



KWB KOOKLES

Vers uit de zee

KWB Achterbos 2017

Tempura van Schelvis met Sojasausje

*

Dikke Vissoep !

*

Kabeljauw met Tomatensaus op een bedje van Spinazie, geserveerd met Puree

*

Karmijn Appeltaart

Onderstaande gerechten zijn steeds voor 4 personen !!!

Tempura van Schelvis met Sojasausje

Benodigheden:

- 2 eierdooiers
- 350 ml ijskoud water
- 2 theelepels maïzena
- 175 gr zelfrijzend bakmeel
- 500 gr Schelvisfilets
- 12 lepels rijstwijnazijn
- 4 eetlepels suiker
- 2 eetlepels sojasaus
- 4 theelepels verse geraspte gember

Bereiding van de Schelvis:

- Spoel de vis onder koud water en dep goed droog.
- Snij de vis in klein hapklare stukjes en kruid ruim af met peper en zout.

Bereiding van de tempura:

- Klop de eierdooiers met het water los. Voeg de maïzena en de zelfrijzende bloem toe. Klop dit op, maar het mag niet glad zijn. (Voor ene keer mogen der is klonters inzitten 😊)

Bereiding van de sojasaus:

- Meng de rijstwijnazijn, suiker, sojasaus en vers geraspte gember bij elkaar in een kom. Je kan hier eventueel nog experimenteren met teppan yaki/ketjap en rode pepertjes voor extra smaken/pittigheid.

afwerking:

- Haal de stukjes vis door het beslag, schud het overtollig beslag eraf en leg ze voorzichtig in de olie bij 170-180°C. je kan hiervoor een frietketel gebruiken, of een wok met zonnebloemolie.
- Serveer als hapje of als voorgerechtje op een bord.

Dikke Vissoep !

Benodigheden:

- 120 gr spek, in blokjes
- 2 ajuin
- 450 gr patatjes (loskokend)
- 1,15l water (of visfumet!)
- 85 gram sint jacobs schelpen
- 85 gram staartvis/zeeduivel
- 1 kg mosselen
- Selder
- 85 gram Kabeljauw
- 85 gram schelvis
- 2 lepels boter, gesmolten
- Peper en zout
- theelepel verse peterselie
- 1,5 kopje volle melk
- 0,5 kopje geëvaporeerde melk
- Brood kommetjes
- Olijfolie
- Visextract/Bouillon
- Bouquet Garni.
- Cayenne peper

Bereiding brood kommetjes:

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Snij de bovenkant van de pistolletjes eraf en haal de broodvulling eruit
- Borstel olijfolie aan de binnenkant van de broodjes.
- Plaats de broodjes met de opening naar boven in de oven op een bakplaat. Bak voor ongeveer 15 minuutjes of tot ze goudgeel zien binnenin.
- Laat de broodjes afkoelen.

Bereiding Vissoep:

- Bak de spekblokjes aan in een kookpot tot ze een beetje krokant zijn. Snij de een ajuin in fijne sliertjes en stoof de ajuin aan in de pan.
- Snij de aardappelen in kleine stukjes en voeg deze toe, samen met het water of de visfumet, aan de kookpot. Voeg de bouquet garni toe.
- Kook voor een 10-tal minuutjes, of tot de aardappeltjes gaar zijn.
- Kook de mosselen af met selder/ajuin, mosselkruiden.

- Ondertussen snij je de Sint-Jacobs vruchten in 4 delen en snij je de vis in stukjes van +- 2,5cm.
- Doe de vis en zeevruchten bij in de kookpot en kook ze +- 10 minuutjes mee, of tot de vis gaar is. Giet de mosselen af in een zeef boven de soep.
- Voeg de gesmolten boter toe en kruid af met peper en zout. Voeg ook een beetje cayenne toe voor extra punch!
- Voeg de melk en de geëvaporeerde melk toe en laat deze tot kookpunt komen.
- Voeg eventueel vis-extract/bouillon toe voor extra smaak.
- Breng de soep naar gewenste dikte met aardappelzetmeel.

afwerking:

- Lepel de soep in de broodkommetjes en werk af met peterselie.



