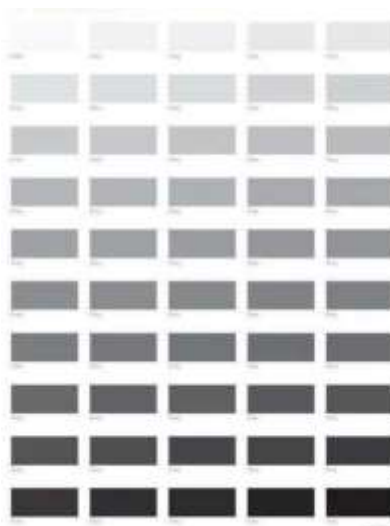


25/02/15  
25/02/15

## ***50 shades of Grey (voor mannen)***



### **Voorgerecht:**

*Goujonettes van vis met Remouladesaus*

### **Hoofdgerecht:**

*Kippenfricassee met prosciutto, tomaten, zoete paprika, en krokant gebakken krieltjes*

### **Dessert:**

*Negerinntetten met een gezoete abrikoos*

### **Bieren/Wijnen:**

*La Petite Vertus - Bieken - La Papesse*

*Malbec - La Chamiza - 2012*

*Coteaux du Layon - 2011*

### **Koffie**

*Even een stukje literatuur vooraleer je begint te koken.*

*Uit Vijftig Tinten Kip (van F.L. Fowler)*

Nog ! Nog ! Nog !

Hij zit aan tafel en Jeez, wat ziet hij er lekker uit. Hij trekt zijn witte schort uit en haalt een hand door zijn fantastische, net klaargemaakte haren. Ik denk dat ik bezwijk voor hij zelfs een hap van me neemt.

Ik lig in warme stukken verspreid over zijn bord. Mijn eigen sappen mengen zich met de kleverige marinade waarmee hij me instrijkt. Mijn huid is zacht en het voelt alsof ik smelt. Hij laat het fijne, zilveren bestek links liggen en grijpt mijn dij met beide handen vast. Wow. Langzaam sluit zijn mond zich om mijn dij en heldere, hete sappen druppelen over zijn verrukkelijke onderlip.

'Je bent zo zoet, zo sappig, zo lekker', zegt hoij met een lage basstem.

Mijn innerlijke godin kronkelt in haar fluwelen hoenderhok en likt aan haar vingers en borst alsof ze onverzadigbaar is. Ze serveert zichzelf op een presenteerblaadje.

'Ja, o ja", fluister ik. Ik wil dat hij me met huid en haar opvreet, tot het laatste brokje. Ik ben van hem en alleen van hem. Slik me, vreet me op, consumeer me.

Hij kalmeert en legt mijn dij weer op het bord. Hij ziet er bezorgd uit.

'Te lekker', zucht hij. Hij sluit zijn ogen, ademt diep in en schudt met zijn hoofd alsof er een onzichtbaar opber naast hem staat.

"Kip, ik ben niet de juiste man voor jou. Je bent perfect zoals je bent. Mijn ongewone wensen zouden je op een dwaalspoor zetten. Het is beter als je ver uit mijn buurt blijft.'

Wat ? Waar komt dit plots vandaan ?

'Jij verdient bloemen en een hart van goud en die kan ik je niet geven. Het spijt me. Ik leg mijn vork neer en laat je nu gaan.' Hij duwt het bord zachtjes weg.

Mijn wereld stort in en ik voel mijn hart breken. Hij verlangt niet naar mij. Ik kan zijn honger niet stillen. Ik heb de maaltijd grondig verpest.

Mijn innerlijke godin, die zich nog altijd in haar eigen sappen wentelt, lijkt eerst niets op te merken. Ze kijkt op en zoekt in de leegte naariets om op te vullen. Maar er is niets.

Ze roept zacht - Krieltjes , liefje ?



