

Menu 154.

**Carpaccio van tomaten met mozzarella en
groene salsa**

Groentesoep met pistou en croutons

**Gegrilde tournedos van zalm met maïsflan,
spinazie, hanenkampaddenstoelen en
ricotta-waterkerssaus**

Kaastaartjes met advocaat

Carpaccio van tomaten met mozzarella en groene salsa

Deze vegetarische hap is geïnspireerd op het populaire Italiaanse voorgerechtje met dungseden rauw rundvlees. Kies voor prachtige coeur de boeuf tomaten, alom geroemd om hun stevige vruchtvlees. Samen met een kruidig sausje en lekkere buffelmozzarella maak je zo een zomerse het ideale voorgerecht. Met nog een lekkere Spaanse pan Catalan erbij was de zomervakantie nog nooit zo dichtbij!

Ingrediënten carpaccio van tomaat (4 pers)

- 4 rijpe coeur de boeuf tomaten
- 1 fles fijne olijfolie (eerste koude persing)
- grof zout (bv. fleur de sel)

Ingrediënten groene salsa

- verse kervel
- verse munt
- verse dragon
- verse platte peterselie
- verse basilicum
- ½ teentje look
- 1 koffielepel mosterd
- 1 scheutje cider- of wijnazijn
- 1 scheutje fijne olijfolie
- peper en zout

Ingrediënten pan Catalan

- 1 extra coeur de boeuf tomaat
- 1 stokbrood

Ingrediënten afwerking

- pijnboompitten
- 40 gr rucola
- peper

Extra

- een vlijmscherp keukenmes
- een keukenpenseel
- 1 groot plat bord per persoon
- een grillpan

Bereiding

- **Carpaccio van tomaat**
 - Spoel de tomaten en droog ze voorzichtig
 - Druppel op elk bord wat fijne olijfolie en wrijf die met het keukenpenseel uit over het hele oppervlak
 - Strooi over elk bord een klein snuifje grof zout en wat peper van de molen
 - Snij het taaie hartje uit elke tomaat. (Snij een rondje uit het verharde vruchtvlees dat onder het steeltje zit.)
 - Gebruik een vlijmscherp keukenmes en snij de tomaten in millimeterdunne plakjes
 - Neem de tijd, want hier bepaal je de finesse van je uiteindelijke gerecht
 - Bedek elk bord tot aan de rand met een laagje van deze fijne schijfjes tomaat
 - Da's net zoals een traditionele carpaccio wordt geserveerd
 - Hou eventuele restjes tomaat bij voor de pan Catalan die je straks maakt
- **Groene salsa**



- Verzamel enkele takjes verse kervel, munt, dragon, platte peterselie en basilicum
- Snij de blaadjes en de zachte stengels van de verse kruiden zeer fijn
- Taaie takjes gebruik je niet
- Verzamel de kruiden in een mengschaal
- Pel de look en plet ze tot pulp
- Doe de look in de mengschaal met kruiden. (Gebruik niet te veel look voor de salsa.)
- Hak de kappertjes en de zure augurken fijn en voeg ze bij de kruiden
- Voeg een beetje mosterd toe en schenk er een scheutje azijn en fijne olijfolie bij
- Overdrijf niet, zodat je een stevige kruidige salsa krijgt
- **Pijnboompitjes**
 - Verhit een pan op hoog vuur en kleur daarin de pijnboompitjes goudbruin
 - Schud de pan regelmatig even op en hou de pitjes goed in de gaten, want ze kunnen snel verbranden
 - Laat de pitjes even afkoelen in een schaal
- **Pan Catalan**
 - Een pan Catalan is een Spaans geroosterd broodje met tomatensap
 - Zet de grillpan op een hoog vuur en laat ze gloeiend heet worden
 - Snij het stokbrood in stukken van zo'n 7 à 8 cm
 - Scheur elk stuk brood in twee helften en leg ze in een schaal
 - Druppel wat olijfolie over elk half broodje
 - Leg de broodjes in de hete grillpan met het kruim naar onder en druk ze even aan
 - Na luttele seconden zijn ze al perfect geroosterd
 - Snij de extra tomaat in twee en wrijf elk broodje in met de vrucht
 - Knijp hard genoeg in de tomaat zodat het brood het tomatensap absorbeert
- **Afwerking**
 - Snij de bollen mozzarella in dikke schijfjes en breek die vervolgens in grove stukjes
 - Verdeel een portie kaas over elk bord
 - Druppel wat klodders groene salsa over elke carpaccio
 - Werk de borden af met wat rucola en strooi er ook een handje geroosterde pijnboompitjes over
 - Werk de carpaccio af met een beetje peper van de molen en een klein beetje grof zout
 - Serveer de gegrilde Spaanse broodjes bij de carpaccio

Tip

- Lookliefhebbers kunnen de broodjes ook even inwrijven met een gepeld teentje look, alvorens met de tomaat aan de slag te gaan

Groentesoep met pistou en croutons

Recept Jeroen Meus :

‘Pistou’. Het woord klinkt aanstekelijk Provençaals, en da’s meer dan terecht. Een pistou is de Zuid-Franse versie van die welbekende pesto. Het recept is iets eenvoudiger, want verse basilicum, pittige look en een ferme scheut fijne olijfolie volstaan om het juiste resultaat te bekomen. Jeroen druppelt die zomerse pistou in een verse groentesoep met knapperige croutons. Voor hem mag soep altijd dat beetje extra hebben.

