



WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Een heerlijk ontspannen feestdiner!

Een kerstdiner bereiden kan een grote inspanning zijn. Maar wanneer je het goed aan pakt, geeft het wel voldoening. Er moet veel gebeuren: een menu bedenken, boodschappen halen, voorbereiden, tafel feestelijk dekken, gerechten presenteren en tegelijkertijd is het de bedoeling dat je hier zelf ook van geniet. Voor een geslaagd feestdiner is het belangrijk dat je overzicht houdt. En dat begint bij het begin: de keuze van het menu.

Bij het opstellen van het menu is het hoofdgerecht het belangrijkste onderdeel van het menu. Waar overige gerechten op worden aangepast. Kies je voor een uitgebreid menu, kies dan een bescheiden nagerecht.

Laat bij het opstellen van het menu culinaire hoogstandjes achterwege en ga geen onbekende receptuur uitproberen. Stel je eigen succesgerechten samen, waarvan je weet dat ze zullen slagen. Bedenk ook dat het niet gaat om het menu, maar vooral om de sfeer en de gezelligheid.

Om tijdens het feestdiner ontspannen mee te genieten is een goed geplande voorbereiding nodig. Koude voorgerechten, soepen, ovenschotels en stoofpotjes kunnen een dag eerder al geheel of gedeeltelijk klaar worden gemaakt. Voor het serveren hoef je het gerecht dan alleen nog maar af te werken. Zo werken echte koks ook, dus waarom zou jij dat niet doen??

Hieronder vind je smakelijke gerechten die je kunt serveren tijdens de feestdagen.





WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Starters / Voorgerechten (4 personen)

Kipcocktail

Ingrediënten

350-400 gr gerookte kipfilet
1-2 stengels bleekselderij
1 zoete appel
1 klein blikje mandarijntjes
1 krop ijsbergsla
2 el yogonaise
citroensap
kerriepoeder (1 theelepel)
zout
peper

Bereidingswijze

Snijd de gerookte kipfilet in kleine reepjes. Doe dit ook met de bleekselderij. Besprenkel de bleekselderij met wat citroensap. Schil de appel en snijd deze in kleine stukjes. Halveer ook de mandarijnenpartjes. Doe de kipfilet, selderij, appel, mayonaise en mandarijntjes in een kom. Voeg hier de yogonaise aan toe en breng op smaak met de kerriepoeder, zout en peper. Serveer in een schaalje met wat sla op de bodem.

Blinis Zalm

Ingrediënten

1 hippro blinis Zalm
2 el crème fraîche
1 tl mierikswortel
verse beislook
100g gerookte zalm
peper
zout

Stekertje (rond) Indien je geen stekertje hebt, gebruikt dan een mok om mooie rondjes uit de blinis zalm te snijden.

Bereidingswijze

Bereid de blinis Zalm volgens de bereidingswijze op de verpakking. Laat de blinis iets afkoelen en steek er 4 rondjes uit. Hak wat beislook fijn. Roer de crème fraîche los met de mierikswortel en voeg de beislook toe. Besmeer de blinis rondjes met een laagje van het crème fraîche mengsel en doe hier een beetje gerookte zalm op. Eventueel op smaak brengen met een beetje peper en zout.



WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Soups / Soepen (4 personen)

Paddenstoelensoep met gerookte kip

Ingrediënten

500 g gemengde paddenstoelen, als: kastanjechampignons, oesterzwammen en shiitakes
1 ui
2 teentjes knoflook
2 eetlepels olijfolie
2 theelepels verse tijm (of gedroogde)
250 ml witte wijn
500 ml kippenbouillon (of kruidenbouillon, van 1 tablet)
125 g gerookte kipfilet (vleeswaren)
200 ml Philadelphia Light

Vorbereiding

Veeg de paddenstoelen schoon met keukenpapier of een speciaal zacht borsteltje (nooit wassen, want dan zuigen ze water op en dat komt de smaak niet ten goede). Snijd de paddenstoelen in stukjes. Pel en snipper de ui en knoflook. Snijd de kipfilet in dunne reepjes.

