

EUROPA SMAAKT!

# Kalfsvlees zet onze borden in het zonnetje

NIEUWS

FLASH

ZOMER

2020



CAMPAGNE GEFINANCIERD  
MET DE STEUN VAN  
DE EUROPESE UNIE

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
HIGH QUALITY AGRICULTURAL PRODUCTS.

ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE





# KALFSVLEES DOOR CHEF MARTIJN DEFAUW

In Marke, een kleine deelgemeente van Kortrijk, bevindt zich één van de meest in de kijker lopende restaurants van het moment. *Rebelle - what's in a name -* is de levensdroom van Jong Keukengeweld chef Martijn Defauw en zijn vrouw Tessa D'haene. *Rebelle* is, zoals het jonge koppel het zelf noemt, een warme en gastvrije ontmoetingsplaats voor jong en oud op zoek naar betaalbare gastronomie. Kwaliteit staat daarbij op alle vakken centraal alsook het gebruik van eerlijke, verantwoorde producten. Een openhartig gesprek met chef Martijn over zijn passie voor minimalistisch met een kleine schittering en een snuifje pit en hoe kalfsvlees daarin een plekje verovert.

Ik heb uit goede bron vernomen dat jij één van de succesvolste Jong Keukengeweld chefs bent. Kan je me wat meer vertellen over je liefde voor het vak en hoe het allemaal begonnen is? Ik kom uit een gezin waar gastronomie totaal niet bestond. Mijn moeder kookte lekkere alledaagse Vlaamse gerechten. Maar op restaurant gaan, dat deden wij niet. Mijn wereld ging open toen ik Guy Van Cauteren klassieke Franse gerechten zag koken op Vitaya. Dankzij hem kreeg ik als 10-jarige rebel (lacht) de smaak voor lekker eten te pakken. Een jaar later kocht ik een kookboek van Jamie Oliver en leerde ik alles over de basics van de keuken. Het horecazaadje was gepland en ik wist toen al wat ik wilde bereiken: mijn eigen restaurant voor mijn 30ste.

Je houdt van eenvoudige gerechten met een verrassende twist. Welke chef heeft het meest bijgedragen aan jouw liefde voor minimalistische gerechten met een snuifje pit? Als jonge snaak die dacht dat hij alles al kon en wist (lacht hard), liep ik stage bij Arnold Hanbuckers van Auberge De Herborist. Hij werkte toen al, en geloof me vrij dat was in die tijd écht vooruitstrevend, met planten en kruiden uit zijn eigen tuin. Hij leerde me, met vallen en opstaan, hoe je een simpel gerecht met respect voor de natuur kan omtoveren in een ware gastronomische verrassing. En dat staat vandaag centraal bij *Rebelle*: ik houd van simpel maar met een twist. Borden die er eenvoudig uitzien, maar met verrassende smaaksensaties.

Bij *Rebelle* kan je niet à la carte eten, maar serveer je een vast menu. Een bewuste keuze? Ik werk graag met lokale ingrediënten. Mijn asperges komen bijvoorbeeld recht van het veld in Moorslede op het bord van mijn klanten. Ik kies steevast voor seizoensgebonden producten en neem de mensen graag mee op een culinaire ontdekkingsreis. Een vast menu is hiervoor de ideale formule.

Jij bent trots lid van Jong Keukengeweld? Jazeker. Ik heb zoveel te danken aan Jong Keukengeweld. Ik vind het fantastisch hoe ze jonge chefs samenbrengen. Zo heb ik al deelgenomen aan leerrijke workshops en heel wat andere chefs leren kennen. Maar wat ik vooral geweldig vind, is dat ze jonge mensen de kans geven om hun eerste culinaire ervaring op te doen in toprestaurants zoals het onze!

Ben je zelf een vleesliefhebber? Ik kan me nog herinneren met hoeveel liefde je sprak over de eend die je in een eigengemaakt kruidenmengsel liet rijpen. Ik ben een gigantische vleesliefhebber! Mijn vrouw kookt één keer in de week vegetarisch. Pas op, ik kan daar ook van genieten, maar geef mij toch maar een lekker stukje vlees. Mijn absolute topmoment is als ik samen met mijn twee zonen kan genieten van een perfect gebakken Tomahawk steak. Hoe simpel kan lekker eten zijn, toch?

Kalfsvlees komt regelmatig terug op je menu. Is dat een bewuste keuze? Ik ben een échte fan van kalfsvlees. Ik lust elk stuk even graag. Een kalfswang, een kotelet of de schouder voor een zomerse tartaar. Mij kan je altijd blij maken met kalfsvlees. Ik gebruik het ook heel graag in mijn keuken omdat kalfsvlees heel licht van kleur en smaak is. Het past dan ook uitstekend in de verfijnde en elegante keuken waar ik zo van hou.

