

Deel 1 versnijdingen 11

HOOFDSTUK 1

VOORBEREIDEN VAN GROENTEN EN BASIS SNIJTECHNIEK 13

1.1	Reinigen van basisgroenten	14
1.1.1	Prei	14
1.1.2	Wortel	15
1.1.3	Ui	16
1.1.4	Selder	17
1.2	Methode om te versnijden	18

HOOFDSTUK 2

VERSNIJDEN VAN GROENTEN EN FRUIT IN ALLERLEI VORMEN 19

2.1	Verklarende woordenlijst	20
2.2	Émincer – prei (dunne plakjes snijden van prei)	20
2.3	Émincer – wortel (dunne plakjes snijden van wortel)	21
2.4	Émincer – ui (dunne plakjes snijden van ui)	22
2.5	Émincer – selder (dunne plakjes snijden van selder)	22
2.6	Mirepoix – wortel (grove schijven of stukken van groenten)	23
2.7	Mirepoix – ui (grove stukken of schijven van groenten)	24
2.8	Julienne van groenten – prei (lange dunne reepjes)	25
2.9	Julienne van groenten – wortel (lange dunne reepjes)	25
2.10	Julienne van groenten – selder (lange dunne reepjes)	26
2.11	Brunoise van groenten – prei (kleine dobbelsteentjes)	27
2.12	Brunoise van groenten – wortel (kleine dobbelsteentjes)	28
2.13	Macédoine van groenten – wortel (in blokjes gesneden)	29
2.14	Macédoine van groenten – knolselder (in blokjes gesneden)	30
2.15	Dés – wortel... (doppelsteentjes)	31
2.16	Paysanne van groenten – prei, wortel, selder (in ruitjes snijden)	32
2.17	Printanière van groenten in noisettevorm, in paysanne of in brunoise	32

2.18	Fermière van groenten prei, wortel, selder... (= dikke julienne)	33
2.19	Cultivateur van groenten prei, wortel, selder (in dunne vierkantjes gesneden)	34
2.20	Losange van groenten – groene boontjes... (lange ruitjes)	35
2.21	Lame (plakje)	35
2.22	Hacher (hakken van peterselie)	36
2.23	Versnipperen van uien en sjalotten	37
2.24	Bâtonnet van groenten – prei, wortel, selder... (staafjes)	37
2.25	Ciseleren (fijne reepjes van bladgroenten)	38
2.26	Cocottevorm van aardappelen, groenten (tonvormig)	39
2.27	Concasseren van peterselie, tomaten... (grove stukken)	40
2.28	Noisettevorm van aardappelen, groenten, fruit (bolletjes)	41
2.29	Parisiennevorm van aardappelen, groenten, fruit (bolletjes)	41
2.30	Peler (= pellen, het pellen van citrusvruchten of peler à vif)	42

HOOFDSTUK 3

VERSNIJDINGEN IN ALLERHANDE VORMEN VAN AARDAPPELEN 43

3.1	Verklarende woordenlijst	44
3.2	Kasteelaardappel – Pommes château	45
3.3	Cocotteaardappel – Pommes cocotte	46
3.4	Nootjesaardappel – Pommes noisette	47
3.5	Parisiennevorm – Pommes parisienne	47
3.6	Strovvorm – Pommes paille	48
3.7	Lucifervorm – Pommes allumettes	49
3.8	Mignonetteaardappelen – Pommes mignonette	50
3.9	Frietvorm – Pommes frites	51
3.10	Pont-neufvorm – Pommes pont-neuf	52
3.11	Aardappelblokjes – Pommes bataille	52
3.12	Chipsvorm – Pommes chips	53
3.13	Wafelvorm – Pommes gaufrettes	54
3.14	Geblazen aardappel – Pommes soufflées	55
3.15	Samenvatting	56

Deel 2 voorbereidingen en basissen 59

HOOFDSTUK 1 MIREPOIX EN BOUQUETS 61

1.1	Mirepoix	62
1.2	Bouquets	63
1.3	Matignon – matignon	64

HOOFDSTUK 2 BASISFONDS 65

2.1	Blanke fond/Fond blanc	66
2.2	Groentebouillon/Bouillon de légumes	67
2.3	Bruine fond/Fond brun	68
2.4	Fond van geroosterde groenten/ Fond brun de légumes	69
2.5	Gevogeltefond/Fond de volaille	70
2.6	Wildfond/Fond de gibier	71
2.7	Wildfumet/Fumet de gibier	72
2.8	Kalfsjus/Jus de veau	73
2.9	Visfumet/Fumet de poisson	74
2.10	Champignonfumet/Fumet de champignon	75

