



**Kookstudio**  
**Culinaire Centrum**

[www.culinairecentrum.nl](http://www.culinairecentrum.nl)

0492-381565

Beste gast van Culinaire Centrum,

Leuk dat u aanwezig was bij een kookworkshop van Culinaire Centrum. Wij hopen dat u veel geleerd heeft en genoten!

Hierbij ontvangt u de recepten om ze thuis nog eens te maken. Deze recepten zijn voor 8 personen.

Regelmatig organiseren wij nieuwe kookworkshops met uiteenlopende thema's. Kijk eens op onze website voor het actuele aanbod van onze open workshops.

Uiteraard bent u ook welkom om met een groep vanaf 8 personen op iedere dag van de week een kookworkshop naar eigen wens te volgen.

Heeft u geen zin om zelf te koken? Onze koks koken ook graag voor u. U kunt bij ons terecht voor een feestje met een borrelgarnituur of buffet. Ook de catering op uw eigen locatie regelen wij graag voor u. Uiteraard altijd met dagverse producten en alles ambachtelijk bereid.

Graag tot een volgende keer in Culinaire Centrum te Aarle-Rixtel.

Met culinaire groet,

Dorotheé Saasen



**Kookstudio**  
**Culinair Centrum**

[www.culinaircentrum.nl](http://www.culinaircentrum.nl)

0492-381565

## **Stoomoven kookles 11 juni 2019**

Gestoomde gamba's met feta en peterselie

Wortelsoep met koriander

Gevulde kipfilet met truffelsalsa  
en salade

Aziatische vis uit de stoomoven

Rendang met

Pandanrijst en Indonesische Sajoer boontjes

Chocoladecake,  
Cake uit combi stoomoven  
en gepocheerde peren



## **Gestoomde gamba's met feta en peterselie**

**Ingrediënten:** ( 10 personen)

10 middelgrote gamba's  
2 dl olijfolie  
1 teentje knoflook  
1 sjalot  
¼ bos peterselie  
75 gram feta  
Provençaals zeezout  
2 eetlepels citroensap  
prikkers

### **Bereiding:**

- Snijd de darmkanalen uit de gamba's indien nodig.
- Verkruimel de feta grof.
- Snijd de peterselie zeer fijn.
- Snipper de knoflook fijn.
- Snipper de sjalot
- Schenk de olijfolie in een dichte stoomoven bak. Voeg de gamba's toe en stoom ze in de olijfolie 4 minuten in de stoomoven op 85°C.
- Haal de schaal uit de oven en verdeel er de knoflook, sjalot, peterselie en feta over.
- Plaats de schaal 4 minuten terug in de stoomoven.
- Verdeel er voor het serveren het citroensap over
- Bestrooi met peper en zout.
- Serveer de gamba in een bananenblad bakje. Schep ook wat feta, knoflook en peterselie in het bakje en serveer met een prikker



## **Wortelsoep met koriander**

### **Ingrediënten** (6 personen)

500 gram bospeen of winterpeen

1 ui

stukje verse gemberwortel

1 ltr. kippenbouillon

### **Garnering**

125 ml crème fraîche

15 gram koriander

### **Bereiding:**

- Maak de wortels schoon en snijd in stukken
- Snipper de ui
- Rasp de gemberwortel
- Hak de koriander fijn
- Stoom de wortel met de ui, gemberwortel en 200 ml kippenbouillon in de dichte stoomschaal in 25 minuten op 100°C
- Doe het mengsel in een kookpan en giet de rest van de bouillon erbij.
- Pureer de groenten met de staafmixer en breng de soep aan de kook op het vuur.
- Breng de soep op smaak met zout en peper
- Schenk in borden of koppen en roer de crème fraîche erdoor en garneer met koriander



## **Gevulde kipfilet met truffelsalsa en salade**

### **Ingrediënten** (8 personen)

2 kipfilets,  
4 eetl. truffelsalsa,  
plasticfolie

### Voor de salade

100 g gemengde slasoorten.  
1 eetl. wijnazijn,  
mespunt mosterd,  
mespunt honing,  
3 eetl. olijfolie,  
peper, zout.

