

Ingrediënten

- 2 bio eendenborst
- 200 gr. bio aardpeer
- 1 kleine bio groene kool
- 3 stuks bio witloof
- Bio rietsuiker
- Bio appelazijn
- Bio boter
- Bio preischeuten
- Bio mosterdzaadjes

Bereiding

- Het witloof schoonmaken, de harde kern verwijderen en stomen tot bijna gaar.
- Meng 1 deel suiker met 2 delen azijn en 3 delen water en laat dit inkoken.
- Leg het witloof hierin zodat het net onder staat en kook verder tot het lof gaar is.
- Snij in reepjes en stook aan in een klontje boter.
- Schil de aardpeer, snij in kleine blokjes en stook aan met een klontje boter. Voeg ongeveer een vierde van de in reepjes gesneden groene kool bij en laat verder stoven. Kruid met peper, zout en mosterdzaadjes.
- Was de preischeuten en dep droog.
- Kruid de eendenborst, bak mooi bruin aan en laat nog een vijftal minuutjes onder deksel verder garen.
- In plakjes snijden en met de groenten op een bord schikken.
- Met het ingekookte vocht van het gekarameliseerd witloof lijntjes trekken over het bord.



EENDEBORST MET AARDPEER EN SAVOOI



RIJSTTAART MET SINAASAPPEL

Ingrediënten Deeg:

- 250 gr. bio speltmeel
- 1 bio eidooier
- 125 gr. bio boter
- 1 el. bio poedersuiker
- ½ dl. ijskoud water

Vulling:

- ½ liter bio rijstmelk
- 75 gr. bio dessertrijst
- 1 bio eigeel
- 2 bio eiwit
- 1 kleine bio vanillestok
- 1 el. bio rietsuiker
- 1 kleine bio sinaasappel
- 1 el. bio poedersuiker

Bereiding

- Voor het deeg, de bloem zeven en mengen met de eidooier.
- De boter in fijne plakjes snijden en onder de bloem mengen.
- De suiker bijvoegen, langzaam mengen met het water en kneden tot een niet plakkerig deeg.
- Een uurtje afgedekt laten rusten in de koelkast, uitrollen en in een met bakpapier beklede vorm schikken.
- Blind bakken, dwz vullen met gedroogde bonen of peulvruchten en gedurende een kwartiertje op 180 graden in de voorverwarmde oven.
- Terwijl de vulling bereiden door de rijstmelk op te koken en vervolgens te mengen met de gewassen rijst.
- Langzaam laten garen met het vanillestokje tot het indikt en dan pas de suiker bijvoegen (aanbranden!).
- Haal van het vuur en laat even afkoelen.
- Meng dan met het vrucht vlees van de sinaasappel en het eigeel.
- Klop het eiwit op met de suiker en spatel voorzichtig onder de rijst.
- Even proeven en eventueel naar eigen smaak bijzoeten.
- Haal nu de bonen uit je voorgebakken deeg en vul dit deeg met het rijstmengsel.
- Nog een dik kwartier in de oven op 180 graden tot mooi gekleurd.