 

## Het menu dat we vandaag koken is van de hand van Takis Panagakis,

#### **eigenaar & chef-kok van restaurant Elea te Rijswijk:**

‘Met Elea wil ik gasten een nieuw soort keuken bieden en andere smaken laten beleven.

Die nieuwe keuken weerspiegelt mijn visie op koken, mijn Griekse achtergrond en mijn   
ervaringen bij sterrenrestaurants. Daardoor zijn mijn gerechten goed doordacht en   
innovatief. Niet direct herkenbaar als Grieks, wel vol Griekse elementen. Zoals de nadruk op pure smaken en verse producten. Bij Elea wil ik gasten laten kennismaken met mijn kookstijl en laten dineren op hoog culinair niveau, tegen een betaalbare prijs.’

**Menu FEBRUARI 2019 - 4-gangenmenu**

Koningsvis ceviche – komkommer – bergamot – harissa

Rode poon– wortel- groene olijf -fregola

Kalfswang (stifado style) - uien – aardappel – kappertjes

Yoghurt - walnoten – honing – peer - kamille

|  |  |
| --- | --- |
| **Koningsvis ceviche – komkommer – bergamot - harissa** | |
| **Voorgerecht voor 11 personen**  Uitvoering: 2 personen  Uitserveren: 14.00 /20.00 uur | Moeilijkheidsgraad:  Apparatuur: oven 160°C, sapmaker, magnetron |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| benodigdheden: | bereiding: | |
| **Koningsvis**  600 g koningsvisfilet (of andere vis zoals zeebaars) met huid | Trek de huid van de visfilet. We gebruiken deze om tot een krokant huidje te drogen.  Snijd de filet in mooie dunne plakjes van ca. ½ cm.  Gaar de vis – vlak voor het uitserveren - gedurende 5 à 10 minuten in de onderstaande marinade. Haal dan uit de marinade. | |
| **Ceviche marinade**  300 g citroensap  300 g limoensap  1 bergamot  kleine spaanse peper | Was de bergamot goed en rasp de schil van de bergamot. Pers de vrucht uit. *Bewaar de helft van rasp en sap voor de komkommersap met bergamot (zie onder)*. Maak de peper schoon en snipper. Meng sappen, peper en bergamot rasp. | |
| **Krokant huidje**  vel van de visfilet | Verwarm de oven voor op 160°C.  Schraap de huidjes goed schoon. Droog de huid tussen schone siliconenmatjes met een gewicht erop in ca. 30 minuten tot krokant en goudbruin. | |
| **Cous cous salade**  150 g cous cous  1/2 bos bladpeterselie  1/2 bos dille  1/2 bos kervel  1 komkommer  1 citroen  4 el olijfolie  125 g Griekse yoghurt  peper, zout | Gaar de cous-cous in water volgens aanwijzing op de verpakking. Schep om met een vork.  Schil de komkommer, verwijder de zaadlijsten met een dessertlepel en snijd in kleine brunoise (½cm x ½cm).  Hak zoveel kruiden klein als nodig voor de salade (enkele eetlepels van elke soort*). Geef de bladstelen én de resterende peterselie en kervel aan de derde gang t.b.v. de wortelsaus en kruidenboter.*  Rasp de schil van een goed gewassen citroen en pers deze uit. Klop de joghurt met de olijfolie, voeg zeste en cirtroensap naar smaak toe. Breng hoger op smaak met peper en zout.  Maak de cous cous aan met de komkommerbrunoise, enkele eetlepels peterselie, dille en kervel en de joghurtdressing.  Zet op kamertemperatuur weg tot gebruik. | |
| **Komkommersap & bergamot**  4 komkommers  15 g zout  50 g sushi azijn  10 g chardonnay azijn  bergamotsap en-rasp (zie boven)  snufje Xantana | Pers de komkommers tot sap. Voor dit gerecht 1,0 liter nodig. *Gebruik de rest voor het tzatzikischuim.*  Meng de ingrediënten. Iets binden met een snufje Xantana. Zet koel weg tot gebruik. |
| **Tzatziki schuim**  200 g Griekse yoghurt  20 g olijfolie  4 gr witte wijnazijn  ½ teentje knoflook  2 takjes dille  komkommersap (zie boven)  zout | Mix alle ingrediënten in de blender en breng op smaak met zout. Zeef de massa en giet over in een kidde en zet onder druk met 2 gaspatronen.  Zet koel weg tot gebruik. |
| **Harissa crème**  15 g harissa  75 g zure room  50 g eiwit  125 g Griekse yoghurt  sap van1/2 limoen  snufje gerookte paprika  zonnebloemolie  1 g Xantana | Maak met de staafmixer een emulsie van de ingrediënten.  Zet koel weg tot gebruik. |
| **Komkommersliertjes**  1 komkommer  sushi azijn | *Bewaar de komkommerschillen voor de dilleolie*.  Schil en snijd de komkommer tot de zaadlijst in dunne sliertjes. Marineer in de sushi azijn. Rol ze voor gebruik op. |
| **Olie van dille**  200 g komkommerschillen  1/2 bos dille  200 gr neutrale olijfolie | Plaats de schillen in de magnetron op een *lage* stand tot ze zacht zijn en mooi groen. Pureer de dille en komkommer met de olie in de blender. Passeer door een zeef. Zet weg tot gebruik. |
| **Eindbereiding en presentatie**  **(zie foto van Takis)**  2 mini komkommers (pepquino)  in dunne plakjes gesneden  dilletopjes  blauwe bloemetjes  150 g feta, tot kleine balletjes gekneed |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Rode poon – wortel - groene olijf - fregola** | |
| **Tussengerecht voor 11 personen**  Uitvoering: 2 personen  Uitserveren: 14.45 uur / 20.45 uur | Moeilijkheidsgraad:  Apparatuur: --- |