Ingrediënten groentebouillon (8 pers)

- 6 liter groentebouillon (gegaard met soepvlees)
- 800 gr soepvlees (boelie)

Ingrediënten groentesoep

- 6 uien
- 6 wortels
- 8 stengels selders
- 1 venkel
- 200 gr erwtes (vers of diepgevroren)
- 2 courgettes
- 400 gr fijne groene boontjes
- peper en zout
- 2 bouquet garni (naar smaak)

Ingrediënten pistou

- 2 bussels basilicum
- 4 teentjes look
- 1 dl fijne olijfolie (minimum)
- peper en zout

Ingrediënten croutons

- 4 sneetjes wit brood
- een scheutje olijfolie
- een klontje boter

Ingrediënten afwerking

- 100 gr Parmezaanse kaas

Extra

- een eindje keukentouw
- een blender (of mixer)
- een kaasrasp

Bereiding

■ Groentebouillon

- Bereid een ketel verse groentebouillon
- Gaar er een flink stuk soepvlees in, tot het botermals is en als vanzelf uit mekaar valt
- Zeef de groentebouillon
- De uitgekookte groenten gooi je weg
- Hou het stuk gaar soepvlees aan de kant

■ Groentesoep

- Pel de uien en snij ze grof
- Zet een ruime stoofpot of soepketel op een matig vuur en verhit er een scheutje olijfolie in



- Stoof er de stukken ui in
- Schil de wortel, snij ze overlangs in vier en vervolgens in kleine blokjes
- Laat de stukjes wortel meestoven met de uien
- Je kunt naar keuze nog een bouquet garni toevoegen. Verzamel in het kruidentuiltje wat laurier, tijm en peterseliestelen en bind alles samen met keukentouw
- Snij de stengels selder, net zoals de wortelen, in fijne blokjes
- Snij het loof en het harde steelstuk van de venkel
- Verdeel de groente vervolgens in fijne blokjes en laat ze meestoven
- Roer regelmatig even in de pot
- Laat de groenten enkele minuten stoven
- Giet voldoende (gezeefde) bouillon bij de gestoofde groenten
- Laat de soep zo 'n half uurtje pruttelen op een zacht vuur. (bereid intussen de pistou en de croutons)
- Haal de erwten uit de dop, of neem er een portie diepvrieserwten bij
- Snij intussen de ongeschilde courgette in blokjes. (ongeveer 0,5 x 0,5 cm)
- Verwijder de puntjes en de steeltjes van de boontjes
- Snij ze in gelijke stukken van ± 1cm lang
- Pluk het soepvlees los tot je een bord vol stukjes boelie overhoudt
- Doe de erwten, de stukjes snijbonen, de blokjes courgette en het vlees in de soep
- Laat de groentesoep nog 10 minuten sudderen op een zacht vuur
- Proef de soep en kruid ze naar smaak met peper van de molen en zout
- **Pistou**
 - Pluk de blaadjes van de basilicum
 - Doe ze in de mengbeker van de blender
 - Voeg er de gepelde tenen look aan toe
 - Schenk de olijfolie in de beker, en mix alles tot een gladde grasgroene pasta
 - Proef en kruid de pistou met wat peper van de molen en een beetje zout
- **Croutons**
 - Snij de korstjes van het brood
 - Snij het broodkruim in dobbelstenen
 - Doe een scheutje olijfolie en een klontje boter in een hete pan
 - Bak de croutons goudbruin op een matig vuur
 - Schud de pan regelmatig op (zout hoeft je niet toe te voegen, zeker als je het bord soep straks afwerkt met wat Parmezaanse kaas.)
- **Afwerking**
 - Lepel in elk diep bord (of soepkom) een portie warme groentesoep met stukjes boelie
 - Druppel wat van de pistou over de soep, en geef ieder z'n verdiende portie croutons
 - Werk elk bord af met een beetje vers geraspte Parmezaanse kaas

Gegrilde tournedos van zalm met maïsflan, spinazie, hanenkampaddenstoelen en ricotta-waterkerssaus

Ingrediënten (4 pers)

