

# Feestmenu

## APERITIEF & APJE:

Toastjes van zoete aardappel

## VOORGERECHT:

Zalmtimbaaltje met frisse komkommervulling

## SOEP:

Waterkerssoep met een krokante verrassing

## SORBET:

Mangosorbet

## HOOFDGERECHT:

Gevulde kipfilet met ovenaardappeltjes

## DESSERT:

Kersttrifle

# APERITIEF APJE

## TOASTJES VAN ZOETE AARDAPPEL



### Ingrediënten:

1 zoete aardappel  
1 avocado  
2 eetlepels magere Griekse yoghurt  
¼ komkommer  
4 kerstomaatjes  
1 eetlepel limoensap  
peper  
Provençaalse kruiden  
verse bieslook

### Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200°C.

Was de zoete aardappel goed af, schillen is optioneel. Snij de aardappel in dunne plakjes (2 per persoon is voldoende). Doe de aardappelschijfjes in een zakje, voeg 1 eetlepel olie toe en kruid met peper en Provençaalse kruiden. Schud goed met het zakje zodat alle aardappelschijfjes bedekt zijn met olie en kruiden. Bak ze gedurende 15 min in de voorverwarmde oven. Laat nadien afkoelen.

Schil de avocado en verwijder de pit. Pureer het vruchtvlees fijn met het limoensap en roer er de Griekse yoghurt door. Kruid met peper.

Was de kerstomaatjes en de komkommer. Verwijder de zaadlijsten van de komkommer en snij in fijne reepjes. Snij de kerstomaatjes in kwartjes.

Leg de aardappelschijfjes op een mooi bord en dresseer met wat avocadomousse. Werk ze af met wat komkommer en tomaat en wat verse bieslook.

## V\*OOR,GER,ECHT

# ZALMTIMBAALTJE MET FRISSE KOMKOMMERVULLING



### Ingrediënten:

200 gr gerookte zalm  
200 gr magere Griekse yoghurt  
4 lente-uitjes  
1 komkommer  
1 bosje verse peterselie  
1 bosje verse bieslook  
1 eetlepel gedroogde dille  
peper

### Bereidingswijze:

Bekleed 4 kommetjes met wat aluminiumfolie. Verdeel de plakken gerookte zalm erover zodat alle kanten mooi bedekt zijn. Laat de plakken wat over de rand hangen om nadien de onderkant mooi af te sluiten.

Was de lente-uitjes en de komkommer. Snij de lente-uitjes in ringetjes en de helft van de komkommer in blokjes. Snij de andere helft van de komkommer in plakjes.

Was de verse kruiden en hak ze fijn. Meng ze onder de Griekse yoghurt. Roer er dan de komkommerblokjes en lente-ui onder. Kruid met peper en dille.

Vul de kommetjes met zalm op met het yoghurtmengsel. Vouw de plakken zalm er mooi omheen, dek af met aluminiumfolie en laat enkele uren opstijven in de koelkast.

Verdeel de komkommerschijfjes over de borden, verwijder de aluminiumfolie van de onderkant van het pakketje en zet het kommetje omgekeerd op het bord. Verwijder het kommetje en de resterende aluminiumfolie. Werk af met wat dille.

## SOEP

# WATERKERS SOEP MET KROKANTE VERRASSING



### **Ingrediënten:**

2 bosjes waterkers  
1 ui  
1 preiwit  
½ courgette  
100 ml halfvolle melk  
1 liter kippenbouillon  
2 eetlepels hazelnoten  
2 sneetjes donker brood  
1 eetlepel olijfolie  
peper

### **Bereidingswijze:**

Schil de ui en snipper fijn. Was de prei en snij in ringen. Stoof ze aan in een bodempje water. Blus het geheel met de bouillon.

Was de courgette en snij in blokjes. Was de waterkers en houd een klein gedeelte apart voor de afwerking. Voeg de rest van de waterkers en de courgette toe aan de soep. Laat gedurende 20 minuten zachtjes garen.

