



Ruud 's Kookboek

Wildrecepten II v0.4

Inhoudsopgave.

Hazenragout.....	3
Hazenrugfiletmedaillons met bosvruchtensaus.	4
Patrijs met olijven en cantharellen.	5
Stoofschotel van hert met knolselderij en bietjespuree.	6
Gebruikte afkortingen.....	7

Hazenragout.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Belgische
Personen: 8
Sterren: ****
Bron: Infotolia.com

Ingrediënten

4 el bloem
½ rp chocolade, bittere
1 dl cognac
1 haas (2 kg)
4 jeneverbessen
3 tn knoflook
2 kruidnagels
1 kruidentuiltje
3 el olie, olijf-
- peper
150 g spekblokjes
1 kl tomatenpuree
250 g uitjes, zilver-
1 fl wijn, rode
1 wortel
1 ui
- zout

1 kl = 1 koffielepel
1 rp = 1 reep

Bereiding.

Vooraf (dag ervoor).

Snijd de haas in blokjes of vraag dat aan de slager/poelier.
Giet de wijn in grote slakom.
Voeg de wortel, ui, kruidnagel, gepelde knoflook, bessen, cognac en het kruidentuiltje toe aan de wijn.
Voeg de haas hieraan toe
Laat de haas in deze marinade 24 uur marineren.

De dag zelf.

Haal de haas uit marinade laat de brokken uitlekken.
Doe de bloem in een schone doek.
Rol de brokken haas door de bloem tot alle kanten bedekt zijn met bloem.
Haal de groenten uit de marinade.
Verhit de olie in een grote braadpan en bak de stukken haas aan.
Haal de haas uit de pan en giet de olie weg.
Doe de haas terug in de pan.
Voeg de marinade en de groenten erbij.
Voeg de tomatenpuree toe.
Breng het geheel aan de kook.
Zet het vuur lager en laat het geheel 1 uur pruttelen.
Bak ondertussen de uitjes en spekblokjes in een pan goudbruin.
Laat de uitjes en spekjies goed uitlekken.
Voeg de uitjes en spekjies toe aan de haas.
Laat het geheel nog eens een ½ uur op een zacht vuurtje koken (met deksel).
Voeg 10 min. voor het einde van de kooktijd de chocolade toe.
Meng het geheel goed, zodat de chocolade zeker smelt.
Breng het gerecht naar believen op smaak met peper en zout.

Bereidingstijd: 80 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g

Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Hazenrugfiletmedaillons met bosvruchtensaus.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Verrassend
fonduen en gourmetten

Ingrediënten

- boter
2 hazenrugfilets
3 el jam, bosvruchten-
- peper, zwarte, vers-
gemalen
1 tl tijm, gedroogde
200 ml wijn, rode

gourmetstel

Bereiding.

Snijd de hazenrugfilets in plakjes van 2-3 cm dik en leg de plakjes op een schaal.
Meng in een kannetje de rode wijn met de jam, de tijm en royaal zwarte peper.
Verhit een klontje boter in een pannetje en bak 2-3 plakjes hazenrugfilet in 3-5 min. bruin en van binnen rosé (halverwege even keren).
Leg het vlees op een bord en blus het bakvet af met een flinke scheut van rode-wijnmengsel.
Roer de aanbaksels los en laat het even inkoken.
Schep de jus over het vlees.

Wijnadvies:

Milde, zachte roséwijnen.

Vorb. tijd: 5 min.
Bereidingstijd: 5 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 155
Eiwit: 4 g
Koolhydraten: 14 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 6 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Patrijs met olijven en cantharellen.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Podium

Ingrediënten

- beurre manié
100 g boter
250 g cantharellen
2 gls madera
100 g olijven, zwarte
½ patrijs (p.p.)
- peper, versgemalen
2 sjalotjes
- zout

Voor de beurre manié:

1 el bloem
10 g boter

Bereiding.

Zout en peper de patrijzen van binnen en van buiten en braad ze aan alle kanten mooi bruin in 75 g boter.

Blus de jus af met madera en laat de patrijzen in ca. 45 min. gaar stoven.

Maak ondertussen de cantharellen schoon; was ze vele malen totdat al het zand verdwenen is. Droog ze goed af, daar ze erg veel vocht bevatten.

Fruit de sjalotjes aan in het restant van de boter.

Voeg de cantharellen toe en laat ze onder af en toe roeren in ca. ½ uur aar stoven, terwijl het overtollige vocht verdampt.

Houd de patrijzen, als ze gaar zijn, warm op een voorverwarmde schotel.

Bind de jus met de beurre manié.

Voeg de cantharellen en de olijven toe.

Schik dit hele garnituur - door en door warm - ronde de patrijzen.

Bereiding beurre manié:

Meng de boter met de bloem totdat het een balletje vormt.

Voeg kleine stukjes van de beurre manié al roerend toe ann de jus.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: -

Eiwit: - g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: - g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

Stoofschotel van hert met knolselderij en bietjespuree.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
WijnSpijsAmersfoort.n

Ingrediënten:

400 g bieten, rode
- boter
175 g compote, bessen-
400 ml fond, wild-
750 g hertenvlees
½ knolselderij
1 laurierblaadje
1 sch melk
- olie, olijf-
250 g paddenstoelen,
bos-
- peper, versgemalen
1 hv peterselie, blad-
125 g spekblokjes
1 tk tijm
125 g uitjes, zilver-
¼ fls wijn, rode
- zout

Bereiding.

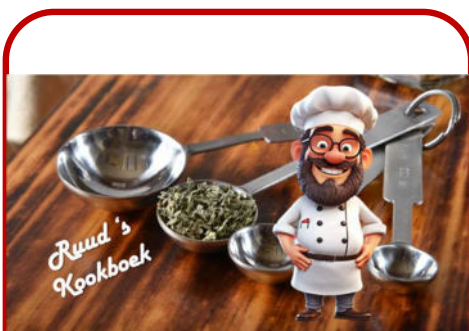
Braad de hertenragout aan in boter.
Doe er het spek bij en laat het even mee bakken.
Blus het af met de wijn en de wildfond.
Roer er de bessencompote door.
Bak de zilveruitjes glazig in boter en doe ze bij het vlees.
Doe er de kruiden bij en laat het geheel minstens 2 uur zachtjes stoven.
Schil de knolselderij en snijd die in blokjes.
Kook ze gaar in water met melk (half om half).
Giet ze af en pureer ze met een klontje boter.
Kruid ze met versgemalen peper en zout.
Kook de bietjes ongeschild gaar in 20 min.
Laat ze schrikken onder koud water en pel ze.
Snijd ze in stukken en mix ze fijn in de blender.
Borstel de paddenstoelen schoon en bak ze in olijfolie.
Doe ze bij de hertenragout.
Serveer de stoverij met de knolselderij en de bietjespuree.
Garneer het geheel met peterselie.

Wijntip:

Clos Castellet Saint Emilion
(Wijnkoperij Henri Bloem, Amersfoort)

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Gebruikte afkortingen.



v2.3

Aforting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.3

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
kpr	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staaftje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Thee­lepel
tn	Teentje
trs	Tros
trs­j	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eet­lepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vinger­lengte
voorb.tijd	Voor­be­rei­dingstijd
wgls	Wijn­glas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun..



..U ook???

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by

