

JagerCulinair

De Wilde Keuken van Ellen

Wild leent zich voor talloze bereidingen: van basic tot haute cuisine.

In deze rubriek bespreekt Ellen Mookhoek kooktechnieken waarmee iedere thuishoofd op eenvoudige wijze een fantastische maaltijd met wild kan bereiden.

Portioneren is niet moeilijk

Toen ik de Amsterdamse chef Wil Demandt koteletten zag hakken uit een damrug, viel bij mij het kwartje. Al vaker had ik gezien hoe een chef koteletten van hert of haas hakte, het ziet er allemaal zo makkelijk uit.

Tekst en foto's **Ellen Mookhoek**

Thuis heb ik vervolgens met de rug van een hertenkalf en van een haas staan hannessen. Voor de chefs is dat hakken van koteletten zo vanzelfsprekend dat ze vergeten uit te leggen hoe het moet. Het is niet moeilijk, maar er komen wel een paar weetjes bij kijken. Het goed portioneren van een dier is het goed snappen hoe een dier in elkaar zit. Als je dat goed begrijpt, kan je steeds beter portioneren. Zulke kennis groeit. Nu ik zelf een paar keer koteletten heb gemaakt van een reerug, ben ik steeds enthousiaster over koteletten van ree. Hoe heb ik ooit zonder gekund?

SCHIET DIE BOK VOOR DE BRONST

De mooiste koteletten komen van het volwassen ree. Dat maakt de bokentijd tot een goede tijd voor koteletten, maar schiet de bok dan wel vóór de bronst. Dat is beter voor de bok in de keuken, want hij is heerlijk opgevet, maar het is ook beter voor de andere bokken in het veld. Een bok minder geeft wat ruimte in de drukste weken van het jaar. Win-win.

KOTELETTEN HAKKEN: WERKWIJZE

Laat bij het uitbenen van het ree de romp voor het laatst over. Haal de nek en de heupen eraf. Splits de rug net boven de onderste rib. Je hebt nu het 'zadel', het deel waar de binnenhaasjes aan zitten, en de ribbenkast. Het zadel kan je in zijn geheel bereiden of uitbenen. Van de ribbenkast komen de koteletten.

Knip met een takken- of wildschaar de onderkant, ongeveer 1/3 van de totale lengte, van de ribben af. Dit lapje vlees met stukjes rib is perfect voor de bouillon.

Snij de rugfilet aan beide kanten van de opstaande wervels, op de ruggengraat, van die wervels af, tot op de top van de ribben. Absoluut niet verder! Zet de bovenkant van de rug nu voor je op een stevige houten tafel of plank en hak met een bijltje de ribben één voor één door, vlak naast de rugwervels. Een streng koteletten is geboren. Herhaal voor de andere kant. Haal nu het vlies van de rugfilet af. Je kan de koteletten nu één voor één lossnijden, maar omdat dit zulke kleine koteletjes zijn is het beter ze als streng te verwerken en pas na het bereiden los te snijden. In een restaurant eet je koteletten met schoongekrabde ribben, dat staat chique, maar dat is bij ree nergens voor nodig. Bak die iets taaiere stukjes vlees op de ribben knapperig en eet ze met plezier.

Koteletten zijn lekker met alles, maar extra goed met een risotto!

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!

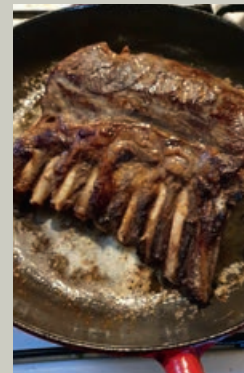
RECEPT

Voor 4 personen

INGREDIËNTEN

1 streng of "rack" van 11 reekoteletten
600 ml wildbouillon of water met
bouillontablet
1 bloemkool
200 gram risottorijst
2 uien
2 x tablespeen tijm

75 gram geraspte
oude boerenkaas
75 gram boter
olijfolie
1 glas witte wijn
2 teentjes knoflook
zout



BEREIDING

Zout de streng koteletten en zet weg, ze mogen op kamertemperatuur komen. Zet de 600 ml wildbouillon op een matig vuur en doe daar de in stukken gehakte bloemkool in. Laat zachtjes koken, de bloemkool moet zacht worden. Verwarm de olijfolie in een ruime pan met een dikke bodem. Fruit hierin de fijngesneden uien. Voeg nu ook de fijngesneden teentjes knoflook en 1,5 teaspoon zout toe. Zet het vuur hoger en voeg de 200 gram risotto en de tijm toe. Laat dit bakken, maar niet bruinen. Blus met het glas wijn. Zet het vuur zachter en laat de wijn verdampen. Nu de helft van de

warme bouillon toevoegen, maar nog geen bloemkool in de risotto! Laat de rijst de bouillon opnemen, roer zo af en toe om. Laat een scheut olijfolie warm worden in een koekenpan met dikke bodem. Braad hierin de streng koteletten. Doe rustig aan, dan combineer je het bruinen van het vlees met het warmen van het vlees. Keer regelmatig en zorg dat ook de ribben garen. Dit gaat het beste door de kotelettenstreng eerst met de bolle kant van de ribben in de pan te leggen, en als alles is aangebraden, wat langer op de holle kant van de ribben te braden. Blijf regelmatig keren om verbranden van het vet in de pan te voorkomen. Duw zo af en toe op de rugfilet, als die dezelfde spanning heeft als de muis van je duim in ontspannen toestand dan zijn de koteletten gaar. Als de bouillon is opgenomen, voeg dan de rest van de bouillon toe, samen met de inmiddels gare bloemkool. Regelmatig roeren. Als de rijst bijna gaar is, het vuur uitzetten. Dan de klont boter en de geraspte kaas door de nog zeer smeùige risotto roeren. Nu met de deksel op de pan 15 minuten laten nagaren en, vooral, steviger laten worden.

De koteletten moeten nu klaar zijn. Koteletten van damwild en hert moeten nagaren in de oven om een kerntemperatuur van 50 graden te bereiken, maar reekoteletjes worden gewoon in de pan al warm genoeg. Haal ze uit de pan en dek af met aluminiumfolie. Laat de streng koteletten even rusten.

Zet vier mooie borden klaar om de risotto op te presenteren. Verdeel de risotto over de borden, snij de koteletjes los en verdeel over de borden.



**Koteletten
van ree met
bloemkoolrisotto**