### **Bereiding:**

- Leg de kipfilets tussen plastic folie en sla ze plat tot de dikte van een schnitzel.
- Verwijder de folie en leg de kipfilet opnieuw op plasticfolie.
- Bestrijk de filets met truffelsalsa.
- Rol de filets strak op en leg de filets in een stoompan met gaatjes.
- Stoom ze gedurende 15 minuten op 95°C.

### **Salade**

- Meng de ingrediënten voor de vinaigrette met een staafmixer.

### **Presenteren**

- Laat de kipfilets enigszins afkoelen en snijd ze in plakken.
- Dresseer salade met de vinaigrette op de borden.
- Verdeel de kipfilet en garneer met bieslook.



## **Aziatische vis uit de stoomoven**

**Ingrediënten :** (10 personen)

### **Vis**

1 rode peper  
1 limoen  
1 kleine rode ui  
1 cm verse gember  
1 teentje knoflook  
10 stukjes koolvisfilet\*  
peper, zout en olijfolie

### **Garnituur**

1 st groene courgette  
1 st rode paprika  
1 ui  
Provençaalse kruiden  
zout/peper

### **Bereiding**

- Snijd de rode peper en de limoen in schijfjes.
- Snipper de rode ui en snijd of rasp de gember en de knoflook fijn.
- Bestrooi de vis aan beide kanten met flink wat peper en zout
- Neem een dichte stoomovenbak en besprenkel olijfolie
- Leg de vis in de stoomovenbak en bedek vervolgens met de rode peper, gember, knoflook en rode ui.
- Leg er tenslotte de plakjes limoen bovenop.

### **Garnituur**

- Snijd de courgette in brunoise (3 mm)
- Paprika met dunschiller eerst schillen.
- Geschilde paprika in fijne brunoise (3 mm) snijden
- De ui snipperen
- Groenten mengsel in een dichte stoomovenschaal doen
- Breng op smaak met Provençaalse kruiden en zout en peper en 21 minuten op 100°C stomen.
- Zet daarna de vis in de stoomoven en stel de temperatuur op 80°C in gaar ongeveer 12 minuten.

### **Presenteren**

- Leg het groenten mengsel op een bord. Leg de vis erboven op en serveer uit.

\* de koolvisfilet kan vervangen worden door iedere witvisfiet.



## **Mosselen**

### **Ingrediënten** (10 personen)

2 kg mosselen  
mosselgroenten of prei, wortel, ui, bleekselderij  
100 ml witte wijn of half flesje donker bier

### **Bereiding:**

- Was en snijd de groenten in stukken
- Verdeel de groenten over 2 dichte stoomovenshalen en giet de wijn erop.
- Was de mosselen in ruim koud water, gooi de beschadigde en geopende exemplaren weg.
- Verdeel de mosselen over de groenten en stoom ze 12 minuten op 100 tot alle schelpen open zijn.



## **Rendang uit de stoomoven**

### **Ingrediënten** (6 personen)

500 rundvlees (riblap)  
rendang mix (kokki djawa)

### **Bereiding:**

- Breng het vlees op smaak met peper en zout
- Bak het vlees in wat olie 2 tot 3 minuten bruin. Haal het uit de pan en doe in een dichte schaal van de stoomoven.
- Verdeel de rendang mix over het vlees
- Plaats de dichte schaal in de stoomoven en gaar 40 minuten op 120°C





## **Indonesische Sajoer boontjes**

### **Ingrediënten: (4 personen)**

500 gr sperziebonen  
1 ui  
1 teen knoflook  
2 tl ketjap  
1 tl gemberpoeder  
2 tl sambal  
1 tl korianderzaad  
200 ml kippenbouillon  
200 ml kokosmelk  
Zeezout

### **Bereiding:**

- Verwijder de uiteindes van de boontjes en was ze.
- Maak in een keukenmachine een gladde pasta van de ui, knoflook, ketjap, sambal en de specerijen.
- Blancheer de boontjes in de stoomoven tot ze beetbaar zijn
- Verhit de pasta in een wokpan.
- Voeg de geblancheerde bonen toe en bak deze mee.
- Voeg de bouillon en de kokosmelk toe
- Stoof de boontjes in ongeveer 8 minuten gaar.
- Voeg naar smaak nog wat zout toe.



