



**Cuisine Culinaire Nederland Afdeling West Brabant**  
Koken in het Bourgondisch Brabant

---

**Receptuur voorronde CCN Bokaal 2018**  
**CCN West-Brabant**

**Bas Manniën**  
**Barrie van de Merbel**  
**Carry Musters (reserve)**  
**André Schoonen**

**Menu 17 maart 2018**

**Voorgerecht: Duo van makreel**

Gebakken makreel | tartaar van makreel | wilde bladspinazie | puntpaprika | tomaat

**Hoofdgerecht: Kip & Gamba**

Kip | gamba | amandel | zoete aardappel | spinazie

**Nagerecht: Chocolade & bloedsinaasappel**

Chocolade-hazelnootkoek | crème van chocolade | bloedsinaasappel | banaan | kaneel



**Cuisine Culinaire Nederland Afdeling West Brabant**  
Koken in het Bourgondisch Brabant

---

## Voorgerecht: Duo van makreel

Gebakken makreel | tartaar van makreel | wilde bladspinazie | puntpaprika | tomaat

Zet 3 mooie ovale borden of schalen klaar.

### Paprika-tomatensaus

3 puntpaprika's

400 g tomaten

Zout en peper

Houd een halve puntpaprika apart voor de gekonfijte paprika en zet 6 tomaten opzij voor de gemarineerde tomaten.

De overige puntpaprika's halveren, zaadlijsten verwijderen en roosteren onder een salamander of in de oven op de hoogste grillstand tot ze zwartgeblakerd zijn.

Paprika's uit de oven halen, in huishoudfolie rollen en een minuut of 10 laten rusten zodat de geblakerde vel goed loskomt.

Verwijder de zwarte schil van de paprika's, maak deze goed schoon en gebruik het vruchtvlees voor de saus.

De tomaten met de paprika zacht bakken, hierna pureren. Saus door de zeef halen en inkoken tot de juiste dikte. Breng net voor het uitserveren op smaak met zout en peper.

### Gekonfijte paprika

0,5 puntpaprika (zie boven)

1 teen knoflook

Olijfolie

Zout, peper, suiker

Verwarm een oven op 90 graden.

Snijd de halve puntpaprika in 2 kwarten en de binnenkanten kruiden met zout, peper, een beetje suiker, knoflook en olijfolie. Konfijt dit in een ovenschaal 45 minuten op 90 graden.

Snijd in reepjes en zet afgedekt weg tot gebruik.

### Croutons

2 witte boterhammen

1 teen knoflook

Olijfolie

Fleur de sel

Steek 3 rondjes uit van Ø 4 cm en van het restant brood croutons van 0,5 x 0,5 cm snijden.

Verwarm een pan met olie en geplette knoflook en rooster alle croutons (rondjes en vierkantjes) goudbruin. Laat uitlekken op een keukenpapier en zout na met fleur de sel.

15 vierkante croutons gaan naar het hoofdgerecht, de rest gaat naar de pesto.

### Spinaziepesto

4 g amandelen

0,5 citroen

4 g hazelnoten

8 g croutons (zie boven)

15 g spinazie

50 g extra vierge olijfolie

0,5 teen knoflook

Zout en peper

Rooster de amandelen en hazelnoten in een koekenpan.



Was de spinazie (goed drogen) en doe deze in de kom van de staafmixer. Ontvel de knoflook en de hazelnoten en voeg deze toe. Rasp de schil van een halve citroen en knijp het sap boven een zeefje eruit (let op de hoeveelheid ivm grootte citroen) en voeg dit toe. Bewaar de andere helft van de citroen voor de mayonaise voor de tartaar van makreel.

Voeg tenslotte de croutons toe en pureer het geheel tot een gladde massa.

Voeg beetje bij beetje de olijfolie toe.

Voeg peper en zout toe naar smaak. Als het mengsel nog te dik is, kun je wat extra olijfolie toevoegen. Doe in een spuitzak en leg tot gebruik koel weg.

### **Aangemaakte spinazie**

4 handvol wilde bladspinazie

3 el aceto balsamico

1 tl dijonmosterd

3 partjes bloedsinaasappel

1 tl honing

Zoute en peper

9 el extra vierge olijfolie

Verwijder slechte blaadjes en steeltje van de spinazie. De uitgezochte spinazieblaadjes goed wassen en afdrogen. 20 blaadjes gaan naar het hoofdgerecht voor het spinaziepoeder.

Meng de mosterd, balsamico, honing en de olie voor de vinaigrette, breng op smaak met zout en peper. De partjes bloedsinaasappel in drieën snijden en marinieren met de vinaigrette. Zet de vinaigrette afgedekt in de koeling.

