

Komkomersoep

met haringtartaar



Kok: René Ludwig, CHEFS CULINAR

BEREIDING

KOMKOMMERSOEP

Was en schil de komkommers. Haal dan met een lepel de pitlijsten eruit. Leg de komkommer zonder pitlijst in een fijne zeef en pers met de lepel voorzichtig het sap uit. Was de bernagie, pluk de blaadjes en stop deze met de rest van de ingrediënten in een keukenmixer. Pureer de soep en vervolgens door een zeef halen. Breng naar wens op smaak. Zet de soep dan in de koelkast.

HARING TARTAAR

Snijd de haring in kleine stukjes. Bewaar enkele stukken haring ter garnering. Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd deze in blokjes van 5 mm. Schil de sjalotten en snijd ook deze in kleine blokjes. Was de citroenmelisse, dep het droog en snijd julienne. Meng alle ingrediënten en breng op smaak. Gebruik een kookring van 5 cm Ø en vul deze met de tartaar.

GARNITUUR

Kook de kwarteleitjes ca. 2,5 minuten en laat ze in koud water schrikken. Schil de eieren en halveer ze. Breng naar wens op smaak met (koudgeperste) zonnebloemolie en zout. Was de radijs en snijd - met een keukenmachine - in plakken van 1 mm en vervolgens julienne.

SERVEERTIP

Plaats de haringtartaar op een bord. Schenk de komkomersoep hier omheen en leg de haring en kwarteleieren in de soep. Garneer met forelkaviaar, radijs en citroenmelisse.

EET SMAKELIJK!

CHEFS CULINAR

INGREDIËNTEN

voor 10 porties

KOMKOMMERSOEP

- 2,3 kg komkommer
- 90 g bernagie
- 330 g zure room (24% vet)
- 170 g Griekse yoghurt (10% vet)
- 35 ml citroensap 100%
- 5 g citroenschil
- 20 g zeezout vlokken

HARING TARTAAR

- 440 g Hollandse Nieuwe
- 125 g Granny Smith appel
- 100 g sjalotten
- 6 g citroenmelisse
- 60 ml milde olijfolie
- 40 ml citroensap 100%
- 5 g citroenschil
- 5 g zeezout vlokken
- 0,5 g peper cuvée kruidenmix

GARNITUUR

- 110 g kwartelei
- 37 g radijs
- 30 g forelkaviaar

Voedingswaarden

(per portie à 335 gram)

Energie: 278 kcal / 1161 kJ

Vet: 21,0 gr

Koolhydraten: 9,0 gr

Eiwitten: 12,9 gr