HOOFDSTUK 3 GLACES EN ESSENCES 77

3.1	Glaces	78
3.2	Essences	79

HOOFDSTUK 4 BINDMIDDELEN 81

4.1	Roux	82
4.2	Beurre manié	83
4.3	Andere producten die binden	84
4.4	Griesmeel	84
4.5	Vlokken	85
4.6	Tapioca	85
4.7	Eieren	86
4.8	Aardappelen	86
4.9	Room	87
4.10	Andere bindmiddelen	87

HOOFDSTUK 5 WARME BASISSAUSEN EN HUN AFLEIDINGEN 89

5.1	Bechamelsaus	90
5.2	Gewone veloutésaus	90
5.3	Gevogeltevelouté	91
5.4	Visvelouté	91
5.5	Tomatensaus/Sauce Tomate	93
5.6	Bruine sausen	94
5.6.1	Spaanse saus/Sauce Espagnole	94
5.6.2	Demi-glacesaus	95
5.6.3	Poivrade of poivradesaus	95
5.7	Botersausen	96
5.7.1	Hollandse saus/Sauce Hollandaise	96
5.7.2	Bearnaisesaus/Sauce béarnaise	97

HOOFDSTUK 6 KOUDE BASISSAUSEN EN HUN AFLEIDINGEN 99

6.1	Mayonaise/Mayonnaise	100
6.2	Vinaigrette/Vinaigrette	101
6.3	Veganaise op basis van plantaardige drink en plantaardige olie	102
6.4	Veganaise op basis van zijdetofu en plantaardige olie	103
6.5	Veganaise op basis van geleermiddelen	103
6.6	Veganaise op basis van zetmeelrijke groenten	104
6.7	Veganaise op basis van aquafaba	105

HOOFDSTUK 7 SAMENGESTELDE BOTERS 107

7.1	Definitie	108
7.2	Materiaal	108
7.3	Benodigdheden	108
7.4	Werkwijze	108
7.5	Aandachtspunten	109
7.6	Afleidingen	109

Deel 3 bereidingen 111

HOOFDSTUK 1 APERITIEFHAPJES 113

1.1	Historiek van het aperitiefhapje (zakouski, amuse-gueule)	114
1.2	Terminologie	114
1.3	Toepassingen algemeen	115
1.4	Kooktechnieken	115
1.5	Toepassingen	115

HOOFDSTUK 2 AARDAPPELBEREIDINGEN – RIJST – DEEGWAREN EN GRANEN 119

2.1	Aardappelbereidingen	120
2.1.1	Gekookte aardappelen	120
2.1.2	Doorgezeefde aardappelen = basis	121
2.1.3	Gegratineerde aardappelen	124
2.1.4	In boter gebakken aardappelen	126
2.1.5	Gerissoleerde aardappelen (pommes de terre rissolées)	126
2.1.6	Aardappelen in veldkleed (pommes de terre en robe de champs)	127
2.1.7	Frituuraardappelen	128
2.2	Rijst	130
2.2.1	Natuurrijst of gekookte rijst (riz à l'indienne - riz nature)	131
2.2.2	Pilawrijst (riz pilav)	131
2.2.3	Risotto	132
2.3	Deegwaren	133
2.3.1	Pasta basisrecept	133
2.3.2	Koken van deegwaren	134
2.3.3	Noedeldeeg	135
2.3.4	Gnocchideeg	135
2.4	Granen	136
2.4.1	Couscous	136
2.4.2	Bulgur	137
2.4.3	Polenta	137
2.4.4	Gierst	137
2.4.5	Quinoa	137
2.4.6	Spelt, haver, tarwe, gerst	137

HOOFDSTUK 3 EIEREN EN HUN BASISBEREIDINGEN 139

3.1	Spiegeleieren – œufs sur le plat	140
3.2	Gepocheerde eieren – œufs pochés	140
3.3	Zachtgekookte eieren – œufs mollets	141
3.4	Halfharde eieren	142
3.5	Hardgekookte eieren – œufs durs	142
3.6	Gefruite eieren – œufs frits	142
3.7	Roereieren – œufs brouillés	143
3.8	Omeletten – les omelettes	143
3.9	Omgekeerde eieren – œufs moulés	144
3.10	Cocotte-eieren – œufs en cocotte	144