### **Makreel**

3 verse makrelen

Zet alvast de ingrediënten voor de bloedsinaasappelmayonaise klaar, zodat deze goed op kamertemperatuur komen.

Maak de makreel schoon en snij er 6 mooie filets uit. Zorg dat er geen graten achter blijven.

3 makreelfilets worden gebakken voor het uitserveren, de andere drie gaan naar de tartaar van makreel. Verwijder van 3 van de filets de huid en snijd hier een mooie tartaar van.

Zet zowel de filets als de tartaar afgedekt weg in de koeling.

### **Tartaar van makreel**

1 eidooier

1 el bloedsinaasappelsap

1 tl dijonmosterd

100 ml zonnebloemolie

1 teen knoflook

Zeste van bloedsinaasappel

1 el citroensap

Doe de eidooier, mosterd, de geplette teen knoflook, citroensap en bloedsinaasappelsap in de beker van de staafmixer en vermeng deze met de staafmixer, voeg vervolgens met een dun straaltje de zonnebloemolie toe en trek er een mayonaise van.

Roer de zeste van de bloedsinaasappel door de mayonaise en voeg naar smaak zout en peper toe.

Meng een half uur voor uitserveren de mayonaise met de makreeltartaar en zet deze afgedekt weg in de koeling.



### Gemarineerde tomaat

6 tomaten met kroontje  
6 el olijfolie  
1 teen knoflook

Fleur de sel  
Versgemalen peper

Verwarm de oven op 180 graden.

Leg de 6 tomaten (met de kroontjes) in een ovenschaal, besprenkel met de olijfolie en voeg de geplette teen knoflook toe. Strooi er wat fleur de sel en versgemalen peper over. Zet de ovenschaal 10 tot 12 minuten in de oven. Zet de tomaten weg tot gebruik.

### Afwerking

Vene cress

Boter

Olijfolie

Haal de makreelfilets een kwartier voor het uitserveren uit de koeling, zodat deze op kamertemperatuur kan komen.

Warm de paprika-tomaten saus rustig op en breng op smaak met zout en peper.

Snijd in de velkant van de makreel drie diagonale sneetjes en bestrooi met zout en peper.

Maak de wilde bladspinazie aan met de vinaigrette, maar bewaar een deel hiervan, waar ook de partjes bloedsinaasappel in zitten.

Verwarm een koekenpan met antiaanbaklaag en doe hierin de boter en een scheut olijfolie.

Leg de makreelfilets rustig in de pan en schud deze meteen, zodat de filets niet vast bakken.

Bak de makreelfilets 2-3 minuten op de velkant, draai voorzichtig om en bak alsnog 2-3

minuten. Haal uit de pan, leg de vis op een plateau en kruid na met een beetje peper en wat zout.

Leg de aangemaakte bladspinazie diagonaal van linksboven naar rechtsonder over het bord.

Leg aan de linkerkant op de spinazie een crouton en verdeel hierop de tartaar van makreel

met behulp van een ring van 4 cm. Leg de gebakken makreel aan de rechterkant op de

spinazie met de velkant boven. Garneer met twee gemarineerde tomaatjes en drie reepjes

gekonfijte paprika. Schenk de paprika-tomaten saus tegen spinazie en druppel hier wat

pesto in. Besprenkel wat van de vinaigrette met de bloedsinaasappelpartjes op de gebakken makreel en leg enkele blaadjes cress op de tartaar.



## Hoofdgerecht: Kip & Gamba

Kip | gamba | amandel | zoete aardappel | spinazie

Zet 3 mooie ronde borden of schalen en een sauskannetje klaar in de warmhoudkast.

### Kippenfond

3 kippenbouten met vel	1 takje tijm
Olijfolie	1 takje rozemarijn
3 bosuitjes	10 witte peperkorrels
2 sjalotjes, grof gesnipperd	150 ml gevogelte fond
50 ml witte wijn	
500 ml koud water	

Haal het vel voorzichtig van de kippenbouten en bewaar deze.

Fileer het kippenvlees en snijd de mooiste stukken in 9 blokjes van 3 cm, zet deze afgedekt in de koeling. Snijd het meeste vet van de overgebleven kiplen.

Haal de verdroogde lagen van de bosuitjes en snijd een stukje van de onderkant af. Dit gebruiken we niet. Snijd de donkergroene delen van de bosuitjes en ontdoe ze van een aantal lagen totdat er mooie witte groene bosuitjes overblijven. Bewaar deze voor later en snijd het restant fijn.

