

onderdeel C

bijlage 1

deze bijlage pas uitdelen bij aanvang van opdracht 3

opdracht 3, 4

Bouillon met kip/groene asperge en bosui

Gepaneerde tilapiafilet met knoflook-limoensaus
gemengde salade met pestodressing
rozemarijnkrieltjes uit de oven

Sinaasappelbavarois

Alle ingrediënten staan afgewogen klaar behalve de vloeistoffen en de vetstoffen.

Keuzemoment voor de gasten:

de garnituur van de bouillon: kip met bosui óf groene asperge met bosui

overzicht van de serveerwijzen

gerecht	serveerwijze	serveertechniek
brood, tapenade, olie, zeezout		uitserveren en inzetten
bouillon met kip/ groene asperge en bosui (keuze gast)	in schenkan garnituur op bord	gecombineerde methode, bord inzetten, bouillon uitserveren aan tafel
gepaneerde tilapiafilet	op bord	inzetten
knoflook-limoensaus	in saucière	saucière inzetten
pestodressing	in saucière	met behulp van de gueridon, inzetten
gemengde salade	op side-plate	inzetten
rozemarijnkrieltjes	in légumier	inzetten op tafel
bavarois	in coupe	inzetten

Recepturen en bereidingswijzen van het menu

Je maakt twee soorten garnituur voor bouillon. De gast in het restaurant kan kiezen uit bouillon met kip en bosui óf bouillon met groene asperge en bosui. De bestelling wordt aan jou doorgegeven.

Bouillon met kip en bosui of met groene asperge en bosui **Ingrediënten voor 4 personen (garnituur voor 8 personen)**

- 1 l kippenbouillon
- 100 g gaar kippenvlees
- 100 g groene asperge
- 4 bosuitjes
- 2 takjes peterselie

Bereidingswijze

- 1 Was de asperges en verwijder het laatste stukje (ca. 2 cm).
- 2 Snijd de asperges in stukjes van circa 3 cm.
- 3 Blancheer de stukjes asperge.
- 4 Snijd het gare kippenvlees en dés.
- 5 Was en snijd de bosuitjes in ringen.
- 6 Was en hak de peterselie fijn.
- 7 Vul één bakje met de kip, de helft van de bosui en de helft van de gehakte peterselie.
- 8 Vul ook één bakje met de groene asperges, de helft van de bosui en de helft van de gehakte peterselie.
- 9 Zet het garnituur afgedekt koel weg.

mise-en-place staat klaar: kippenbouillon

Doorgeeffase:

- 1 Verwarm de bouillon.
- 2 Verdeel het garnituur over de soepborden.
- 3 Verwarm de borden 2 minuten in de oven.
- 4 Geef de bouillon in schenkan door.
- 5 Geef de soepborden met garnituur door.

Gepaneerde tilapiafilets

Ingrediënten voor 4 personen

4 x 125 g tilapiafilets
bloem
losgeklopt eiwit met zout en olie
paneermeel
boter en zonnebloemolie (half/half)
4 partjes limoen
1 takje peterselie
peper en zout

Bereidingswijze

- 1 Spoel de tilapiafilets en dep ze droog.
- 2 Kruid de tilapiafilets.
- 3 Paneer de tilapiafilets en zet koel weg.

Doorgeeffase

- 1 Bak de tilapiafilets gaar en goudbruin in boter en ruime olie.
- 2 Geef de krokante filets direct na het bakken door op bord.
- 3 Garneer de tilapiafilets met peterselie en een partje limoen.

Knoflook-limoensaus

Ingrediënten voor 4 personen

120 g mayonaise
1 takje peterselie
1 takje kervel
1 takje dragon
1 teentje knoflook
1 limoen
halve ui
peper en zout

Bereidingswijze

- 1 Hak de kruiden, pers de knoflook en snipper de ui.
- 2 Trek zestes van een hele limoen.
- 3 Pers de helft van de limoen.
- 4 Vermeng mayonaise met de fijngehakte kruiden, knoflook, ui, de helft van de zestes en het sap van een halve limoen.
- 5 Breng op smaak met peper en zout.
- 6 Bewaar de saus in de koeling.
- 7 Bewaar de andere helft van de zestes voor garnering.

