

KOKEN

**HET HANDBOEK
TER DUINEN**



**RO
REN
EN**

TER DUINEN

HET
HAND
BOEK





Voorwoord

Basisopleiding in een stijl van hartelijke discipline

Kookboeken zijn in en gaan vlotjes over de toonbank. Elke auteur beweert anders dan de anderen te zijn. Dit boek *Koken*, Het Handboek **IS** anders. U mag het gerust een standaardwerk noemen, niet geschreven door één persoon, maar door een instituut. Pol Debaenst, de leraar die vele uren aan dit boek heeft gewerkt, is de woordvoeder van zijn collega's en van dit vormingsinstituut met naam en faam. Honderden oud-leerlingen zijn fier dat ze hier de basis van hun beroep hebben mogen leren.

De basisopleiding. Daar gaat het over. In dit kookboek vindt u recepten die leerlingen moeten kennen en kunnen als ze de school verlaten. Als u dit boek raadpleegt, treedt u binnen in de wereld van Ter Duinen. U wordt ook leerling, jong (van hart) en leergierig. Het grootste restaurant van de school gaven wij de naam 'Escoffier, naar de grondlegger van onze rijke Frans-Belgische keuken. Dit is zeer terecht. Iedereen weet dat een vaardig vakman, een kundig kunstenaar zijn basistechnieken beheerst. Creëren en experimenteren zonder basis is goedkoop, knullig en irritant amateurisme. Natuurlijk hebben wij oog voor nieuwe technieken en trends en we kijken graag over de grenzen, maar die zaken komen enkel aan bod in specialisatiejaren. Ze vormen geen onderwerp in dit boek. Eerst stappen en dan lopen.

De vorming. We willen jongeren opleiden voor het beroep, niet voor een job. Een job doen we van acht tot vijf, voor een beroep zijn we geroepen. Dit veronderstelt toewijding, passie, feu sacré, enthousiasme. De stijl die we graag hanteren is hartelijke discipline. We blijven zoeken naar het evenwicht tussen toelaten en verbieden, tussen permissie en repressie. Deze hartelijke discipline, deze affectieve kordaatheid, deze strenge goedheid, deze gezellige orde, deze vrijheid in gebondenheid maken dat jonge mensen zeer graag in Ter Duinen leren en leven. Door onze oppositie versterken we hun positie, door onze opstandigheid hun zelf-standig-heid. In het veeleisende en verleidelijke horecavak moeten passie en discipline hand in hand gaan.

Raphaël Sonnevile
Directeur

Deel 1- Theorie en basisbereidingen

Vaktechnische termen en uitdrukkingen

Expressions et termes techniques culinaires

Keukenbouillons

Blanke bouillon – <i>Fond blanc</i>	36
Blanke gevogeltebouillon – <i>Fond blanc de volaille</i>	36
Bruine kalfsjus – <i>Jus de veau brun</i>	38
Bruine bouillon – <i>Fond brun</i>	38
Wildbouillon – <i>Fond de gibier</i>	38
Visbouillon, visfumet – <i>Fumet de poisson</i>	41
Visfumet met rode wijn – <i>Fumet de poisson au vin rouge</i>	41
Groentebouillon voor schaaldieren – <i>Court-bouillon</i>	41

BEREIDINGEN OP BASIS VAN KEUKENBOUILLONS – PRÉPARATIONS À BASE DE FONDS DE CUISINE

Vleesglace – <i>Glace de viande</i>	43
Visglace – <i>Glace de poisson</i>	43

ESSENCES – ESSENCES

MARINADES – MARINADES

Rauwe marinade voor vlees en wild – <i>Marinade crue pour viande et gibier</i>	43
Gekookte marinade voor vlees en wild – <i>Marinade cuite pour viande et gibier</i>	43
Gelei – <i>Gelée</i>	43

Bindmiddelen

Meel en bloem – <i>Farine</i>	46
Roux – <i>Roux</i>	46
Zetmeel – <i>Fécule</i>	47
Eieren – <i>Œufs</i>	47
Andere bindmiddelen – <i>Autres liaisons</i>	47

Soepen

GEBONDEN SOEPEN – POTAGES LIÉS

'Gewone' soepen – <i>Potages</i>	50
Pureesoepen – <i>Potages purée</i>	50
Burgersoepen – <i>Soupes</i>	51
Roomsoepen – <i>Potages crème</i>	52
Veloutésoupen – <i>Potages velouté</i>	52

