

Zoutbewust driegangen kerstmenu

Receptuur voor: **10 personen**
Totale hoeveelheid zout: **1,7 gram per persoon**

Voorgerecht: Ceviche van coquille met citruspartjes, vadouvancrème en mosterdzaad

Totale hoeveelheid zout: 0,64 gram per persoon
[Link naar gerecht](#) (of scan de QR code om het gerecht te bekijken)



Ingrediënten rauw gemarineerde coquille

- 30 coquilles
- 125 gram limoensap
- 2,5 theel. rode chilipeper, fijngehakt
- 2,5 eetl. koriander, gehakt
- 250 ml. olijfolie

Ingrediënten vadouvan crème

- 27 gram eiwit
- 54 gram yoghurt
- 8 gram [vadouvan, World Spice Blends Pro Verstegen](#)
- 161 ml. neutrale olie

Ingrediënten zoutzuur mosterdzaad

- 88 gram mosterdzaad
- 88 gram sushiazijn
- 132 gram water

Overige ingrediënten

- Witte grapefruit partjes
- Borage Cress
- Daikon Cress

Werkwijze rauw gemarineerde coquille

1. Maak de schelpen open en haal de noot, het witte vlees, uit de schelp.
2. Spoel de noten 5 minuten onder koud stromend water.
3. Dep de nootjes goed droog met keukenpapier.
4. Snijd de nootjes in dunne plakjes. Plet ze eventueel licht tussen slagersfolie.
5. Verdeel over de borden en marineer met rode peper, limoensap en koriander en laat ongeveer 15 minuten intrekken.
6. Breng op smaak met rasp van limoen en druppel er wat olijfolie over.

Werkwijze vadouvan crème

1. Myoteer de vadouvan in de olie.
2. Haal van het vuur en giet de overige olie erbij.
3. Laat 12 uur infuseren op kamertemperatuur
4. Passeer de olie door een microzeef.
5. Doe het eiwit samen met de yoghurt in een maatbeker.
6. Meng dit met een staafmixer tot een homogene massa.
7. Voeg druppelsgewijs de olie toe tot er een stevige crème ontstaat.
8. Breng over naar een spuitzak of spuitfles.
9. Bewaar in de koeling tot gebruik.

Werkwijze zoetzuur mosterdzaad

1. Meng alle ingrediënten samen in een passende pan.
2. Breng het geheel aan de kook en zet het vuur laag.
3. Laat het geheel zachtjes reduceren tot de zaadjes zacht zijn.
4. Bewaar in een goed afgesloten bakje of pot.

Eekhoortjesbroodmousse met vinaigrette van paarse Shiso, ingemaakte kombu en aardpeer

Totale hoeveelheid zout: 0,39 gram per persoon

[Link naar gerecht](#) (of scan de QR code om het gerecht te bekijken)



Ingrediënten mousse van eekhoortjesbrood

- 15 gram gedroogd eekhoortjesbrood
- 235 ml. kookroom (eventueel light)
- 294 gram eekhoortjesbrood
- 3,5 sjalotten
- 0,6 takje tijm
- 2,35 tenen knoflook
- 88 ml. sherry
- 24 ml. sherryazijn
- 4 blaadjes gelatine
- 265 gram slagroom

Ingrediënten vinaigrette van Shiso Purple

- 10 gram [Shiso Purple, Koppert Cress](#)
- 24 gram yuzu, sap
- 24 gram rijstazijn
- 8 gram sojasaus, natriumarm
- 4 gram mosterd
- 12 gram sesamolie
- 134 gram zonnebloemolie
- 33 gram sjalot, fijngehakt

Ingrediënten krokante aardpeer gevuld met aardpeercompote

- 5 aardperen
- naar behoefte amandelolie
- naar behoefte limoen, rasp

Ingrediënten ingemaakte kombu

- 61 gram rijstazijn
- 61 gram chardonnayazijn
- 67 gram water
- 29 gram suiker
- 40 gram kombu, vers

Overige ingrediënten

- Tahoon Cress
- Shiso Purple Cress

Werkwijze mousse van eekhoortjesbrood

1. Zet het gedroogde eekhoortjesbrood inclusief de kookroom op het vuur om te laten infuseren.
2. Maak het eekhoortjesbrood schoon en snijd in stukken.
3. Snipper de sjalotten en fruit deze samen met het gesneden eekhoortjesbrood, tijm en knoflook goudbruin aan.
4. Blus af met de sherry en sherry-azijn en laat inkoken tot een glace.
5. Voeg de geïnfuseerde kookroom toe en laat het geheel een halfuur langzaam trekken.
6. Draai alles glad in de thermoblender en passeer door een fijne zeef.
7. Sla de slagroom op in de mengkom van de KitchenAid Professional keukenmixer met de draadgarde tot zachte pieken.
8. Weeg 400 gram van de eekhoortjesbroodbasis af en los daarin de gelatine op. Laat het net geleren en meng vervolgens de opgeklopte slagroom er doorheen als een bavarois.
9. Stort in de gewenste vorm.

Werkwijze vinaigrette van Shiso Purple

1. Plaats alle ingrediënten, behalve de sjalot, samen in een maatbeker en draai met een staafmixer tot de Shiso Purple fijn is.
2. Meng er nu de sjalot doorheen en koel de dressing terug.
3. Roer de dressing altijd goed door voor deze te serveren, aangezien deze altijd zal schiften.

