



THE *Butcher*

Het ULTIEME KOOKBOEK
VOOR DE *vleesliefhebber*





INHOUD



» *Inleiding* 6 «

BIER & CIDER 8

CHARCUTERIE 11

GEVOGELTE & WILD 27

RUNDVLEES 67

LAMSVLEES 105

VARKENSVLEES 133

Register 174



Inleiding

Hoewel we steeds bewuster gaan eten en er af en toe voor kiezen om ons lapje vlees te laten staan, zijn we nog altijd dol op vlees. In Nederland ligt het verbruik per hoofd van de bevolking rond de 80 kilo. Het Voedingscentrum adviseert om niet meer dan 500 gram vlees per week te eten, waarvan maximaal 300 gram rood vlees, zoals rundvlees en varkensvlees. Dit is inclusief vleeswaren.

We raken steeds meer geïnteresseerd in de herkomst van onze producten, de effecten op het milieu, op het welzijn van het dier en dat van de boeren. Wij als consumenten kunnen een verschil maken, dus koop waar mogelijk rechtstreeks van je lokale boer en slager.

Laat kwaliteit boven kwantiteit gaan!

In dit boek kom je recepten met allerlei soorten vlees en gevogelte tegen: van rund tot kip en van lam tot eend. Ze worden afgewisseld met tips om je vlees op de beste manier te bereiden en informatie over kopen, bewaren en gaartijden. Voor de wat avontuurlijker kok hebben we een hoofdstuk gewijd aan het maken van je eigen charcuterie, recepten voor het draaien van worst en instructies voor het zelf uitbenen van kip. Maar ook als je nog niet veel ervaring hebt, is dit boek aan jou besteed, vanwege de vele eenvoudige stapsgewijze recepten met tips en info. Je leert zelfs hoe je de perfecte steak bereidt!

Donker bier of dark ale Zwaardere bieren, met hun robuuste moutigheid en kracht, overheersen fijne, delicate smaken. Ze passen daarom veel beter bij vlees met een rijke, volle smaak, zoals eend, geit, salami, hert en worstsoorten. Donker bier gaat perfect samen met gebraden vlees ingewreven met rokerige specerijen of aromatische gedroogde kruiden, of vlees dat in een rodewijnmarinade heeft gelegen.

Lager of lagerbier Dit is een ondergistend bier dat vaak als het lichtste soort bier wordt omschreven, en je kunt een lager het best ijskoud drinken. Vanwege hun verfrissende karakter zijn lagers erg populair in warmere landen; ze zorgen ook voor het ultieme vakantiegevoel. Lichtere lagers passen goed bij snelle gerechten zoals pittige gegrilde kip en vleesspiesen met Mexicaanse en Zuidoost-Aziatische smaken.

Cider is een fruitig drankje gemaakt van de gegiste sappen van appels en, soms, peren. Bedenk welk voedsel goed past bij appels of peren en je weet bij welk gerecht je cider kunt schenken. Varkensvlees is een goede keuze, maar ook kwartel, eend, kip en wild. Vlees bereid met vruchten als appels, peren, perziken en druiven gaat ook goed samen met cider.

Pilsener, pilsner of pils is een lichte lager, strogeel tot goud van kleur en krokant en pittig. Dit bier spoelt het gehemelte schoon en gaat dus heel goed samen met gefrituurde, vette producten. Pilsener heeft sterkere boven-tonen van hop dan andere lagerbieren, dus vormt het bier een ideale combi met rundvlees, kip of lamsvlees dat is gekruid met Indische, Marokkaanse en Thaise smaken.

Stout Over het algemeen geldt: hoe langer vlees is bereid en hoe donkerder het is, hoe beter het samengaat met de romige, rijke smaak van een stout. Tot dit donkere, sterke bier behoort Guinness, een van de beroemdste bieren van de wereld. De gerstmaak in stout matcht uitstekend met paté, geit, eend en wild, vooral als die met rode wijn of bier zijn bereid.

Ale is zoet, bloemig en fruitig. Dit veelal bovengistende bier past goed bij varkensvlees, vooral wanneer dat is bereid met vruchten, of bij een Aziatische vleesschotel gezoet met palmsuiker. Een pale ale (licht bier) vormt een goede combi met geroosterd, gebraden, gegrild of gebarbecued rood vlees, kip uit de oven, kalkoen en lamsvlees gemarineerd in witte wijn, knoflook en kruiden, met name oregano.

BIER & CIDER

Met de opkomst van ambachtelijke brouwerijen is bier als #1 drankje bij de maaltijd haast niet meer weg te denken. Net als een goede wijn kan bier licht, fruitig, robuust, fris en kruidig zijn. Maak van een gerecht iets heel bijzonders en serveer er het juiste bier of de juiste cider bij.



CHARCUTERIE