HELDERE SOEPEN – CONSOMMÉS

ENKELE SPECIALE EN NATIONALE SOEPEN

Sauzen

WITTE BASISSAUZEN – SAUCES BLANCHES PRINCIPALES

Bechamelsaus – <i>Sauce béchamel</i>	56
Kalfsveloutésaus – <i>Sauce velouté de veau</i> (vroeger: <i>sauce parisienne</i>)	56
Gevogelteveloutésaus – <i>Sauce velouté de volaille</i>	56
Visveloutésaus – <i>Sauce velouté de poisson</i>	56
Roomsaus – <i>Sauce à la crème</i>	56

RODE BASISSAUZEN – SAUCE BLANCHE PRINCIPALE

Tomatensaus – <i>Sauce tomates</i>	57
------------------------------------	----

BRUINE BASISSAUZEN – SAUCES DE BASE BRUNES

Gebonden kalfsjus – <i>Jus de veau lié</i>	57
Spaanse saus – <i>Sauce espagnole</i>	57
Demi-glacesaus – <i>Sauce demi-glace</i>	57
Wildsaus – <i>Sauce poivrade</i>	57

BOTERSAUZEN – SAUCES AU BEURRE

Hollandse saus – <i>Sauce hollandaise</i>	58
Bearnaisesaus – <i>Sauce béarnaise</i>	58

OLIESAUZEN EN KOUDE SAUZEN – SAUCES À L'HUILE ET SAUCES FROIDES

Mayonaisesaus – <i>Sauce mayonnaise</i>	59
Ravigotesaus (= vinaigrettesaus) – <i>Sauce ravigote</i> (= <i>sauce vinaigrette</i>)	60

CHAUD-FROIDS AUZEN – SAUCE CHAUD-FROID

SAMENGESTELDE BOTERS – BEURRES COMPOSÉS

Hofmeesterboter – <i>Beurre maître d'hôtel</i>	61
Groene kruidenboter – <i>Beurre aux fines herbes</i>	61
Knoflookboter – <i>Beurre à l'ail</i>	61
Slakkenboter – <i>Beurre d'escargots</i>	61

VERMENGDE BOTERS – BEURRES MÉLANGÉS

Vermengde boter – <i>Beurre manié</i>	61
Gebruinde boter – <i>Beurre noisette</i>	61
Meunièreboter – <i>Beurre meunière</i>	61
Bruine boter met azijn – <i>Beurre noir</i>	61

Groenten, paddenstoelen en zwammen

Légumes et champignons

GROENTEN – LÉGUMES

Gekookt – <i>À l'anglaise</i>	68
Gestoomd – <i>À la vapeur</i>	68
In de boter bereid – <i>Au beurre</i>	68
In de room bereid – <i>À la crème</i>	68
Gegratineerd – <i>Gratiné(e)(s)</i>	68
Geglaceerd – <i>Glacé(e)(s)</i>	68
Gepureerd – <i>En purée</i>	68
Opgevuld – <i>Farci(e)(s)</i>	69
Gebraiseerd (gesmoord) – <i>Braisé(e)(s)</i>	69
In frituurvet klaargemaakt – <i>Frit(e)(s)</i>	69

PADDENSTOELEN EN ZWAMMEN – CHAMPIGNONS

Champignons, wit gekookt – <i>Champignons cuits à blanc</i>	70
Champignons met room bereid – <i>Champignons à la crème</i>	70
Champignons, blank gebakken – <i>Champignons sautés à blanc</i>	70
Champignons, bruin gebakken – <i>Champignons sautés à brun</i>	70
Gegrilde champignons – <i>Champignons grillés</i>	71
Opgevlude champignons – <i>Champignons farcis</i>	71
Champignons op Griekse wijze – <i>Champignons à la grecque</i>	71

Aardappelen

GEKOOKTE AARDAPPELEN – POMMES DE TERRE CUITES À L'EAU

Gekookte aardappelen 'natuur' – <i>Pommes nature</i>	74
Aardappelen gekookt op Engelse wijze – <i>Pommes à l'anglaise</i>	74
Gestoomde aardappelen – <i>Pommes à la vapeur</i>	74
Nieuwe aardappelen – <i>Pommes nouvelles</i>	74
Peterselieaardappelen – <i>Pommes persillées</i>	74

GEBAKKEN AARDAPPELEN – POMMES DE TERRE RISSOLÉES	
Gebakken aardappelen – <i>Pommes sautées</i>	74
Gebakken aardappelen op Duitse wijze – <i>Pommes à l'allemande</i>	75
Aardappelen bereid zoals in Lyon – <i>Pommes à la Lyonnaise</i>	75

GEGRATINEERDE AARDAPPELEN – POMMES DE TERRE GRATINÉES	
Gegratineerde aardappelen – <i>Pommes gratinées</i>	75
Gegratineerde gevulde aardappelen – <i>Pommes de terre farcies et gratinées</i>	75
Gegratineerde aardappelen 'dauphinoise' – <i>Gratin à la dauphinoise (gratin dauphinois)</i>	75

