

Recept Spaghetti met Courgettencrème

De procedure van tevoren:

1. Schil de courgettes met de aardappelschiller.
2. De groene schil moet à julienne worden gesneden
3. En die stukjes moeten in zaadolie worden gebakken tot ze knapperig zijn, om gebruikt te worden tijdens het recept.
Dit onderdeel zal later gebruikt worden.

Eerste deel, **de carpaccio voorbereiden**: leg de garnalenpulp op bakpapier en bedek hem met vershoudfolie. De garnalen worden geplet met een vleeshamer. Gebruik een plastic pannenlikker om met de geslagen garnalen een rechthoek te vormen. Plaats de carpaccio in de shock freezer voor 5/6 minuten bij -25°.

De mayonaise wordt gemaakt door de garnalenkoppen te pureren met een staafmixer, een beetje koud water toevoegen om beter te kunnen mengen. Zeef het verkregen mengsel en bind het met een beetje Xanthaangom.

Tweede deel, **verwerking van de courgettes**. Schil de courgettes en scheid het groene gedeelte van het witte gedeelte. Het groene gedeelte wordt à julienne gesneden en knapperig gebakken. Snijd het witte gedeelte in blokjes en fruit ze in een pan met een teentje knoflook. Dit alles met groentebouillon afwerken. Als u geen groentebouillon heeft, kunt u water gebruiken. Voeg de saffraandraden toe en kook voor 10/15 minuten tot de courgettes zacht worden. Breng op smaak met zout en peper en pureer het tot een romige crème.

Haal de carpaccio uit en leg deze op het bord en breng op smaak met olie, zout en geraspte citroenschil.

Kook de spaghetti, giet ze af en laat ze in de courgetten- en saffraansaus garen.

Leg de spaghetti naast de carpaccio, voeg een eetlepel garnalenmayonaise toe en voeg de knapperige courgette toe aan de spaghetti.

Recept Zeebaarsrol in aardappelkorst

De procedure van tevoren betreft de bonen, de aardappelen en de tomaten.

De **bonen** moeten 10 uur in koud water geweekt worden, daarna moeten ze in gezouten water gekookt worden voor ongeveer 50 minuten. Pureer de gekookte bonen tot dat u een crème te krijgt.

De **rauwe aardappelen** schillen, wassen en raspen. Laat ze 20 minuten onder stromend water staan. Giet en droog ze af met een doek. Bak ze op een temperatuur van 135° tot dat ze knapperig worden.

Bereiding van de **tomaat**: Kook de hele tomaat in ruim water voor 1 minuut. Koel met water en ijs. Snijd de tomaat in vier delen en verwijder zaden en schil.

Fruit in weinig olie een fijngesneden sjalot. Voeg de wortelen en de olijven toe en doe er zout en peper bij. Haal van het vuur en voeg verse in julienne gesneden basilicumblaadjes toe.

Sla ondertussen de zeebaarsfilets (zonder graat en zonder huid) tussen twee met olie ingevette vershoudfolies. Klop tot dat het filet bijna op een carpaccio lijkt. Verwijder de bovenste laag folie. Voeg zout, peper en een eetlepel van het mengsel toe (sjalot, wortelen, olijven, tomaten en basilicum). Rol met behulp van de onderstaande folie alles op, zodat je een rolletje krijgt. Stoom de rol in de folie op een temperatuur van 80°, voor 4 minuten. Haal hem uit de oven en zet hem ongeveer 5 minuten in de shock freezer.

Bak de geraspte aardappelen op een temperatuur van 135° in zaadolie tot ze knapperig zijn (zie de procedure van tevoren). Leg ze op keukenpapier.

Doe wat balsamico azijn met een lepeltje suiker in een koekenpan en reduceer hem tot een stroopachtig glazuur.

Haal de rol uit de vershoudfolie en doe hem door de bloem. Doe de rol met bloem in het opgeklopte ei en haal hem uiteindelijk door de aardappelkorst. Doe de rol in een antiaanbakpan met een beetje olie en laat hem langzaam goud worden, zodat de korst van de aardappelen knapperig wordt en de rol gaar is. Op een plat bord doe twee eetlepels bonencreme (zie de procedure van tevoren), enkele druppels balsamico azijnreductie, voeg wat spinazieblaadjes licht gegaard in een pan met olie en zout toe. Maak het gerecht af door de zeebaarsrol in aardappelkorst erbij te doen.