

# Wilde fazant met tapenade van paddenstoelen en krokante aardappelpuree met quinoa



## Ingredienten

## Bereiding

### *Ingrediënten*

**Fazanten:** 2 wilde fazantenhennen· peper en zout· geklaarde boter

**Tapenade van paddenstoelen:** 100 g Parijse champignons · 100 g cantharellen, schoongemaakt· 20 g geklaarde boter · 1 dl kippenbouillon · 1/2 dl room - sap van 1 citroen· olijfolie · peper en zout

**Quinoa:** 100 g gesouffleerde quinoa (te koop in de biosupermarkt)· maïsolie· zout

**Gemarineerde veenbessen:** 100 g opgelegde veenbessen · 2 el oude balsamicoazijn

**Wildjus:** 2 dl wildjus van gevogelte. karkassen van de fazant · boter

**Aardappelpuree:** 200 g aardappelpuree

**Roomsaus:** cognac· klontje boter · peper en zout· 50 g opgeklopte room

**Afwerking:** 12 jonge spinazieblaadjes . 1 stronkje grondwitloof, de blaadjes losgemaakt

### *Bereiding*

**Fazanten:** verwarm de oven voor op 140° ( Kruid de fazanten met peper en zout.

Verhit de geklaarde boter in een pan en kleur daarin de fazanten helemaal rondom aan.

Gaar ze daarna zo'n 35 minuten in de warme oven.

Verpak de fazanten daarna in aluminium folie en laat ze 15 minuten rusten zodat de sappen zich opnieuw kunnen verdelen.

**Tapenade:** snij de champignons en cantharellen in vieren.

Stoof deze met peper en zout aan in de geklaarde boter. Bevochtig met de kippenbouillon en room en voeg het citroensap toe. Laat dit zachtjes gaar koken. Mix het geheel met een staafmixer tot kleine stukjes.

Giet dit door een fijne zeef. Wat op de zeef blijft liggen is de tapenade. Marineer dit nog eens extra met wat olijfolie, peper, zout en een paar druppels citroensap.

**Quinoa:** bak de geso uffl eerde quinoa krokant met wat malso lie in een koekenpan. Het vuur mag goed heet zij n, maar de quinoa mag niet verb randen. Kruid met zo ut. Laat de quinoa uitlekken op wat keukenpap ier.

Gemarineerde veenbessen: marineer de veenbesjes in wat oude balsamico.

Wildjus: verwarm de jus, en laat 20 minuten trekken met de karkassen Zeef door een fij ne zeef en werk er wat ve rse boter ond er.

Aardappelpuree: maak een klass ieke mooie vaste aardappe lpuree en spu it deze met een spuitmond van 0,5 cm in mooie dikke stroken. Je ku nt de puree ook met de hand vormen en rollen. Sn ij de puree voo rzichtig in gelijke stukken en rol deze in de gepofte quinoa.

Roomsaus: blus het braadvocht van de fazanten met wat cog nac, voeg een klein beetje water en een klontje boter t oe. Laat dit inkoken, kruid met peper en zo ut en voeg de opgeklopte room toe. Breng de saus voor het se rveren tot net aan de kookpunt.

Afwerking: snij mooie fi lets van de fazanten en snij deze in sneetjes, verdeel ze over de borden. Werk af met de tape nade, de aardappelpu ree met quinoa, veenbesjes, wildjus en roomsaus. Garneer tot slot met spinazie- en wi t loofblaad jes.

102