



Soms kom ik in mijn vriezer steeds diezelfde konijnenboutjes tegen. Ik koester ze als een dierbare herinnering. Ik wil er iets heel speciaals mee maken. Dat moment is steeds weer niet vandaag en ook niet morgen. Toch mogen ze blijven, hele speciale herinneringen mogen zelfs in de vriezer wonen. Al zijn er grenzen. Naast de konijnenboutjes had ik ook nog wat mooie reebiefstukken voor een feestelijke dag en inmiddels weer nieuwe ree. Verder zag ik een zak duivenborsten met het opschrift “minder mooi geschoten”. Ik doorzocht alle lades van mijn vriezers en vond her en der vergeten vlees. Sommige stukken lagen al meer dan een jaar te wachten op de pan.

TEKST EN FOTO'S ELLEN MOOKHOEK WWW.DEBREDEMOESTUIN.NL

DE WILDE KEUKEN VAN ELLEN

Wild leent zich voor talloze bereidingen: van basic tot haute cuisine. In deze maandelijkse rubriek bespreekt **Ellen Mookhoek** kooktechnieken waarmee iedere thuiskok op eenvoudige wijze een fantastische maaltijd met wild kan bereiden.



VERGETEN vlees

Laat dat zwijn niet in je vriezer wonen! Nu is het bij mij iedere zondag – en ook nog wel een keer doordeweeks – biefstukdag, dus aan biefstukmomenten geen gebrek. Duidelijk waren deze biefstukken ondergesneeuwd in een zich steeds weer vullende vriezer. Gelukkig had ik

afgelopen herfst ook nog 2,5 kilo vet vlees van wild zwijn ingevroren om worst mee te maken. Dit vlees lag er nog niet te lang in, maar raakt zo zoetjesaan wel echt aan de beurt. De kwaliteit van wild zwijn gaat, veel sneller dan ree of konijn, achteruit van een lang verblijf in de vriezer. Het vlees vacumeren helpt, dat stelt het kwaliteitsverlies uit. Toch, voorkomen is beter... dus op tijd de pan in met dat zwijnenvlees!

GEHAKTVERLANGEN

Omdat ik nauwelijks meer vlees in de winkel koop, eet ik zelden gehakt. Mijn groeiende verlangen naar gerechten met gehakt maakte een ferme beslissing makkelijker, maar dat ik echt reebiefstuk door de gehaktmolen zou draaien dat had ik vooraf niet kunnen voorspellen. Niettemin werden ree, wild zwijn, duif en gans samen een verrukkelijk wildgehakt. Mijn verlangen naar borden vol pasta met vleessaus gaat de komende weken bevredigd worden.

Een klein en goed gehaktmolentje is koning. Al vaker hield ik een pleidooi voor de handgeslingerde vleesmolen en ik doe dat opnieuw. Echt zo handig! Ik heb een kleintje, maar van een goed merk. Mijn Sfinx nummer 5 had de vijf kilo vlees in weinig tijd omgezet in vijf kilo grof gemalen gehakt. Belangrijke tip: verwerk het vlees als het zeer koud is. De kernen van de stukken vlees die ik gebruikte, waren nog net onder nul. Belangrijk is ook om het vlees zo in blokken te snijden dat er geen lange pezen meer in zitten.

Gehakt draaien is een perfecte klus voor een koele ochtend. Draai de gehaktmolen aan de tuintafel of werkbank en binnen een half uur heb je schalen vol gehakt. Mijn mengsel bestond uit 50% goed vet vlees van wild zwijn en 50% zeer mager vlees van ree, duif en gans. Afwisselend deed ik een paar stukjes van het wild zwijn en dan weer een paar stukjes van het mager vlees in de gehaktmolen. Dan is het wildgehakt vanzelf al goed gemengd. Het gehakt kan meteen in de pan of opnieuw de vriezer in. Net als bij alle andere soorten vlees geldt ook bij gehakt: gevacumeerd de vriezer in geeft behoud van smaak. •

GERECHT VOOR 2 PERSONEN

Pasta met vleessaus



INGREDIËNTEN

1 kilo grof gemalen wildgehakt
flinke scheut olijfolie
4 x vers laurierblad
3 x tablespoon gedroogde tijm
4 x blik gepelde tomaten
4 dl volle rode wijn
1 tablespoon grof zeezout
6 x dikke teen knoflook
1 pak (500 gram) volkoren macaroni

BEREIDING

Verwarm de olie in een ruime pan met dikke bodem. Laat de laurierbladen even meebakken. (Nog geen laurier in de tuin? Morgen meteen regelen, geef de struik geen plek in de volle zon, wel bescherming tegen de koude oostenwind.) Geniet van het geweldige aroma van kraakverse laurier en voeg het gehakt toe. Laat het vlees rustig bakken. Als hier wat vocht bij vrijkomt, is dat geen probleem. Vlees bestaat voor een deel uit water. Voeg de gedroogde tijm toe en laat even meebakken. Doe de vier blikken gepelde tomaten in de pan en breng langzaam aan de kook. Voeg nu de wijn, de geperste tenen knoflook en het zout toe. Roer goed door en laat dit 1,5 uur zacht pruttelen met de deksel half op de pan. De saus is nu klaar. Kook de pasta in een ruime pan. Giet de macaroni af als die beetgaar is. Voeg de pasta bij de saus en laat ze, onder regelmatig roeren, samensmelten. De macaroni neemt zo de smaak van de saus goed op. Serveer er een groene salade bij.