

GEPOCHEERDE EN GEGRILDE PARELHOEN

MET SAUCE ANTIBOISE

10 PERSONEN

INGREDIËNTEN

PARELHOEN

3 l	water
120 gr	venkel
3 tenen	knoflook
1/2	citroen
3 blaadjes	laurier
3 takjes	tijm
10	peperkorrels zwart
30 gr	sojasaus wit
10	parelhoenbouten
olijfolie	
fleur de sel	

SAUCE ANTIBOISE

6	tomaten
2	sjalot
1½ teen	knoflook, geraspt
200 ml	kippenbouillon
3 takjes	basilicum
25 ml	olijfolie
½	citroen
20 ml	balsamicoazijn
	zout en peper



DE KOOKFABRIEK

powered by **ATAG**



SOJA

PHILIPS

Fissler

GEPOCHEERDE EN GEGRILDE PARELHOEN

MET SAUCE ANTIBOISE

10 PERSONEN

BEREIDING

PARELHOEN

1. Breng 3 liter water tegen de kook aan.
2. Snijd ondertussen de venkel in stukken, plet de ongekneuzelde knoflook, snijd de citroen in plakjes en gooi alles bij het water.
3. Voeg ook de kruiden, peper en sojasaus toe en laat alles 5 minuten trekken.
4. Voeg de parelhoenbouten toe, laat tegen de kook aankomen en haal de pan van het vuur. Laat afkoelen.
5. Haal 30 minuten voordat je wilt gaan serveren de parelhoenbouten (ze zijn dan nog een beetje warm) uit de bouillon, dep goed droog en smeer in met olijfolie.
6. Plaats de bouten, met het vel naar boven, naast elkaar op een bakplaat en bak in \pm 20 minuten krokant in een voorverwarmde oven op 210°C. Bestrooi met fleur de sel.

SAUCE ANTIBOISE

1. Ontvel de tomaten door ze aan de onderkant kruislings in te snijden en één voor één in kokend water te dompelen. Tel tot 30 en leg ze vervolgens in ijswater. Trek met een klein scherp mesje de velletjes van de tomaten, snijd de tomaten in 4-en en verwijder de zadenlijsten, hou hierbij de zaden (tomatenvocht) apart. Snijd de tomaatpartjes in fijne brunoise (blokjes).
2. Snipper de sjalot, rasp de knoflook en snijd de basilicumblaadjes in reepjes.
3. Fruit de sjalot glazig in olijfolie, voeg knoflook, tomatenvocht en kippenbouillon toe, breng aan de kook en laat tot de helft inkoken.
4. Wanneer het vocht voor de helft is ingekookt haal je de pan van het vuur. Voeg de blokjes tomaat toe en breng op smaak met basilicum, citroensap, balsamicoazijn, zout en peper (niet meer verwarmen).



CASSOULET VAN GROENE GROENTEN EN AARDAPPEL MOUSSELINE

10 PERSONEN

INGREDIËNTEN

CASSOULET VAN GROENE GROENTEN

100 gr	peultjes, schoon
100 gr	doperwtjes (gedopt gewicht)
100 gr	haricots verts, schoon
100 gr	groene asperges, gesneden in stukjes van 2 cm
100 gr	courgette, gesneden in puntjes
50 gr	sjalot, in halve ringen
6 takjes	kervel, geplukt
2 el	bieslook, gehakt
60 gr	boter

AARDAPPEL MOUSSELINE

1 kg	Eigenheimers
200 gr	boter
200 ml	melk
zout en peper	



PHILIPS

Fissler

CASSOULET VAN GROENE GROENTEN EN AARDAPPEL MOUSSELINE

10 PERSONEN

BEREIDING

CASSOULET VAN GROENE GROENTEN

1. Haal de peultjes af, dop de doperwten, haal de puntjes van de haricot verts, snijd de asperges in stukjes van 2 cm, snijd de courgette in plakjes van 1 cm en snijd deze plakjes vervolgens in 6 puntjes, snijd de sjalot in dunne halve ringen, pluk de kervel en snijd tenslotte de bieslook in kleine ringetjes.
2. Blancheer alle groenten separaat tot beetgaar in ruim kokend gezouten water, giet af en spoel koud onder de kraan.

AARDAPPEL MOUSSELINE

1. Schil de aardappelen en kook ze vervolgens met 10 gram zout per liter water. Controleer na 20-25 minuten de garing, giet direct af en stamp de aardappels fijn.
2. Wrijf de aardappels direct, warm door een tami (fijne platte zeef).

3. Voeg boter in kleine blokjes toe en meng als een doller door de warme aardappels, dit om een emulsie tot stand te brengen.
4. Breng de mousseline met wat warme melk tot de gewenste dikte en breng op smaak met wat zout en eventueel peper. Serveer direct (of binnen een uur mits au bain marie warm gehouden).

A LA MINUTE

Smelt de boter in een koekenpan en fruit hierin de sjalot tot glazig. Voeg de groenten toe en verwarm al roerende zonder dat de groenten kleuren. Meng de groenten met kervel en bieslook en breng op smaak met zout en peper. Breng de aardappel mousseline au bain-marie tot de gewenste temperatuur. Serveer samen met de parelhoenbout en de sauce antiboise.

