

Mise en place

We maken een soep en bereiden een kipgerecht met de techniek "pocheren".

Voor de soep hebben we nodig:

- kleine pan met dikke bodem
- een ui in fijne ringen
- de champignons in plakjes of partjes (volg eigen voorkeur)
- bloem, houten lepel, garde

Voor de pocheer bouillon:

- wortel, ui en bleekselder in fijne stukjes
- beetje boter
- de witte wijn
- tijm, laurier, dragon

Voor de Morney saus:

- roux van ongeveer 60 gram bloem en 50 gram boter
- de kaas
- een garde

Potage aux Champignons

- 1 grote ui
- doosje champignons 400 gram
- roomboter
- 500 cc melk (volle)

Vorige week maakten we een "potage" op basis van water, aardappel en prei. Deze week gebruiken we een roux om te binden (bloem met boter) en dan heet een soep plots een velouté, de Franse keukentermen vertellen graag iets over samenstelling en/of herkomst.

Smelt een mooie klont boter in het pannetje met dikke bodem en laat deze smelten, gooi dan de uienringen er in en laat deze rustig zacht worden in ongeveer 10 minuten tijd.

Gooi dan de bloem er bij en roer met houten lepel totdat alles goed vermengd is.

Haal de pan van het vuur en voeg beetje bij beetje ongeveer 300/400 cc heet water toe, meng goed met garde.

Als dit goed gemengd is peper, zout en dragon toevoegen en dan de melk

Verwarm dit weer, en voeg de champignons toe, laat 20 minuten garen.

Hou de soep goed in de gaten, roer zorgvuldig over de bodem met de garde om aanbranden te voorkomen. Als de soep te dik wordt aanlengen met water (of beter, een beetje van het pocheervocht van het andere gerecht)

Afmaken met peper en zout bij het opdienen, een drupje citroensap maakt de boel frisser.

Poulet Poché au vin blanc

- per persoon een kipdij met bot of anders kipdijfilet
- droge witte wijn ongeveer 400 cc
- 60-100 gram gruyere (geraspt)
- 60-100 gram parmesan (geraspt)
- groente naar keuze, bijv broccoli, bloemkool of mix van wortel en bleekselder
- 100 gram bloem
- kippenbouillon (potje is lekkerder dan blokjes), zelf maken van vleugeltjes oid is nog lekkerder. Als je zelf wilt maken neem dan ook wat extra wortel/ui en bleekselder mee.

We maken eerst het pocheervocht;

- Pak een middelgrote pan met dikke bodem, hierin een beetje boter en zet de pocheergroenten (wortel, ui, bleekselder) zachtjes aan.
- voeg kip toe
- voeg kruiden naar keuze toe (dragon of laurier en tijm)
- voeg bouillon (of water) en wijn toe totdat kip net onder staat
- laat rustig garen (60 graden) zeker 20 minuten
-

Als we het hierbij zouden laten hebben we "Poulet Poché au vin blanc" maar we kunnen het een stapje verder brengen en dit omzetten naar:

Poulet Mornay, Gratiné

Hiertoe verwijderen we de gare kip uit het pocheervocht en zeven het vocht. Vervolgens koken we dit in totdat we ongeveer een halve liter hebben. Dit inkoken zorgt voor het intensiveren van de smaak.

Zodra je ergens Mornay ziet staan weet je dat er kaas bij komt kijken, de herkomst van deze naam is niet eenduidig, op Wikipedia lees je er meer over.

Het ingekookte kookvocht bind je de roux, mengen met een garde, op laag vuur kaas toevoegen tot gebonden.

Er kan eventueel wat room bij.

Met de saus klaar, de kip gepocheerd kan je het gerecht afmaken:

- stoom de groenten (broccoli of iets anders)
- kook een aardappeltje of rijst
- zet een mooi kleurtje op de kip
- serveer op een bord royaal met saus.