

# Jager Culinaire

## 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 thuiskok op eenvoudige wijze een fantastische maaltijd met wild kan bereiden.

## Stoofpotje vulpes



**De eerste keer dat ik een dier zelf wilde, uitbeende en bereidde, is alweer vijftien jaar geleden. Het heeft mijn leven blijvend veranderd. Het was voor mij een wezenlijke stap op weg naar het volgen van de jachtopleiding. Het proces van zelfgeschoten dier naar keukentafel – van schot tot bord – blijft magisch.**

Tekst en foto's **Ellen Mookhoek**

Een vos opsporen en schieten is best veel werk. Alleen beheren en een dier niet tot eten verwerken, vind ik onbevredigend. Daar komt bij dat wet- en regelgeving het vaak lastig maken om vossen te schieten. Lokale politici en beleidsmakers vinden het niet overal even belangrijk dat de vossenstand onder controle wordt gehouden. Ik wel, maar ik ga me er niet voor in bochten wringen. Het is wat het is. Als ik tijdens een vossenjachttag naar een dode vos loop, vraag ik me altijd even af of ik deze dan toch een keer ga eten. Tot nu toe nooit. Of het waren erg sterk ruikende rekels, of het waren vossen die niet fris meer leken, of ik was die dag (weer) niet moedig genoeg om tegen de heersende mening in te gaan. Want: 'vossen zijn onsmakelijk, die eet je niet', zo lijkt het adagium. Maar is een keurig geschoten, gezond ogende vos daadwerkelijk vies? Houden die opvattingen van weleer wel stand? Een moertje heeft alleen een lichte

vossengeur. En in verschillende culturen maakt de vos al langer onderdeel uit van het menu. Daarom de proef op de som.

De jonge moeder die ik in februari schoot, had ook nog een prachtige vacht. Eindelijk mijn kans om eens alles van het dier te gebruiken. Het schot was perfect voor de keuken. Alle vier de bouten waren bruikbaar en de vacht was nauwelijks beschadigd. Dus die eerst eraf en de bouten in de koelkast. Na vijf dagen besterven, gingen ze de pan in. Bij het villen van niet-hertachtigen draag ik altijd handschoenen. Bij de vos moet je er ook goed op letten dat de eitjes van de vossenlintworm zeer lichtgewicht zijn en bij al te achteloze bereiding ingeademd kunnen worden. Mocht de frisse vos daarnaast een parasiet bij zich dragen dan wordt die tijdens het pruttelen uitgeschakeld.

## Stoofpotje vulpes

### Recept voor een stoofpot

De achterbouten van het moertje hadden de maat van een flinke haas. De voorbouten bleken nauwelijks kleiner dan de achterbouten. Bij het bereiden viel me op dat de vos stevige pezen heeft. In het geportioneerde dier en het vlees zie je het actieve gedrag van het dier terug, mooi is dat! Het vlees ruikt mild, bijna naar niets. Tijdens het aanbraden kwamen toch heerlijke geuren uit de pan. De smaak van het vlees bleek uiteindelijk vlakker dan ik had verwacht. Het meest sensationele aan het eten van het dier zat uiteindelijk gewoon tussen mijn oren.

### Benodigheden

- 1 kilo vossenbouten (2x voor en 2x achter)
  - 200 gram boter
  - zout
  - 2 flinke uien in maantjes
  - 1 flinke teen knoflook
  - 1 eetlepel tijm
  - 1 eetlepel provençaalse kruiden
  - ½ cup cognac
  - 2 eetlepel bloem
  - 1 liter lauw water
- 
- ingrediënten voor aardappelpuree
  - groene groenten



### BEREIDING

Zout de bouten, smelt de helft van de boter in een pan met een stevige bodem die niet veel groter is dan nodig voor de bouten. Braad de bouten aan. Als ze mooi kleuren, haal je de bouten uit de pan en voeg je de uien toe. Bak de uien en voeg als die beginnen te kleuren de fijngesneden teen knoflook, de tijm en de provençaalse kruiden toe en laat dat even meebakken. Blus met de cognac. Schik de boutjes weer

in de pan en zet (bijna) onder water met 1 liter lauw water. Laat het geheel nu heel langzaam aan de pruttel komen. Dat mag best 2 uur duren, zo zorg je ervoor dat de temperatuur van de kern van het vlees niet te veel verschilt van de temperatuur van het stoofvocht. Dan droogt het vlees minder uit. Voeg nu een theelepel zout toe. Vanaf het moment dat de lichte pruttel is bereikt, zeker nog 2 uur laten stoven. Dan het vuur onder de pan uit en een nachtje laten staan. Dit nagaren is heel belangrijk voor een mals stoofje.

De volgende dag de bouten uit het vocht halen, vet eraf vegen en het vocht zeven. Gooi vet en uien weg. Haal alle mooie stukken vlees van de bouten. Alles met veel pees of vlies laten voor wat het is. Kook het vocht in tot minder dan de helft. Smelt in een kleinere pan de andere helft van de boter en maak met de bloem en de ingekookte bouillon een gebonden saus. Naar smaak zout toevoegen. De saus mag best 'hoog' op smaak zijn, dus lekker zoutig. Doe het vlees in de saus en laat een half uurtje pruttelen. Maak ondertussen de aardappelpuree en een groene groente om erbij te serveren.