|  |  |
| --- | --- |
| benodigdheden: | bereiding: |
| **Rode poon**  12 poonfilets met vel  100 g roomboter | Was en droog de filets. Klaar de roomboter.  Verwijder de graten in het midden met een pincet/tang. Zet koel weg tot de eindbereiding. De filets worden dan op de huid gebakken in wat geklaarde roomboter. |
| **Wortelcrème**  wortelsap van 1/2 bundel bospeen  350 g bospeen  50 g roomboter  1/2 limoen  korianderpoeder  crème fraîche (indien nodig) | Maak wortelsap van 1/2 bundel bospeen. Maak de wortel schoon. Snijd de wortel in kleine blokjes en gaar in wat van de wortelsap.  Giet af, maar bewaar het wortelsap voor de wortelsaus.  Rasp de schil van goed gewassen limoen en pers deze uit.  Pureer de wortel in de blender, samen met de boter, limoensap en rasp. Breng op smaak met koriander en zout. Voeg zonodig wat crème fraîche toe.  Doe over in een spuitzak en zet koel weg tot gebruik. |
| **Wortelsaus**  100 gr winterwortel  1 ui  peterseliestelen (van gang 1)  1 venkel  1 el tomatenpuree  1 tl korianderzaad  1 tl vadouvan  ½ tl sechuan peper  3 curryblaadjes  citroensap  1 borrelglas Martini dry  1 blik kokosmelk  1 pot gevogeltefond  wortelsap (restant >250 ml) | Rasp de citroenschil *(bewaar wat voor de kruidenboter*) en pers citroen uit. Snijd de wortel in plakjes.  Meng wortelsap en gevogeltefond en voeg de overige ingrediënten toe. Voorzichtig met het citroensap!  Kook de saus in tot 1/3. En zeef. Breng op smaak met peper en zout.  De saus wordt voor het opdienen verwarmd en met de mixer opgeschuimd. |
| **Wortelrolletjes**  2 gele wortels  sushi azijn | Maak de wortels schoon en snijd of schaaf ze in de lengte in dunne stroken. Blancheer de wortel en koel terug op ijswater. Marineer de stroken in sushi azijn.  Rol de stroken op t.b.v de bordopmaak. |
| **Gemarineerde peen**  Enkele peentjes in diverse kleuren  Otafuku sushi azijn | **Gemarineerde peen**  Snijd de peen op de mandoline in dunne plakjes en marineer in de sushi azijn. Zet weg tot gebruik bij de bordopmaak. |
| **Avocado olie met oregano**  100 ml avocado olie  bosje oregano | Pureer het blad van de oregano met de olie in het kleine blenderbakje. Giet door een fijne zeef en zet weg tot gebruik bij de bordopmaak. |
| **Groene olijfcrème**  250 g knolselderij  50 g roomboter  ½ bakje groene olijven (andere helft is voor de fregola)  zout, peper  crème fraîche (indien nodig) | Snijd de olijven in plakjes. *Bewaar mooie plakjes voor de garnering.* Kontjes en restjes gebruiken we in dit recept. Maak de knolselderij schoon en snijd in kleine stukjes. Gaar de knolselderij in de roomboter.  Doe over in de blender samen met de olijfkontjes en restjes en draai er een crème van. Voeg zonodig wat crème fraîche toe. Breng op smaak met zout en peper. Doe over in een spuitzak met klein spuitmondje. |
