

Ellen Mookhoek,  
modern jager/verzamelaar

# WILD GEPLUKT



Foto: Anoeska van Slagtenhorst

## Bok van tong tot staart

**H**et hele beest eten is dé foodtrend van dit moment. En terecht. Alles van een dier eten brengt verrassende smaken en texturen. Dus de vos mag blij zijn met dat maag-darmkanaal van het ree, maar die andere prachtige organen gaan lekker mee naar huis! Ik hoor je denken, leuk idee Mookhoek, maar dan zit ik daar in het veld op m'n knieën. Ik manoeuvreer m'n mes langs de pens en dan ben ik al lang blij als ik de hele bliksemse boel er netjes uit gepeuterd heb. Om dan ook nog aandacht te hebben voor het hart, de lever en de niertjes... ik sla effe over... Nee! dat hart en die lever bekijk je toch altijd even, om te toetsen wat je in het veld aan het dier zag - gezond of minder - klopt. En die niertjes, die hoeven niet per se, maar het vet geeft goede informatie over de staat van het dier en je jachtveld.

Leg de organen netjes naast elkaar op het gras. Ze koelen snel af, ze kunnen samen mee in een bakje of zakje. Thuis even afspoelen, dan apart verpakken en snel verwerken. En ja die tong, die nam je altijd al mee naar huis! Dus geen smoesjes, aan de bak. Maar, die vos, die moet toch ook eten? En door die organen eet-ie misschien een kievietskuiken minder? Niks hoor, het geweide van een ree weerhoudt hem er niet van ook nog even dat kievietje te snaaien. Die zijn gewoon tèt lekker, vooral die pas geboren kuikentjes met de dooierzak nog in hun maagje, het ultieme zachtgekookte eitje. Dus: mee naar huis die handel! Plakjes zacht gestoofde reetong op een bedje van rucola? Heerlijk! Paté met reelever en het hart, niet te versmaden! Ingewikkeld? Echt niet!

Tijdens de Groene Dagen kook ik drie dagen lang met het hele ree en wilde planten op vuur. Daar ga ik ook met reelever en de tong aan de slag. Het programma vind je op de website van de Groene Dagen. Op mijn stand kan je tevens een gesigneerd exemplaar van mijn boek aanschaffen.

### Recept

Smelt 100 gram boter in een zware gietijzeren pan. Voeg 250 gram gesnipperde rode ui toe; laat smoren, maar niet kleuren. Voeg 4 verse laurierbladeren, 2 tablespoons\* Provençaalse kruiden, 1 tbl-spoen tijm, 1,5 tbl-spoen zout en een flink aantal slagen peper uit de molen toe. Voeg 250 gram lekker vette in blokjes gesneden speklap toe, samen laten smoren, maar nog steeds niet kleuren. Rustig aan is het devies bij het bereiden van organen van het ree. Snij de vetrand en het kapje van het hart af, spoel het hart schoon en snij in blokjes, 10 minuten mee laten smoren. Pel het dunne vlies van de lever van het ree en voeg 400 gram, in blokken gesneden toe aan de pan. Omroeren, deksel op de pan en 20 minuten heel zacht laten garen, zo af en toe om roeren. Dan vuur uit en met deksel op de pan 10 minuten laten rusten. Verwijder de laurier, zet de staafmixer erop en vul 3 à 4 gesteriliseerde potten met een ruime hals, in de ijskast zeker een week houdbaar. Maar vooral op toastjes smeren en serveren met een volle rode wijn. Bereidingstip voor de tong: 8 uur op 75 graden in een rijke maar milde bouillon.

Reepaté van  
de jageres

\*Bij het koken gebruik ik graag de Amerikaanse maten, cups & spoons, zoveel makkelijker dan alles afwegen. Te koop bij supermarkt en kookwinkel.