HOOFDSTUK 4 SOEPEN 145

4.1	Algemeenheden	146
4.2	Soepgarnituren	146
4.2.1	Bepaling	146
4.2.2	Doelstelling	146
4.2.3	Soorten	146
4.2.4	Enkele voorbeelden	147
4.3	Soorten soepen	148
4.3.1	Pureesoepen/les potages	148
4.3.2	Velouté- en roomsoepen/ les veloutés et les crèmes	151
4.3.3	Burgersoepen/les soupes	153
4.3.4	Heldere soepen/les consommés	155
4.3.5	Speciale en buitenlandse soepen	158

HOOFDSTUK 5 BASISBEREIDINGEN VAN GROENTEN (WARME) EN ZEEGROENTEN 165

5.1	Koken op zijn Engels (à l'anglaise)	166
5.2	Binden met boter (au beurre)	167
5.3	Binden met room (à la crème)	168
5.4	Glaceren van groenten (glacer)	168
5.5	Braiseren (braiser)	169
5.6	Gratineren (gratiner)	170
5.7	Opvullen (farcir)	171
5.8	Groentepuree (purée de légumes)	172
5.9	Frituren van groenten (frire)	173
5.10	Bakken in boter (sauter au beurre)	174
5.11	Roosteren (griller)	174

5.12	Soufflé (soufflé de)	175
5.13	Flan (flan de)	176
5.14	Wokken (au wok)	177
5.15	Groentegarnituren (garniture)	178
5.16	Bereiding van algen en zeewieren	179
5.17	Nieuwe trends nieuw	180

HOOFDSTUK 6

BASISBEREIDINGEN VAN GEDROOGDE PEULVRUCHTEN 185

6.1	Koken en weken van gedroogde peulvruchten 186	
6.2	Peulvruchten als bindmiddel (bv. maaltijdsopen, in sausen, in gebak...)	187
6.3	Peulvruchten: hummusbereidingen - Peulvruchten als spread/dip/mousse	187

HOOFDSTUK 7

BASISBEREIDINGEN VAN VIS 189

7.1	Bakken (in boter of vetstof)	190
7.2	Bakken in frituurolie	191
7.3	Koken op z'n Engels	192
7.4	Garen in court-bouillon	193
7.5	Pocheren in de oven	194
7.6	Stoven	194
7.7	Roosteren (grillen)	195
7.8	Marineren	196
7.9	Braiseren	197
7.10	Stomen	197
7.11	Flan, soufflé, mousseline	198
7.12	Roken	199
7.13	Zoutkorst	200
7.14	In deegkorst	201
7.15	In papillot	201
7.16	Wokken	202

HOOFDSTUK 8

WARME BASISBEREIDINGEN VLEES, GEVOGELTE, WILD EN ORGAANVLEES 205

8.1	Kort voorkoken (blachir)	206
8.2	Konfijten	206
8.3	Frituren (frirer)	207
8.4	Glaceren (glacer)	208

8.5	Roosteren (griller)	208
8.6	Garen in aromaten (pocher)	209
8.7	Braden in de oven (rôtir au four)	210
8.8	Braden aan het spit (rôtir à la broche)	211
8.9	Bakken in boter (sauter)	212
8.10	Poelers (Poêler)	214
8.11	Gemengd bakken en stoven	214
8.12	Flan	215
8.13	Soufflé	216
8.14	Roken	217
8.15	Stomen	218
8.16	In papillot	218
8.17	Roerbakken (wokken)	219

HOOFDSTUK 9

VLEES- EN VISVERVANGERS 221

9.1	Inleiding	222
9.2	Tofu en tempeh	222
9.2.1	Tofu/tempeh marineren	222
9.2.2	Tofu/tempeh frituren	223
9.2.3	Tofu/tempeh roerbakken	223
9.2.4	Tofu/tempeh bakken	224
9.2.5	Tofu/tempeh roken/roosteren	224
9.3	Seitan	225
9.4	TVP of sojavezels	225
9.4.1	Inleiding	225
9.4.2	Tips	225
9.5	Quorn	225
9.6	Beeter	226
9.7	Noten	226
9.7.1	Geroosterde noten	226
9.7.2	Notenpasta	226
9.7.3	Notenkaas	227
9.7.4	Notendrink	227
9.7.5	Notenroom (saus op basis van noten)	228

HOOFDSTUK 10

BASISBEREIDINGEN VAN FRUIT 229

10.1	Warme basisbereidingen van fruit	230
10.1.1	Compote	230
10.1.2	Fruitmoes	230
10.1.3	Gepocheerd fruit	231
10.1.4	Gekarameliseerd fruit	231