Werkwijze krokante aardpeer gevuld met aardpeercompote

1. Pof de aardperen in een oven van 160°C gaar in 120 minuten.
2. Laat wat afkoelen en snijd de aardperen vervolgens over de lengte doormidden.
3. Lepel het vruchtvlees uit de schil en schraap de schil goed schoon.
4. Droog de leeggeschepte schillen 10 uur op 65°C.
5. Frituur de schil op 160°C krokant en laat uitlekken op keukenpapier.
6. Snijd het vruchtvlees tot compote en breng op smaak met amandelolie en limoenrasp.
7. Vul de schil met de aardpeercompote.

Werkwijze ingemaakte kombu

1. Spoel de kombu goed onder koud water.
2. Blancheer 3 keer in vers water en koel terug op ijswater.
3. Breng de rijstazijn, chardonnayazijn, water en suiker samen aan de kook tot de suiker is opgelost.
4. Laat het vocht afkoelen tot kamertemperatuur.
5. Snijd ondertussen de kombu in dunne reepjes.
6. Trek de kombu vacuüm met het zoetzuur en laat minimaal 24 uur rijpen.

Wellington van hert met ui, wildjus met rode biet, laurierolie, salsa van pecannoot en zwarte knoflook

Totale hoeveelheid zout: 0,7 gram per persoon

[Link naar gerecht](#) (of scan de QR code om het gerecht te bekijken)



Ingrediënten hert wellington

- 1 kg. hertenhaas
- 750 gram kastanjechampignons
- tijm
- 10 stuks prei, geblancheerd
- 375 gram spinazie
- 250 gram bladerdeeg
- 2,5 ei

Ingrediënten gestoomde uitjes

- 500 gram baby uitjes, gemengd
- 10 stuks zwarte peperkorrels
- 1 stuks laurier
- 40 ml. olijfolie

Ingrediënten wildjus met rode biet

- 3 gram mosterdzaad
- 1,25 jeneverbessen
- 0,6 steranijs
- 1,25 kruidnagels
- 6,25 zwarte peperkorrels, gekneusd
- 62,5 gram ui, gesnipperd
- 1,25 tenen knoflook, fijngehakt
- 19 gram olijfolie
- 62,5 ml. port
- 125 ml. bietensap
- 125 gram kalfsdemi-glace
- 500 gram wildbouillon, huisgemaakt zonder toegevoegd zout
- naar behoefte peper

Ingrediënten laurierolie

- 10 gram laurier
- 17 gram peterselie, geblancheerd
- 100 gram zonnebloemolie

Ingrediënten salsa van sjalot, pecannoten en zwarte knoflook

- 120 gram sjalot, in fijne brunoise gesneden
- 40 gram [witte wijnazijn, Tromp & Rueb](#)
- 40 gram suiker
- 80 gram witte wijn
- 24 gram zwarte knoflook
- 60 gram pecannoten
- 56 gram extra vierge olijfolie

Overige ingrediënten

- Vene Cress
- Affilla Cress

Werkwijze hert wellington

1. Maak de hertenhaas schoon en rol strak op in plakfolie, laat gedurende 1 nacht in de koeling liggen.
2. Bak de runderhaas kort rondom goudbruin.
3. Draai de kastanjechampignons fijn in de keukenmachine.
4. Bak het champignonmengsel aan in de pan en breng op smaak met tijm en peper..
5. Als al het vocht uit de champignons is verdampt haal uit de pan en laat afkoelen.
6. Stoom de preien voor 8 minuten op 100°C en koel terug op ijswater.
7. Haal alle lagen los van elkaar.
8. Leg de lagen prei op een stuk plasticfolie.
9. Verdeel het champignonmengsel gelijkmatig over de prei.
10. Leg de runderhaas op het champignonmengsel en rol strak op.
11. Rol het bladerdeeg uit en verpak de ingerolde runderhaas in het bladerdeeg.
12. Kluts een ei met een beetje water en strijk het bladerdeeg 2 keer rondom in.
13. Bak de Wellington goudbruin in de oven op 200°C voor ongeveer 15-20 min.
14. Laat 10 minuten rusten en trancheer.

Werkwijze gestoomde uitjes

1. Maak de uitjes schoon en snijd in de lengte over de helft.
2. Trek de uitjes vacuüm met de peper, laurier en olijfolie.
3. Stoom de uitjes voor 10 minuten op 100°C in de stoomoven.
4. Koel terug op ijswater.
5. Haal de lamellen los van elkaar en serveer op kamertemperatuur.

Werkwijze rode bietenjus

1. Toast de specerijen in een droge pan op middelhoog vuur tot aromatisch.
2. Voeg nu de ui, knoflook en boter toe en fruit rustig aan.
3. Blus af met de port en laat de alcohol verdampen.

4. Kook tot de helft in.
5. Voeg dan de kalfs demi-glace, bloedsinaasappelcoulis en wildbouillon toe en laat heel rustig inkoken tot de helft.
6. Zeef de jus en reduceer verder tot jus dikte.
7. Bind eventueel af met een helder bindmiddel en breng op smaak met peper.

Werkwijze laurierolie

1. Plaats alle ingrediënten in een thermoblender en draai voor 7 minuten op volle snelheid fijn.
2. Stort in een bak en laat 1 nacht in de koeling op elkaar inwerken.
3. Laat de olie de dag erna op een fijne zeef uitlekken.

Werkwijze salsa van pecannoot & zwarte knoflook

1. Zet de sjalot, witte wijnazijn, suiker en witte wijn samen op in een pan op laag vuur en laat rustig helemaal inkoken tot een licht plakkerige structuur.
2. Snijd de zwarte knoflooktenen fijn.
3. Rooster de pecannoten 10 minuten in de oven op 160°C, totdat ze goudbruin zijn.
4. Hak de pecannoten fijn met de hand.
5. Meng de sjalot met de zwarte knoflook, zonnebloempitten en olijfolie.