

*Handboek voor de Vinex-jager*



Meneer Wateetons en Sjoerd Mulder

*Handboek voor de Vinex-jager*

ECHT KOKEN VOOR MANNEN



CARRERA  
culinair

© 2013 Meneer Wateetons en Sjoerd Mulder

© 2013 Uitgeverij Carrera, Amsterdam

Omslagontwerp en illustraties Tijs Koelemeijer

[www.wateetons.com](http://www.wateetons.com)

[www.sjoerdmulder.nl/blog](http://www.sjoerdmulder.nl/blog)

[www.tijskoelemeijer.com](http://www.tijskoelemeijer.com)

[www.uitgeverijcarrera.nl](http://www.uitgeverijcarrera.nl)

[www.dutch-media.nl](http://www.dutch-media.nl)

ISBN 978 90 488 1747 4

Carrera is een imprint van Dutch Media Uitgevers bv.

## DISCLAIMER

*Beste lezer,*

Fijn dat je voornemens bent jezelf, met dit handboek, om te scholen van Vinex-watje tot Vinex-jager. Het werd tijd. Voordat je aan de slag gaat met schimmelkaas of luchtbuks willen we benadrukken dat het uitvoeren van de handleidingen en recepten van het *Handboek voor de Vinex-jager* volledig voor eigen risico is. Het werken met bijvoorbeeld rauw vlees, schimmels, fermentatie en *roadkill* is niet zonder gevaar. Van het eten van sommige in dit boek beschreven etenswaren kun je doodgaan, of in ieder geval ziek worden. Kom niet bij ons aankloppen als het een keer mis gaat, maar incasseer je extra dag op het toilet (of de dood) als een vent. Voor de zekerheid hebben we elk recept of hoofdstuk dat een verhoogd gevaar voor de gezondheid oplevert gemarkeerd met een doodshoofd. En dan nog iets, veel van wat er in dit boek beschreven staat mag helemaal niet. Van de koningin. Doe het daarom niet. En als je besluit toch op eenden te gaan jagen, of te destilleren, dan zijn ook die gevolgen geheel voor eigen rekening. Incasseer de eventuele boete, cel-en/of lijfstraf manmoedig en verwijs niet naar de slechte invloed van dit handboek. Ook alle illegale activiteiten hebben we gemarkeerd, en wel met een verbodsbord. Ten slotte dit. Als je vrouw je verlaat omdat ze de stuiptrekkende dieren in de keuken en de worsten in de badkamer niet meer trekt, dan is dat je eigen schuld. Had je je vrouw maar niet moeten lastigvallen met je mannelijkheid. Voor je gemak hebben we die hoofdstukken die direct huwelijksgevaar opleveren ook weer gemarkeerd met een speciaal daarvoor bestemd icoon, dit maal met een gebroken hart.

Voer die zaken dus het liefst pas uit wanneer je vrouw uit winkelen gaat, en ruim de troep weer op vóór ze thuis is. Gaat het toch mis? Koop een bloemetje, geef haar geld voor de kapper, of als het echt uit de hand gelopen is: betaal je alimentatie op tijd. Maar kom niet bij ons klagen.

We hebben je gewaarschuwd.

En dan nu, aan het werk.

*Meneer Wateetons & Sjoerd Mulder*

## INHOUD

*Inleiding* 9

### **I** *Op jacht* 11

*Op het land* 13

*In het water* 39

### **II** *De zelfvoorzienende kroegtijger* 53

*Blokje kaas – Zelf kaas maken* 55

*Plakje worst – Zelf droge worst maken* 71

*Drank – Zelfgemaakte dorstlessers* 83

### **III** *Voor als het oorlog wordt* 117

*Zouten* 119

*Drogen* 123

*Roken* 133

*Verzuren* 143

*Nawoord* 151





## INLEIDING

De Vinex-wijk is de trots van de westerse beschaving. Ze staat voor orde, de overwinning van de redelijkheid en een parkeerplaats voor iedereen. Ze is het definitieve eindpunt van een lange geschiedenis waarin de man moest knokken voor voorspoed voor hem en zijn familie. En hoewel het voor de gemiddelde man al een paar decennia best redelijk leven was, kunnen wij pas van de Vinex-man werkelijk zeggen: 'Die heeft het goed voor elkaar.'

