

Examen VMBO-KB

2022

versie blauw, onderdeel **C**

profielvak-cspe HBR – KB

bijlage

Opdracht 2

menu

Carpaccio van rode biet met een salade van sinaasappel
en geitenkaas of oude kaas

Gebakken kabeljauw
stampot van prei
mediterrane saus

Lekkernijen geserveerd met koffie

Keuzemoment voor de gast:

bij het voorgerecht keuze uit 2 soorten kaas: geitenkaas of oude kaas

Overzicht van de serveerwijzen

gerecht	serveerwijze
brood	in broodmandje
roomboter, olijfolie en tapenade	onderzetbord met tipjes
carpaccio van rode biet	op klein bord
yoghurtdressing	in saucière
gebakken kabeljauw	op groot bord
stampot van prei	op groot bord
mediterrane saus	in saucière
lekkernijen geserveerd met koffie	staat klaar in het restaurant

Op de laatste pagina staat de werkplanning voor de bereiding van het menu.

Recepturen en bereidingswijzen

Carpaccio van rode biet met salade

Ingrediënten voor 4 personen

- 4 gekookte rode bieten
- 50 g mesclun
- 2 handsinaasappels
- oude kaas 25 g p.p.
- 2 el olijfolie
- zout en peper uit de molen



Mise-en-place staat klaar: 2 el gebrande zonnebloempitten, zachte (verkruiemde) geitenkaas 25 g p.p.

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Snijd de rode bieten in gelijke dunne plakjes, zie foto.
- 2 Bestrijk de borden licht met olijfolie en dresseer de plakjes rode biet op het bord, zie foto.
- 3 Breng de bieten op smaak met zout en peper, dek af.
- 4 Snijd de sinaasappels uit, vang het sap op en bewaar deze apart van de partjes in de koelkast.
- 5 Was en droog de mesclun en zet in de koelkast.
- 6 Schaaf de oude kaas.



Doorgeeffase

- 7 Breng de mesclun op smaak met het opgevangen sinaasappelsap, een eetlepel olijfolie en zout en peper.
- 8 Verdeel de mesclun over de 4 borden met bietencarpaccio.
- 9 Verdeel de partjes sinaasappel over de bietencarpaccio.
- 10 Bestrooi de bietencarpaccio met de verkruiemde geitenkaas of de geschaafde oude kaas (keuze gast) en de zonnebloempitten, zie foto.
- 11 Geef de carpaccio door samen met de yoghurt dressing.

Yoghurtdressing

Ingrediënten voor 4 personen

- 200 g volle yoghurt
- 1 el citroensap
- 1 tl mosterd
- 1 el honing
- 1 el olijfolie
- 1 el vers gesneden bieslook
- zout en peper uit de molen



Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Doe de yoghurt, de citroensap, de mosterd, de honing en de peper en het zout in een bekken.
- 2 Roer dit met een garde tot een gladde massa.
- 3 Voeg de olijfolie en de bieslook toe en roer deze goed door.
- 4 Zet de dressing koel weg.

Doorgeeffase

- 5 Geef de dressing in een saucière door samen met de bietencarpaccio.

Gebakken kabeljauw

Ingrediënten voor 4 personen

- 4 kabeljauwfilets
- olijfolie om in te bakken
- roomboter om in te vetten
- 4 takjes kervel
- zout en peper uit de molen

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Controleer de vis en maak indien nodig de vis schoon.
- 2 Zet de kabeljauwfilets koel weg.

Doorgeeffase

- 3 Bak de kabeljauwfilets kort aan in de olijfolie tot hij licht gekleurd is.
- 4 Bestrijk een ovenplaatje met roomboter.
- 5 Aromatiseer de vis met wat zout en een beetje peper.
- 6 Gaar de kabeljauw 5 min op 180 °C.
- 7 Serveer de stampot midden op het bord en verdeel deze over de 4 borden.
- 8 Leg de kabeljauw voorzichtig op de stampot, zie foto.
- 9 Nappeer een eetlepel van de mediterrane saus over de kabeljauw en garneer met een takje kervel.
- 10 Serveer de overige saus in een saucière.



Stamppot van prei

Ingrediënten voor 4 personen

- 500 g aardappelen
- 200 gram prei
- 1 teentje knoflook
- 10 gram roomboter
- 1 dl melk

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Schil de aardappelen en weeg \pm 400 gram af.
- 2 Snijd de aardappelen en des, was deze en kook ze in water met zout in \pm 20 minuten gaar.
- 3 Maak de prei en de knoflook schoon en snijd beiden fijn.
- 4 Kook de laatste 5 minuten de fijngesneden prei en knoflook mee.
- 5 Giet de aardappelen en de prei af in een vergiet.
- 6 Stamp de aardappelen en de prei met de pureestamper samen met de melk en de roomboter.

Doorgeeffase

- 7 Regeneer de stamppot in een metalen bekken afgedekt in een oven van 180 °C.
- 8 Geef de stamppot samen met de kabeljauwfilet door op bord.

Mediterrane saus

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 banaansjalot
- 1 tomaat
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 1 plak rauwe ham
- 10 g kappertjes
- 1 dl olijfolie
- rasp en sap van een halve limoen
- 4 blaadjes basilicum

Bereidingswijze

Mise-en-placefase

- 1 Plisseer de tomaat, verwijder de zaadlijsten en snijd deze in de helft.
- 2 Snipper de sjalot.
- 3 Snijd de rauwe ham en basilicum in julienne.
- 4 Snijd de bosui in dunne ringetjes.
- 5 Snijd de kappertjes fijn.
- 6 Voeg de gesneden ingrediënten samen in een steelpan.
- 7 Pers de knoflook en voeg dit toe aan de gesneden ingrediënten.
- 8 Rasp de limoenschil boven de ingrediënten.
- 9 Voeg de olijfolie en het limoensap toe en breng op smaak met zout en peper.

Doorgeeffase

- 10 Verwarm de saus tot 50 °C.
- 11 Geef de saus door in een saucière.

Werkplanning

mise-en-placefase	
1	Bereid de carpaccio van het voorgerecht voor.
2	Bereid het aardappelgarnituur voor het hoofdgerecht voor.
3	Bereid de vis van het hoofdgerecht voor.
4	Bereid de dressing van het voorgerecht voor.
5	Bereid de saus van het hoofdgerecht voor.
doorgeeffase	
6	Maak het voorgerecht af en geef door.
7	Maak het aardappelgarnituur af.
8	Maak de vis af.
9	Maak het hoofdgerecht af en geef door.