

Wild zwijn

met pompoen-aardappel-goulash



Kok: René Ludwig, CHEFS CULINAR

BEREIDING

POMPOEN-AARDAPPEL-GOULASH

Schil de pompoen, verwijder de pitten en snijd het vruchtvlees in blokjes van ca. 3 x 3 cm. Schil de aardappelen en snijd deze in blokjes van ca. 2 cm. Schil de uien en snijd deze in reepjes. Schil ook de knoflook en snijd deze in kleine stukjes. Verhit olie in een braadpan en bak de uien, knoflook en aardappelblokjes goudbruin.

Schil de gember en snijd deze in kleine stukjes. Voeg deze met de pompoenblokjes toe aan de aardappelen. Laat dit kort bakken en breng op smaak met peper en zout. Voeg dan de tomatenpuree toe en laat het kort meebakken. Blus hierna af met witte wijn. Voeg vervolgens de groentebouillon, honing, kruiden en sinaasappelrasp toe. Laat het geheel sudderen tot de groente al dente zijn en de goulash romig is.



INGREDIËNTEN

voor 10 porties

POMPOEN-AARDAPPEL-GOULASH

- 1,5 kg pompoen
- 900 g vastkokende aardappelen
- 525 g ui
- 6 g knoflook
- 150 ml saffloerolie
- 8 g gember
- 1 g witte peper
- 7 g grof zout
- 35 g tomatenpuree
- 150 ml witte kookwijn
- 875 ml groentebouillon
- 25 g honing
- 0,3 g laurier
- 1 g tijm
- 8 g sinaasappelrasp



Zoete aardappel-kokos-soep

met gebraden garnalen



BEREIDING

POMPOENPITPESTO

Pluk de peterselie, rasp de Parmezaanse kaas en zet deze klaar voor gebruik.

Bak de pompoenpitten kort aan in een pan en karamelliseer ze met suiker. Voeg dan het water, pompoenpitolie en peterselie toe. Pureer dit in de blender met de Parmezaanse kaas. Breng op smaak met azijn, peper en zout.

WILD ZWIJN FILET

Snijd de zwijn filets in medaillons van ca. 70 g per stuk. Gebruik 3 medaillons per portie. Breng op smaak met peper en zout en bak de medaillons gaar in hete olie, keer regelmatig tot de stukken goudbruin kleuren.

Voeg boter toe aan de medaillons en laat het opschuimen. Voeg dan de salie toe. Nappeer de medaillons met salieboter.

CHEFS TIP

Bak de zwijn filets kort aan in geklaarde boter, zodat het vlees in de kern nog lichtroze is. Dit voorkomt dat het vlees snel droog wordt.

SERVEERTIP

Verdeel de pompoen-aardappel-goulash op een bord en leg de medaillons erop. Garneer met pesto. Eventueel garneren met geraspte kaas, kruiden en lente-ui en besprenkelen met pompoenpitolie.

EET SMAKELIJK!

INGREDIËNTEN

voor 10 porties

POMPOENPITPESTO

- 35 g gladde peterselie
- 20 g Parmezaanse kaas (32 % vet)
- 120 g pompoenpitten
- 30 g suiker
- 30 ml water
- 90 ml pompoenpitolie
- 12 ml perenazijn
- 0,5 g witte peper
- 3 g grof zout

WILD ZWIJN FILET

- 2,35 kg wild zwijn filet
- 25 g grof zout
- 1 g witte peper
- 70 ml raapzaadolie
- 50 g boter
- 3 g salie