

Feestgerechten 2016



Voorgetief

Froboscottle

Verrine van aardpeermousse met prei en kerrie

Aardpeer en wortelsalade

Gegrilde scampi en coquille, sausje van postelein met Ricard

Hoofdgerecht

Pomme Dauphinoise

Brunoise van selder en appel

Kalkoenhaasje met honing

Dessert

Sushi met fruit

Extra garnituur : appelchips



Foto's van de gerechten zijn te vinden via <http://www.annemiedufromont.com>

Nieuw ! Vanaf januari presenteer ik wekelijks een digitale nieuwsbrief die inspireert en motiveert. Schrijf je nu al in via annemie.dufromont@telenet.be.

Voorgetief

Frobscottle

(Bron : Plat préférée / Jeroen Meus)

Benodigdheden

8 kiwi's
Het sap van 1,5 limoen
8 dl magere vloeibare yoghurt
400 g frambozen
2,4 dl limonade Tonisteiner citroen
200 ml roosevice
1 tablet Redoxon (Vitamine C bij de apotheker)

Bereidingswijze : mise en place

Mix de frambozen in de yoghurt en zeef de frambozendrank.
Schil de kiwi's en doe ze met het limoensap in een blender. Mix tot alles goed vloeibaar is en zeef het vervolgens ook. Laat de twee dranken apart staan.

Bereidingswijze op het moment zelf

Meng de drinkyoghurt bij het kiwisap en voeg vervolgens geleidelijk de limonade toe. Voeg de roosvicee toe en mix weer goed door. Laat een kind de redoxon toevoegen (anders gaan de belletjes niet omlaag) en serveer.

Verrine van aardpeermousse met prei en kerrie (6 tot 8 hapjes)

Benodigdheden

600 g aardpeer
1 kleine prei
½ tas bouillon
50 g magere kruidenkaas
Peper en kerrie
Scheuten, vb van rode kool
50 g garnalen

Bereidingswijze

Schil de aardpeer, snij deze in kleine stukjes en laat garen in de bouillon.
Was de prei en snipper heel fijn. Stoof deze in 1 eetlepel noten- of arganolie op een zacht vuurtje. Laat de gare aardpeer uitdruppen, voeg de kruidenkaas toe en mix tot een mousse. Voeg de aardpeer samen met de prei en breng op smaak met peper en kerrie. Schep de mousse voorzichtig in glaasjes. Eventueel kan je ook een spuitzak gebruiken.
Garneer met de scheuten en een koffielepel garnalen. Dit gerecht kan zowel warm als koud geproefd worden

Aardperen en wortelsalade

Benodigdheden

400 gr aardperen
400 gr wortels
2 el dille of dragon
2 el notenazijn
2 el kappers
zout en peper

Bereidingswijze

Meng de kruiden, de azijn en de kappers, kruid naar smaak met zout en peper en zet even aan de kant.
Schil de wortelen en aardperen en rasp ze of snij ze in julienne.
Voeg de groenten bij de vinaigrette en meng alles.
Laat 30 minuten rusten op kamertemperatuur.
Presenteer de salade in kleine glaasjes of schaalpjes.

Gegrilde scampi en coquille, sausje van postelein met Ricard

Benodigdheden

2 bundels postelein
50 g geitenkaas
1 venkel
1 soeplepel Ricard
3 dl visfumet of water met 1 koffielepel visfumet pasta of water met
½ bouillonblokje
4 coquilles en 4 scampi

Bereidingswijze

Snipper de venkel fijn en laat garen in de visfumet. Voeg op het einde van de bereiding de postelein toe en laat kort meekoken. Mix het mengsel heel glad en zeef. Roer de geitenkaas los in de saus. Breng op smaak met peper en de Ricard. Start met een koffielepel Ricard en voeg er extra toe naar smaak.
Gril de scampi en coquilles. Schik per persoon één van elk op een bordje en napeer er een beetje saus over. Dien meteen op.

Feesttip

Feestgerechten met een grotere hoeveelheid vetstof dan aanbevolen laten niet alleen het gewicht na de feestdagen een sprong maken, maar de gerechten zijn ook veel zwaarder verteerbaar.
Let daarom op de hoeveelheid margarine of olie die je neemt, door de vetstof af te meten met een eetlepel. Vervang spek door gerookte ham en gebruik lichte room i.p.v. volvette. Vaak is room zelfs niet nodig om een gerecht heel lekker te laten smaken.

Hoofdgerecht

Pomme Dauphinoise

Ingrediënten (4-6 pers)

1 kg aardappelen
Peper, zout en nootmuskaat
1/2 bouillonblokje
4 knoflookteentjes
3 dl halfvolle melk
60 g magere geraspte kaas
Naar keuze om te garneren : gesnipperde peterselie

Bereidingswijze

Schil de aardappelen, was ze en snij ze in zeer fijne plakjes.
Wrijf een ovenschotel in met het knoflookteentje.
Pers de rest van de knoflookteentjes uit boven de melk.
Warm deze melk op samen met de kruiden en het bouillonblokje.
Schik nu een deel van de aardappelen in de ovenschotel, dakpansgewijs.
Overgiet met een deel van de melk.
Schik de volgende lagen op een zelfde wijze in de schotel. Eindig met de rest van de melk en bestrooi met de kaas.
Dek deze schotel af met aluminiumfolie en plaats ze in een hete oven gedurende 2 uur.
Eventueel kan de bereidingstijd een stuk ingekort worden door de schotel 20 min in de microgolfoven te plaatsen, vooral als het gaat over kleinere schotels. Laat hierbij de aardappelen 5 min garen op een hoog vermogen, de volgende 15 min op halve kracht.