Braad de kiplen met bot in de olijfolie aan. Doe de fijngesneden sjalotjes en het fijngesneden restant van de bosuitjes erbij en stoof dit kort aan en blus af met de witte wijn. Laat dit even gaan en doe er het water bij. Breng het aan de kook en schuim het regelmatig af.

Voeg dan tijm, rozemarijn en de peperkorrels toe. Doe een deksel op de pan en laat dit een uur tot anderhalf uur zachtjes gaan.

Zeef de bouillon. Voeg 150 ml gevogelte fond toe. Kook dit tot de helft in. Zet apart en bewaar de fond.

### Amandel saus

9 verse gamba's met kop	Kippenfond (zie boven)
2 sjalotjes, fijngehakt	50 ml room
1 eetlepel Olijfolie	Zout
55 g blanke amandelen zonder vlies	Witte peper gemalen
50 ml witte wijn	

Pel de garnalen en bewaar de kop en schalen. Verwijder het darmkanaal, en zet de gamba's afgedekt weg in de koeling.

Fruit de sjalot met de kop en schalen zachtjes in 5 minuten in de olijfolie. Roer regelmatig. Voeg de kippenfond toe en kook alles 10 minuten zachtjes in. Zeef de fond en druk alles goed uit. Druk de schalen door een pureeknijper om alle sappen uit de koppen en schalen te krijgen. Bewaar dit.

Hak de amandelen grof en rooster deze in een hete pan. Zorg dat de amandelen niet aanbranden. Voeg de wijn toe en laat kort koken. Voeg nu de ingekookte fond toe en laat alles 5 minuten zachtjes koken. Voeg de room toe en breng weer zachtjes aan de kook. Kook de saus wat in.

Zeef de saus door een fijne zeef. Breng de saus op smaak met zout en witte peper en zet deze afgedekt weg. Voor gebruik kort opwarmen en nogmaals door een fijne zeef halen.



### **Chips van kippenvel**

3 kippenvellen (zie boven)

Zout

Zwarte peper uit de molen

Bakpapier

Verwarm de oven voor op 180 graden Celsius

Haal het meeste vet van het kippenvel. Leg op een bakplaat een stuk bakpapier en leg hier het kippenvel zo plat mogelijk op, zodat zoveel mogelijk van de huid contact maakt met het papier. Bestrooi de huid met peper en zout en dek af met een stuk bakpapier. Pak vervolgens iets zwaars, zoals een ovenschaal, en leg dit op de bakplaat. Zet de plaat voor 30 minuten in de oven. Kijk dan of ze mooi goudbruin en knapperig zijn geworden.

Haal de bakplaat uit de oven en laat de huid op keukenpapier uitlekken. Breek het vel in mooie stukken en zet deze tot gebruik afgedekt weg.

### **Poeder van wilde bladspinazie**

20 blaadjes wilde bladspinazie

Fleur de sel

Verwarm de oven op 90 graden.

Maak de spinazieblaadjes schoon. Blancheer de blaadjes kort in water met wat zout.

Droogdeppen en laten uitlekken op keukenpapier.

Leg de blaadjes op een vel bakpapier en laat ze 45 minuten drogen in de oven.

Maal de blaadjes, samen met wat fleur de sel, tot poeder met een staafmixer. Zet afgedekt weg tot gebruik.

### **Bereidingen van zoete aardappel: pommes carré, couscous van zoete aardappel en crème van zoete aardappel**

1 zoete aardappel van +/- 300 gr.

Boter

50 g boter

80 ml gevogelte fond

Melk

Olijfolie

Snijd een halve zoete aardappel in gelijke blokjes van 0,5 cm., voor de pommes carré, zet deze afgedekt weg tot gebruik.

Snijd van een kwart zoete aardappel flinterdunne plakken van zoete aardappel met de mandoline en snijd deze in een zeer fijne brunoise voor de couscous van aardappel, zet deze afgedekt weg tot gebruik.

Schil het restant van de zoete aardappel, snijd in gelijke stukken voor de crème van zoete aardappel. Doe deze met wat water in een pan zodat de aardappelen net onder staan. Zet de aardappels op middelmatig vuur en laat zachtjes gaar worden. Wrijf de aardappel door een fijne zeef, voeg boter en melk toe en vermeng tot een mooie crème. Doe in een spuitzak en leg weg tot gebruik.

Doe voor de couscous van zoete aardappel de fond in een pan met de boter (houdt een klein klontje over) en voeg de brunoise toe. Breng dit aan de kook en laat dit 5 minuten zachtjes gaan. Giet af door een zeef en doe een klein klontje boter op de couscous. Zet afgedekt weg tot gebruik.

