

# Jager Culinair

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



## Zo is gans altijd lekker!

**Regelmatig maak ik samen met andere mensen ganzen schoon, vaak onder het motto: ‘van hele gans naar vleespakket’. Ik doe dit als workshop op familiefeesten of bij bedrijven, maar ook wel als onderdeel van een biologieles op de middelbare school. Om het eindresultaat minder afhankelijk te laten zijn van verborgen gebreken in de gans, heb ik een bereidingswijze ontwikkeld die ook recht doet aan de iets mindere exemplaren.**

Tekst **Ellen Mookhoek** | Foto's **Anke Wijnia**

In het onderwijs ligt de nadruk vaak op de organen van de gans: hoe ziet de maag eruit en hoe werkt die? Maar ook: hoe zie je of dit een mannetje of een vrouwtje is? Om bij de organen te komen, verwijderen we eerst de ganzenbiefstuk. Na het villen en uitsnijden, zetten we de ganzenborsten in de koelkast om er na de biologieles of de workshop samen mee te koken. Omdat de leeftijd en kwaliteit van een gans in de veren niet constant zijn, zijn de reacties op de gebakken en getrancheerde ganzenborsten wisselend. En dat is jammer.

### **SAMEN GANZEN SCHOONMAKEN IS MOOI WERK**

Mensen leren villen en portioneren is erg leuk. Deelnemers aan mijn workshops vinden het in het begin best spannend. Een heel, dood dier, dat maken ze niet vaak mee. Soms vinden ze het ook een beetje zielig, maar vooral bijzonder. En wat is zo'n gans zacht! De eerste inkeping gaat heel voorzichtig, maar een gans villen, dat vraagt kracht. Dus gaan deelnemers lekker aan de slag, kracht zetten hier, nog even wat bijsnijden daar, en ineens is er vlees, prachtig mooi vlees. Helemaal zelf tevoorschijn getoverd.

### **PERFECTE GANS IS GODDELIJK LEKKER**

Als ik jonge ganzen heb die na het schot goed gekoeld zijn, is iedere deelnemer wild enthousiast. Soms heb ik echter ook oudere ganzen of ganzen die na het schot niet snel genoeg zijn afgekoeld en die smaken ‘sterker’, want ganzenvlees (alsook eendenvlees) oxideert relatief snel en dat ruik je. Ze zijn natuur-

lijk niet bedorven, maar hebben een sterke ganzengeur en niet iedereen houdt daarvan (ik ben er zelf ook geen fan van). Helaas is dit niet goed aan de buitenkant van een gans te zien. Om het eindresultaat minder afhankelijk te laten zijn van verborgen gebreken in de gans, heb ik een bereidingswijze ontwikkeld die ook recht doet aan de iets mindere exemplaren.

### **DE FRANSEN WETEN WAT TE DOEN**

Klassieke methodes om ganzenvlees smakelijk te bereiden, zijn konfijten (voor de bouten) en roken (voor de borsten). Beide zijn geen snelle bereidingswijzen en dus niet geschikt voor een workshop. De ganzenborst bakken als biefstuk en mooi trancheren is snel, maar maakt je heel afhankelijk van de kwaliteit van de gans. Alleen perfect is echt lekker. Voor minder perfecte ganzen heb ik mij laten inspireren door de Franse keuken. Een knoflookje om de geur wat op te pepen doet wonderen. Om de oudere gans beter verteerbaar te maken, haal je hem door de gehaktmolen. Met ten slotte nog de toevoeging van lekker vet krijgen we dit magere gehakt perfect op smaak. Daarom bakken we dit ganzengehakt ruim in de roomboter.

Gehaktdraaien is hartstikke leuk, de (klein)kinderen of andere disgenoten helpen graag een handje mee. Dus haal je vleesmolen uit het vet en ga aan de slag. Als je zelf geen ganzen schiet, kijk op [www.wildopdekaart.nl](http://www.wildopdekaart.nl) voor een ganzenjager in de buurt. Heb je zelf regelmatig ganzen en sta je nog niet op deze website, overweeg het dan. Je gaat er veel mensen blij mee maken.

Rijke lunch voor 4 personen

## INGREDIËNTEN

8 plakken donker zuurdesembrood  
met zaden  
zakje gewassen rucola, 85 gram  
zakje gewassen spinazie, 200 gram  
olijfolie  
½ citroen  
800 gram ganzenborst  
2 tenen knoflook  
2 eetlepels komijnzaad om te vijzelen,  
of 2 eetlepels kruidenmengsel met veel  
komijn,  
zoals 'Al-Andalus' van Jonnie Boer  
100 gram roomboter  
zout

## BEREIDING

Maak eerst de salade. Meng de beide zakken rauwe groente in een ruime kom, besprenkel met citroensap en olijfolie naar smaak. Roer door en verdeel over 4 grote borden. Leg op ieder bord ook 2 plakken brood.

Installeer de vleesmolen, haal een (onthagel)magneet langs de ganzenborsten. Snij het vlees in stukken van ongeveer 4 bij 4 centimeter. Haal de brokken vlees door de molen. Een handmolen is hier heel geschikt voor. Een goede handmolen draait vrijwel moeiteloos en er blijven na het draaien nauwelijks vleesresten achter waardoor



het schoonmaken geen werk is. (Er zijn helaas ook heel slechte handmolens in de handel. Een handmolen MOET soepel draaien, koop er een van bijvoorbeeld het merk Porkert.) Om ook de laatste restjes vlees te benutten, kun je er na het vlees een stukje brood doorheen draaien. Maak een balletje van dit laatste beetje uit de gehaktmolen en trakteer de hond erop.

Verwarm 100 gram boter in een zeer ruime koekenpan. Als de boter begint te bruinen, voeg dan het gemalen vlees toe. Rustig een beetje roeren, als het vlees begint te bruinen de kruiden, de geperste tenen knoflook en 1 theelepel zout toevoegen. Het gehakt zal wat vocht loslaten, dat is een natuurlijk proces; vlees bestaat voor een deel uit water. Als de pan ruim genoeg is, verdampt dit water snel. Heb je geen grote koekenpan, bak het vlees in twee delen. Het vlees moet wel worden gebakken, niet gestoofd. Verdeel het vlees en het vet over het brood en serveer de borden uit. Bon appétit!

Broodje  
warm  
ganzenvlees