Maak de crumble: hak de noten fijn en snij de sneetjes brood in blokjes. Meng ze en kruid af met peper. Verhit de olijfolie in een pak en bak de mengeling krokant.

Voeg de melk toe aan de soep. Mix ze glad en kruid af met peper.

Serveer de borden met een hoopje crumble en wat waterkers in het midden. Schenk de soep er aan tafel over.

# SORBET

## MANGOSORBET



### **Ingrediënten:**

1 mango  
200 ml water  
1 limoen  
zoetstof

### **Bereidingswijze:**

Schil een mango en snij het vruchtvlees in blokjes. Pers 1 limoen.

Mix het vruchtvlees met het water, het limoensap en zoetstof naar smaak.

Giet het geheel in een kom en laat minstens 2 uur bevriezen in de vriezer. Mix het geheel eventueel door tot een korrelige massa.

Werk de sorbet af met enkele stukjes verse mango.

# HOOFDGERECHT

## GEVULDE KIPFILET MET OVENAARDAPPELTJES



### Ingrediënten:

400 gr kipfilet	4 stronkjes witloof
8 plakjes gerookte ham (zonder vetrand)	4 eetlepels olijfolie
250 gr champignons	2 eetlepels vloeibare margarine
1 ui	2 eetlepels honing
4 eetlepels halfvolle melk	peper
maïzena	tijm
600 gr krieltjes	rozemarijn
8 jonge worteltjes	

### Bereidingswijze:

Verwarm de oven voor op 200°C.

Was de krieltjes, kook of stoom ze 10 minuten en leg ze in een ovenschotel. Overgiet met 2 eetlepels olijfolie en kruid met verse tijm, rozemarijn en peper.

Snij de kipfilets in de lengte gedeeltelijk middendoor zodat je ze mooi open kan leggen.

Maak de champignons zuiver en snij ze in plakjes. Pel en snipper de ui.

Verhit 1 eetlepel olijfolie in een pan en fruit de ui. Voeg de champignons toe, kruid met peper en laat ze garen. Roer er de melk door als de champignons gaar zijn en kruid met wat kippenbouillon. Laat de melk inkoken en bindt indien nodig met wat maïzena. Verdeel het mengsel over de kipfilets, vouw ze dicht en draai rond elke kipfilet 2 plakjes gerookte ham.

Verhit 1 eetlepel olijfolie in een pan en bak de kipfilets aan alle kanten aan. Leg ze daarna in een ovenschotel en plaats nog 15-20 min in de voorverwarmde oven, samen met de schotel van de aardappels.

Bereid ondertussen de groenten: Schil de worteltjes en snij ze in de lengte middendoor. Was de witloofstronken, verwijder het harde deel en snij middendoor in de lengte. Kook of stoom ze kort voor. Verhit de vloeibare boter in de pan en voeg de groenten toe. Druppel er 2 eetlepels honing over en laat de groenten nog even karamelliseren.

Serveer de kipfilet met wat ovenaardappeltjes en de gekarameliseerde groenten.

# DESSERT

## KERSTTRIFLE



### **Ingrediënten:**

50 gr hazelnoten  
50 gr pure chocolade  
2 eetlepels vloeibare boter  
50 gr amandelmeel  
300 gr magere Griekse yoghurt  
2 stickjes vanillezoetstof  
200 gr rood fruit (bv. frambozen, aardbeien, blauwe bessen, rode bessen)

### **Bereidingswijze:**

Bak de koek: Verwarm de oven voor op 175°C. Mix de hazelnoten fijn met de boter en meng onder het amandelmeel. Smelt de chocola en roer onder het mengsel. Bekleed een bakplaat met bakpapier en verdeel er het beslag over. Rol het uit tot het een dikte heeft van ongeveer een halve centimeter. Bak de koek gedurende 10-15 minuten in de oven. Laat goed afkoelen.

Klop de Griekse yoghurt op met de vanillezoetstof.

Was het fruit en halveer de aardbeien.

Snij de koek in kleine blokjes.

Maak laagjes in mooie glazen: koek-fruit-yoghurt-koek-fruit-yoghurt en werk af met wat stukjes fruit en koek.