Verwarm een koekenpan met olijfolie en bak de pommes carré hierin krokant. Laat uitlekken op een keukenpapier en nazouten met fleur de sel. Zet afgedekt weg tot gebruik.



### Geroosterde bosui

3 schoongemaakte bosuitjes (zie boven)

Leg de bosui op een plateau en rooster deze kort met een crème brûlée brander. Zet weg tot gebruik.

### Kip en gamba's

50 g boter

Scheut olijfolie

Kippenvlees in blokjes (zie boven)

Gamba's (zie boven)

30 ml Pernod

Peper en zout

Verhit de boter met de olijfolie in een koekenpan. Bak de kippenvleesblokjes rustig bruin in 6 minuten. Bak de gamba's de laatste 3 minuten mee en blus af met de Pernod. Breng op smaak met peper en een weinig zout. Bij het dresseren zal er nog spinaziepoeder over de kip gestrooid worden, wat nog extra smaak toe zal voegen.

Schep alles uit de pan en houd warm.

### Afwerking

Croutons (van het voorgerecht)

Affilla cress

Leg om en om kipblokjes en gamba's in de vorm van een halve cirkel aan de buitenkant van het bord. Garneer met blokjes zoete aardappel, kleine bergjes couscous, toefjes crème van zoete aardappel en de croutons. Plaats twee à drie krokante stukken kippenvellen rechtop tegen een kipblokje en een gamba. Zet hiertussen een geroosterde bosui. Strooi wat spinaziepoeder over de kippenblokjes. Serveer het bord uit en schenk aan tafel, aan de binnenkant een mooie spiegel van de amandelsaus. Leg tenslotte enkele takjes affilla cress tussen de gamba's en kipblokjes.



## Nagerecht: Chocolade & bloedsinaasappel

Chocolade-hazelnootkoek | crème van chocolade | bloedsinaasappel | banaan | kaneel

Zet 3 mooie ronde borden of schalen klaar, waar een koek van  $\varnothing$  11 cm ruim in past.

### Bloedsinaasappel-kaneel sorbet

0,5 stuks gelatineblad	50 g suiker
2 bloedsinaasappelen	50 ml water
1 citroen	1 kaneelstokje
1 limoen	

Zet een bakje of schaalpje in de vriezer om te koelen.

Week de gelatine in koud water en laat uitlekken.

Rasp de zeste van 1 bloedsinaasappel, zet deze afgedekt weg voor het voorgerecht.

Schil met een dunschiller een aantal repen van de schil van de andere bloedsinaasappel en zet deze afgedekt weg voor de gekonfijte sinaasappelschil.

Bewaar een halve sinaasappel en pers de rest uit. 100 ml wordt gebruikt voor het ijs, 1 eetl gaat naar het voorgerecht.

Pers de citroen en bewaar de schil.

Voeg het bloedsinaasappelsap, de eetlepel citroensap, sap van de limoen, de suiker, het water en het kaneelstokje bij het bloedsinaasappelsap, breng dit aan de kook en laat dit ongeveer 1 minuut door koken. Voeg de geweekte gelatine toe en laat afkoelen in een ander schaalpje.

Zeef na een half uur de compositie en doe het geheel in het gekoelde bakje en zet deze afgedekt in de vriezer. Roer het af en toe op voor een sorbet structuur te verkrijgen.

Wanneer het ijs goed stevig is, met een meloenbolsteker mooie bolletjes uitsteken en tot gebruik terug leggen in de vriezer.

### Bavarois van banaan

1,5 blad gelatine	100 g banaan
1 eidooier	Sap van 1 citroen (zie boven)
50 g suiker	100 ml room
100 ml melk	

Week de gelatine in koud water en laat deze uitlekken.

Doe de eidooier in een kom, voeg de suiker toe en klop het dik en schuimig. Breng de melk aan de kook, draai het vuur laag en houd de melk warm. Giet er met kleine beetjes tegelijk de warme melk bij en klop krachtig.

Giet het mengsel terug in de melkpan en zet deze op een zacht vuurtje. Laat al roerend met een spatel gaar worden, maar laat deze niet koken.

Voeg nu de gelatine toe en blijf roeren tot deze opgelost is.

Snijd de banaan in schijfjes en besprenkel meteen met het citroensap.

Doe nu het gegaarde roommengsel en banaan in de Magimix en laat de machine 2 minuten draaien of tot alle banaan gepureerd is.

Passeer nu het mengsel door een fijne zeef. Rasp wat zeste van de bewaarde citroenschil boven het banaan-room mengsel en roer dit door. Laat het mengsel vervolgens wat afkoelen terwijl je het af en toe met een spatel doorroert.