## **Pandanrijst in stoomoven**

**Ingrediënten:** (8 personen)

275 gram pandanrijst  
4 dl water

**Bereiding:**

- Was de rijst en doe in een dichte stoomoven bak.
- Voeg 4 dl water toe.
- Stoom op 100 C gedurende 20 minuten



## **Cake uit combi-stoomoven**

### **Ingrediënten**

250 gram boter  
250 gram suiker  
250 gram zelfrijzend bakmeel  
100 ml zonnebloemolie  
5 eieren  
1 eetlepel limoensap  
rasp van 1 limoen

### **Bereiding:**

- Smelt de boter in een steelpan en voeg een snufje zout toe
- Klop de eieren samen met de suiker luchtig met een mixer
- Schenk de hete boter langzaam bij de eieren
- Schenk de zonnebloemolie erbij
- Voeg limoensap toe en het rasp van de limoen
- Zeef het zelfrijzend bakmeel en spatel het door het eimengsel
- Vet een bakblik in zet in de stoomoven
- Zet de cake in de niet voorverwarmde oven en schakel het apparaat in op stand combikoken-hetelucht met 100% vocht op 150°C
- Bak de cake in 60 minuten gaar ( onderste richel ).



## Chocoladecake

### Ingrediënten (6 personen)

75 g pure chocolade  
100 g zachte boter  
100 g suiker  
1 eetlepel vanillesuiker  
2 eieren  
75 g zelfrijzend bakmeel

### Bereiding:

- Smelt voor de cake de chocolade (au-bain marie of in de magnetron of in de stoomoven op 95°C 10 minuten)
- Klop boter, suiker, vanillesuiker en eieren los.
- Voeg bakmeel toe en klop er de chocolade doorheen.
- Vet een muffinvorm goed in en vul met het mengsel
- Plaats in de stoomoven op 100°C gedurende 25 minuten.
- Check of de cake gaar is, door er met een houten prikker in de steken. Als er nog beslag aan de prikker blijft hangen is de cake nog niet gaar.
- Laat hem dan nog even staan in de oven.



## **Gepocheerde peren in dessertwijn**

### **Ingrediënten (6 personen)**

3 Conference peren,  
2 eetlepel suiker,  
½ l zoete wijn,  
3 draadjes saffraan.

### **Bereiding:**

- Schil de peren en verwijder het klokhuis.
- Vul een dichte stoompan met de wijn, suiker en saffraandraadjes.
- Leg de peren in de wijn en stoom ze gedurende 15 minuten op 100°C
- Laat de peren in de wijn afkoelen.
- Kook voor het serveren de wijn in tot een siroop.



## **Rabarber compote**

750 gram rabarber  
suiker

### **Bereiding:**

- Was de rabarber stelen, schil en snijd in kleine stukjes
- Stoom de rabarber in een dichte stoomovenschaal met een bodempje water 15 minuten op 100 C.
- Voeg suiker naar smaak toe.

### Tips

Belangrijke temperaturen:

40° voor rijzen van gist deeg en ontdooien van vis en vlees

70°-80° voor pocheren van vis

85° voor bereiden van vis

95° voor opwarmen van gerechten

100° voor het stomen van groenten, aardappelen

Gamba's en coquilles éérst 3 minuten stomen op 85°, droogdeppen, bakken.

Varkenshaasje ( 500 g) éérst 20 minuten stomen op 80°, droogdeppen, bakken.

Warmhouden gerechten op 90°.

Richtlijn voor rijstsoorten:

275 gr, 4 dl water, 20 minuten stomen.

als je meer rijst gebruikt naar verhouding ook meer water toevoegen.