

VEGETARISCHE WELLINGTON

Vegetarian wellington

Door / By: Frauke Cuelenaere





INGREDIËNTEN

- 400g verse pompoen, geschild en in stukjes van ongeveer 2x2x2 cm (bij voorkeur butternut-pompoen)
- 125g kastanjechampignons
- 200g verse jonge spinazieblaadjes (gewassen, maar niet ontdaan van de steeltjes)
- 75g gekookte kastanjes (kant-en-klaar te kopen)
- rasp van de schil van 1 halve citroen (= zestes)
- 1 eetlepel citroensap
- 1 rode ui
- 2 tenen knoflook
- 50g walnoten (fijn gehakt)
- 30g rozijnen
- 3 eetlepels
- panko (= Japans broodkruim) (of vervang het door sneetjes geroosterd wit brood dat je na het roosteren zelf verkruimeld)
- 1 eetlepel (grove) mosterd
- 0,5 eetlepel verse rozemarijn (fijngesneden)
- 6 blaadjes verse salie
- 0,5 theelepel gedroogde chilivlokken
- 0,5 theelepel korianderpoeder
- een snuifje kaneelpoeder
- 2 ronde vellen kant-en-klare bladerdeeg uit de versafdeling van je supermarkt
- 1 ei
- klontje boter
- olijfolie, peper en zout

BEREIDING

Een Wellington-recept is een bladerdeeggebak met daarin meestal een stuk rundsvlees en champignons. Dit is een vegetarische variant, die je als voorgerecht of hoofdgerecht kunt eten, desgewenst met een slaatje van rucola erbij. Of je kunt dit ook als bijgerecht bij een stukje vlees serveren.

Afhankelijk van hoe je dit gerecht gebruikt is dit een recept voor 3 à 6 personen.

Het is vrij veel werk, maar je kunt een groot deel van het recept 1 à 2 dagen op voorhand maken.

1. Verwarm de oven tot 200°C.
2. Besprenkel de pompoenstukjes met olijfolie en bestrooi met de rozemarijn, de chilivlokken, het kaneelpoeder en het korianderpoeder. Kruid af met een beetje zout. Hussel alles door elkaar zodat elk stukje pompoen bedekt is met een laagje olie en kruiden. Leg de stukjes pompoen in een ovenschaal en laat, zonder af te dekken, 35 à 40 minuten garen in de oven.
3. Snijd intussen de rode ui in halve ringen en bak ze op laag vuur zacht en lichtbruin. Voeg wat peper en zout toe. Verkruimel de gekookte kastanjes en snijd de salie fijn. Wanneer de ui zacht en gaar is, voeg de kastanjekruimels, salie en panko toe. Roer nog 1 minuut op het vuur door elkaar en zet daarna het vuur uit. Roer hierdoor de geraspte citroenschil.
4. Roerbak de verse spinazieblaadjes en rozijnen in olijfolie met een teentje fijngesneden look, peper en zout. Druk het overtollige vocht eruit en laat goed uitlekken. Leg het spinaziemengsel op een snijplank en ga er hier en daar met een mes eens door zodat het wat fijner is maar toch nog steeds vrij grof.

BEREIDING

5. Maak champignon-duxelle: snijd de champignons in plakjes en bak ze met een klont boter en een teentje fijngesneden knoflook tot de champignons zacht en droog zijn. Besprenkel met 1 eetlepel citroensap en maal fijn in een keukenmachine of een hakmolentje. Roer er 1 eetlepel mosterd door.
6. Alle voorgaande stappen kan je desgewenst een dag op voorhand doen (of zelfs 2 dagen op voorhand). Zo verdeel je het werk een beetje.
7. De laatste stap is de Wellington samenstellen en bakken. Deze stap doe je ongeveer 45 minuten vooraleer je wil serveren.
8. Verwarm de oven voor op 180°C.
9. Leg 1 vel bladerdeeg op bakpapier op een bakplaat. Bestrijk het bladerdeeg met de duxelle van champignons. Probeer de duxelle uit te strijken volgens een rechthoekige vorm en houd de randen van de bladerdeegplak vrij. Meng de pompoen met de spinazie, rode ui en de stukjes walnoten. Verdeel dit mengsel bovenop de rechthoek van duxelle.
10. Klop 1 ei met een vork los en bestrijk met een borsteltje het bladerdeeg rondom de stapel van duxelle, pompoen, spinazie,... met het losgeklopte ei. Dit wordt een soort lijm voor het bladerdeeg. Neem nu het 2de vel bladerdeeg en leg het mooi aansluitend bovenop je stapel van duxelle, pompoen, spinazie,... Druk het goed aan zodat er niet teveel lucht meer zit tussen de 2 lagen bladerdeeg. Snij het overtollige bladerdeeg af (laat ongeveer een rand van 2 cm rondom de stapel). Deze rand druk je dan goed aan met een vork, zodat de 2 lagen bladerdeeg door het eimengsel ertussen, goed aan elkaar kleven.
11. Bestrijk nu het geheel met de rest van het losgeklopte ei, zodat je bladerdeeg mooi gaat glanzen wanneer het gebakken is.
12. Gaar deze Wellington 35 à 40 minuten in de oven van 180°C.

