

Wijnbeschrijving: zie bijlage.



Cuisine Culinaire Rijnmond: C.C.R.

Menu voor de maand september 2009 (12 personen)

**Poissons aux olives et herbes de Provence
(vis met olijven en Provençaalse kruiden)**

**Soupe au pistou
(groentesoep met basilicumpuree)**

**Gigot d'agneau a la boulangère
(lamsbout met aardappels en uien)**

**Glace à la fenouil
(venkelroomijs met gekonfijte venkel)**

**Wijn: Poissons aux olives :Roero Arneis, San Silvestro
Soupe au pistou : Costamolino, Vermentino
Gigot d'agneau : McPerson Basilisk Shiraz Mouvedre.
Glace a la fenouil : Saint Albert Pacherenc du Vic**

Poissons aux olives et herbes de Provence
(vis met olijven en Provençaalse kruiden)

Ingrediënten:

500	g	kleine pijlinktvissen,
700	g	zeebaarsfilet, circa 3 cm dik, in even grote stukken gesneden, ontveld
100	ml	extra vergine olijfolie
1	tl	gedroogd bonenkruid
1	tl	gedroogde rozemarijn
1	tl	gedroogde tijm
1	tl	versgemalen peper
150	g	zwarte olijven in olijfolie (goede kwaliteit)
3	st	tomaat, ontveld en grof gehakt
12	takjes	verse tijm
3	st	citroenen
2	st	stokbroden

Bereiding:

Verwarm de oven voor op 180°C.

Neem 1 inktvis tegelijk en snijd de tentakels vlak boven de ogen af. Duw het bundeltje tentakels binnenstebuiten en verwijder de harde bek. Snijd de 2 lange sliertjes tussen de tentakels af en gooi ze weg. Trek de lange doorschijnende pen en de ingewanden uit de lichaamszak. Spoel de lichaamszakken en tentakels onder de koude kraan. Snijd de tentakels eventueel in de lengte doormidden. Snijd de lichaamszakken overdwars in zeer smalle ringen.

Knip 12 vierkanten aluminiumfolie van 30 cm uit. Leg een stuk zeebaars in het midden van elk vel en kwast de vis in met olijfolie. Verdeel de tentakels en de inktvisringen over de pakjes. Doe het bonenkruid, de rozemarijn, tijm en peper in een kom en schep alles om. Strooi dit mengsel over de vis. Verdeel de olijven en de tomaten over de pakjes vis en schik er een takje tijm op. Vouw de pakjes aluminiumfolie goed dicht en leg ze naast elkaar op een bakplaat. Zet 20 tot 25 min in de oven van 180 °C tot de vis gaar is.

Controleer de vis op gaarheid. Proef en breng eventueel op smaak.

Serveren:

Schik de pakjes op de borden met een paar schijfjes citroen en geroosterd stokbrood.

Glace à la fenouil
(roomijs met gekonfijte venkel)

Ingrediënten:

Gekonfijte venkel

500	g	suiker
500	ml	water
1	st	venkelknol, bijgesneden en in blokjes gesneden

Roomijs

750	ml	slagroom
250	ml	melk
250	g	suiker
1	el	venkelstuifmeel (desgewenst)
		zout
4	st	eierdooiers
1	st	vanillestokje van ca 5 cm

Bereiding:

Gekonfijte venkel

Doe de suiker en het water in een pan en breng al roerend aan de kook tot de suiker is opgelost. Kook in 3 tot 4 min tot een dunne siroop. Schep er de blokjes venkel door en draai het vuur lager. Laat circa 20 min zachtjes koken, waarbij u af en toe omscheept, tot de venkel een groot deel van de siroop opgenomen heeft en goudgeel geworden is. Schep de venkel met een schuimspaan uit de siroop en laat in een zeef uitlekken.

Roomijs

Doe voor het roomijs de slagroom, melk, suiker, desgewenst het stuifmeel en zout in een pan. Breng al roerend tegen de kook aan en roer tot de suiker is opgelost. Klop intussen de dooiers in een kom tot ze lichtgeel zijn. Klop geleidelijk ca 250 ml van het hete roommengsel door de dooiers. Klop nu het dooiermengsel door het hete roommengsel. Verhit het mengsel al roerend 3 tot 4 min tot het dik genoeg is om aan de achterkant van een lepel te blijven hangen. Laat het niet aan de kook komen. Schep er het vanillestokje door en neem de pan van het vuur. Laat afkoelen tot de inhoud lauw geworden is. Giet door een fijne zeef boven een kom. Draai er in een ijsmachine ijs van. Schep er als het ijs stevig geworden is, de helft van de gekonfijte venkel door.

Serveren:

Schep het ijs in kommen en ganeer met de resterende gekonfijte venkel.