Klop tenslotte de room stijf en spatel deze in kleine hoeveelheden door het banaan roommengsel. Giet deze in ringen van 4 cm en 6 cm en laat deze afgedekt opstijven in de koeling.

### Crème van chocolade

0,5 stuks gelatineblad	1 g zout
300 ml room	2 g agar
25 g water	100 g pure chocolade
50 g suiker	

Week de gelatine in koud water en laat deze uitlekken.

Kook de room, water, suiker en zout op. Voeg agar toe, roer het mengsel goed door. Smelt tegelijkertijd 90 gram van de chocolade au bain-marie, bewaar de rest.

Schenk een gedeelte van de room door de gesmolten chocolade en roer het mengsel opnieuw goed door. Doe dit mengsel terug in het roompannetje, roer dit wederom goed door en kook het mengsel gedurende twee minuten al roerend zachtjes door.

Haal de pan van het vuur en voeg de geweekte gelatine toe.

Stort het chocolademengsel uit in een plateau tot een laag van circa 0,5-1 cm dik.

Laat het chocolademengsel afkoelen gedurende 60 minuten. Steek een rondje uit van  $\varnothing$  11 cm en steek excentrisch een kleiner rondje van  $\varnothing$  4 cm uit. Zet afgedekt weg tot gebruik.

### Gekonfijte bloedsinaasappelschil

Schil van 1 bloedsinaasappel (zie boven)	2 g anijszaad
50 ml water	1 steranijs
50 g suiker	

Snijd 9 reepjes van de bewaarde bloedsinaasappelschil en blancheer de reepjes 3 keer in kokend water.

Breng het water met de suiker aan de kook en voeg de overige ingrediënten toe. Voeg de geblancheerde schil toe aan het suikerwater en zet dit afgedekt weg tot gebruik.

### Confituur van bloedsinaasappel

0,5 bloedsinaasappel (zie boven)
80 ml water
40 g suiker
10ml Cointreau

Snijd uit de halve bloedsinaasappel 6 partjes, waarvan 3 naar het voorgerecht gaan. Snijd elk partje in 3 stukken.

Kook het water met de suiker en de Cointreau tot een zeer lichte karamel en laat afkoelen.

Als de massa een temperatuur heeft bereikt van 50°C, voeg je de bloedsinaasappel toe en laat het verder terug koelen. Zet afgedekt weg tot gebruik.

### Gelei van banaan

Banaan bavarois (zie boven)
0,5 limoen
15 ml olijfolie

Neem de twee ringen van 6 cm gevuld met banaan-bavarois die inmiddels opgestijfd is en stort deze uit in een bakje. Voeg de zeste en het sap van de halve limoen toe, vervolgens

met een staafmixer opdraaien tot een gladde massa, voeg op het laatst de olijfolie toe. Doe de gelei in een spuitzak en leg weg tot gebruik in de koeling.

### Chocolade hazelnoot koek

35 g hazelnoot

50 g zachte roomboter

62,5 g suiker

0,5 ei

37,5 g tarwebloem

1,5 eetlepel cacao

0,25 theelepel bakpoeder

Verwarm de oven op 200 graden, neem een bakplaat en een vel bakpapier.

Rooster de hazelnoten in een warme koekenpan. Verwijder de loskomende vliezen en hak de noten fijn met een staafmixer.

Doe de boter en de suiker in een beslagkom en roer tot een crème. Roer vervolgens het ei erdoor. De bloem, de cacao en het bakpoeder zeven en toevoegen. Alles tot een glad deeg roeren en de fijngehakte hazelnoten toevoegen.

Van het deeg hoopjes maken op de bakplaat en deze met de bolle kant van een lepel uitsmeren tot cirkels van 11 cm (in de oven zullen ze iets uitlopen).

Bak de koeken in circa 8 minuten gaar. Neem de koeken uit de oven en steek met een steker van  $\varnothing$  11 cm de koeken uit op de juiste maat. Zet weg tot gebruik.

### Afwerking

5 g pure chocolade in grove brokjes

Honey cress

Neem een koek en leg deze op het bord. Leg hierop de cirkel van chocolade crème en plaats de bananen bavarois in het excentrisch uitgestoken gat.

Neem 2 bolletjes bloedsinaasappelsorbet en plaats deze aan de rand van de cirkel, tegenover het bavarois torentje. Plaats tussen de bolletjes ijs drie stukjes confituur van bloedsinaasappel, spuit op verschillende plaatsen een dotje banaangelei en drapeer hier drie gekonfijte reepjes schil over. Bestrooi met wat fijngehakte chocolade en leg er tenslotte een drietal blaadjes honey cress op.