## **Voorgerecht: Goujonettes van vis met Remouladesaus**

Groep Eddy

### **Nodig (16 pers):**

- |                               |                        |                                |
|-------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| - 16 visfilets (*)            | - zeezout              | - 8 gesnipperde sjalotten      |
| - 400 g bloem (**)            | - peper van de molen   | - 4 el kappertjes              |
| - 16 eiwitten (**)            | - 4 eidooiers (***)    | - 4 el fijnggehakte augurken   |
| - 800 g panko (**)            | - 4 citroenen          | - 4 el fijngesneden bieslook   |
| - kruidenmix voor vis         | - 4 kl mosterd         | - 4 el fijngesneden kervel     |
| - 4 citroenen (in 4 gesneden) | - 1.4 L (maïskiem)olie | - 4 el fijngesneden peterselie |
| - 16 takjes peterselie        |                        | - 4 el fijngesneden dragon     |

(\*) Visfilets: pladijs, zeetong, schar, ...

(\*\*) NIET alles ineens gebruiken ->begin met de helft en zie daarna wat je nog meer nodig hebt

(\*\*\*) gebruik dat van de eiwitten

### **Goujonettes**

- Snij de visfilets in repen (1 tot 1.5 cm dik)
- Eiwitten loskloppen & kruiden met peper van de molen en kruidenmix voor vis
- Paneer visrepen à l'anglaise
  - o wentel ze eerst in de bloem
  - o daarna in het losgekopte eiwit
  - o tot slot door de panko
- Bak visrepen goudbruin in frituurvet op 180 °C
- Leg ze op keukenpapier om uit te lekken en eventueel wat kruiden met zeezout

### **Mayonaise**

- Roer de eidooiers los met citroensap en mosterd.
- Klop er straalsgewijs de olie onder, eerst weinig en geleidelijk meer
- Zorg ervoor dat de mayonaise telkens goed bindt
- Kruiden met peper en zout

### **Remouladesaus**

- Voeg gesnipperde sjalotten, kappertjes en augurken aan de mayonaise
- Voeg alle gesnipperde groene kruiden toe aan de mayonaise
- Verder op smaak brengen met peper en zout (en eventueel nog wat mosterd)

### **Presentatie**



**Mayonaise** maak je best met ingrediënten op kamertemperatuur. Wanneer mayonaise te dik wordt kan het verdunnen met water, citroensap of azijn.

**Remouladesaus** is een afleiding van mayonaisesaus. Er zijn groene kruiden in verwerkt als peterselie, kervel en dragon, augurk, kappertjes, mosterd en ui. Naar eigen smaak kan je ook nog fijngesneden ansjovis, pepertjes, tomaten, hardgekookte eieren, ... toevoegen.

Remouladesaus combineert goed met gefrituurde of gebakken vis of gegrild rood vlees.

### **Calamares a la Plancha**

- 1 kg kleine pijlinktvis
- 4 el olijfolie
- 4 el bladpeterselie
- 2 teentjes knoflook / limoenen

Picada: klop 4 el olijfolie, 4 el bladpeterselie & geperste knoflook door mekaar en kruiden met pezo. Inktviszakjes in olie op een heet vuur 2à3 min bakken tot ze wit en gaar zijn. Tentakels al roerend 1 min meebakken tot ze omkrullen. Besprenkelen met picada & beetje limoensap. Heet serveren.

# **Hoofdgerecht: Kippenfricassee met prosciutto, tomaten, zoete paprika, en krokant gebakken krieltjes.**

Groep Lieven

## Nodig (16 pers):

- 4 kippen (elk 1.5 kg)
- 8 kl grof zeezout
- 2 kl versgemalen peper
- 2 L droge witte wijn
- 24 teentjes knoflook
- 4 kl chilipoeder
- 4 kl zachte paprikapoeder
- 2 kl rode chilivlokken
- 240 g prosciutto
- 8 el olijfolie (extra vierge)
- 8 kleine rode uien
- 8 rode paprikas
- 1 L kippenbouillon
- 24 pruimtomaten
- basilicum
- 3 kg krieltjes
- 24 teentjes knoflook
- 12 el olijfolie
- 24 takjes tijm

## **Marineren van de kip**

- Dit kan in zijn geheel, maar ook in 8 stukken gesneden
- Kip droogdeppen en gul kruiden met peper en zout, goed inwrijven
- meng de wijn met de (in plakken gesneden) knoflook, chilipoeder, paprikapoeder, en chilivlokken
- Giet de marinade over de kip en laat gedurende één nacht marineren in de koelkast

