

# MENU JANUARI



## Kwartel, polentafriet & gesmoorde venkel

Ingrediënten 10 personen:	Bereidingswijze:
<p><b><u>Kwartel</u></b> 6 kwartels 28 plakjes zeer dingesneden ontbijtspek peper en zout</p> <p><b><u>Bouillon:</u></b> 1 wortel 1 ui 4 kruidnagels 3 laurierblaadjes 3 stukjes foelie 1 tak platte peterselie 1 takje salie 1 takje rozemarijn 1 dl Pinot Blanc ½ ltr gevogelte fond 200 gr koude boter peper en zout</p>	<p><b><u>Kwartel</u></b> <i>Let op: karkassen bewaren. Deze worden gebruikt voor de bouillon waarin de polenta wordt gegaard.</i> Wrik(niet breken) het voetje los van het onderbeen, stroop het los en snijd het dan weg. Snijd de vleugeltjes eraf leg de kwartel op zijn rug met de pootjes naar je toe en maak het vlees met de punt van een scherp uitbeenmes aan weerszijde langs de borstkast los. Begin vanaf het midden en werk dan naar je toe. Draai de kwartel een halve slag en schrap het vlees aan de voorzijde los. Maak een helft verder los van het wensbotje en borstkast. Snijd dan deze over de hele lengte langs de ruggengraat los van de rest. Dijbeen en borstje worden nu door het vel bijeengehouden. Schrap het bovenbeen botje schoon en breek het eruit. Het onderbeenbotje is nog intact. Leg het vlees plat op de velkant. Zet het beentje rechtop, vouw het losse vlees van het beentje netjes naar binnen en druk het beentje dan als prikker door het borstvlees en vervolgens het borstvel. Omwikkel het hammetje met een plakje spek en gebruik het uitstekende botje als prikker. Wikkel het tweede plakje er 90 graden gedraaid omheen. Doe hetzelfde met de andere hammetjes. Plaats de hammetjes op een bakmatje in een ovenschaal. Zet de ovenschaal 5-10 minuten in een voorverwarmde oven van 180 graden. Zet daarna de temperatuur op 100-120 graden met een kerntemperatuur van 70 graden. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=viCE1VTEfu4">https://www.youtube.com/watch?v=viCE1VTEfu4</a></p> <p><b><u>Bouillon:</u></b> Bak de karkassen flink aan in een sauspan, voeg de overige klein gehakte groente en ingrediënten toe, en blus af met een glas witte wijn. Voeg minimaal een liter water toe en trek hiervan in ca 30 min een bouillon.</p> <p><b>In deze bouillon wordt de polenta gekookt.</b></p>
<p><b><u>Polentafriet</u></b> 400 g polenta 2 l water 1 tl Zout 5 takjes rozemarijn 100 g katenspek</p>	<p><b><u>Polentafriet</u></b> Zet een grote pan op met 2 liter water en breng deze aan de kook. Haal van het vuur en voeg de polenta en het zout toe en haal de staafmixer er goed doorheen. Laat ± 30 minuten koken op stand 1 en roer af en toe. Bak de spek uit en hak zeer fijn. Roer de gehakte spek door de gegaarde polenta. Stort daarna de polenta uit in een laag van 2 cm hoog in een braadslee met antiaanbaklaag of gebruik bakpapier en zet 1 uur in de koeling. Snij de rozemarijn fijn en hou apart.</p> <p>Verwarm de oven voor op 80 graden. Haal de polenta uit de koeling. Snij eerst de randen eraf en snij er vervolgens frieten van 2 cm dik en 10 cm lang. Bestrooi de frieten met peper en fijngesneden rozemarijn. Leg ze op een bakplaat en</p>

# MENU JANUARI



	zet ze in de oven totdat ze krokant zijn. Controleer dit regelmatig. . Houd ze warm in de oven tot opdienen.
<b><u>Venkel</u></b> 4 venkelknollen Zout/ peper Roomboter Olijfolie	<b><u>Venkel</u></b> Halveer de venkel en haal de harde kern eruit. Snij het groen van de venkel fijn en strooi deze er overheen. Snij het witte gedeelte in dunne plakjes. Doe de roomboter en olijfolie in een koekenpan en smoor de venkel gaar. Minstens 1 uur garen. Bestrooi met zout en peper.
<b><u>Eindbewerking</u></b>	<b><u>Eindbewerking en presentatie</u></b> Dresseer het bord met de venkel, de polentafrietjes en de kwartel en serveer meteen. 