

→COUSCOUSMENGELING MET GEPANEERDE MOSSELTJES

18 mosselen, 1 dl witte wijn, 1 kruidenboeketje, peper, zout, 1 eiwit, 2 el bloem, 2 el kruidenpaneermeel, 1 dl olijfolie, 1 puntpaprika, 1 mango, 1 el gehakte peterselie, 1 el bieslook, 1 sjalot, 1 knoflookteentje, 125 g couscous, ½ groentebouillonblokje, 1 citroen, 1 el olijfolie

Kook de mosseltjes kort samen met de witte wijn, het kruidenboeketje, p&z. Neem de mosselen van het vuur als de schelpen open zijn. Haal er de mosseltjes uit en laat afkoelen.

Haal ze door de bloem, dan door het losgeklopt eiwit en tenslotte door het paneermeel. Steek er 3 op een houten prikkertje en bak ze krokant aan in olijfolie of in een friteuse.

Laat uitlekken op keukenpapier.

Los ½ bouillonblokje op in 2dl kokend water. Giet dit over de couscous en laat afgedekt wellen.

Snijd de sjalot fijn, pers de knoflook en bak kort aan in een scheutje olijfolie. Snijd de paprika en mango in brunoise. Voeg de kleine paprika- en mangoblokjes toe en roerbak even mee. Kruid met p&z. Meng dit onder de couscous en laat afkoelen.

Vul glaasjes met het couscousmengsel, plaats de mosseltjes dwars op de rand en werk af met een weinig citroensap.

→PASTINAAKSOEP MET SPRUITJES MET EEN CRUNCH VAN CASHEWNOOTJES EN PARMEZAANSE KAAS

1 ui, 2 stengels bleekselder, 250 g pastinaak, 350 g spruitjes, 2 el olijfolie, p&z, 1 kruidenboeketje, 30 g boter, 1 dl witte wijn, 1l groentebouillon, 1 dl room, 50 g gehakte cashewnoten, 50 g Parmezaanse kaas

Hak de cashewnoten in fijne stukjes. Verhit een antikleefpan, roerbak er de noten en de gemalen kaas een tweetal minuten in en stort op een vel bakpapier.

Pel de ui, het knoflookteentje en haal de draadjes van de selderstengels. Schil de pastinaak en maak de spruitjes schoon. Snijd 1/3^{de} van de spruitjes in plakjes en blancheer deze gedurende 4 minuten. Giet ze af en laat ze schrikken onder stromend, koud water. Zet opzij als soepgarnituur. Snijd de rest van de spruitjes in stukjes evenals de overige groenten. Smelt de boter en fruit als groentestukjes kort aan. Kruid met p&z en voeg het kruidenboeketje toe. Blus met een glaasje witte wijn en laat inkoken. Giet er de bouillon bij en laat ongeveer 20 minuten koken.

Verwijder het kruidenboeketje en voeg de room toe. Mix de soep en laat de geblancheerde spruitenplakjes kort doorwarmen in de soep.

Verdeel de soep over de borden en werk af met de crunchy notentopping.

→BLADERDEEGKOEKJE MET GROENE ASPRERGES, ZALM EN KRUIDIG YOGHURTSAUSJE

4 kleine bladerdeegvellen van 8 cm op 8cm, 4 sneden gerookte zalm, 1 eigeel, 1 pakje mini groene asperges

Voor het yoghurtsausje: 4 dl Griekse yoghurt, ¼ bosje verse dille, 1 tl roze peperkorrels, zout, 1 el citroensap.

Verwijder de houten uiteinden van de groene asperges en rol er telkens een viertal in een sneetje gerookte zalm. Leg de rolletjes elk op een stukje bladerdeeg en plooï dicht door twee hoeken naar elkaar toe te plooien. Bestrijk de bladerdeegpakketjes met het losgeklopt eigeel. Bak de bladerdeegkoekjes in een voorverwarmde oven van 210° C gedurende 20 minuten.

Hak voor het yoghurtsausje de verse dille fijn. Stamp de roze peperkorrels fijn in een vijzel. Roer de dille, roze peperkorrels, citroensap en zout onder de yoghurt en roer goed door elkaar. Het gebakken bladerdeegkoekje kan koud of lauwwarm gegeven worden met het yoghurtsausje.

→HERT MET EEN MOUSSE VAN WINTERGROENTEN EN VLIERBESSENSAUS EN AARDAPPELMUFFINS

4 hertenbiefstukjes, 250 g champignons (bv trompette de mort), 100 g bakboter, 2 sjalotten, 2dl rode wijn, ½ dl wildfond, ½ dl vlierbessensiroop, 3 el sausbinder, 2 el olijfolie

Voor de mousse van wintergroenten: 200 g knolselder, 200 g spruiten, 100 g rapen, 100 g spek, ½ dl room, 25 g boter, p&z, nootmuskaat

Voor de aardappelmuffins: ½ kg aardappelen, 30 g boter, 2 stengels prei, 2 knoflookteentjes, 3 eieren, ½ dl room, p&z, 2 el olie

Borstel de champignons schoon en bak ze aan in olijfolie. Kruid ze naar smaak met p&z.

Stoof de sjalotten aan in boter en overgiet ze met de rode wijn. Voeg de wildfond toe en laat samen met de vlierbessensiroop inkoken. Bind eventueel met sausbinder.

Spoel de wintergroenten en maak ze schoon. Snijd ze in gelijkmatige stukken. Kook ze gaar in gezouten water samen met het gerookt spek. Giet af en laat drogen op een matig vuur.

Cutter fijn en voeg er de room en de boter bij. Kruid met p&z en nootmuskaat.

Verwarm voor de aardappelmuffins de oven voor op 180° C. Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes. Kook ze beetgaar. Snijd de prei in ringen en bak met de gesnipperde look in de olie. Laat afkoelen. Meng de prei met de gekookte en afgekoelde aardappelblokjes, verdeel over de siliconen muffinvormen.

Klop de eieren op met de room en kruid met peper en zout. Giet het eimengsel in de bakvormpjes zodat ze voor ¾ de vol zijn. Bak de aardappelmuffins in de oven gedurende 20 minuten. Haal ze uit de oven en laat 5 minuten rusten alvorens te ontvormen.

Bak de hertenbiefstukjes kort aan in boter. Maak quenelles van de mousse en serveer bij het vlees samen met de saus.

→KOKOSKOEKJES MET MANGO EN CHOCOLADE-RUMSAUSJE VAN SANDRA BEKKARI

2 medjoul dadels, 1 el olie, 185 g mango, 60 g kokosroom, sap van ½ limoen, 100 g amandelmeel, 100g havermout, 45 g + 10 g gemalen kokos, 1 el bakpoeder, zout

Voor het chocolade-rumsausje: 100 g melkerijboter, 1 dl melk, 250 g chocolade, 1 dl bruine rum
Laat de dadels 5 minuten weken in warm water. Haal ze eruit, halveer ze en verwijder de pit. Mix de dadels samen met de in stukken gesneden mango en de kokosroom in een blender.

Doe het mengsel in een kom en meng er het amandelmeel, de olie, sap van ½ limoen, de fijngemalen havermout, het bakpoeder en zout voorzichtig onder.

Rol balletjes van het deeg van 2.5cm diameter en duw ze wat plat. Bak ze in een voorverwarmde oven van 180°C gedurende 15 à 20 minuten. Werk de koekjes af met wat extra-kokos.

Smelt de chocolade smaan met de melk au bain-marie. Werk de saus af met ijskoude klontjes boer en parfumeer met de bruine rum.

Serveer de koekjes met het sausje.