## **Kippenfricassee**

- Haal kip uit de marinade (en hou marinade apart voor de saus)
- Dep kip droog met keukenpapier
- Verwarm helft van de olijfolie in een pan en bak de prosciutto in 1 à 2 min krokant
- Haal prosciutto uit pan, en laat uitlekken op keukenpapier
- Voeg rest van olijfolie toe, en bak de stukken kip aan alle kanten goudbruin
- Haal de stukken kip uit de pan en leg opzij
- Bak de in ringen gesneden ui en de in stukken gesneden paprika in de pan, maar laat niet bruin worden
- Giet de marinade bij de groenten en laat voor de helft inkoken
- Voeg de kip, de prosciutto, de in stukken gesneden tomaten en de bouillon toe aan de groenten en laat een 50 tal minuten sudderen onder gesloten deksel
- Haal na 30 min deksel van de pan
- Indien nodig, saus even apart wat verder inkoken om in te dikken
- Eventueel nog op smaak brengen met wat zout

## **Krieltjes**

- Kook krieltjes gaar gedurende 15-25 min in gezouten water
- Verwarm de oven tot 210°C
- Duw de krieltjes een beetje plat met je handen en meng ze met de geplette teentjes knoflook en de olie
- Leg de krieltjes op een bakplaat
- kruiden met peper en wat extra zout en tijmtakjes
- Rooster er 35 tot 45 min tot ze goudbruin zijn

## **Presentatie**



- Presenteer kip op een bord en overgiet ze met de saus
- Snipper er de basilicum over
- Opdienen met de gebakken krieltjes

## **Nagerecht: Negerinnetetten met een gezoete abrikoos**

Groep Youngsters

### Nodig (16 pers):

- 600 g bloem
- 360 g echte boter
- 4 eierdooiers (\*)
- 160 g suiker
- 8 el suiker
- 60 ml water
- 6 eiwitten (\*)
- 2 el maiszetmeel
- 400 g melkchocolade
- 16 abrikozen
- 80 g suiker
- 60 cl zoete wijn (bv Monbazillac)
- 20 cl water
- 2 vanillestokjes

(\*) dus 6 eieren in totaal

### **Koekjes voor de bodem**

- Doe de bloem, boter, eigelen en suiker samen in een kom. Kneed stevig met de handen tot een homogeen deeg. Draai het deeg in plasticfolie en laat rusten in de koelkast
- Bestrooi het aanrecht met een beetje bloem en rol het deeg uit met een deegrol. Steek rondjes uit het deeg en zet 25 min. in een voorverwarmde oven van 180°C.

### **Vulling**

- Klop de eiwitten op, samen met de suiker tot het mooi stijf is. Voeg maiszetmeel toe en mix nog even. Schep de opgeklopte eiwitten in een spuitzak en draai torentjes op bakpapier en leg dit bakpapier met eiwitten in een stoommandje.
- Zet een kookpot met een bodem water op een middelmatig vuur. Wanneer er damp uitkomt, leg dan het stoommandje erin. Draai het vuur iets minder en zet een deksel op de pot. Laat dit 8 à 10 min stomen. (opgelet kan na 3 min al OK zijn).
- Schik de torentjes op de zandkoekjes.

### **Chocolade**

- in stukken breken en smelten
- Schik de mellowcakes op een grill en leg er een bord onder. Schep de chocolade royaal over de mellowcakes zodat ze volledig bedekt zijn. Laat afkoelen in de ijskast

### **Abrikozen**

- Dompel abrikozen in warm water en schil ze
- Warm water op een zacht vuurtje en los er de suiker in op
- Voeg wijn en overlans gesneden vanillestokjes toe
- Laat 5 min zachtjes doorkoken
- Laat daarna abrikozen een 5 tal minuten meekoken tot ze zacht zijn (lauw opdienen)

### **Presentatie**



**POLITIEK CORRECT TAALGEBRUIK  
IN GENT**

**Zeg NIET negerinnetetten**

maar WEL

"licht gezoet eiwitschuim op een wafel afgedekt met een laagje chocolade".