

onderdeel B

bijlage 1

opdracht 2, 3 en 4

Aspergesoep met beenham en kwartelei

Gebakken varkensfilet
met kastanjechampignonsaus met oregano
frisse salade
pommes frites

Panna cotta met vanille en cantuccini,
mangocoulis of aardbeiencoulis

Keuzemomenten in dit menu:

- bij de frisse salade pijnboompitjes of reepjes zongedroogde tomaat
- bij het nagerecht mangocoulis of aardbeiencoulis

Alle ingrediënten staan afgewogen klaar behalve:

- alle vloeistoffen en vetstoffen

Werktempo-opdracht:

- de panna cotta maken

Overzicht van de serveerwijzen

brood boter, olie en zout in tipjes	brood uitserveren, tipjes inzetten op tafel
aspergesoep	borden met het garnituur inzetten soep met schenkan uitserveren aan tafel
frisse salade op side-plate pijnboompitjes en zongedroogde tomaatjes in tipjes	side-plates inzetten pijnboompitjes en zongedroogde tomaatjes serveren met behulp van de gueridon
varkensfilet, pommes frites op bord overige pommes frites in légumier saus in saucière	borden met hoofdgerecht inzetten légumier inzetten saus uitserveren aan tafel
panna cotta in glas	glazen inzetten

Aspergesoep met beenham en kwartelei

Ingrediënten voor 5 personen

50 g boter
60 g bloem
1 l bouillon (op basis van een convenienceproduct)
2 dl koksroom
30 g peterselie (vers)
peper en zout
nootmuskaat
voor het garnituur
5 kwarteleieren
100 g beenham
200 g groene asperges

mise-en-place staat klaar: de bouillon, de beetgare groene asperges

Bereidingswijze

- 1 Smelt de boter in de pan en laat uitbruisen.
- 2 Neem de pan van het vuur en voeg de bloem in één keer toe.
- 3 Maak een roux en gaar 2 minuten op laag vuur.
- 4 Voeg de koude bouillon in delen toe.
- 5 Roer steeds de bouillon goed door de roux.
- 6 Ga door tot alle bouillon is toegevoegd.
- 7 Breng de soep aan de kook en laat 10 minuten koken op laag vuur.
- 8 Was en hak de peterselie.
- 9 Voeg de koksroom toe aan de soep.
- 10 Kook de soep nog 1 minuut door.
- 11 Breng de soep op smaak.
- 12 Kook de eieren in drie minuten hard; spoel de eieren koud en pel ze.
Snijd de eieren doormidden.
Snijd de asperges in schuine plakjes van ongeveer 1 cm.
- 13 Snijd de ham in julienne.
- 14 Zet ei en ham afgedekt koel weg.
- 15 Bij het doorgeven:
 - warm de soep op tot het kookpunt en verdun zo nodig met water; voeg de peterselie toe
 - verdeel het garnituur over de borden en verwarm dan de borden kort in een oven van 200 °C (ongeveer 2 minuten)
 - geef de soep door in een schenkan
 - geef de verwarmde borden met garnituur door

Gebakken varkensfilet

Ingrediënten voor 5 personen

- 5 varkensfiletlapjes à 150 – 175 g
- 60 ml olijfolie voor de marinade
- 1 el gedroogde Italiaanse kruiden voor de marinade
- peper en zout
- 40 g olijfolie en/of geklaarde boter om te bakken

Bereidingswijze

- 1 Meng de Italiaanse kruiden met de olie.
- 2 Dep de filetlapjes goed droog.
- 3 Marineer de filetlapjes in de kruidenolie. Laat de marinade zo lang mogelijk intrekken.
- 4 Vlak voor het doorgeven: bak de filetlapjes aan beide kanten tot ze gekleurd zijn.
- 5 Haal de filetlapjes uit de pan en leg ze in een ovenschaal.
- 6 Gaar de filetlapjes 5 minuten door in een oven van 150 °C.
- 7 Haal het vlees uit de oven en verpak het in aluminiumfolie.
- 8 Laat het vlees 5 minuten rusten.
- 9 Bestrooi de filetlapjes met peper en zout.
- 10 Voeg het braadvocht toe aan de kastanjechampignonsaus.

