



DE WILDE KEUKEN VAN ELLEN

Wild leent zich voor talloze bereidingen: van basic tot haute cuisine. In deze maandelijkse rubriek bespreekt **Ellen Mookhoek** kooktechnieken waarmee iedere thuishok op eenvoudige wijze een fantastische maaltijd met wild kan bereiden.

VRAGEN?

Heb je vragen over het bereiden en bewaren van wild? Stuur een mail naar natuureten@gmail.com. De meest inspirerende vragen bespreek ik in deze rubriek!

Rijst met kerrie, ik heb er warme herinneringen aan; het was een van de weinige gerechten uit mijn jeugd die ik echt lekker vond. Voor de rest waren er veel aangebrande aardappels en doodgekookte bloemkool. Precies daar, vanuit een diep verlangen naar lekker eten, is mijn passie voor koken ontstaan. Rijst met kerrie kan je maken met een potje kerriepoeder. Maar als je dan toch de moeite doet om met ree te werken, verdiep je in geelwortel!

TEKST EN FOTO'S ELLEN MOOKHOEK WWW.DEBREDEMOESTUIN.NL

VERSE GEELWORTEL perfect bij ree



HIPPE MENS

Ree en geelwortel zijn een perfecte smaakcombinatie. Dankzij hipsters is geelwortel in bijna elke supermarkt te koop. Aan geelwortel worden veel gezondheidsclaims toegeschreven. Daarom drinkt de hippe mens graag geelwortelthee. Nu laat ik me helemaal niet uit over de gezondheidsclaims, glad ijs betreed ik alleen met mijn schaatsen. Wel is al eeuwen bekend dat geelwortel een goede antioxidant is die gerechten ook nog eens opfleurt met haar geur en smaak. Een antioxidant beschermt een gerecht tegen bederf en waarborgt de smaak voor langere tijd. Eigenschappen die in de vele eeuwen dat de Indiase kok het zonder goede koeling moest doen van groot belang waren.

VOORBOUTEN

Geelwortel is een nichtje van gember. Het worteltje oogt bescheidener dan gember, de smaak is dat ook.

De aardse en bloemige tonen van de geelwortel geven een gerecht diepte, waar gember vooral fris en pittig toevoegt. Als de saus ook wat zuur bevat kleurt deze geel, zonder zuur is de kleur van een saus met verse geelwortel diep oker, richting oranje bruin. Een kleur die je niet met gedroogde geelwortel kan krijgen, het hoofdbestand van een zakje kerrie-poeder. In het verwerkingsproces van wortel tot poeder, wordt met zuur gewerkt en is de kerrie dus gegarandeerd geel. In bijgaand recept zit geen zuur, dat is bij ree namelijk totaal niet nodig, dat is zulk mals vlees! Daarom heeft deze rijst met kerrie een unieke kleur: het kadootje van werken met ree en verse geelwortel. Dat kadootje had ik ook even nodig. Om de voorbouten heel te houden, schiet ik het grofwild altijd precies achter het schouderblad. Maar in de geitentijd komt het wel eens aan op het laatste bukslicht: ik schoot het smalree door beide schouderbladen. Dat zette een streep door geroosterde voorbout en is flink wat meer werk bij het uitbenen. Maar deze curry maakte echt alles goed! Ik ga vaker voorbouten uitbenen en met Indiase kruiden bereiden!

POEDER

Mocht je werken met verse geelwortel toch te veel gedoe vinden, er zijn prima kerrie-poeders in de handel. De allerlekkerste vind ik die van het Blauwe Huis. Dit Drentse bedrijf is gespecialiseerd in kruiden verbouwen en drogen. Ze verstaan hun vak uitstekend. Te koop bij de biologische winkel.