| **Kruidenboter**  peterselie (van gang 1)  kervel (van gang 1)  3 takjes basilicum  1 teentje knoflook  wat citroenrasp  zout  150 g roomboter | We gebruiken de kruidenboter voor de fregola.  Laat de boter zacht worden. Hak de kruiden fijn en meng met de roomboter tot kruidenboter.  Laat opstijven in de koeling. |
| **Dashi**  1,5 lt water  100 g kombu  50 g soja  100 gr Ponzu  17,5 g bonito vlokken (=halve zak) | 1. Knip de kombu een paar keer in met een schaar. Doe de kombu met 1,5 l water in een pan en breng op laag vuur langzaam aan de kook. Haal tussendoor onzuiverheden van het oppervlak met een schuimspaan. Haal de kombu er met de schuimspaan, vlak voor het water begint te koken, uit. 2. Neem de pan van het vuur en laat de bouillon wat afkoelen. 3. Voeg de soja, ponzu en bonito vlokken toe en breng weer langzaam aan de kook. Schuim het oppervlak tussendoor regelmatig af. Laat ca. 1 minuut op laag vuur zachtjes pruttelen. Neem de pan van het vuur en laat nog ca. 10 minuten staan. 4. Giet de dashi door een fijne zeef en druk goed uit. |
| **Fregola met olijf**  dashi  150 gr fregola  ½ bakje groene olijven  kruidenboter | Kook de fregola iets langer dan de 10 minuten volgens de verpakking) in de dashi.  Snijd de olijven in plakjes. *Bewaar mooie plakjes voor de garnering.* Kontjes en restjes gebruiken we in dit recept. Giet niet helemaal af (en bewaar de dashi) en meng naar smaak met gesnipperde olijven en kruidenboter tot romig zacht. |
| **Geroosterde amandel**  3 el *gesplitte* amandel (halve amandelen zonder schil) | Rooster de amandel lichtbruin in een droge koekpan.  Zet weg tot de bordopmaak. |
| **Eindbewerking en presentatie**  **(zie foto Takis)**  Zeevenkel  Salty Finger (van gerecht 2) | **Eindbewerking**  Bak de rode poon kort in geklaarde boter op de huid tot krokant en nog 1 à 2 minuten op andere kant.  Warm de saus en schuim deze op.  **Presentatie**  Zet rolletjes op bord rechts van het midden (diagonaal) en vul het ene rolletje met olijvencreme en de ander met wortelcreme. Spuit van beide cremes er wat dotjes naast. Schep de fregola op het bord links van het midden en leg de poon erop met de huidkant boven. Schep de schuimige wortelsaus er links naast.  Werk af met de zeevenkel, plakjes olijf, amandel en avocado-olie. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Kalfswang - uien – aardappel – kapperblad** | |
| **Hoofdgerecht voor 11 personen**  Uitvoering: 3 personen  Uitserveren: 15.15 uur /21.15 uur | Moeilijkheidsgraad:  Apparatuur: stoomoven 100°C (2x), daarna (stoom)oven 180°C, frituur |

