# Maandmenu oktober 2019

**Voorbereiding eetfestijn 2019**

##### Aperitief:

**Hapje:**

* **[Filodeeg hapje met champignons, kaas en pesto -789-](http://www.dekookvrienden.be/recipe/filodeeghapje-met-champignons-kaas-en-pesto-789/%22%20%5Co%20%22Filodeeghapje%20met%20champignons%2C%20kaas%20en%20pesto%20-789-)**
* [**Toastje met pasta van zwarte olijven en ricotta -790-**](http://www.dekookvrienden.be/recipe/toastje-met-pasta-van-zwarte-en-ricotta-790/)

##### Soep:

##### [Witloofroomsoepje met garnalen -244-](http://www.dekookvrienden.be/recipe/witloofroomsoepje-met-garnalen/)

##### Voorgerecht:

##### Hoofdgerecht:

##### [Everzwijn, in trappistenbier verdronken. -311-](http://www.dekookvrienden.be/recipe/in-trappistenbier-verdronken-krokant-everzwijn/)

##### Nagerecht:

##### [Tiramisu met framboos en verse frambozencoulis -743-](http://www.dekookvrienden.be/recipe/tiramisu-met-framboos-en-verse-frambozencoulis/)

**Filodeeghapje met champignons, kaas en pesto -789-**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Porties**  |
| 4  |

 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |

**Ingrediënten**

* 125g Filodeeg8 vellen van 20x30cm
* 300g champignons
* 125g kaas, blok
* 1 sjalot
* 20g boter, gesmolten
* 10ml olijfolie
* pezo
* 1bosje peterselie
* 2teentjes knoflook
* 60g pijnboompitten
* 100ml olijfolie
* pezo

**Instructies**

1. Verwarm de oven voor op 180°C, maak de champignons schoon en snij ze in plakjes
2. Pel en snipper de sjalot, verwijder de korst vd kaas en snij in fijne plakjes. Verhit de olie in een grote pan, voeg de sjalotjes toe en stoof 4 minuten. Voeg de champignons toe, kruid met peper en zout en bak de champignons 6 minuten op hoog vuur. Leg ze nadien op keukenpapier om het vocht te verwijderen.
3. Maak de peterseliepesto. Pel en hak de knoflook. Spoel, droog en snipper de peterselie, meng met de knoflook, peterselie, pijnboompitten, olijfolie en peper en zout en doe alles in de blender. Voeg eventueel wat meer olie toe als de pesto te droog is.
4. Neem een vel filodeeg, leg het op een bakplaat met bakpapier en bestrijk het met wat gesmolten boter. Leg er een tweede vel op. Leg zo alle vellen filodeeg op elkaar, t lelkens met wat gesmolten boter ertussen. Strijk de peterseliepesto over het laatste vel filodeeg. Verdeel er de champignons over en leg er de kaas op.
5. Bak 10 tot 15 minuten in de oven tot het deeg knapperig en goudbruin is. Knip met een schaar of snij met een mes kleine vierkantjes, serveer warm als hapje….

**Toastje met pasta van zwarte en ricotta -790-**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Porties**  |
| 6  |

 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |

* **Ingrediënten**
100g olijven, zwarte ontpitte
* blender
* scheutje olijfolie
* 50g ricottakaas
* zwarte peper
* snuifje zout
* bagette

**Instructies**

1. De zwarte ontpitte olijven in blender fijnhakken met een scheutje olijfolie, zwarte peper en snuifje zout
2. De ricottakaas ondermengen tot homogene pasta
3. Stukje bagette of iets dergelijks er royaal mee besmeren

**Witloofroomsoepje met garnalen -244-**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Porties**  |
| 1liter  |

 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |

**Ingrediënten**

* 1 ui
* 1 prei, wit
* 1 stengel selder
* 1kg witloof, grond witloof
* beetje boter
* 1l Kippenbouillon
* 1 scheutje room
* 100g garnalen
* Peterselie, vers gehakte

**Instructies**

1. De gewassen groentjes fijn snijden en aanstoven in een weinig boter, bevochtigen met de kippenbouillon en een veertigtal minuten laten trekken.
2. Soep mixen en door fijne zeef doen.
3. Op het laatste moment voegt men er de room en de vers gehakte peterselie toe en af smaken.