GEPUREERDE AARDAPPELEN – PURÉE DE POMMES DE TERRE	
Aardappelpuree – <i>Pommes purée</i>	75
Hertoginnaardappelen – <i>Pommes duchesse</i>	76

IN DE OVEN GEBAKKEN AARDAPPELEN – POMMES DE TERRE AU FOUR	
Kasteelaardappelen – <i>Pommes château</i>	76
Gerissoleerde aardappelen – <i>Pommes rissolées</i>	76
Cocotteaardappelen – <i>Pommes cocottes</i>	76
Aardappelnootjes – <i>Pommes noisettes</i>	76
Parijse aardappelen – <i>Pommes parisienne</i>	76

GEFRITUURDE AARDAPPELEN – POMMES DE TERRE FRITES	
Pont-neufaardappelen – <i>Pommes Pont Neuf</i>	77
Frieten – <i>Pommes frites</i>	77
Fijne frieten – <i>Pommes mignonnettes</i>	77
Extra fijne frieten – <i>Pommes allumettes</i>	77
Stroaardappelen – <i>Pommes pailles</i>	77
Aardappelchips – <i>Pommes chips</i>	77
Aardappelwafeltjes – <i>Pommes gaufrettes</i>	77
Aardappelblokjes – <i>Pommes bataille</i>	77
Aardappelkroketten – <i>Pommes croquettes</i>	77
Aardappelsoezen – <i>Pommes dauphines</i>	77

Deegwaren en granen • *Pâtes alimentaires et céréales*

DEEGWAREN – PÂTES ALIMENTAIRES	82
---------------------------------------	----

GRANEN – CÉRÉALES	83
--------------------------	----

Rijst • *Riz*

ENKELE SOORTEN RIJST – QUELQUES SORTES DE RIZ	86
------------------------------------------------------	----

KOKEN VAN RIJST – LA CUISSON DU RIZ	86
--------------------------------------------	----

BEREIDINGSWIJZEN – PRÉPARATIONS	
Witgekookte rijst – <i>Riz au blanc</i>	86
Rijst op Creoolse wijze – <i>Riz à la créole</i>	86
Rijst op Indiase wijze – <i>Riz à l'indienne</i>	87
Pilavrijst – <i>Riz pilaf</i>	87
Kerrierijst – <i>Riz au curry</i>	87
Rijst op Turkse wijze – <i>Riz à la turque</i>	87

Vissen, schaal-, schelp- en weekdieren • *Poissons, crustacés, coquillages et mollusques*

VISSEN – POISSONS	90
--------------------------	----

SCHAAL-, SCHELP- EN WEEKDIEREN – CRUSTACÉS, COQUILLAGES ET MOLLUSQUES	
Schaaldieren of kreeftachtigen – <i>Les crustacés</i>	91
Schelp- en weekdieren – <i>Les coquillages et les mollusques</i>	91

REINIGEN VAN VIS – NETTOYAGE DU POISSON	93
------------------------------------------------	----

SNIJWIJZEN – DÉCOUPE / TYPES DE DÉCOUPE	93
------------------------------------------------	----

BASISBEREIDINGEN VAN VIS – PRÉPARATIONS DE BASE DE POISSON	93
-----------------------------------------------------------------------	----

ENKELE SPECIALE BEREIDINGEN VAN VIS – DIVERSES PRÉPARATIONS SPÉCIALES DE POISSON	
Bouillabaisse zoals in Marseille – <i>Bouillabaisse à la marseillaise</i>	95
Bouillabaisse op Parijse wijze – <i>Bouillabaisse à la parisienne</i>	97
Vis in papillot – <i>Poisson en papillote</i>	97
Stomen van vis – <i>Poisson à la vapeur</i>	97
Warm roken van vis – <i>Poisson fumé à chaud</i>	97

Vlees en wild • *Viande et gibier*

SOORTEN VLEES EN GEVOGELTE – VIANDES ET VOLAILLES	100
----------------------------------------------------------	-----

BASISBEREIDINGSWIJZEN VAN VLEES EN GEVOGELTE – PRÉPARATIONS DE VIANDE ET GIBIER	
Braden – <i>Rôtir</i>	100
Bakken – <i>Sauter</i>	101
Poêleren – <i>Poêler</i>	101
Grillen – <i>Griller</i>	101
Braiseren (smoren) – <i>Braiser</i>	102
Stoven – <i>Étuver</i>	102