|  |  |
| --- | --- |
| benodigdheden: | bereiding: |
| **Kalfswang**  1,8 kg schone kalfswang  200 g zonnebloemolie  1 ui  3 teentjes knoflook  1 klein blikje tomatenpuree  1 lt jus de veau  1 scheutje sherry azijn  enkele takjes tijm  8 pimentkorrels  2 pijpjes kaneel  4 kruidnagels  4 blaadjes laurier | Verwijder de vliezen en veel van het vet, maar houd de wangen verder intact (geen dobbelstenen). Na bereiding kan overtollig vet desgewenst makkelijk verwijderd worden.  Snijd de ui en knoflook klein en zet met zonnebloemolie aan in een braad- of koekenpan. Voeg nog wat olie toe en bak de kalfswangen mooi bruin. Blus af met de jus de veau en voeg een scheutje sherry azijn toe. Breng alles over naar een snelkookpan en zorg dat het vlees onder staat en voeg eventueel wat water toe. Voeg de kruiden toe.  Doe de snelkookpan dicht en laat zo’n 2 uur onder druk garen. Haal het vlees voorzichtig uit de pan en zeef de jus. Snijd mooie rechthoekige stukken van het vlees. Houd het vlees afgedekt warm in de warmhoudkast. Laat de jus inkoken tot een stroperige saus. |
| **Rode zilveruien**  10 kleine rode zilveruien  10 g sushi azijn  10 g tsyuo no moto  20 g ponzu  10 g olijfolie  takjes tijm  laurierblad | Stoom de zilveruien in de stoomoven gedurend 7 à 9 minuten, afhankelijk van de grootte. Pel de uien en marineer met de rest van de ingrediënten.  Zet weg tot eindbereiding.  Zeef voor het opdienen en halveer. |
| **Zilveruien gel**  potje Kesbeke zoetzure zilveruien (400 à 500 gr)  gellan | We gebruiken alleen het zoetzuur. *De uien gaan naar de zilveruien massa jus.* Meet het sapgewicht af. Voeg gellan toe op basis van 1% van het sapgewicht.  Stort op een bakplaat en laat opstijven in de koeling.  Pureer in de blender tot een gladde saus. Voeg zonodig nog wat water toe en breng op smaak met azijn en zout. Breng de saus met behulp van een trechter over in een spuitflesje. Zet weg tot gebruik. |
| **Zilveruien massa jus**  zoetzure zilveruien (zie boven)  ½ lt jus de veau | Breng de zilveruien in de jus de veau net aan de kook. Gaar de zilveruien op een heel zacht vuurtje in de jus de veau tot een stroperige uienjus. Eventueel jus de veau toevoegen als de garing meer tijd vergt. |
| **Uiencrème**  100 g cevenne uien  roomboter  1/8 gegaarde knolselderij  1 blad laurier | Snipper de uien en zet aan in wat boter. Maak een kleine knolselderij schoon en snijd daarvan 1/8 in blokjes. Gaar de knolselderij samen met een laurierblad.  Blend alles samen. Doe over in een spuitzak en houd warm in de warmhoudkast. |
| **Schorseneren beurre noisette**  8 schorseneren van gelijke dikte  citroensap  100 g roomboter | Trek handschoenen aan en schil de schorseneren (alle 10!). Leg ze in water met citroensap.  Maak een beurre noisette (gebruinde roomboter). Laat volledig afkoelen.  Snijd 4 schorseneren in 2 stukken en vacumeer ze samen met de afgekoelde beurre noisette één laag dik in kookzakken. Gaar in de stoomoven op 100°C, òf in net niet kokend water gedurende 12 à 15 minuten. Check de garing! Houd de schorseneren – in de zakken - tot gebruik warm in de warmhoudkast. |
| **Gefrituurde schorseneren**  4 schorseneren (restant van boven)  1 potje gefruite uitjes  25 gram Quinoa souffle | Snij de overige 4 schorseneren op de mandoline of met een dunschiller in lange linten. Blancheer en laat uitlekken, en frituur de linten vervolgens. Laat wat boter smelten in een anti-aanbakpan en bak de quinoa knapperig. Meng de gefruite uitjes met de schorseneren en quinoa souffle. |
| **Aardappelpuree**  600 g kruimige aardappel  15 g pijnboompitten  fijne ringetjes bosui  kappertjes  peterselie  olijfolie | Warm de oven voor op 180°C. Wikkel de aardappelen in folie en pof ze gedurende 1 uur. Pel ze en prak ze grof met olijfolie. Vermeng naar smaak met de overige ingrediënten.  Houd warm in de warmhoudkast. |
| **Kappertjes** | Laat een potje kappertjes uitlekken en frituur in een pannetjes tot de bloempjes opengaan. |
| **Eindbereiding en presentatie**  **(zie foto van Takis)**  Crazy peas  de gefrituurde kappertjes | Maak een quenelle van de puree en leg die midden op het bord. Snij de schorseneren in stukjes van ongeveer drie/vier centimeter. Zet er één rechtop tegen de quenelle en leg er nog één of twee plat tegen de puree. Spuit tegen de puree en schorseneren twee of drie toefjes uiencreme en wat kleine toefjes zilveruiengel. Snij mooie rechte stukken (1 of 2 pp) uit de kalfswangen en leg tegen de quenelle. Dresseer er wat stroperige zilveruien naast en leg op de quenelle en elke toef uiencreme een stukje gemarineerde rode ui en wat gefrituurde kappertjes. Leg wat quinoa en de schorseneren linten op de kalfswang en schenk met de dispenser wat saus tegen de wang.  NB: Zorg dat alle componenten mooi contact maken met elkaar! Zie foto. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Yoghurt - walnoten – honing – peer - kamille** | |
| **Nagerecht voor 11 personen**  Uitvoering: 3 personen  Uitserveren: 16.00 uur /22.00 uur | Moeilijkheidsgraad:  Apparatuur: oven 180°C , oven 170°C, oven 90°C |