Doorgeeffase

- 1 Roer de saus voor gebruik even door.
- 2 Serveer de saus apart in een saucière en garneer met de andere helft van de zestes.

Gemengde salade (🕒 15 minuten werktempo-opdracht)

Ingrediënten voor 4 personen

- ¼ krop ijsbergsla
- 2 tomaten
- ¼ komkommer
- 1 middelgrote rode ui
- 8 groene olijven

Bereidingswijze

- 1 Breng water aan de kook.
- 2 Snijd de ijsbergsla en was kort in ijswater. Laat goed uitlekken.
- 3 Plisseer de tomaten en snijd in parten.
- 4 Schil de komkommer en snijd in plakjes.
- 5 Snijd de rode ui in halve ringen.
- 6 Halveer de olijven.
- 7 Verdeel de ijsbergsla over 4 side-plates en garneer ze met de overige ingrediënten.

einde werktempo-opdracht

Pestodressing

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 ½ dl zonnebloemolie
- ½ dl azijn
- 1 takje gehakte peterselie
- 15 g zeer fijn gesnipperde ui
- 1 el pesto
- peper en zout

Bereidingswijze

- 1 Maak van bovenstaande ingrediënten een French dressing.
- 2 Roer als laatste pesto door de dressing.
- 3 Bewaar de dressing afgedekt op keukentemperatuur.

Doorgeeffase

- 1 Geef de gemengde salade door op side-plates.
- 2 Geef de pestodressing door in een saucière.

Rozemarijnkrieltjes uit de oven

Ingrediënten voor 4 personen

800 g krielaardappelen (met schil)
3 takjes geritste rozemarijn
1 tl gedroogde oregano
2 tenen gehakte knoflook
1 dl olijfolie
zeezout en peper

Bereidingswijze

- 1 Was de krielaardappelen en zorg dat de stukken even groot zijn.
- 2 Blancheer de krielaardappelen (circa 5 minuten).
- 3 Meng de gehakte knoflook, de oregano, de peper en het zeezout met de olijfolie.
- 4 Sprenkel de kruidenolie over de krieltjes en bestrooi met de rozemarijnblaadjes. Meng goed door in een bekken en zet koel weg.
- 5 Bak de krielaardappelen in een ovenschaal in de oven in circa 25 minuten goudbruin op 200 °C.

Doorgeeffase

- 1 Geef de rozemarijnkrieltjes door in een légumier.

Sinaasappelbavarois

Ingrediënten voor 4 personen

2 dl sinaasappelsap

50 g suiker

sap van ½ citroen

6 g bladgelatine

3 dl room

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Week de gelatine in een ruime hoeveelheid koud water.
- 2 Zet vier coupes klaar.
- 3 Verwarm het sinaasappelsap in een pan.
- 4 Roer het citroensap en de helft van de suiker door het sinaasappelsap.
- 5 Voeg de geweekte gelatine toe en roer tot de gelatine is opgelost.
- 6 Klop de room lobbig met de overige suiker.
Zet ondertussen het vruchtenmengsel in een ijsbad en roer regelmatig totdat de massa geleert.
- 7 Spatel de room door de gegeleerde fruitmassa tot de bavarois glad is.
- 8 Verdeel de bavarois over de vier coupes.
- 9 Zet de bavarois koel weg.

Doorgeeffase

- 1 Garneer de coupes op gelijke wijze met slagroom, een schijfje sinaasappel en atsinacress.

mise-en-place staat klaar: opgeklopte slagroom en halve schijfjes sinaasappel, atsinacress