WILD – GIBIER WILD	103
---------------------------	-----

BEREIDINGEN VAN HAARWILD – PRÉPARATIONS DE GIBIER À POILS	
Civet – <i>Civet</i>	104
Kotelet, nootje, filet en filet mignon – <i>côtelette, noix, filet et filet mignon</i>	104
Groot wild – <i>Venaison</i>	105
Hazenkroketjes – <i>Croquettes de lièvre</i>	105
Reebokkoteletjes gebakken à la minute – <i>Côtelettes de chevreuil à la minute</i>	105
Grote stukken wild – <i>Venaison</i>	105
Haas met chocolade – <i>Lièvre au chocolat</i>	105
Civet van hazenrug met deegwaren – <i>Civet de râble de lièvre avec pâtes alimentaires</i>	106
Koteletjes met kweeperen – <i>Côtelettes aux coings</i>	106
Mousse, mousseline, soufflé – <i>Mousse, mousseline, soufflé</i>	106
Hazenpastei – <i>Pâté de lièvre</i>	107
Gevulde haas à la périgourdine – <i>Lièvre farci à la périgourdine</i>	107
Konijn met pruimen – <i>Lapin aux prunes</i>	108
Gibelotte van konijn – <i>Gibelotte de lapin</i>	108

BEREIDINGEN VAN PLUIMWILD – PRÉPARATIONS DE GIBIER À PLUMES	
braden – <i>Rôtir</i>	108
Fazant – <i>Faisan</i>	108
Lijster – <i>Grive</i>	108
Eend – <i>Canard</i>	108
Houtsnip – <i>Bécasse</i>	108
Watersnip – <i>Bécassine</i>	109
Kwartel – <i>Caille</i>	109
Patrijs – <i>Perdrix</i>	109
poëleren – <i>poêler</i>	109
sauteren – <i>Sauter</i>	109
SUPRÊME EN KOTELET – SUPRÊME ET CÔTELETTE	109
SPECIALE BEREIDINGEN VAN WILD – PRÉPARATIONS SPÉCIALES DE GIBIER	
Fazant Souvaroff – <i>Faisan Souvaroff</i>	109
Salmis (fazant, patrijs, houtsnip) – <i>Salmis</i>	110
Pluimwild met groene kool – <i>Gibier à plumes avec chou vert</i>	110
VULSELS – FARCES	
Champignonvulsel – <i>Farce aux champignons</i>	110
Vulsel voor groenteterrines – <i>Farce pour terrines de légumes</i>	111
Levervulsel – <i>Farce au foie</i>	111
Gratinvulsel – <i>Farce à gratin</i>	111
Mousselinevulsel – <i>Farce mousseline</i>	111
Gevogeltevulsel – <i>Farce de volaille</i>	112
Mousselinevulsel – <i>Farce mousseline</i>	112
QUENELLES – QUENELLES	112
MOUSSELINE OF MOUSSE – MOUSSELINE OU MOUSSE	
Koude hammousse – <i>Mousse de jambon froide</i>	112
Warme hammousse – <i>Mousse de jambon chaude</i>	112
Rapenmousse – <i>Mousse de navets</i>	113
PASTEIEN – TERRINES	
Pasteideeg – <i>Pâte à pâté</i>	113
Pastei in korstdeeg – <i>Pâté en croûte</i>	114
Eieren • Œuf	118
GEKOOKTE EIEREN – ŒUFS BOUILLIS	
Ontbijteieren – <i>Œufs à la coque</i>	118
Zachtgekookte eieren – <i>Œufs mollets</i>	118
Hardgekookte eieren – <i>Œufs durs</i>	118
Gepocheerde eieren – <i>Œufs pochés</i>	118
GEBAKKEN EIEREN – ŒUFS FRITS	
Spiegeleieren – <i>Œufs sur le plat</i>	118
In de pan gebakken eieren – <i>Œufs poêlés</i>	118
In de friteuse gebakken eieren – <i>Œufs frits</i>	121
Roereieren – <i>Œufs brouillés</i>	121
Omeletten – <i>Omelettes</i>	121





KEUKEN

BOU

ILL

ONS

Algemeen

- Keukenbouillons worden hoofdzakelijk gebruikt voor de bereiding van soepen en sausen. Ze zijn ook geschikt voor verscheidene vlees-, vis- en groentebereidingen.
- Als de bouillon te veel is ingekookt, voeg er dan wat kokend water aan toe ter compensatie van het verdampende vocht.
- Passeer de bouillon eerst door een puntzeef en dan door een sauszeef. Dit bevordert de kwaliteit van de bouillon.
- Kook nadien de bouillon altijd op en ontvet hem zorgvuldig. Daarna moet hij zo vlug mogelijk worden gekoeld. Dat verlengt de bewaartijd.
- Een bouillon kan uiteraard vooraf worden bereid en gedurende een geruime tijd in de diepvries worden bewaard.