Brunoise van selder en appel

Benodigdheden

1/2 knolselder
2 appels
1 afgestreken eetlepel sojaboter
Takje rozemarijn en tijm,
blad laurier
2 teentjes knoflook, geperst
peper en zout

Bereidingswijze

Schil de knolselder en snij die en de appels (met schil) in brunoise. Stoof de selderij aan in weinig vetstof, voeg een paar lepels water of bouillon toe indien nodig. Voeg de kruiden en de knoflook toe. Laat gedurende 10 minuten garen. Voeg dan de brunoise van appel toe en laat nog 5 min verder garen. Breng op smaak met peper en zout en verwijder het laurierblad en de takjes tijm en rozemarijn.

Kalkoenhaasje met honing

Benodigdheden

600 g kalkoenfilet
200 ml gevogeltefond
2 eetlepels vloeibare honing
1 afgestreken eetlepel margarine of olie
1 koffielepel selderijzout
1 mespunt kaneel
Peper
1 soeplepel uienconfituur : rode confituur voor een donkere saus, witte voor een bleke saus
Instant maïszetmeel
Naar keuze : 1 à 2 eetlepels noten of appelazijn

Bereidingswijze

Meng de honing, het selderijzout en de kaneel. Kruid met peper. Verhit 1 eetlepel vetstof in een braadpan. Bak de kalkoenfilet aan beide zijden mooi bruin. Verdeel het honing-kruidenmengsel over het vlees en zet de pan op een zeer laag vuur voor 20 à 25 min. Lepel tussendoor het honingmengsel weer over het vlees en keer de filet halfweg de bereiding. Houdt het vlees na garen warm uit de braadpan. Giet de gevogeltefond in de pan en schraap de braadresten los met een houten spatel. Laat de jus laat opkoken en bind lichtjes met het instant maïszetmeel. Breng op smaak met de uienconfituur en de azijn

Serveren

Zet een serveerring op het bord en lepel daarin de brunoise van selder en appel. Neem de serveerring weg. Snij de kalkoenfilet in plakjes en schik deze rond de groenten. Lepel een beetje van de saus langs het vlees. Presenteer met pomme daiphinoise of aardappelpuree op het bord geschikt met een ijslepel. Garneer naar believen met groentelinten, scheuten of salade. Tip : als je puree aardappelen gebruikt, kan je een klein laagje op de bodem van de serveerring leggen. Schik daarboven de groentenbrunoise. Zo blijft alles beter liggen.

Dessert

Sushi met fruit

Benodigdheden (voor 6 pers.)

200 gr dessertrijst

700 ml kokosmelk Alpro

1 zakje vanillesuiker, 8 g

3 eetl suiker, 45 g

Naar smaak :

geraspte schil van een goed gewassen citroen of limoen of sap van limoen of citroen

Garnering vb met aardbeien, kiwi, mango, kokos, munt en nectarine

Bereiding

Breng de dessertrijst met de kokosmelk, water, vanillesuiker en gewone suiker aan de kook. Laat dit al roerende 12 min pruttelen, pas op want de onderkant verbrandt snel. Als al het vocht is opgenomen en er een witte brij is ontstaan, zet je het vuur uit en laat je de rijst afkoelen. Was, schil en snijd ondertussen het fruit en de garnering in plakjes. Als de rijst helemaal of grotendeels is afgekoeld dan kun je er vormpjes mee maken. Maak je handen een beetje vochtig met water en neem een kleine eetlepel rijst in je handpalm en kneed er langwerpige vormpjes van. Leg ze op een schaal of bordje en leg de plakjes fruit er op. Bewaar de sushi met fruit zolang in de koelkast of serveer direct. Je kan de rijst ook vorm geven met twee soeplepels of een serveerring.

Extra garnituur voor het dessert : appelchips

Benodigdheden

Gewassen appels met voorkeur een rode schil

Bakpapier

Kaneel

Bereidingswijze

De appels hoeft je niet te schillen. Verwarm de oven voor op 90 graden.

Snij de appels in plakjes van ongeveer 2 mm en leg deze op een ovenplaat met bakpapier. Ze mogen elkaar niet overlappen. Bestrooi de appeltjes met kaneel.

Zet vervolgens de plaat in de oven en bak de appelschijfjes een uur. Vervolgens draai je ze om en bak je ze nog eens een uur. Het kan zijn dat ze iets langer of iets korter moeten bakken, maar dit zie je aan de appelschijfjes zelf. Zodra de rand lichtjes begint te krullen mag je ze omdraaien.

Laat de appelschijven uit de oven afkoelen.