Smakelijk!



INGREDIENTS

- 400 gr fresh pumpkin (for instance butternut squash), peeled and cut into cubes (approximately 2x2x2 cm)
- 125 gr chestnut mushrooms (finely sliced)
- 200 gr fresh baby spinach leaves (washed)
- 75 gr cooked chestnuts (you can buy them already cooked)
- zest of 0,5 lemon
- 1 tablespoon lemon juice
- 1 red onion (peeled and sliced)
- 2 cloves of garlic (peeled)
- 50 gr walnuts (chopped)
- 30 gr sultanas
- 3 tablespoons panko (= Japanese bread crumbs)
- 1 tablespoon Dijon mustard
- 0,5 tablespoon fresh rosemary (leaves finely chopped)
- 6 fresh sage leaves (finely chopped)
- 0,5 teaspoon chili flakes
- 0,5 teaspoon coriander powder
- ¼ teaspoon ground cinnamon
- 2 sheets (approx.. 230 gr each) all butter puff pastry
- 1 egg
- 1 teaspoon butter
- olive oil, pepper and salt

PREPARATION

This is a vegetarian alternative for Beef Wellington. You can serve it as a starter or as a main course. It can also be a side dish. Depending on how you use it, this recipe serves 3 to 6 people.

It takes a lot of preparation, but you can prepare some of the steps 1 or 2 days in advance.

1. Heat the oven to 200°C.
2. Drizzle the pumpkin pieces with olive oil and sprinkle with the rosemary, chili flakes, cinnamon powder and coriander powder. Season with a little salt. Toss everything together so that each piece of pumpkin is covered with a layer of oil and herbs. Place the pieces of pumpkin in an oven dish and cook in the oven for 35 to 40 minutes without covering.
3. In the meantime, cut the red onion into half rings and fry them on low heat until soft and light brown. Add some salt and pepper. Crumble the boiled chestnuts and finely chop the sage. When the onion is soft and cooked, add the chestnut crumbs, sage and panko. Stir for 1 minute on the stove and then turn off the heat. Stir in the grated lemon zest.
4. Stir fry the fresh spinach leaves and raisins in olive oil with a clove of chopped garlic, pepper and salt. Press out the excess moisture and drain well. Place the spinach mixture on a cutting board and go through it here and there with a knife so that it is a bit finer but still quite coarse.

PREPARATION

5. Make mushroom duxelle: slice the mushrooms and fry with a knob butter and a clove of finely chopped garlic until the mushrooms are soft and dry. Drizzle with 1 tablespoon of lemon juice and grind in a food processor or chopper. Stir in 1 tablespoon of mustard.
6. If you wish, you can do all the previous steps one day in advance (or even 2 days in advance). This way you divide the work a bit.
7. The final step is to assemble and bake the Wellington. You do this step about 45 minutes before you want to serve.
8. Preheat the oven to 180 ° C.
9. Place 1 sheet of puff pastry on baking paper on a baking tray. Brush the puff pastry with the mushroom duxelle. Try to spread the duxelle in a rectangular shape shape and keep the edges of the puff pastry free. Mix the pumpkin with the spinach, red onion and the pieces of walnuts. Divide this mixture on top of the duxelle rectangle.
10. Beat 1 egg with a fork and brush with a brush the puff pastry around the pile of duxelle, pumpkin, spinach, ... with the beaten egg. This becomes a kind of glue for the puff pastry. Now take the second sheet of puff pastry and place it nicely on top of your pile of duxelle, pumpkin, spinach, ... Press it well so that there is no longer too much air between the 2 layers of puff pastry. Cut off the excess puff pastry (leave about 2 cm around the stack). Press this edge well with a fork, so that the 2 layers of puff pastry through the egg mixture in between, are well together.
- stick.
11. Now brush the whole thing with the rest of the beaten egg, so that your puff pastry will shine beautifully when it is baked.
12. Bake this Wellington in the oven at 180 ° C for 35 to 40 minutes.

Bon appetit!