Soorten bouillons

- Blanke bouillon (fond blanc)
- Blanke gevogeltebouillon (fond blanc de volaille)
- Bruine kalfsjus (jus de veau brun)
- Bruine bouillon (fond brun)
- Wildbouillon (fond ou fumet de gibier)
- Visbouillon of visfumet (fumet de poisson)
- Groentebouillon voor schaaldieren (court-bouillon)

Blanke bouillon

Fond blanc

Samenstelling voor 5 liter bouillon

Voedende bestanddelen: 4 kg kalfsbeenderen (schenkels) en parures en enkele gevogeltekarkassen (de kalfsbeenderen kunnen gedeeltelijk worden vervangen door rundbeenderen)

Bevochtiging: 6 liter water

Aromatische bestanddelen (garniture marmite): 300 g wortelen | 200 g uien, bestoken met 2 kruidnagels (halveer eventueel de uien eerst, maar schroei dan het snijvlak dicht zonder het te laten verbranden!) | 150 g prei | 50 g selderij | 1 kruidentuiltje | zout

Bereiding

Was de beenderen met koud, lichtgezouten water om bloed en onreinheden te verwijderen en laat ze

kort uitlekken. Zet de gewassen beenderen op in koud, lichtgezouten water.

Laat ze opkoken, schuim af en ontvet zorgvuldig.

Bind alles voor de garniture marmite samen en voeg dat bij de beenderen.

Kruid met zout en laat opnieuw opkoken.

Laat dit gedurende 3 à 4 uur zacht koken.

Schuim geregeld af en ontvet zorgvuldig.

Passeer de bouillon en laat hem opnieuw opkoken.

Blanke gevogeltebouillon

Fond blanc de volaille

Samenstelling voor 5 liter bouillon

Voedende bestanddelen: 4 kg kippenbeenderen (of -karkassen)

Bevochtiging: 6 liter water

Aromatische bestanddelen en groenten

(garniture marmite): 300 g wortelen | 200 g uien, gehalveerd, bestoken met 2 kruidnagels en dichtgeschroeid | 150 g prei | 50 g selderij | 1 kruidentuiltje | zout

Bereiding

Was de beenderen met koud, lichtgezouten water om bloed en onreinheden te verwijderen en laat ze kort uitlekken.

Zet de beenderen op in koud, lichtgezouten water.

Laat ze opkoken, schuim af en ontvet zorgvuldig.

Bind alles voor de garniture marmite samen en voeg dat bij de beenderen.

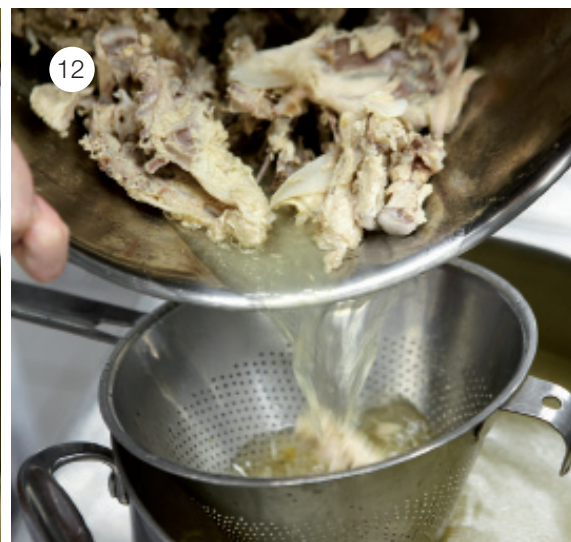
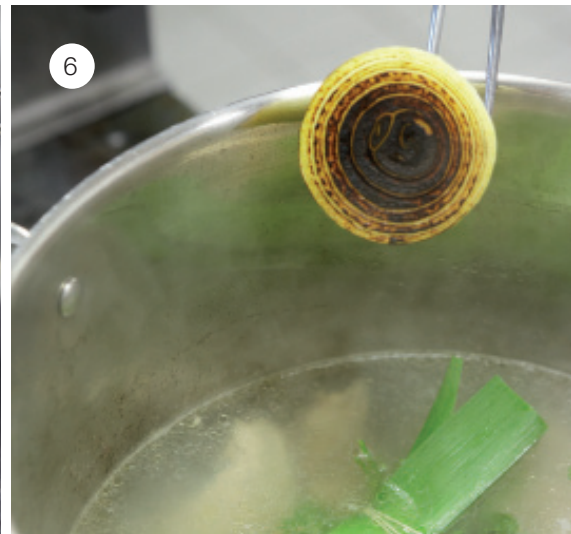
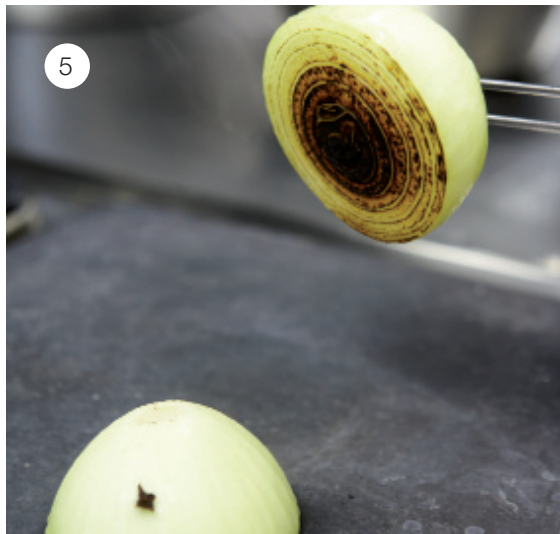
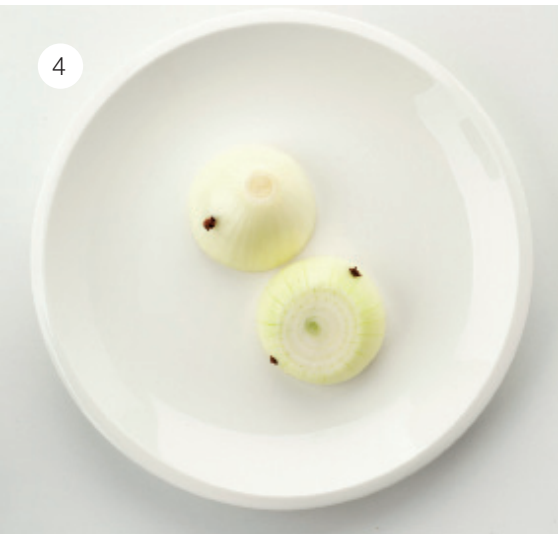
Kruid met zout en laat opnieuw opkoken.