Bediening :In een warm soepbord legt men een beetje garnalen en daarover de warme soep.

**Notities**

|  |
| --- |
| Indien de soep te bitter is kan men dit verhelpen met een weinig suiker. |
|  |

|  |
| --- |
| **Everzwijn, in trappistenbier verdronken. -311-**  |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|

|  |
| --- |
| **Porties**  |
| **4**  |

 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |

**Ingrediënten**• 600g everzwijn filet

• 1/2 spitskool

• 320g pleurotten, waarvan 150g voor de saus

• 1/2 knolselder

• 2flesjes trappistenbier, of een bruin streekbier

• 2 sjalotten, of rode ui

• 1/2 groene kool

• 1kg zoete aardappelen, of dennenappeltjes

• olijfolie

• boter

• wildfond

• pezo

• muskaatnoot.

• wat tijm, verse

• 80g spekgerookt

• 2eetlepels bruine suiker

• chocolade, bittere

• cognac

**Instructies**

1. Men reinigt de filet en schroeit deze goudbruin aan op een hevig vuur, daarna kruiden: pezo. Achteraf gaar bakken in een warme oven.
2. De pleurotten trekt men in fijne reepjes en bakt deze in boter, samen met fijne gehakte sjalotten. Men neemt 1/2 van de pleurotten en mengt deze met de sitskool en de groene kool.
3. De spitskool wordt in fijne julienne gesneden, gaargekookt in kokend gezouten water en direct verfrist zodat ze haar kleur houdt. Daarna, goed laten uitlekken (uitknijpen).
4. De groene kool wordt ook in fijne julienne gesneden, gaargekookt in kokend gezouten water en direct verfrist zodat ze haar kleur houdt. Daarna, goed laten uitlekken (uitknijpen).
5. Spitskool en groene kool apart houden in verdere bereidingen.
6. Het gerookt spek bakken en bijvoegen in de spitskool en de groene kool met de pleurotten. Alles af smaken met gesmolten boter, peper, zout en muskaatnoot. (oppassen met het zout)
7. Knolselder schillen, in blokjes snijden en gaar koken.
8. De zoete aardappelen wassen, schillen en pureren. Boter en eventueel room bijvoegen tot een smeuïge puree. Af smaken met pezo en nootmuskaat
9. De saus: men stooft de rest van de sjalot aan en deglaceert deze met de trappist , een beetje laten inkoken, wildfond aan toe voegen en laten trekken. Bruine suiker en de bittere chocolade bijvoegen. Op smaak brengen (eventueel met cognac), Door een zeef steken en afwerken met boter. Tenslotte de rest van de pleurotten toevoegen.
10. Bediening zie foto praktijkles.

**Tiramisu met framboos en verse frambozencoulis -743-**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Porties**  |
| 8pers  |

 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

 |

**Ingrediënten**

* frambozencoulis
* 130ml water of je kan ook frambozencoulis kopen
* 50g Poedersuiker
* 350g frambozen
* 1 steranijs

 ----Tiramisu

* 250g mascarpone
* 150ml slagroom, 40 % vetgehalte
* 100g frambozenconfituur. Potje SO fruit van Materne frambozen te vinden in de koelafdeling Delhaize

 ----Afwerking

* 8 frambozen meringue, te vinden bij Delhaize ( bakkerij )
* 8 blaadjes verse munt
* 100g amandelschilfertjes, roosteren in een anti kleef pan zonder vetstof

**Instructies**

1. Frambozencoulis : Kook de frambozen, water, suiker, en steranijs 20 min zachtjes tot een compote. Zeef door een mousselinezeef tot een homogene coulis. laten afkoelen.
2. Tiramisu : Klop de room op - Meng de mascarpone met de frambozenconfituur en meng er daarna de room zachtjes onder.
3. Opbouw van het glas : verkruimel de meringue en giet er wat coulis over. Schep er een soeplepel mascarpone mengsel over en daarna wat coulis langs het glas over dit mengsel. Zet 2 uren koel in de koelkast .
4. Afwerking: Versier met wat amandelschilfertjes een framboos en een vers muntblaadje.