

Klassiek herfstmenu met de AMC-methode

Een praktisch driegangenmenu voor beginnende koks. Bij ieder gerecht staat wat je doet, wanneer je de warmte terugschakelt en wat je aan het product controleert.



1	Gebakken witlof en peer Blauwaderkaas · walnoot · mosterddressing
2	Varkenshaas met mosterdjus Aardappel-knolselderijpuree · savooiekool
3	Gestoomde sinaasappel-crème-caramel Vanille · zachte karamel

DIT GA JE LEREN

- Visiotherm en Audiotherm correct aflezen.
- Bakken zonder toegevoegd vet in de HotPan.
- Soft-snelgaren en groenten garen zonder extra water.
- Gecontroleerd stomen met de EasyQuick.

PLANNING Begin met het dessert en zet het koud. Maak dan puree en kool. Bereid het voorgerecht vlak voor serveren. Bak de varkenshaas na het voorgerecht; maak de jus terwijl het vlees rust.

Gebakken witlof en peer met blauwaderkaas



INGREDIËNTEN

300 g witlof · 1 stevige peer · 70 g blauwaderkaas · 25 g walnoten · 15 ml appelciderazijn · 20 ml walnootolie · 1 tl mosterd · peper · weinig zout

1

Snijden en dressing

Snijd de witlof in de lengte in kwarten. Snijd de peer in acht parten en verwijder het klokhuis. Roer azijn, walnootolie en mosterd glad.

2

HotPan voorverwarmen

Verwarm de lege HotPan met deksel op Navigenio stand 6. Zet de Audiotherm op het braadvenster. Bij het signaal: direct terug naar stand 2.

3

Bakken zonder vet

Leg de witlof met de snijkant omlaag in de droge pan. Dek af en bak 2 minuten. Keer, voeg peer toe en bak nog 2-3 minuten.

4

Afmaken

Zet de warmte uit. Verdeel kaas en walnoten over de pan en laat 1 minuut met deksel staan. Werk af met dressing en peper.

Kijk, luister, controleer

Het Audiotherm-signaal betekent niet dat het gerecht klaar is: het is het moment om terug te schakelen. De witlof hoort goudbruin te zijn en nog beet te hebben.

Varkenshaas met mosterdjus, herfstpuree en savooiekool



INGREDIËNTEN

360–400 g varkenshaas · 400 g kruimige aardappelen · 160 g knolselderij · 250 g savooiekool · 1 sjalot · 80 ml witte wijn · 150 ml bouillon · 90 ml slagroom · 12 g mosterd · 40 g boter · tijm · nootmuskaat · peper · zout

1

Puree op Soft

Snijd aardappel en knolselderij in gelijke blokjes. Doe 150 ml water in de 20 cm-pan, plaats de Softiera met de blokjes en sluit de Secuquick. Navigenio A, Audiotherm 8 minuten op Soft. Laat vanzelf drukloos worden. Stamp met 25 g boter en 50 ml room.

2

Kool zonder extra water

Doe de gewassen, nog vochtige savooiekool in een tweede pan. Navigenio A, Audiotherm 6 minuten op het groentevenster. Laat de deksel dicht tot het signaal.

3

Varkenshaas bakken

Snijd medaillons van 3 cm en dep droog. Verwarm de HotPan tot het braadvenster; schakel terug naar stand 2. Bak zonder vet circa 2 minuten per kant. Controleer het dikste stuk op 63–65 °C en laat 5 minuten rusten.

4

Mosterdjus

Fruit fijngesneden sjalot in dezelfde HotPan. Blus met wijn en roer de aanbaksels los. Voeg bouillon en tijm toe en reduceer tot de helft. Roer 40 ml room en mosterd erdoor; monteer met 15 g koude boter.

5

Dresseren

Schep puree links van het midden, leg de kool ernaast en plaats de medaillons ervoor. Lepel de jus rond het vlees, zodat de korst zichtbaar blijft.

Veilig werken

Open de Secuquick pas wanneer hij volledig drukloos is. Gebruik voor rauw vlees een aparte plank en tang. Voor zwangere of kwetsbare gasten gaar je het vlees volledig door.

Gestoomde sinaasappel-crème-caramel



INGREDIËNTEN

250 ml volle melk · 2 eieren · 60 g suiker · rasp van ½ sinaasappel · ½ vanillestokje · snuf zout · 150 ml water voor de pan

1

Karamel

Laat 30 g suiker in een droge kleine pan goudbruin smelten. Niet roeren; beweeg alleen de pan. Verdeel over twee hittebestendige vormpjes.

2

Custard

Verwarm melk met vanille en sinaasappelrasp. Klop eieren, overige suiker en zout kort los. Giet de warme melk er al roerend bij en zeef.

3

Stomen

Vul en dek de vormpjes af. Schenk 150 ml water in de pan en zet de vormpjes in de Softiera. Plaats EasyQuick. Navigenio A, Audiotherm 15 minuten op het stoomvenster.

4

Koelen en lossen

De rand is stevig en het midden trilt nog zacht. Laat 20 minuten afkoelen en koel minimaal 1 uur. Ga langs de rand met een dun mes en keer op een bordje.

Let op stoom

Til de EasyQuick altijd van je af. Overgaar de custard niet: een licht trillend midden wordt tijdens het afkoelen stevig.

BOODSCHAPPEN IN ÉÉN OOGOPSLAG

Groente & fruit	300 g witlof · 1 peer · 400 g aardappelen · 160 g knolselderij · 250 g savooiekool · 1 sjalot · ½ sinaasappel
Vlees	360-400 g varkenshaas
Zuivel & eieren	70 g blauwaderkaas · 2 eieren · 250 ml volle melk · 90 ml slagroom · 40 g roomboter
Voorraad	25 g walnoten · 60 g suiker · 150 ml bouillon · 80 ml witte wijn · 20 ml walnootolie · 15 ml appelciderazijn · mosterd · vanille · tijm · nootmuskaat · peper · zout