Laat dit gedurende ongeveer 1 uur zacht koken.

Schuim opnieuw af en ontvet zorgvuldig.

Passeer de bouillon en laat weer opkoken.

→ Indien gevogelte in zijn geheel mee wordt gekookt, is de bouillon klaar als het gevogelte volledig gaar is.





**KO
UDE
DE**
VOORGERECHTEN



Ardense ham met cavaillonmeloen

*Jambon d'Ardenne
au melon de Cavaillon*

Ingrediënten

8 sneden Ardense ham
1 kleine meloen (cavaillon)
80 g gemengde sla

Bereiding

Snijd de sneden ham in gelijke stukken.
Schil de meloen, halveer ze en verwijder de pitten met een eetlepel.
Snijd de meloen in gelijkmatige spieën en schik ze op een schotel.
Schik de ham erbij en garneer met de sla.

Carpaccio van rundvlees

Carpaccio de bœuf

Ingrediënten

300 g runderfilet | zout |
1 dl mayonaise | 10 g worcestersaus |
5 g citroensap | peper

Bereiding

Plaats het stuk runderfilet in de diepvries tot het goed stijf is, zonder het volledig te laten bevriezen.
Snijd de filet in dunne sneden en schik ze op de borden.
Strooi er een beetje zout op en plaats ze gedurende 5 minuten in de koelkast.
Meng de mayonaise met de worcestersaus, het citroensap en zout en peper.
Strijk de saus over de fijne sneden vlees of breng met de saus een decoratief motief op het vlees aan.
Tegenwoordig wordt het vlees vaak bestreken met een beetje olijfolie, gekruid met zout en peper van de molen, bestrooid met geroosterde pijnboompitten, stukjes geschaafde Parmezaanse kaas en gegarneerd met blaadjes basilicum of rucola (raketsla).
Op gelijksoortige wijze wordt carpaccio ook klaargemaakt van andere vleessoorten, vis, groenten...

Chaud-froid van kipfilet

Chaud-froid de filet de poulet

Ingrediënten

1,5 liter blanke gevogeltebouillon (zie p. 36) |
4 kipfilets van 125 g/stuk |
5 blaadjes gelatine (van 2 g/stuk) |
0,5 liter suprêmesaus |
1 blaadje groen van prei |
1 wortel | 2 dl vleesgelei |
10 g kervel en/of bieslook