Het is echt nog niet zo lang geleden dat de man in weer en wind moest ploeteren om zijn bloedjes van kinderen die avond een karige maaltijd voor te schotelen; dat hij angstig bij het kampvuur of de olielamp waakte voor wilde dieren of vreemdelingen die het gemunt hadden op zijn vrouw of ander bezit. Miljoenen jaren lang hoorde dergelijke uitsloverij onlosmakelijk bij het man-zijn, om nog maar niet te spreken van al die andere karweitjes met spades, rieken of jachtgeweer.

Nee, dan de Vinex-man. Deze meest gezegende onder de mannen gaat fluitend en met twee vingers in zijn neus door het leven. Om voedsel maakt hij zich niet druk, want zijn vrouw heeft haar eigen boodschappenauto, en op de koel-vriescombinatie – zo mooi weggewerkt in het kookeiland – zit twee jaar garantie. Wilde dieren zijn er niet: of het moesten de geitjes op de kinderboerderij zijn. En omdat in de wijde omtrek iedereen een identiek huis, espressoapparaat en vrouw heeft, heeft hij ook van indringers weinig te vrezen. Kortom: de Vinex-man hoeft zich niet meer als een neuroot over zijn familie te ontfermen, maar kruipt 's avonds, na het late sportjournaal, tevreden onder de warme wol om uit te rusten voor weer een dagje koffiedrinken op kantoor. Aan het begin van de eenentwintigste eeuw is het enige gevecht dat de Vinex-man nog voert, het gevecht met de weegschaal.

Toch, in tegenstelling tot wat je zou verwachten, weet de Vinex-man soms niet of hij wel echt gelukkig is. Zijn zorgeloosheid grenst aan verveling. Heus, hij is echt blij met zijn boxspring en vindt het fijn dat hij

altijd voor het donker thuis is, maar soms mist hij het avontuur. Want stropdas, overhemd en muisarm ten spijt, diep vanbinnen is hij nog steeds de woeste holbewoner van tienduizend jaar geleden. Genetisch blijft hij erop ingesteld om met zijn ene hand rauw vlees in de mond van zijn kinderen te proppen terwijl zijn andere hand een dikke wortel uitgraaft voor het plezier van zijn vrouw. In zijn hart voelt hij nog steeds die oude drift naar de jacht op voedsel, op vlees, op avontuur. Maar ja, omdat de Vinex-man niet beter weet dan dat je je avontuur bij de Efteling en je voedsel bij de Albert Heijn haalt, sluit hij zijn Peugeot 307 op maandagmorgen toch maar weer aan in de file, op weg naar kwartaalcijfers en de eindejaarsbonus.

Gelukkig is er nu dit handboek! Het leert de Vinex-man om weer gehoor te geven aan zijn diepste driften, weer te luisteren naar de *call of the wild*, zonder daarbij zijn comfortabele Vinex-leventje in gevaar te brengen. Hij leert hoe hij de afgekolfde melk, bestemd voor zijn jongste telg, omtovert in een smeuijge camembert, hoe hij de cavia van zijn dochter moet behandelen om er een authentieke salami van te maken, of hoe hij zijn eikenhouten aanrechtblad kan aanwenden om een fantastische rookmaak aan zijn eigenhandig gevangen voorntjes te geven. Na lezing van dit boek maalt hij de gerst voor zelfgebrouwen bier met behulp van de koffiemolen op zijn espressoapparaat, serveert hij roadkill-bitterballen op een borrel van het werk, pimpt hij de buurtbarbecue door er een heel varken op te leggen, en leeft hij *on the edge* door beschimmeld rauw vlees, verzuurde groenten en bedorven fruitsap te consumeren. De Vinex-man leert hoe hij luxe met oerdrift, comfort met gevaar vermengt. Hij blijft de burgerman die hij altijd al was, maar nu mét vleeshaak in de badkamer en destilleerkolom in de schuur. De Vinex-man wordt wat hij altijd al wilde zijn: Vinex-jager.

# I *Op jacht*

## *Inleiding*

De eerste vaardigheid die jij als beginnend Vinex-jager moet leren, is natuurlijk jagen. Pas wanneer je je koelkast op eigen houtje vol kan krijgen met dierlijke eiwitten, kan je gaan nadenken over de verwerking ervan en eventuele aanvullende hobby's zoals het maken van bier, kaas of zuurkool.