- 1 mooie zalmfilet (600 à 800 gr)
- 80 gr maïsbloem (geen maïzena maar maïsmeel)
- 4 + 1 maïskolven
- 2 eieren
- 1 eigeel
- 2 dl light room
- Solo
- 1 snufje cayennepeper
- 1 snufje kurkuma of kerriepoeder
- 200 gr hanenkampaddenstoelen (girolles)
- 1 teentje knoflook
- 1 kg spinazie
- peper en zout
- 100 gr ricotta
- 2 dl visbouillon
- 1 sjalot
- 1 bussel waterkers



Bereiding

- Verwijder de graten van de zalmfilet en snijd deze over de lengte in repen van maximaal 1 cm
- Rol de zalmrepen op in spiraalvorm en steek er telkens evenwijdig 2 lange houten spiesjes door op ongeveer 2 cm van elkaar
- Dit vergemakkelijkt het omdraaien op de grillplaat
- Leg de zalmtournedos weer in de koeling
- Was de spinazie grondig
- Van jonge spinazie hoef je de steeltjes niet te verwijderen, anders wel
- Zwier de spinazie droog na het wassen
- Maak de paddenstoelen grondig schoon
- Snijd de maïskorrels van de kolven
- Kook de maïskorrels in 5 à 6 minuten gaar in kokend, gezouten water
- Giet af
- Verwarm de Solo Délifine room en mix die samen met de maïskorrels kort in een blender
- Meng apart de eieren en het eigeel, zonder ze schuimig te kloppen
- Voeg de gezeefde maïsbloem toe en meng goed
- Voeg nu de gemixte maïsroom toe en meng alles met een garde
- Breng het geheel op smaak met de kurkuma, cayennepeper en zout
- Vet 4 ovenschaaltjes (ramequins) in met wat Solo en vul ze 3/4 met het maïsmengsel
- Verwarm de oven voor op 120°C
- Zet de schaaltes in een diepe plaat en vul de plaat met heet water tot de potjes voor ongeveer de helft in het water staan
- Gaar de maïsflans in 25 à 30 minuten
- Ze mogen alleen in het midden nog een beetje bewegen
- Laat de maïsflans een 15-tal minuten staan alvorens ze te ontvormen
- Was de waterkers grondig

- Stoof het sjalotje aan in een weinig Solo, voeg de visbouillon en de ricotta toe en breng aan de kook
- Voeg van het vuur de waterkers toe en mix zeer grondig tot een homogene massa
- Breng op smaak met peper en zout en zeef de saus
- De saus mag je warm houden, maar ze mag niet meer koken
- Als ze te lang verwarmd blijft, zal ze ook verkleuren
- Voeg de waterkers dus op het laatste moment toe!
- Bak de spinazie in een grote pan met een weinig Solo
- Prik het lookteentje op een vork er roer hiermee de spinazie om in de pan
- Bak de hanenkampaddenstoelen kort op een hevig vuur in een weinig Solo
- Kruid de spinazie en de paddenstoelen met peper en zout
- Maak de grillpan of -plaat goed heet en grill hierop de zalmtournedos, ± 2 minuten aan elke zijde
- Kruid met peper en zout en verwijder de houten spiesjes
- Ontvorm de maïsflans en schik er de spinazie en hanenkampaddenstoelen bij
- Leg op elke flan een zalmtournedos en omring met de saus

Kaastaartjes met advocaat

Ingrediënten (4 pers)

- 150 gr Petit beurres (of andere droge koekjes)
- 100 gr chocolade, pure
- 30 gr boter
- Koolzaadolie
- 8 gr gelatine (blaadjes)
- 400 gr mascarpone
- 6 eetlepels advocaat
- 50 gr suiker
- 200 ml slagroom
- dresseerring



Bereiding

- Verkrummel de koekjes
- Smelt de boter met 50 gr chocolade au bain-marie
- Meng met de koekkrummels
- Vet de dresseerringen in met olie, zet ze op een schaal met bakpapier en verdeel het koekmengsel over de ringen
- Duw aan met een glas en laat opstijven in de koelkast
- Week intussen de gelatineblaadjes 10 minuten in koud water
- Klop de mascarpone los met de advocaat en de suiker
- Klop de slagroom stijf
- Haal de gelatine uit het water en doe 'm, zonder uit te knippen, in een kommetje
- Laat in enkele seconden smelten in de magnetron, laat niet koken
- Roer enkele lepels van het mascarponemengsel door de gelatine, en roer vervolgens het gelatinemengsel door de rest van de mascarpone
- Spatel de slagroom erdoor en verdeel het over de ringen
- Laat minstens 3 uur opstijven in de koelkast
- Maak een spuitzakje van bakpapier
- Smelt de rest van de chocolade au bain-marie
- Doe 'm in het spuitzakje en spuit sneeuwvlokken op een vel bakpapier, iets kleiner dan de ringen
- Laat opstijven
- Ontvorm de taartjes en werk ze af met een sneeuwvlok van chocolade