Bereiding

Breng de gevogeltebouillon aan de kook.
Doe er de gewassen kipfilets in, pocheer ze gedurende 5 minuten en laat ze afkoelen in de bouillon.
Haal de filets uit de bouillon, dep ze droog en laat ze goed afkoelen in de koelkast.
Leg de blaadjes gelatine in koud water tot ze soepel zijn.
Warm de suprêmesaus op tot net onder het kookpunt en los er de geweekte gelatineblaadjes in op.
Laat de saus afkoelen (zonder op te stijven) en roer geregeld om velvorming te voorkomen.
Leg de gepocheerde kipfilets op een rooster en overgiet ze met de chaud-froidsaus. Zet meteen in de koelkast zodat de saus opstijft.
Breng op de gesaute filets een motief aan van de gepocheerde, in vorm gesneden plakjes preiblad en wortel, die kort door de gesmolten vleesgelei werden gehaald.
Garneer met kervelblaadjes en/of bieslook.
Giet nu een laagje gesmolten vleesgelei over de gegarneerde filet.
Laat weer opstijven in de koelkast.
Dresseer de chaud-froids op een schotel of op de borden.
→ De chaud-froid kan worden gegarneerd met rauwkost, gemengde salades, gevulde eieren...



Cocktail van grijze garnalen

Cocktail de crevettes grises

Ingrediënten

1 tomaat | 2 eieren | 100 g kropsla |
60 g mayonaise | 20 g tomatenketchup |
20 g whisky | 30 g room |
200 g gepelde grijze garnalen | zout |
peper | 10 g peterselie, fijngehakt

Bereiding

Mondeer de tomaat en snijd er acht gelijke partjes uit. Kook de eieren hard, koel ze af in koud water, pel ze en snijd ze overlangs in vieren.

Ciseleer de kropsla.

Meng de mayonaise met de ketchup en de whisky, en spatel er de voor drie vierde opgeklopte room onder (= cocktailsaus).

Verdeel de kropsla over brede cocktailglazen en schik er de garnalen op.

Nappeer de garnalen met de cocktailsaus en schik er de partjes ei en tomaat bij. Bestrooi met wat zout en peper en garneer met de peterselie.

Eieren op Russische wijze

Œufs à la russe

Ingrediënten

100 g wortelen | 100 g knolselderij |
100 g vastkokende aardappelen | 100 g erwten |
2,5 dl mayonaise | zout | peper | 4 eieren |
100 g kropsla | 2 tomaten

Bereiding

Snijd de schoongemaakte wortelen, knolselderij en aardappelen in macedoine en echaudeer ze afzonderlijk beetgaar. Echaudeer de erwten.

Verfris de geëchaudeerde groenten en laat ze goed uitlekken.

Bind de groenten met 0,5 deciliter mayonaise en kruid bij met zout en peper.

Kook de eieren hard (zie p. 118) en pel ze.

Halveer de eieren overlangs.

Ciseleer de schoongemaakte sla.

Mondeer de tomaten en snijd ze in gelijke partjes. Dresseer de groentemacedoine op de borden, schik er telkens twee halve eieren op, met de bolle kant naarboven, en nappeer ze met de rest van de mayonaise.

Schik er de geciseleerde sla bij en garneer met de partjes tomaat.

Gemengde salade met ham, appel en groentejulienne

Salade Beaucaire

Ingrediënten

1 kleine rode biet | zout |
1 aardappel | 80 g bleekselderij |
80 g knolselderij | 80 g witlof |
0,5 dl olie | 0,25 dl citroensap (of azijn) |
20 g mosterd | peper |
100 g gekookte ham (in sneden) |
1 appel (granny smith) | 80 g champignons |
25 kervel, fijngesneden |
10 dragon, fijngesneden

Bereiding

Kook de schoongemaakte rode biet gaar in lichtgezouten water en laat die afkoelen in het kookvocht.

Pel de gekookte rode biet en snijd deze in gelijkmatige plakjes voor het garnituur. Kook de aardappel met

pel gaar in lichtgezouten water. Pel de aardappel, laat hem afkoelen en snijd in gelijkmatige plakjes voor

het garnituur. Snijd de bleekselderij, knolselderij en witlof in julienne, en meng er 1 uur vooraf olie, citroensap en mosterd onder en kruid met zout en peper.

Meng er de in julienne gesneden ham, appel en champignons door en bind met de mayonaise.

Dresseer de salade in een glazen kom, bestrooi met de kervel en dragon en garneer rondom afwisselend met de plakjes rode biet en aardappel.

Of dresseer de salade op de borden, maar verdeel dan de salade in ringen midden op het bord en druk licht aan. Strooi er de fijngesneden groene kruiden over en garneer rondom met de plakjes rode biet en aardappel.

Verwijder de ringen bij het doorgeven.

Gevulde eieren

Œufs farçis

Ingrediënten

4 eieren | 40 g mayonaise | 10 g mosterd | zout | peper | 1 g cayennepeper | 10 g platte peterselie | 100 g kropsla | 2 tomaten

Bereiding

Kook de eieren hard (zie p. 118) en pel ze.

