



HET RECEPT

# Het Recept: Wilde Eend en wijn uit de Ventoux

Opleidingsrestaurant Gerecht & Land presenteert in ZinMag bijzondere gerechten en hapjes die je zelf kunt maken. Bij Gerecht & Land werken studenten uit de eerste drie leerjaren. De studenten die de opleiding tot kok volgen, koken. De gastheren/gastvrouwen serveren de gerechten en de wijnen. De docent is vooral de coach/leermeester die de praktijkervaringen van de studenten begeleidt.

Gezien de tijd van het jaar kiezen we voor een wildgerecht: wilde eend. Je kunt bij de poelier ook vragen naar kooi-eenden of kiezen voor een geschoten wilde eend. Kooi-eenden zijn eenden die niet gejaagd zijn met hagel, dus is hier de minste kans aanwezig om schothagel tegen te komen tijdens het eten. Let op: u dient altijd alert te zijn op een mogelijk kogeltje.



Wildgerechten hebben bijna geen vet. Dit is mager vlees en uiterst lekker. De vogels zijn altijd actief en hebben niet veel kans om vet op te bouwen. Van belang is om tijdens het bakken de eend geregeld te arroseren, dat is het bedruipen van het vlees met eigen braadvet om uitdroging te voorkomen.

## Ingrediënten

- 2 wilde eenden of kooi-eenden
- 3 el boter
- 2 dl wildfond of bouillon
- 2 el walnotenolie
- 1 el fijngesneden peterselie
- 4 walnoten
- zout en peper

## Begeleidende muziek



*Muziekkeuze van de redactie*



Als we zo'n lekker gerecht serveren, dan willen we daar ook wat goeds en lekkers bij drinken.

Hier liggen vele mogelijkheden. U kunt er een bockbiertje bij drinken maar ook een mooi glas Madeira. In dit geval ga ik voor een rode wijn. We gaan naar de Ventoux. Dit herkomstgebied - dat wordt gedomineerd door de Mont Ventoux en vanwege zijn rijke flora en fauna - is door Unesco erkend als bijzonder bioreservaat en telt ± 6.000 hectare

# Benodigdheden

- Koekenpan
- Spatel
- Snijplank
- Koksmes
- Braadpan

# Bereidingswijze

- Haal de eenden 3 uur voor bereiding uit de koelkast.
- Snijd de boutjes van de eenden, haal het onderste botje eruit en bak de pootjes rondom bruin in 1 el boter.
- Schenk de wildfond of bouillon erbij en stoof de boutjes ± 1 uur op zacht vuur.
- Bak de rest van de eenden op het karkas rondom bruin in 2 el boter.
- Laat de eenden in het midden van de oven (170°C circulatie warmte) nog ± 8-10 min in een braadpan liggen.
- Braad filets tot ze mooi rosé zijn.
- Neem de eenden uit de pan en laat ze ± 10 minuten rusten.
- Kook het stoofvocht van de boutjes eventueel in tot het goed van smaak is. Roer dan de walnotenolie, walnoten en peterselie erdoor.
- Snij de borsten van de eenden met een scherp mes. In het onderstaande instructiefilmpje zie je hiervan een voorbeeld met kip. Bij eend werkt het op dezelfde manier. Het eerste deel van het filmpje van de bouten en de vleugelstukjes kun je overslaan. De bouten zijn er immers al afgehaald en gaar gestoofd. De vleugeldelen zijn zo klein dat je die er gelijk met het borstfilet

wijngaarden. De rode wijnen hebben, ongeacht hun typering, een markante frisheid.

De wijn die ik voorstel is de *Domaine du bon Remède Ventoux La Grange Delay 2014*. Deze wijn heeft recent een prijs gewonnen, en daarmee worden de kwaliteiten onderstreept van de wijnmakers Frédéric en Lucile Delay.

Let op dat u de wijn niet te warm serveert. Rode wijn wordt gedronken op de temperatuur van 16 graden Celsius. Hij wordt al snel te warm geserveerd en daarmee doe je afbreuk aan al het werk wat de wijnboer heeft gehad om zo'n mooie wijn te maken.

Bon appétit!

Ailko Faber

*Ailko is coach Hotel, Congres & Evenementenmanagement (HCEM) bij Landstede MBO Vrij & Gastvrij in Zwolle.*

*Gerechtenland.nl*

kunt afsnijden. Bekijk het [instructiefimpje](#).

Garnituur bij de eend: aardappelpuree en spruitjes, rode kool of stoofpeertjes. Ook lekker: spätzli erbij, maar dat vergt wat meer werk in de keuken. [Zie deze Duitstalige uitleg op YouTube](#). Na het kookproces laat je de spätzli uitlekken en dan bak je het in ganzenvet voor de smaak.



1 2 3 4 5 6 7 8 9 **10** 11