10.1.5 Konfijten (confire)	232
10.1.6 Jam, confituur, gelei, marmelade, chutney	233
10.2 Koude basisbereidingen van fruit	235
10.2.1 Tips	235

**HOOFDSTUK 11
PANEREN 237**

11.1 Paneren op zijn Engels (paner à l'anglaise)	238
11.2 Paneren op zijn Frans (paner à la française)	239
11.3 Paneren op zijn Italiaans (paner à l'italienne)	239
11.4 Paneren met bloem	240
11.5 Tempura	241
11.6 Plantaardig paneren	241

**HOOFDSTUK 12
ANDERE EN NIEUWE
BEREIDINGSTECHNIEKEN 243**

12.1 Vacuümgarren	244
12.2 Roner	246
12.3 Anova (sous-vide-stick)	247
12.4 Gastrovac	247
12.5 Thermomix	248
12.6 Pacojet	248
12.7 Sifon	249
12.8 Ezidri – Excalibur	249
12.9 Greenstar juicer	250
12.10 Rotaval	250
12.11 Microgolfoven	251
12.12 Big Green EGG	251
12.13 Espuma (lees: schuim)	252
12.14 Texturen	252
12.15 CryoKoken	253
12.16 Pekelen	254
12.17 Fermenteren	255
12.18 Foodpairing	259

Deel 4 nagerechten 263

**HOOFDSTUK 1
WARME NAGERECHTEN 265**

1.1 Flensjes (crêpes)	266
1.2 Wafels	269
1.3 Beignets	271
1.4 Fruitbeignets	272
1.5 Soufflé	272
1.6 Rijstkroketten basisrecept	273
1.7 Warme fruitgerechten	274
1.8 Andere	275

**HOOFDSTUK 2
KOUDE NAGERECHTEN 277**

2.1 Fruitnagerechten	278
2.2 Bavarois	281
2.3 Crèmes	282
2.4 Puddingen	285
2.5 Mousses	286
2.6 Yoghurt en kwarkgerechten	290
2.7 Rijstnagerechten	291
2.8 IJsnagerechten	292

**HOOFDSTUK 3
SAUSEN 295**

3.1 Chocoladesaus	296
3.2 Karamelsaus	296
3.3 Fruitsaus of coulis	297

**HOOFDSTUK 4
BESLAG EN DEEGSOORTEN 299**

4.1 Soezenbeslag (la pâte à choux)	300
4.2 Brokkeldeeg (la pâte brisée – kruimeldeeg)	301
4.3 Zanddeeg (la pâte sablée)	301
4.4 Biscuitbeslag (la pâte à bisquit)	302
4.5 Genoisebeslag (la pâte à génoise)	303
4.6 Lepelbeslag	304
4.7 Cakebeslag	304
4.8 Tulpenbeslag (la pâte de tulle)	305
4.9 Vetdeeg – fonceerdeeg	306
4.10 Vegetarische variant	307

HOOFDSTUK 5 SCHUIMEN – LES MÉRINGUES 309

5.1	Rauw schuim	310
5.2	Kookschuim (la meringue à l'italienne)	310
5.3	Bakschuim	311
5.4	Ei-eiwitbereidingen op basis van aquafaba	312

Deel 5 banketten, buffetten en recepties 313

HOOFDSTUK 1 BANKETTEN, BUFFETTEN EN RECEPTIES 315

1.1	Banketten	316
1.1.1	Algemeen	316
1.1.2	Organisatie	317
1.1.3	Werkplan	317
1.2	Buffetten	318
1.2.1	Algemeen	318
1.2.2	Organisatie	318
1.2.3	Werkplan	319
1.3	Recepties	319
1.3.1	Algemeen	319
1.3.2	Organisatie	319
1.4	Algemene opmerkingen bij buffet, banket en receptie	320

Deel 6 foodcost-berekening 321

HOOFDSTUK 1 FOODCOSTBEREKENING VAN GERECHTEN 323

1.1	Algemeen	324
1.2	Financiële aspecten	324
1.3	Voorbeeld van een kostprijsberekening	324
1.4	5%-regel	325
1.5	Problemen bij de kostprijsberekening	325

Deel 7 keukentermen 329

HOOFDSTUK 1 VEGETARISCHE EN VEGANISTISCHE VARIANT 331

1.1	Definitie	332
1.2	Overzichtstabel	332

HOOFDSTUK 2 VEEL GEBRUIKTE KEUKENTERMEN 335

BIJLAGE

Vacuümgaren - temperaturen - tijden	364
-------------------------------------	-----