

# Reebok, het mooiste vlees op aarde

**H**et is reebokkentijd. Tijd ook om te smullen van wat door velen het mooiste vlees op aarde wordt beschouwd. Specifiek dat van de bok, inderdaad. De fijnproever beweert het. Hoe dat komt? Het heeft te maken met voedselaanbod. In de periode van de bokkenjacht schiet het jonge groen in talloze variëteiten de grond uit. Het reewild doet zich tegoed aan jonge bladeren en knoppen en tientallen soorten grassen en kruiden. Deze verscheidenheid weerspiegelt zich uiteindelijk in de smaak van het vlees: rijk, geurig en kruidig. Tijdens de geitenjacht is het voedselaanbod een stuk magerder. Fijne grassen en jonge loten zijn er niet, het dier voedt zich voornamelijk met boombladeren, beukenootjes en eikels; een veel minder gevarieerd menu. Bovendien is het ree in staat om tijdens de wintermaanden zijn stofwisseling in een lage versnelling te zetten, waardoor het per saldo aanzienlijk minder voedsel opneemt dan in de zomermaanden. Het allermooiste vlees is natuurlijk rugfilet van de bok. Het is dan ook niet verwonderlijk dat dit bij de horecagroothandel het duurste wild is dat je kunt kopen, vorig jaar zag ik een prijs van €73,- per kilo. Maar ook het andere reevlees is verfijnd van smaak en kan worden aangewend voor de heerlijkste bereidingen. ■

## Taartje van reevlees met rode paprika, kummel aardappelen en "hazelnoot" botersaus

(voor 4 personen)

### Ingrediënten voor het taartje

250 gr. nekvees van het ree  
1 eetlepel bloem  
peper, zout, olijfolie  
1 grote ui, *fijngesneden*  
2 teentjes knoflook, *fijngesneden*  
1 blaadje laurier  
1 dessertlepel fijngehakte tijm  
4 groene courgette slierten  
(snijden met kaasschaaf of snijmachine)

### en verder

150 gr. ree-filet  
boter, peper, zout

### voor de "hazelnoot" botersaus

afsnijdsels van het ree  
olijfolie  
1 ui, ¼ prei, ½ winterpeen  
1 grote tomaat  
1 takje tijm  
1 blaadje laurier  
1 dl. rode port  
½ dl. kalfsgrace, of kalfsfond (pot, supermarkt) sterk ingekookt  
40 gr. boter

### voor de aardappelen

150 gr. vastkokende aardappelen  
1 rode paprika  
1 dl. gevogeltesfond  
1 dessertl. olijfolie  
1 dessertl. kummelzaad  
peper, zout



**bereiding**

- Bestrooi de stukjes nekvlees met peper, zout en bloem en bak ze aan in olijfolie. Voeg de fijn gesneden ui, knoflook, tijm en laurier toe en blus het geheel af met water tot alles net onder staat. Doe de deksel op de pan en laat het mengsel twee uur stoven op een matig vuurtje. Na twee uur is het vocht zo goed als verdampt.
- Beboter en bekleed de binnenzijde van metalen ringen (diam. 8 cm, kookwinkel) met de courgette slierten. Verdeel het reevlees over de ringen en druk lichtjes aan. Verwarm de taartjes vlak voor het opdienen enkele minuten in een oven van 250°C.
- Bestrooi de ree-filet met peper en zout en braad deze in de boter om en om goudbruin. Laat de filet hierna nog even 5 minuten nagaren in een oven van 160°C.
- Bak de afsnijdsels van ree aan in olijfolie. Maak ui, winterpeen en prei schoon en snijd ze in grove stukken. Voeg dit toe aan de afsnijdsels samen met de tomaat, laurier en tijm. Enkele keren goed omscheppen tijdens het aanbakken. Blus het mengsel af met port en water totdat alles net onder staat. Laat drie uur trekken op een matig vuur. Zeef het mengsel door een neteldoek en laat de vloeistof inkoken tot circa ½ deciliter. Voeg nu de kalvsglace toe en laat het geheel inkoken tot sausdikte.
- Doe de boter in een pannetje en zet dit op een hoog vuur. Laat de eiwitten lichtjes verbranden. Zeef de boter door een koffiefilter en laat de zo verkregen beurre noisette opstijven in de koelkast. Roer vlak voor het opdienen wolkjes beurre noisette door de saus, die dan niet meer mag koken.
- Snijd de aardappelen in gelijke blokjes van 2 bij 2 cm. Schil de paprika en verwijder de steel en zaadlijsten. Snijd de paprika in reepjes van 1 bij 5 cm. Doe deze samen met de aardappelen en andere ingrediënten in een pan en stooft het geheel langzaam gaar in circa 20 minuten.

**presentatie**

Leg de ringen met reevlees op voorverwarmde borden. Verwijder de ringen. Snijd de ree-filet in dunne plakjes en leg drie plakjes op elk torentje reevlees. Leg de aardappel met paprika hier omheen en schenk de saus erbij.

## Gebraden reebout slow cooking

**bereiding**

- Heel langzaam op heel lage temperatuur garen, dat is de essentie van slow cooking. Deze reebout gaat acht, negen uur in een oven van 80 graden en wat je dan krijgt is het heerlijkste, meest malse en sappigste vlees, dat je in dunne plakken van de bout af kunt snijden en serveren.
- Maak met een scherp en puntig mes inkepingen in het vlees. Vul deze kerven beurtelings met een ansjovisje, een plukje peterselie of een gepelde teen knoflook. Wees niet bang dat het vlees vissig gaat smaken, de ansjovis zal smelten en een prettige zilte smaak afgeven.
- Verwarm de oven op 80°C. Zet onderin een bodem "vullende" schaal. Wrijf de bout in met zeezout en olijfolie en leg hem op het rooster dat je midden in de oven hebt geplaatst. Deur dicht. Zo, nu kun je iets anders gaan doen. Zet de bout bijvoorbeeld 's ochtends in de oven voor je naar je werk gaat, en haal het vlees bij thuiskomst er pas weer uit. Dit langzame gaarproces mag gerust acht uur of nog langer duren. Gedurende dit proces heb je er geen omkijken naar.
- Laat de bout een kwartier rusten voor je hem aansnijdt. Kook intussen het opgevangen braadvocht in, samen met een glas rode wijn. Klop vlak voor het opdienen enkele klontjes koude boter door de saus. Controleer nog even op peper en zout.
- Dien de plakken bout op met een scala aan jonge zomergroenten, zoals peultjes, erwten, jonge tuinbonen, de eerste worteltjes en bosui. Geef er ook gekookte krielaardappeltjes bij. Breng de saus over in een kom en zet op tafel. Met een mannetje of acht ben je met zo'n bout wel even onder de pannen.

**ingrediënten**

1 achterbout van ree,  
in zijn geheel  
1 bosje peterselie  
1 blikje ansjovis  
1 bol knoflook  
zeezout  
olijfolie