|  |  |
| --- | --- |
| benodigdheden: | bereiding: |
| **Eiwit kamille**  100 g suiker  50 ml water  75 g eiwit  3 g kamille  1/2 g citroenzuur | Maak een suikerwater en laat kamille intrekken.  Klop de eiwit stijf met het suikerwater (gezeefd. Doe het eiwit over in een spuitzak.  Verwarm de oven voor op 90°C.  Maak kleine hoopjes op een met een bakmat beklede bakplaat (schuimpjes).  Schuif de bakplaat in de oven. Laat anderhalf tot twee uur drogen in de oven. |
| **Walnotenkrokantje**  35 g bloem  35 g glucose  35 g witte basterdsuiker  35 g walnoten gehakt  35 g zachte boter | Beleg een bakplaat met bakpapier en verwarm de oven voor op 180°C.  Smelt de boter. Voeg van het vuur af de basterdsuiker en glucose toe. Meng nu het bloemmengsel er in delen doorheen en blijf goed roeren zodat er geen klontjes ontstaan. Voeg de gehakte walnoten toe. Laat een kwartier in de koelkast opstijven.  Maak met een grote theelepel 20 hoopjes op de bakplaat, ongeveer ter grootte van een 1 euromunt (niet kleiner). Hou voldoende afstand ivm uitlopen. Bak vervolgens af in 6-8 minuten. Hou ze goed in de gaten, want ze worden snel te donker. |
| **Karudopita (walnotentaartje)**  300 g heel ei  200 g suiker  1 vanille stokje  80 g paneermeel  300 g walnoten fijn gehakt  1 g bakpoeder  Citroenrasp van ½ citroen | Verwarm de oven voor op 170°C.  Klop eieren, suiker en vanille au bain-marie op tot 45 graden. Vervolgens luchtig koud kloppen.  Meng de paneermeel, fijngehakte walnoten, citroenrasp en bakpoeder in een ruim bekken. Meng met het geklopte eiermengsel.  Vet een springvorm in en bak het taartje gedurende 35 minuten in een oven van 1700C.  *Alternatief: kleine taartjes maken.* |
| **Siroop**  150 g water  225 g suiker  1 kaneel stokje  Citroenrasp van ½ citroen | Maak siroop van water, suiker, kaneel en ciroenzeste.  Als de taart gebakken is overgieten met de hete siroop. Laten intrekken. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Yoghurt pannacotta**  150 g room  30 g suiker  20 g glucose  3 blaadjes gelatin (klein)  15 g yopol (texturas)  150 g yoghurt  1 gr citroenzuur | Week de gelatine in water. Verwarm de room met de suiker en de glucose. Los de gelatine er in op van het vuur af. Meng met de yopol, yoghurt en citroenzuur.  Vul een siliconenblad met kleine malletjes met behulp van de dispenser met het mengsel. Plaats op een dienblad in de vriezer. Haal de pannacotta’s een half uur voor opdienen uit de vriezer en stort op de bordjes. |