Kabeljauw met een Tomatensaus op een bedje van Spinazie, geserveerd met Puree

Benodigheden:

- 2 Sjalotjes
- 4 teentjes look
- 1 pak spinazie
- 1 chilli peper
- Peper en zout
- Oregano/thijm/Rozemarijn
- 5 rijpe tomaten
- Scheutje witte wijn
- 2 koffielepels tomatenpuree
- 1 Citroen
- Bloem
- Aardappelen
- Verse Kabeljauw (+- 800gr)

Bereiding:

- Ontvel de tomaten, verwijder de pitten en snij in kleine blokjes.
- Snij de sjalotjes in kleine snippers en fruit aan samen met de 2 teentjes look, en de chilli peper die ook in kleine stukjes is gesneden.
- Voeg de tomatenpuree aan de sjalotten en bak deze even mee aan. (Zo verdwijnt de zure smaak)
- Blus met een scheut witte wijn.
- Voeg de tomatenblokjes toe en laat het geheel nu zachtjes gaar koken. Kruid af met oregano, thijm en rozemarijn.
- Wrijf de kabeljauw in met citroen, peper en zout. Bloem de kabeljauwstukjes. Bakken in voldoende boter (als de boter te fel kleurt, koude boter toevoegen).
- Bak de spinazie samen met 2 teentjes look aan in een grote wokpan.

afwerking:

- Leg een bedje spinazie op het bord, met daarop een laagje tomatensaus. Leg de kabeljauw op de tomatensaus en serveer met een toefje puree.

Karmijn appeltaart

Benodigheden:

- 4 Karmijnappels of boskoop
- 4 plakken bladerdeeg
- 2 eetlepels kaneelsuiker
- 4 bollen vanilleijs
- Frangipane
- Vanillesaus
- Vierkante karamelrekjes

Benodigheden vanillesausje:

- 2,5 dl melk
- 2,5 dl room
- 75 gram suiker
- 6 eierdooiers
- Merg van een vanillestokje

Benodigheden karamelrekjes:

- 250 gram suiker
- 130 gram glucosesiroop

Bereiding Taartjes:

- Laat het bladerdeeg ontdooien en snij uit elk plakje een cirkel van ongeveer 12cm. Prik het met een vorkje een beetje in zodat het deeg niet te hoog opkomt.
- Bak de bodems 8 tot 10 minuten in een oven van 180°C. Het deeg moet niet helemaal gaar zijn, maar wel krokant van buiten.
- Laat de bodems wat afkoelen.
- Spuit met een spuitzak de frangipane gelijkmatig over het bladerdeeg. Schil de appels en snij ze in vieren.
- Haal het klokhuis eruit en snij van deze partjes mmoie dunne plakjes van +- 3 mm. Leg deze plakjes dakpansgewijs op de frangipane. Ga hiermee door totdat het hele taartje royaal belegd is en er ook wat hoogte in zit.
- Bestrooi de taartjes met kaneelsuiker en bak ze meteen af.
- Ongeveer 15 minuten in een oven 180°C
- Serveer direkt na het bakken.

Bereiding vanillesausje :

- Melk, room, suiker en vanillestokje al roerend aan de kook brengen.
- De eierdooiers wit kloppen met een garde. Voeg de helft van de kokende massa al roerend bij de eierdooiers. Deze massa terug in de pan doen bij de andere helft. Met een spatel roerend garen op een laag vuur (maximum 70°C !), zodat de eierdooier kan binden.
- Als de massa gebonden is van het vuur halen en door een bolzeef gieten. In een bekken met ijswater laten schrikken en vervolgens onder regelmatig roeren laten koud worden.

Bereiding karamelrekjes :

- Doe als eerste een scheutje water in de pan en voeg dan de suiker en glucosesirrop toe. Breng dit op middelmatig vuur zonder te roeren aan de kook.
- Zet een groot bekken met koud water klaar om de pan meteen af te koelen.
- Als de suikermassa licht begint te kleuren direct van het vuur halen en in het bekken afkoelen.
- Maak nu met een lepel van de massa op bakpapier een ronddraaiende beweging en laat de massa daarbij langzaam in een dunne straal van de lepel lopen.
- Geef het rekje zo de gewenste vorm.
- Als de massa te ver is afgekoeld kan je ze voorzichtig terug opwarmen.

afwerking:

- Plaats een bol vanilleijs op het taartje en overgiet met vanillesaus.
- Plaats het karamelrekje er boven op.
- Serveer warm (en snel of uwen bol smelt!)