Bereidingswijze

Bak de ui en de knoflook in een soeppan met de paddenstoelen 5 minuten zachtjes in de olie. Doe de tijm, wijn en bouillon erbij, breng opnieuw aan de kook en draai het vuur dan laag. Laat de soep 5-7 minuten zachtjes doorkoken tot de paddenstoelen zacht zijn. Pureer de soep in de keukenmachine, blender of met de staafmixer. Doe de soep terug in de pan, meng met de Philadelphia Light en kipfilet erdoor en verwarm de soep nog even goed. Breng op smaak met zout en peper en schep de soep in diepe borden of soepkommen.

Garneertip

Houdt een handje gebakken paddenstoelen en wat tijm apart om over de soep te strooien. Roer nog een eetlepel Philadelphia door de soep op het bord, zodat er witte strepen ontstaan.

Rucola-Waterkerssoep met paling

Ingrediënten

2 el olijfolie
1 sjalotje gesnipperd
2 dl visbouillon
2 el Philadelphia light
40 g waterkers
15 g rucola
zout en peper
40 g gerookte paling in kleine reepjes

Benodigdheden

Staaftmixer of keukenmachine

Bereidingswijze

Verhit de olijfolie in een (soep)pan en bak de sjalotsnippers in 2 minuten op hoog vuur. Voeg de visbouillon en Philadelphia toe en breng het geheel aan de kook. Voeg de waterkers en de rucola toe en laat de soep nog 2 minuut doorkoken. Pureer de soep vervolgens met de staafmixer of in de keukenmachine. Verwarm de soep opnieuw en voeg peper en zout naar smaak toe. Serveer de soep met de palingreepjes erover.



WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Main / Hoofdgerechten *(4 personen)*

Tournedos met ontbijtspek en rode wijn saus

Ingrediënten

4 stukken tournedos van ong. 150 g
4-8 plakjes ontbijtspek
2 el olijfolie

Voor de saus: 1 kleine ui, 15 gram boter,
1 laurierblaadje, 2takjes verse peterselie,
1/4 liter rode wijn, 1/4liter bouillon of
runderfond, 2 el olijfolie, 50 gr boter in
stukjes

Vorbereiding

Verwarm de oven voor op 175 graden

Bereidingswijze

Wikkel rond elk stuk vlees een plak spek.
Voor de saus de olie heet laten worden
en hierna de ui met het laurierblaadje en
de grofgehakte peterselie fruiten tot de ui
zacht is. De wijn en de fond toevoegen en de
vloeistof tot de helft inkoken. Alles boven
een schone pan zeven en tot gebruik laten
staan. De olie verhitten, de tournedos snel
aan beide kanten bruinbakken en daarna
in de voorverwarmde oven op 175 graden
verder gaar laten worden. Afhankelijk van
hoe hij wordt geserveerd (van rauw tot
doorbakken). De saus al roerend verwarmen.
Klop de boter stukje voor stukje door de
ingekookte jus tot een lichtgebonden saus
ontstaat. Breng op smaak met zout en peper.

Zalm met bearnaisesaus

Ingrediënten

1 ui
2 laurierblaadjes
6 peperkorrels
1.5 dl witte wijn
zout

4 stukken gefileerde zalm van circa 120 g per stuk

Voor de Saus: 4 takjes dragon (of 1 eetl. dragon uit de diepvries), 3
eetl. blanke azijn, 1.5 dl witte wijn, 4 eierdooiers, 200 g boter, zout aan
versgemalen peper, 1 eetl. fijngehakte dragon (vers of uit de diepvries)

Vorbereiding

Maak je bouillon: Breng 3/4 liter water aan de kook met de grof gesnipperde
ui, de laurierblaadjes, de geplette peperkorrels, de wijn en wat zout. Draai het
vuur laag en laat circa 10 minuten trekken. Giet door een zeef en doe het vocht
in een platte pan waarin de stukken vis gepocheerd worden (zie hieronder bij
bereidingswijze). Hak de sjalotjes en de takjes dragon voor de saus grof en
doe ze met de azijn en de wijn in een steelpan. Breng langzaam aan de kook en
laat zachtjes inkoken tot er nog circa 2 eetlepels vocht over zijn.

