

**‘Groep 5 in Coronatijd’  
Kookclub’**

**29 april 2020**

**Appelcompote met tonijntartaar, ei en wasabi  
mayonaise**

---

**Venkelcappucino met gerookte kip**

---

**Lamskroon met knoflookpuree, groene  
voorjaarsgroentes**

---

**Tiramisu**

## **Appelcompote met tonijntartaar, ei, wasibi mayonaise**

Ingrediënten	Bereiding
4 eieren Spijsolie 2 el mayonaise 2 tl wasibi  (4 personen)	Schil de appels, snij deze in stukjes van ½ cm en besprenkel deze met citroensap.
<i>Voor de compote:</i> 1 appel (Granny Smith) Sap van ¼ citroen ½ rode peper 2 el gembersiroop ½ blaadje gelatine	Verwarm de gembersiroop in een pannetje en fruit hierin de heel dun gesneden reepjes peper * voeg de appelstukjes toe en schud deze kort door de siroop * Los hierin de geweekte gelatine op en haal de pan direct Van het vuur zodat de appel nog knapperig blijft * Laat De compote afkoelen in de koelkast
<i>Voor de tartaar:</i> 240 gram tonijnfilet 1 el olijfolie 1 el kikkoman sojasaus Sap van 1 part citroen 1 sjalot (ragfijn)  Vegetarisch: Met mango ipv tonijn	Snij de tonijnfilet met een scherp mes in blokjes van ½ cm en vermeng ze met de olijfolie, het citroensap, de sojasaus en het sjalot en bewaar in de koelkast * Breek de eieren en doe de dooiers per stuk in met spijsolie ingevette koffiekopjes en druppel over elke dooier een theelepeltje olie * Gaar de dooiers gedurende 25 min op 65°C in een voorverwarmde oven zodat de binnenzijde nog zacht is. OF: eitjes heel zachtjes bakken en uitsteken met een ring (is veel eenvoudiger)
<i>Opmaken</i>	Schep de appelcompote in een ronde steker midden op het bord en schep daarop de tonijntartaar en druk deze zachtjes aan. Vermeng de mayonaise met de wasibi en glaceer met een eetlepel de bovenzijde van de tartaar. Plaats hierop de lauwwarme eidooier (of eitje). Garneer het gerecht met nog wat wasibi mayonaise, sojasaus en appel op het bord.

## Venkelcappuccino met gerookte kip

<b>Ingrediënten</b>	<b>Bereiden</b>
<p>Voor 12/13 personen</p> <p>1 kg kippenvleugels 150 gr. Wortel 200 gr. Prei 100 gr. Selderij</p> <p>*****</p> <p>9 sjalotjes 3 teentjes knoflook 4 venkelknollen 150 gr. Boter 2,5 liter bouillon 3 eetlepels gehakte muntblaadjes</p> <p>*****</p> <p>150 gr. slagroom</p>	<p>Bouillon: trek van de ingrediënten een bouillon</p> <p>Pel de sjalotjes en knoflookteentjes en snij deze fijn. Snij het groen van de venkel in smalle reepjes. Snijd de venkel in smalle reepjes Verhit de helft van de boter en fruit sjalotjes en ui glazig. Voeg de venkel toe en bak deze 5 min. mee. Schenk de bouillon erbij en kook zachtjes 20 min. Voeg na 10 min. de muntblaadjes toe. Pureer de bouillon met de staafmixer.</p> <p>Klop de slagroom met een snufje zout lobbig.</p>
	<p>Zet de kip een half uur in het pekelwater ( 100 gr. Zout per 1 liter water). Dikke kipfilet evt. door midden snijden. Peper de kipfilet. Rook de kipfilet in de rook oven (± 45 min. Op middel hoog vuur) en laat daarna afkoelen.</p>
3 bladerdeeg blaadjes	<p><b>Soepstengels</b></p> <p>Bestrijk het bladerdeeg met wat eigeel; snij in stroken en bestrooi met wat voor handen is (bv wat fijn gesneden kaas en gehakt amandelschaafsel). Bak deze in 8 min. af in de oven op 190°C.</p>

## **Lamskroon met knoflookpuree, groene voorjaarsgroentes**

<b>Ingrediënten (5 personen)</b>	<b>Bereiden</b>
1 Lamskroon (en) (afhankelijk van het aantal personen) 2 teentjes knoflook  3 tl. gedr. rozemarijn 3 tl. gedr. tijm 3 tl. gedroogde salie (of kruiden van Hassan)  6 tl. mosterd zout, peper Scheut olijfolie	<p style="text-align: center;">Verwarm de oven voor op 220°C.            Maak een smeuïge pasta van de kruiden, knoflook en            de mosterd en wrijf het vlees hiermee in.</p> <p>Zet de lamskroon in een passende braadslee en plaats            midden in de oven. Zet de oven na 10 min. terug naar            180° C en laat dan nog 30 min staan of gebruik de            kernthermometer tot 55° C.            Neem het vlees uit de oven en laat het nog 10 min.            rusten afgedekt met alu folie.</p> <p style="text-align: center;">Snijd het bindweefsel tussen de ribben weg en maak            de beentjes mooi schoon.</p> <p style="text-align: center;">Snijd per persoon 2 of 3 koteletjes af</p>
Knoflookpuree en / of kleine gebakken krieltjes	<p style="text-align: center;">Puree maken en knoflook toevoegen</p> <p style="text-align: center;">Krieltjes bakken</p>
Groene groentes	<p style="text-align: center;">Groene asperges....5 min blancheren            Peultjes.....eveneens blancheren            Haricots verts....blancheren            Voor het opdienen even warmen in een klontje boter</p>

## **Tiramisu met tokkelroom /advocaat**

Ingrediënten	Bereiden
<p>325 gr. Mascarpone  75 gr. Basterdsuiker  270 ml sinasappelsap (zelf persen)  300ml advocaat of tokkelroom</p> <p>Lange vingers</p> <p>150 ml slagroom en 100 ml  3 el cacaopoeder  2 handsinasappels  2 blaadjes gelatine  1 zakje klop fix</p>	<p>Klop in een kom met de handmixer de mascarpone, de suiker, 75 ml sinasappelsap en 100ml slagroom luchtig  Verdeel de helft van de mascarpone meteen over de bodem van een schaal</p>
	<p>Schenk de rest van de sinasappel in een bord;  wentel de lange vingers door het sap en leg op de mascarpone.  Verdeel de tokkelroom/advocaat over de lange vingers, schep hierover de resterende mascarpone en strijk glad.</p> <p>Laat vervolgens even opstijven in de koelkast</p> <p>Klop ondertussen de slagroom stijf met het zakje klopfix en spuit met toefjes op de mascarpone, bestrooi met cacaopoeder en laat vervolgens minimaal twee uur opstijven in de koelkast.</p> <p>P.S.: eventueel 2 blaadjes gelatine laten weken en op laten lossen in de eerst warm gemaakte sinasappelsap en daarna bij de opgeklopte mascarpone/slagroom doen voor extra stevigheid</p>