Wist jij dat 85% van het Europees kalfsvlees wordt geproduceerd in Nederland, Frankrijk, Italië en België? Amai (kijkt verrast), daar had ik totaal geen idee van. Ik kies zelf steevast voor Europees kalfsvlees en liefst bij mijn lokale kalfsboer, omdat dit aan de strengste normen voldoet. Maar ook omdat ik weet dat het welzijn van de kalveren primeert. Echt goede kwekers weten hoe ze de kalveren moet verzorgen en behandelen. En je kan dan ook rekenen op absoluut kwaliteitsvlees!

**Chef Martijn van  
Rebelle laat ons  
alvast kennismaken  
met drie van zijn  
favoriete recepten:**

# Vitello tonato

## Rebelle style

### Ingrediënten voor 4 personen:

1 kalfslende  
Boter  
Look  
Salie  
Rozemarijn  
Citroen  
Tijm

### Toast

Toastbrood (of stokbrood)  
Look  
Olijfolie

### Ansjovis mayonaise

200 g ansjovis  
60 g zure kappers  
10 g look  
200 g parmezaankaas  
100 g mosterd  
50 g azijn  
240 g eidooiers  
1000 g sojaolie

### Spicy tomatencompote

3 sjalotten, versnipperd  
3 tenen look, versnipperd  
Rozemarijn, versnipperd  
1 stuk gember, in kleine blokjes gesneden  
2 stengels citroengras, fijne brunoise  
300 g witte wijn  
15 g siracha (hete chilisaus)  
1 chili peper, brunoise  
30 g sushi azijn  
20 g honing  
1 blik van 250g gepelde tomatenblokjes  
2 eetlepels tomatenconcentré  
Sojasaus



# Vitello tonato

## Rebelle style

### Bereiding:

Smelt de boter in de pan. Kruid het vlees en schroei het dicht in een hete pan. Voeg nu de kruiden toe. Plaats het vlees in een ovenschotel in de voorverwarmde oven van 150°C en laat zachtjes garen tot het een kerntemperatuur van 54°C bereikt.

Laat het vlees daarna 15 minuten buiten de koelkast afkoelen. Laat het daarna in de koelkast verder afkoelen. Plaats het net voor het snijden een 15-tal minuten in de diepvries. Snijd het dan in heel dunne plakjes.

### Toast

Neem een goed toastbrood of stokbrood en snij hier mooie rechthoekjes uit. Besprenkel met olijfolie en wrijf in met de geplette look. Bak in oven goudbruin af op 160°C

### Ansjovis mayonaise

Alles in de thermomix fijn mixen en monteren met de olie tot mooie gladde crème.

### Spicy tomatencompote

Stoof alle gesneden groenten samen met specerijen glazig. Voeg dan de tomatenconcentré toe en bak kort mee. Bevochtig het geheel met de witte wijn en laat inkoken tot 1/3. Voeg nu de tomatenblokjes en de rest van ingrediënten toe. Laat opkoken tot gewenste dikte. Kruid af met de sojasaus.

Beleg de toast met de tomatencompote. Leg hierop de fijngesneden kalfslende. Spuit er dan een beetje ansjoviscrème tussen en werk af met de zure kappertjes.





# Kalfschnitzel 'Milanaise'

## met gribiche saus

---

### Ingrediënten voor 4 personen:

#### Kalfschnitzel

800 g dunne lende van kalf

Bloem

2 eieren

Panko

Jonge sla

1 citroen

#### Gribiche saus

1 teen look, versnipperd

1 el sjalot versnipperd

1 el zure kappers

1 el cornichons, gehakt

1 el peterselie, gehakt

1 el mosterd

1 el azijn

# Kalfschnitzel 'Milanaise'

## met gribiche saus

---

### Bereiding:

#### Kalfschnitzel

Snij de dunne lende in plakken van +/- 80 gr. Leg deze tussen 2 plasticvelletjes en sla deze mooi plat. Kruid met peper en zout. Vul een kommetje met bloem, een met het losgeklopt ei en eentje met de panko. Wentel de kalfslapjes eerst door de bloem, dan door het losgeklopte eiwit en ten slotte door de panko.

Zet nu een gietijzeren pan op het vuur en vul deze royaal met een goede olie.

Laat de olie warm worden. Leg dan de schnitzel in de pan en bak mooi goudbruin. Voeg indien nodig nog wat extra olie toe. Draai de schnitzel om en laat ook de andere kant mooi bruinbakken. Zorg ervoor dat het vlees een mooi krokant korstje krijgt. Haal uit de pan, dep af op keukenpapier en kruid met peper en grof zout.

#### Gribiche saus

Kook de eieren 9 min en koel af.

Pel de eieren en prak deze fijn met een vork. Meng de geplette eieren met de andere ingrediënten en breng op smaak.