Snijd de eieren overlangs in tweeën en verwijder de eierdooiers. Plet de eierdooiers fijn en voeg er de mayonaise en de mosterd bij.

Kruid met zout, peper en de cayennepeper en meng dit tot een gladde massa.

Spuit de eiermassa met behulp van een spuitzak en gekarteld spuitmondje in de gelege eieren. Garneer met kleine plukjes platte peterselie.

Ciseleer de schoongemaakte sla. Mondeer de tomaten en snijd ze in gelijke partjes.

Schik de eieren op een onderlaag van geciseleerde sla en schik er de partjes tomaat bij.

→ Gevulde eieren kunnen ook dienen als garnituur bij verscheidene koude gerechten of koude schotels.

Griekse salade

Salade à la grecque

Ingrediënten

50 g ijsbergsla | 100 g feta (1 stuk) | ½ groene paprika | 1 dl vinaigrette (0,5 dl olijfolie, 0,25 dl wittewijnazijn, zout, peper, 15 g fijngehakte peterselie) | 50 g rode ui | 10 g zwarte olijven | ½ komkommer | 2 pruimtomen | 2 eieren | ½ blikje gezouten ansjovisfilet (op olie) | 40 g kappers | 1 snufje gedroogde oregano | 1 snufje venkelzaad | peper van de molen

Bereiding

Maak de sla schoon, was ze en zwier ze droog.

Snijd de feta in gelijke blokjes.

Schil de paprika, verwijder de zaadlijsten en pitten, en snijd het vruchtvlees in julienne.

Maak de vinaigrette: meng alle ingrediënten voor de vinaigrette dooreen. Versnipper de rode ui.

Snijd de olijven in schijfjes. Schil en halveer de komkommer, verwijder de kern met pitten.

Mondeer de tomaten en snijd ze in acht gelijke partjes. Kook de eieren hard, pel ze en snijd ze overlangs in vieren. Dresseer de sla op de borden en verdeel er de feta, paprika, rode ui, olijven, ansjovisfilets, partjes tomaat en ei, komkommer, kappers over.

Besprenkel rijkelijk met de vinaigrette.

Strooi er de oregano en venkelzaadjes over en kruid wat extra bij met peper van de molen.

Couscoussalade met gebakken scampi

Salade de couscous aux scampi

Ingrediënten

16 scampi (16/20) | marinade (0,5 dl olijfolie, ½ citroen, 5 g munt, peper van de molen) | 80 g couscous | 3 dl blanke gevogeltebouillon | 0,25 dl olijfolie | 1 tomaat | 1 jonge ui (= lente-ui of pijpajuin) | 5 g munt | zout | peper | boter | 80 g daikon (= witte rammenas) | 40 g rucola (= raketsla)

Bereiding

Pel de scampi, laat het staartstukje eraan en verwijder het darmkanaal. Leg ze in de marinade.

Laat de couscous zwellen in de blanke gevogeltebouillon en olijfolie. Meng er de in stukjes gesneden tomaat, de fijngesneden ui en de gesnipperde munt onder. Kruid met zout en peper. Haal de scampi uit de marinade, dep ze droog, kruid ze met zout en peper, en bak ze in boter. Snijd de daikon in julienne, voeg er de rucola bij en meng tot slot de marinade erdoor. Plaats uitsteekringen op de borden en verdeel er de couscous in, schik er de salade rond en dresseer er de scampi op.

Gemarineerde zalm met bieslook

Saumon mariné à la ciboulette

Ingrediënten

40 g bieslook | 80 g groene asperges | zout | peper | 20 g notenolie | marinade (sap van 1 limoen, 1 dl olijfolie, 40 g fijngehakte dille, zout, peper) | 500 g zalmfilet | 5 g gedroogde rode bessen | 40 g rucola | 3 g fleur de sel



www.lannoo.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Concept: Koen Hardeman i.s.m. Olivier Willaert voor Hotelschool Ter Duinen, Stefan Doutreluingne voor B.AD i.s.m. Kookeiland

Teksten: Hotelschool Ter Duinen o.l.v. Pol Debaenst

Fotografie: Heikki Verdurme

Portretfotografie Eregalerij: Jan D'Hondt voor B.AD except Jeroen Meus: Studio Verne.

Vormgeving: B.AD

Website: www.kokenhethandboek.be

Kookdemo's website/promotie boek: Franky Malbrancke



Als u opmerkingen of vragen heeft, dan kunt u contact nemen met onze redactie:

redactielifestyle@lannoo.com

© Uitgeverij Lannoo nv, 2014

D/2014/45/354 – NUR 440

ISBN: 978 94 014 1101 1

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.