Bereidingswijze

Breng de bouillon aan de kook. Leg de stukken zalm in de pan en laat tegen de
kook circa 8 minuten pocheren (de juiste tijd is afhankelijk van de dikte van de
zalm). Klop intussen voor de saus de eierdooiers los in een kom. Giet er door
een zeeffe het ingekookte vocht bij (druk goed uit). Zet de kom op een pan met
een laagje kokend water en klop in een dun straaltje de gesmolten boter door
de dooiers. Blijf kloppen tot het een gebonden saus is. De saus mag niet te
heet worden, want dan gaat hij schiften. Mocht dat dreigen te gebeuren, neem
de kom dan meteen van de pan en klop een scheutje koud water door de saus.
Breng de saus op smaak met zout en peper en klop er kort voor het serveren de
fijngehakte dragon door. Laat de vis uit de pan op keukenpapier uitlekken, schep
op de voorverwarmde borden en schep er de saus bij.



WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Side dishes / Bijgerechten (4 personen)

Groentetaartjes met ei

Ingrediënten

1 kleine ui
1 groene paprika
2 tomaten
30 gr boter/margarine
peper
zout
3 eieren
melk
boter/margarine
geraspte 40plus kaas

Bereidingswijze

Ui, paprika en tomaat snijden, groenten ca. 10 min smoren in boter, peper en zout erbij. eieren kloppen. Oven verwarmen op 200 gr C, groentemengsel verdelen over 4 schaalpjes, eimengsel erover, kaas erop. In oven bakken tot ei gaar is (ca 10 min).

Romige prei-champignon schotel

Ingrediënten

1 rode ui
1 prei, alleen het witte en lichtgroene gedeelte
150 gram kastanjechampignons
2 eetlepels (zonnebloem)olie
1 zakje champignonsaus
100 gram geraspte kaas

Bereidingswijze

Pel en snipper de ui. Maak de prei schoon en snijd hem in smalle ringen. Borstel de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Verhit de olie in een koekenpan ui-preimengsel en roerbak de ui, de prei en champignons ca. 5 minuten. Maak de saus volgens aanwijzingen op de verpakking en roer de saus door het ui-preimengsel. Laat het geheel nog even pruttelen. Roer de helft van de kaas erdoor en geef de rest van de kaas apart.



WELKOM IN DE KEUKEN VAN

afslank
kliniek
hippro

Desserts / Nagerechten (4 personen)

Kaasplankje

Ingrediënten

100 g Gorgonzola (kaas)
100 g Pecorino Romano (kaas)
25 g Parmezaanse kaas (stukje)
1 walnotenstokbrood (ciabatta con noci) (voorgebakken)
30 g pijnboompitten
150 g geitenkaas (Bettinne Blanc)

Bereidingswijze

Neem de kaas uit de koelkast en laat het op kamertemperatuur komen. Gorgonzola en Pecorino elk in 4 puntjes snijden. Parmezaanse kaas grof hakken. Rooster in een droge koekenpan de pijnboompitten op laag vuur in ca. 3 minuten goudbruin. Schep de pijnboompitten op een bord en laat het afkoelen. Verwijder de korst van de geitenkaas en snijd de kaas in acht gelijke stukken. Bevochtig je handen met water en rol tussen je handen elk stukje geitenkaas tot rond bolletje. Helft van bolletjes door pijnboompitten rollen, rest door Parmezaanse kaas rollen. Gorgonzola, Pecorino en geitenkaasbolletjes over vier plankjes verdelen.

Yoghurt limoencreme

Ingrediënten

3 blaadjes gelatine
125 g room
5 g vloeibare zoetstof
0,5 dl = 4 eetlepels citroensap
175 g magere yoghurt

Bereidingswijze

1 gelatine laten weken
2 slagroom kloppen
3 zoetstof en limoensap verwarmen
4 gelatine uitknippen en oplossen in warme limoensap
5 gelatinemengsel bij de yoghurt voegen
6 slagroom er door spatelen
Laat het mengsel even uitstijven in de koelkast (half uur)

Serveer de yoghurt met een schijfje citroen op het randje van het glas.