Leg de schnitzel op het bord en schik er een grote quenelle Gribiche bij, werk af met de jonge sla en een stukje citroen.



# Kalfsrib met aubergines

## Ingrediënten voor 4 personen:

800 g kalfsrib ( Côte a l'os) op kamertemperatuur

Olijfolie

Zout en peper

### Aubergine tapenade

8 aubergines

olijfolie

look, tijm, laurier, rozemarijn

8 el courgetti, brunoise

4 el sjalot brunoise

12 el geraspte parmezaanse kaas

200 ml olijfolie

4 el Cabernet Sauvignon azijn

16 blaadjes basilicum, versneden

3 eetlepels zonnebloempitten

peper en zout

### Aubergine chips

4 aubergines

olijfolie

grof zout

### Chimichurri salsa

300 g olijfolie

100 g rode wijnazijn

50 g sushi-azijn

10 g gerookt paprikapoeder

5 g komijnpoeder

3 rode uien, fijne brunoise

4 teentjes look, geperst

6 tomaten, brunoise

1 bundel koriander, gehakt

1 bundel platte peterselie gehakt

1 rode chilipeper, brunoise fijn

2 eetlepel oregano, gehakt

10 g zout

30 draaien zwarte peper



# Kalfsrib met aubergines

## Bereiding:

Strijk het vlees in met olijfolie en bestrooi met het zout. Laat de Big Green Egg heel heet worden (240-270°C) en schroei het vlees dicht. Laat het daarna kort garen, tot kerntemperatuur 55°C.

Laat het vlees 10 minuten rusten en versnijd. Kruid af met peper en zout.

### Tapenade d'aubergines

Snij het uiteinde van aubergines en maak overlangs een kerf. Besprenkel met olijfolie, kruid met peper en zout en steek de kruiden in de kerf. Rooster +/- 40 min op 160°C. Laat daarna afkoelen en haal het vruchtvlees eruit. Hak het vruchtvlees en meng met de brunoise van courgette, de fijngesnipperde sjalot, de parmezaanse kaas, olijfolie, rode wijnazijn, basilicum & peper en zout tot een smeùige compote.

### Aubergine chips

Snij de aubergines in de lengte in 2. Snij nu met een heel scherp mes, dunne schijven. Strijk in met de olijfolie en bestrooi met het grof zout. Leg de schijven nu op bakpapier in de oven en laat op 120°C een dertigtal minuten drogen tot ze mooi krokant zijn.

### Chimichurri salsa

Meng alle ingrediënten goed door elkaar tot een mooie salsa.

Maak een mooie quenelle van de aubergine tapenade, snij het vlees in mooie plakken en schik ernaast, roer de salsa goed om en laat 1 el salsa tussen het vlees en de tapenade lopen. Werk af met de chips van aubergine.



# KALFSVLEES PUUR GENOT

## KALFSVLEES BRENGT HET ZONNETJE IN ONS BORD!

Om kalfsvlees klaar te maken, hoef je geen echte keukenchef te zijn of uren achter je fornuis te staan. Je hoeft slechts enkele tips te kennen om een perfect bereid stukje kalfsvlees op tafel te toveren.

**KALFSVLEES BEWAREN:** Bewaar je kalfsvlees steeds in het koudste gedeelte van je koelkast tussen 0 en 4°C. Laat het in de originele verpakking en bewaar het maximum 2 tot 3 dagen. Als je ervoor kiest het kalfsvlees in te vriezen, dan kan je het 9 maanden bewaren in een hermetisch afgesloten verpakking. Haal het vlees op tijd uit de diepvries en laat het langzaam ontdooien in de koelkast (tussen 4u en een volledige nacht ifv de grootte van het stuk vlees).