| **Yoghurtijs**  200 g slagroom  400 g volle yoghurt  40 g eidooiers  50 g glucose  50 g suiker  3 g citroenzuur  50 g prosorbet of cortina | Verwarm de room en los de suiker en glucose op.  Meng van het vuur af met de overige ingrediënten.  Laat goed afkoelen en draai er ijs van. Doe over in een metalen kom en bewaar in de vriezer. Haal 20 minuten voor het opdienen uit de vriezer om het schepbaar te maken. |
| **Kataifi rolletje**  3/4 pak kataifi  20 g glucose  50 g suiker | Maak een caramel met glucose en suiker.  Stort op een bakplaat, laat afkoelen en draai in de blender tot gruis.  Trek de kataifi uit tot lange strengen en draai als een toffeepapiertje. Verdeel in kortere stukjes. Maak ‘vogelnestjes’ m.b.v. de kleinste steekring. Bestrooi de nestjes met de caramel. Bak de nestjes af in de oven op 1700C (ca. 8-10 minuten, opletten!) |
| **Uitgestoken peer**  3 grote peren  1 dl perensap | **Uitgestoken peer**  Snijd de peren op de snijmachine -in de breedte – in schijfjes van 2 mm.  Steek met een grote grote gladde spuitmond uit de kleinste schijven kleine rondjes en uit de grote schijven met een steker halve maantjes, minimaal 3 per soort per persoon.  Vacumeer de peerstukjes samen met het perensap.  Voor gebruik laten uitlekken. |
| **Joghurt saus met peer en kamille**  50 ml druivenpitolie  5 g kamille  200 g perensap  100 g Griekse joghurt | **Joghurt saus met peer en kamille**  Vergruis de kamille (in het bakje met de staafmixer)  Verwarm de olie op een inductieplaatje tot 70°C. Schakel terug naar 60°C en laat de druivenpitolie een half uur trekken met de kamille.  Laat de olie afkoelen en zeef de olie.  Voeg het perensap en de yoghurt aan de olie en roer alles goed door elkaar in een kleine maatbeker. |
| **Peer gel**  100 g perensap  1 gram agar agar | **Peergel**  Kook perensap 2 minuten zachtjes op met de agar-agar. Stort op een bord en laat opstijven in de koelkast. Blender in kleine bakje en doe over in spuitflesje tot gebruik. |
| **Honingraat**  Bakje zuivere honingraat | Breek de honingraat in mooie stukjes |
| **Eindbereiding en presentatie**  Pannacotta met het walnotenkletskopje  Kataifirolletje met een bolletje ijs  Walnotentaartje (of brokjes walnotentaart)  Honingraat  Peerstukjes  Peergel (dopjes)  Kamille meringues  Atsina cress  Saus | *Begin (tenminste) een half uur voor het uitserveren met de presentatie*  Plaats de pannacotta met het walnotenkletskopje, het kataifirolletje met een bolletje ijs en het walnotentaartje midden op een groot rond bord.  Verbind de drie elementen met de overige onderdelen.  Lepel er de saus omheen. |