

Vleeshouwerij Worstmakerij

Sjek Floor

Lange Hezelstraat 90a
6511 CM Nijmegen
tel. 024-3235205, fax. 024-3605665
e-mail: sjekfloor@yahoo.com

www.sjekfloorcatering.nl

Sappig wild, dankzij rode wijn
de Volkskrant, De Verleiding, 3 december 2005

Vroeger dacht niemand erover na: wild moest gemarineerd worden. Men hield van gerijpt, meer of minder 'adellijk' vlees, dat een sterke smaak had en dat vroeg om een omlijsting van zuur en wijn. Dat automatisme is verdwenen: wild wordt verser gegeten. Belangrijker nog is dat veel van wat als wild wordt verkocht, niet eens wild is.

De eendenborsten in de supermarkt zijn van tamme eenden, de hertenbiefstuk van gefokte herten, de fazanten komen uit een hok. Gegarandeerd wild zijn wilde eenden, hazen en ree. Wildzwijn is er zowel wild als halftam. Als je wild wild wilt hebben, moet je ernaar vragen.

De smaak van gefokt 'wild' is minder intens, het vlees minder compact. Het kan vaak best als gewoon slagervlees worden behandeld. Echt wild is anders, magerder en daardoor stugger na garing, zeker als je vlees van oudere dieren hebt. Wil je het niettemin mals hebben, kun je het als biefstuk te bakken en dus half rauw laten. Dat gebeurt bij wilde eend, haas en duif. Bij wildzwijn mag dat niet; varken (want dat is het) moet door en door gaar zijn om de erin voorkomende trichinella, de larf van een worm, te doden. Maar mager vlees stoven en het toch lekker maken is een kunst. Marineren kan helpen.

Het heeft niet alleen effect op de smaak van het vlees, maar ook op de sappigheid. Onderzoek heeft aangetoond dat zuur het bindweefsel zacht maakt, en dat dankzij rode wijn (in tegenstelling tot witte) het vlees tijdens de bereiding zijn vocht beter vasthoudt en dus malser blijft. Waarom is onduidelijk, maar het moet iets te maken hebben met de stoffen die wel in rode en niet in witte wijn zitten: tannines en kleur, beide polyfenolen.

Behalve wild wordt ook vlees als lamsbout of varkensnek soms gemarineerd om er een 'wildsmaak' aan te geven. Soms worden 'droge' marinades gebruikt: van mosterd, barbecuesaus en andere aanhangende dingen die plakken en waarmee vlees (spareribs) gebraden of wordt geroosterd.

Hoe marineer je wild? De basismarinade bestaat uit een scheut (zeg een glas) azijn en een halve tot een hele fles rode wijn; het vlees moet net onder staan. Verder kun je dingen toevoegen als ui, kruiden en knoflook. In plaats van azijn wordt soms karnemelk gebruikt, citroensap of iets anders zuurs. Dek de schaal af en zet in de koelkast, van een uur tot twee etmalen.

Droog het vlees altijd af voor je gaat braden of stoven. De marinade wordt vaak deels (vanwege de grote hoeveelheid azijn) weer toegevoegd als stoofvocht.

Door Onno Kleyn