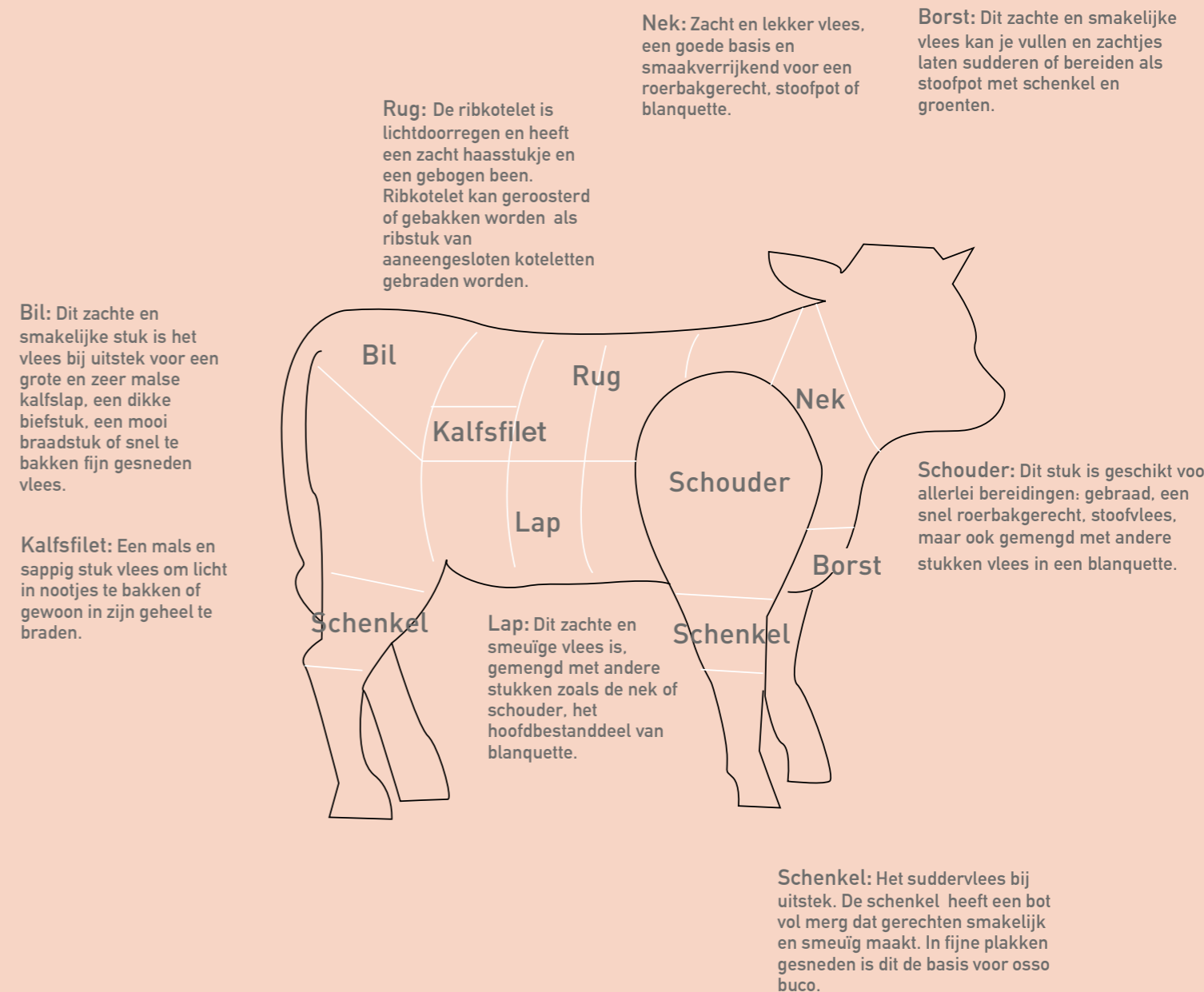
**KALFSVLEES BEREIDEN:** Leg het vlees voor het bakken uit de koelkast en laat het op kamertemperatuur komen. Zo blijft het heerlijk zacht. Draai tijdens het bereiden het vlees steeds om met een lepel of knijptang om geen sappen te laten ontsnappen. Bak het vlees ten slotte rosé om zo volop te kunnen genieten van zijn heerlijke smaak en zachtheid. Zo proef je kalfsvlees op zijn best!

**KALFSVLEES PROEVEN:** Laatste stap die geldt voor ieder stukje vlees dat je klaarmaakt. Laat het vlees net na het bakken even rusten. Leg het op een grillplaat of plank op een stukje bakpapier of in een diep bord.

**RESULTAAT:** de hitte en de sappen van het vlees worden gelijkmatig verdeeld, terwijl het vlees rust. En dan... genieten maar!

## 8 VERSCHILLENDE STUKKEN, GENOEG REDENEN OM TE GENIETEN

Kalfsvlees wordt versneden in verschillende stukken, die met hun karakteristieke smaak geschikt zijn voor allerlei bereidingswijzen en sauzen.



Voor meer informatie:  
Liliane Driesen woordvoerder VLAM  
liliane.driesen@vlam.be  
T. +32 2 552 80 32

De samensteller van deze promotiecampagne is als enige verantwoordelijk voor de inhoud ervan. De Europese Commissie en het Uitvoerend Agentschap voor consumenten, gezondheid, landbouw en voeding (Chafea) aanvaarden geen aansprakelijkheid voor het gebruik dat kan worden gemaakt van de informatie die het campagnemateriaal bevat.

Voor meer inspiratie:  
[www.gekopkalfsvlees.be](http://www.gekopkalfsvlees.be)



CAMPAGNE GEFINANCIERD  
MET DE STEUN VAN  
DE EUROPESE UNIE

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
HIGH QUALITY AGRICULTURAL PRODUCTS.