Soupe au pistou
(groentesoep met basilicumpuree)

Ingrediënten

Soupe

2	el	olijfolie
1	st	blonde of witte uien, gehakt
3	tn	knoflook, gehakt
150	g	aardappels als Bintje, Bildstar of Alfa, in blokjes
250	g	sperziebonen, bijgesneden en in stukjes van 3 cm gesneden
500	g	verse peulvruchten als borlottibonen, flageoletten of limabonen (ca 500 g ongepeld)
2	st	tomaten, ontveld en gehakt, met het sap
1500	ml	groentebouillon
1	el	verse tijm
1	tl	zout
1	tl	versgemalen peper
1	tl	verse marjolein
50	g	gebroken spaghetti of een andere kleine, dunne pastasoort

Pistou

6	tn	knoflook, gepeld, maar heel gelaten
125	g	verse grote basilicumbladen, grof gehakt
50	g	versgeraspte Parmezaanse kaas
50	g	pijnboompitten
150	ml	extra vergine olijfolie
1	tl	zout

Garnering op tafel

60	g	versgeraspte Parmezaanse kaas
----	---	-------------------------------

Bereiding:

Soupe

Verhit de olijfolie in een grote pan op een matig vuur. Doe er de ui en knoflook in en fruit circa 2 min tot de ui glazig is. Schep er de aardappels, sperziebonen en de gedopte bonen door en laat alles onder bijna voortdurend omscheppen 5 tot 6 min bakken tot de bonen glanzend en de aardappels bijna ondoorschijnend zijn. Schep er de tomaten met hun sap door. Voeg dan de bouillon, tijm, het zout, de peper en de marjolein toe. Draai het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat onder af en toe omscheppen ca 40 min zachtjes koken tot de aardappels en gedopte bonen gaar zijn. Schep er de pasta door en laat nog 10 tot 15 min koken tot de pasta gaar is.

Gigot d'agneau a la boulangère (lambout met aardappels, uien en courgette)

Pistou

Doe de knoflook, basilicum, kaas, pijnboompitten en 3 el olijfolie in een keukenmachine en draai tot een pasta. Giet er al draaiend geleidelijk de rest van de olijfolie bij tot u een dikke saus hebt. Voeg het zout toe en draai nog even tot alles goed gemengd is.
Breng op smaak met het zout.

Serveren:

Schep de soep in voorverwarmde soepborden en verdeel 1 el pistou over de soep. Garneer elke portie met een beetje geraspte kaas. Geef de rest van de pistou en kaas in aparte kommen erbij.

Ingrediënten:

15	g	roomboter
1000	g	bloemige aardappel als Turbo, in zeer dunne plakken gesneden
1000	g	grote blonde uien, in flinterdunne plakken gesneden
375	ml	runderbouillon
1	st	lambout van 2,75 tot 3 kg extra vergine olijfolie
1 ½	tl	gedroogde herbes de Provence
½	tl	theelepels zout
¾	tl	versgemalen peper
3	tn	knoflook, in dunne plakjes gesneden
6	st	courgettes
50	g	boter zout, zwarte peper
40	g	geraspte kaas
100	ml	slagroom

Bereiding:

Lambout (direct mee beginnen!)

Verwarm de oven voor op 200 °C. Neem een grote braadslee waar de lambout met groenten in passen en vet hem in met de boter. Zet weg.

Doe de aardappels, uien en runderbouillon in een grote pan, zet die op een middelhoog vuur en breng de inhoud aan de kook. Draai het vuur laag en laat zonder deksel 10 min zachtjes koken om de aardappels voor te koken.

Bereid intussen de lambout voor. Maak met de punt van een scherp mes 20 tot 25 kleine inkepingen rondom in de lambout. Wrijf het vlees rondom in met de olijfolie, herbes de Provence, zout en peper. Steek de plakjes knoflook in de inkepingen.

Schep de aardappels en uien met een schuimspaan uit de bouillon en doe ze in de voorbereide braadslee. Giet er de bouillon erbij.

Leg er de lambout op de groenten en zet de sleet terug in de oven. Draai de temperatuur op 190°C en laat de lambout circa 75 min braden tot een kerntemperatuur (dikste deel van het vlees en uit de buurt van het bot) van 57° tot 63°C voor medium. Besprenkel de lambout regelmatig met wat olijfolie. Neem de sleet uit de oven, dek losjes af met aluminiumfolie en laat het vlees 15 tot 20 min rusten.

Snij de lambout in plakken.

Courgettes

Was de courgettes en snijd het steeltje eraf. Snijd ze overlangs middendoor. Smelt de boter en fruit de courgettes aan de gesneden kant goudbruin. Doe ze in een ovenvaste schaal en bestrooi ze met zout, peper en geraspte kaas. Dek de schaal af met aluminiumfolie en bak ze 20 min. op 200 °C. Verwarm de slagroom.

Serveren:

Schik de aardappels en uien op de voorverwarmde borden en leg er de plakken lambout op. Schep de braadvocht over het lamsvlees en nappeer de courgettes met wat warme room.