



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 thuis kok op eenvoudige wijze een fantastische maaltijd met wild kan bereiden.

VRAGEN?

Heb je vragen over het bereiden en bewaren van wild? Stuur een mail naar natuureten@gmail.com. De meest inspirerende vragen bespreek ik in deze rubriek!

Met zelfgedraaid gehakt van wild kan je natuurlijk alles maken wat je ook met gehakt uit de winkel kan maken. Alhoewel het altijd anders zal zijn, namelijk lekkerder! Als je mager wild samen met wat vette speklapjes door de fijne plaat maalt, heb je de meeste gelijkenis met gehakt uit de winkel. Ook een lekkere vette overloper die je door de fijne plaat haalt, geeft bijna 'winkel gehakt'. Zelf hou ik er wel van dat het vlees anders is dan anders. Ik zie en proef graag het unieke karakter van het wilde vlees. Daarom bij mij in de pan altijd grof gemalen gehakt.

Hiernaast volgen twee recepten waarin het unieke karakter van grover gemalen vlees goed tot zijn recht komt. Het eerste recept is voor heel snelle gehaktballen. Het geweldige kruidenmengsel van Jonnie Boer 'Chefs gehaktbal' past perfect bij wild. Ik schrok even van de prijs, maar het resultaat is echt goed.

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

CHIQUÉ wildgehakt

GEHAKTBAL

Gehaktballen worden lekkerder als je ze alleen in vet gaart. Dan ben je de ballen eigenlijk aan het konfijten. Dat is wat er in oma's braadpannetje gebeurde. Het vlees wordt helemaal omsloten door vet waardoor de vleessappen en de kruiden in het vlees blijven. Zodra er water of bouillon aan het vet in een braadpan wordt toegevoegd, gaan de smaken en sappen uit het vlees zich mengen met het vocht. Dat hoeft niet slecht te zijn. De bal wordt droger, maar niet meteen vies. Als je gehaktballen maakt voor een weeshuis is dit de makkelijkste methode, maar een culinaire bal gaart in vet en de jus maak je na het garen van het braadvet.

GEHAKTBROOD

Het recept voor gehaktbrood is bewerkelijker, maar dan heb je ook wat. Het is bijna paté. Het smaakt dan ook prima op brood, bij de lunch of met een salade als voorgerecht. Een gehaktbrood gemaakt met fijn gemalen gehakt waar je droog brood of paneermeel aan toevoegt, heeft een dichtere structuur. Meer als een klassiek gehaktbrood. Ik hoop dat het recept voor gehaktbrood aanzet tot spelen met ingrediënten, iets meer vet en lever erbij malen en het is een boerenpaté.

RECEPTEN VOOR 3 PERSONEN



Gehaktbal

INGREDIËNTEN

400 gram grof gemalen wildgehakt (50% wild zwijn, 50% mager wild)
½ teaspoon zout
2 x teaspoon kruidenmengsel 'Chefs gehaktbal' van Jonnie Boer
150 gram roomboter

BEREIDING

Meng het zout en de kruiden door het vlees met een vork. Smelt de boter in een klein braadpannetje. Vorm met koude en natte handen drie platte ballen van het vlees. Laat in de warme boter glijden. Braad ze op heel laag vuur, keer zo af en toe om. Na een uur zijn ze gaar. Serveer met gekookte aardappels en groente. Om jus te maken, schep je de ballen even uit de boter, voeg kookvocht van piepers of groente toe en laat even doorkoken. Proef op zout.

Gehaktbrood

INGREDIËNTEN

(voor 1 brood van 1 kilo)

1 kilo grof gemalen wildgehakt, niet te mager
100 gram ketchup
100 gram mosterd
4 x stevige boterham zonder korst
2 x tablespoon droge tijm
2 x teaspoon zout
2 x geperste teen knoflook
1 ganzenei of 3 kippeneitjes

BEREIDING

Verwarm de oven voor, tot 170 graden. Doe alle ingrediënten in een schaal en meng grondig. Ga door met mengen totdat de massa een mooi deeg is geworden. Dit gaat beter als het vlees op kamertemperatuur is. Vet een cakevorm in en vul met het gehaktdeeg. Duw steeds het lucht uit de vulling, zo krijg je een mooi gehaktbrood. Bak in 40 minuten gaar. Prik met een vork in het gehaktbrood: komt die er schoon uit, dan is het baksel gaar.



Het gehaktbrood is warm heerlijk bij iedere maaltijd. Voordeel van het vlees koud op een later moment serveren, is dat de vleessappen die uit het vlees zijn gekomen tijdens het bakken bij het afkoelen ook weer door het vlees worden opgenomen. Laat daarom het vlees in de bakvorm afkoelen.

Voorjaarssalade met koud gehaktbrood

INGREDIËNTEN

150 gram geraspte knolselderij
100 ml bloedsinaasappelsap
55 gram bladpeterselie
55 gram rucola
snuf zout
2 x tablespoon walnotenolie
3 plakken van het bovenstaande gehaktbrood

BEREIDING

Snijdt met een zeer scherp mes plakken van het gehaktbrood. Hoe kouder het brood, hoe beter dit lukt. Laat de plakken dan op kamertemperatuur komen. Meng de geraspte knolselderij met het sap van de bloedsinaasappel en laat vijftien minuten op elkaar inwerken. Voeg nu zout en de walnotenolie toe. Hak de bladpeterselie en de rucola grof en schep door de salade. Verdeel de salade over drie bordjes, leg op ieder bordje ook een plak gehaktbrood en serveer.

