijd hangt af van de soort peer, harde peren 20 minuten, malsere peren 10 minuten)
- Neem de peren uit de koffie, laat afkoelen
- Snij het steeltje af en hol ze uit
- Week de speculazen in 2 dl perenkookvocht en maal ze zeer fijn in de keukenrobot
- Klop de eidooiers en 50 gr suiker op tot een witte luchtige massa
- Klop room op met de rest van de suiker
- Meng de speculaasbrij met de eidooiers en één derde van de opgeklopte room
- Zet deze bereiding gedurende enkele uren in de diepvries
- Meng de rest van de room met de kruidenlikeur en bewaar ze in de koelkast
- Kook het perenkookvocht tot de helft in en koel af
- Vul juist voor gebruik de peren met de Heidebitt room
- Klop de speculaasparfait (want nu heet zo een bereiding “parfait”) wat los en doe deze in een spuitzak (eventueel met een speciaal spuitmondje om sliertjes te spuiten)
- Spuit nestjes op ijskoude borden en deponeer er de peren in. Versier met wat munt, peperkoekchips en saus