Kastanjechampignonsaus met oregano

Ingrediënten voor 5 personen

- 200 g kastanjechampignons
- verse oreganotakjes (voldoende voor 2 el)
- 30 g boter
- 1 dl crème fraîche
- 1 dl koksroom
- peper en zout

Bereidingswijze

- 1 Maak de kastanjechampignons schoon.
- 2 Ciseleer de kastanjechampignons.
- 3 Ris de blaadjes van de takjes oregano.
- 4 Bak de kastanjechampignons in de boter tot ze licht glazig zien.
- 5 Voeg de oregano toe.
- 6 Voeg de crème fraîche toe.
- 7 Kook door tot de crème fraîche dik wordt en de kastanjechampignons met een laagje saus bedekt zijn.
- 8 Breng de saus op smaak.
- 9 Warm de saus op, voeg zo veel koksroom toe als nodig is voor de juiste dikte en controleer de smaak.

Frisse salade

Ingrediënten voor 5 personen

100 g mesclunsla
100 g komkommer
150 ml basilicumdressing
pijnboompitjes of zongedroogde tomaatjes

mise-en-place staat klaar: basilicumdressing, tipje met gebruneerde pijnboompitjes, tipje met kleingesneden zongedroogde tomaatjes

Bereidingswijze

- 1 Schil de komkommer.
- 2 Snijd de komkommer in de lengte door en verwijder de zaadlijsten.
- 3 Ciseleer de komkommer in dunne plakjes.
- 4 Marineer de komkommerplakjes in de basilicumdressing.
- 5 Was en droog de mesclunsla.
- 6 Meng vlak voor het doorgeven de sla met de komkommer en dressing.
- 7 Verdeel de salade over 5 side-plates.
- 8 Geef de side-plates met salade en de tipjes met pijnboompitjes en zongedroogde tomaatjes door.

Pommes frites

Ingrediënten voor 5 personen

500 g verse, vorgebakken pommes frites

Bereidingswijze

- 1 Controleer of het frituurvet 180 °C is.
- 2 Bak de pommes frites tot ze goudbruin van kleur zijn.
- 3 De pommes frites moeten knapperig en krokant zijn.
- 4 Strooi een weinig zout op de pommes frites.
- 5 Geef een beetje pommes frites door op elk bord; geef de rest door in een légumier.

**Panna cotta met vanille en cantuccini
mangocoulis of aardbeicoulis
Ingrediënten voor 5 personen**

4 g bladgelatine
2 dl volle melk
3 dl slagroom
60 g suiker
½ vanillestokje
5 el cantuccini (grof gehakt)
mangocoulis
aardbeicoulis

mise-en-place staat klaar: grof gehakte cantuccini, mangocoulis,
aardbeicoulis

Voer de stappen 1 tot en met 9 uit in 20 minuten. Als je de bereiding binnen 20 minuten juist uitvoert, behaal je de maximumscore.

Bereidingswijze

- 1 Week de gelatine in koud water (± 3 minuten).
- 2 Snijd het vanillestokje open en schraap de vanille uit.
- 3 Doe de uitgeschraapte vanille en het lege vanillestokje bij de melk in de pan.
- 4 Breng de melk, de slagroom en de suiker tegen de kook aan.
- 5 Los de geweekte gelatine erin op.
- 6 Laat de panna cotta iets afkoelen.
- 7 Verdeel de cantuccini over vijf glazen.
- 8 Vul de glazen met het panna cotta-mengsel.
- 9 Lever de panna cotta in bij de examinerator.
- 10 Nappeer volgens de bestelling de glazen panna cotta met de coulis en geef door.