Vinex-jagen is wel iets anders dan het traditionele jagen. Waar ooit de oerman gewapend met zijn speer dagenlang door de onherbergzame wouden trok op zoek naar mammoet of sabeltandtijger, heb jij daar geen tijd voor: op kantoor staat de koffie iedere ochtend weer klaar en quality-time met je gezin staat in het weekend op nummer één. En over die onherbergzame wouden: denk aan al die keren dat je tijdens een zondagse boswandeling hopeloos verdwaalde omdat een gekleurd paaltje op een onduidelijke plek stond opgesteld. Maak je wat betreft dat traditionele jagen dus maar geen illusies.

Gelukkig biedt de Vinex-wijk genoeg mogelijkheden voor een snelle en effectieve jacht zonder gevaar voor verdwalen of een sabeltand in je nek. Je zult je verbazen over hoeveel halftamme konijntjes er op braakliggende stukjes grond rondhupsen, in weerloze afwachting van jouw komst. Zwanen dobberen doelloos rond in vijvers, reusachtige vissen verschuilen zich in afwachting van jouw barbecue tussen het riet, en dan hebben we het nog niet eens over de kinderboerderij of dierenwinkel: grote en belangrijke proteïenbronnen op (bak)fietsafstand!

Dit hoofdstuk zal je de vereiste basiskennis bijbrengen over de Vinex-jacht: zo zul je straks weten hoe je eigenhandig en effectief dieren te pakken krijgt en om zeep helpt, en je zult het verschil weten tussen bedorven vlees en eetbaar vlees. Maar bovenal zul je met andere ogen naar je omgeving leren kijken. De katten van de burens mochten nooit je tuin in, maar nu zul je ze zelfs je keuken in laten; en alleen al het aanzicht van die ooit ondergewaardeerde duiven zal voortaan je speekselklieren beroeren!

## OP HET LAND

### *Wilde kippen*

Na de makreel (zie hoofdstuk *‘Op jacht – In het water’*) is de kip misschien wel het domste dier op aarde. Zo loopt er bij een McDonald’s in het zuiden van Amsterdam al lange tijd een groep verwilderde kippen rond. Klanten voeren deze kippen met sla of restjes patat. Wanneer wij daar op het terras zitten te eten, is het altijd een leuk spelletje om net te doen alsof we iets eetbaars in een bepaalde richting gooien. De kippen komen zich dan luid kakelend verdringen om de plek waar niets naartoe werd gegooid. Het is verbazingwekkend hoe vaak dit zich kan herhalen: we hebben deze arme diertjes op een middag eens een vol uur vermoeid door steeds maar weer niets naar ze toe te gooien.

Deze stadse hoenders compenseren hun domheid door hun eetbaarheid. In tegenstelling tot de wat saaie en overbekende plofkip uit de supermarkt, kun je hier zelf bepalen wat voor soort kip je wilt. Een piepkuiken om te grillen? Een oude haan voor in de soep? Je doet er de omwonenden hoe dan ook een groot plezier mee en de smaak van deze vrije-uitloopkip is niet te evenaren. De kip van jouw keuze vang je eenvoudig door er een grote handdoek overheen te gooien, en in een donkere doos blijft ze tijdens het vervoer naar huis rustig.

Het allergrootste voordeel van deze wilde kippen boven de supermarktkippen is dat ze nog levend zijn. Het slachten mag je dus helemaal zelf doen!

## *O, zit dat zo? Het slachten van een dier*

Als je eenmaal een kip, of willekeurig welk ander dier dan ook, gevangen hebt, wil je het natuurlijk zo snel mogelijk in de pan gooien. Daarvoor zul je het diertje moeten slachten, en dat is nog een hele toer. Ruwweg zijn er vierhonderd manieren voor. Minder ruw genomen zijn dat er eigenlijk nog maar drie. Althans, wanneer je niet de beschikking hebt over jachtgeweren of elektrocutieapparaten. We hebben deze alle drie geprobeerd en durven te beweren dat er voor de Vinex-jager eigenlijk maar één *fool-proof* manier overblijft om dieren zo diervriendelijk mogelijk te doden. Want bedenk: de Vinex-jager met het hart op de juiste plaats huldigt natuurlijk het adagio van David 'Son of Sam' Berkowitz: 'I don't want to hurt them, I only want to kill them', en doet zijn stinkende best om het beest niet nodeloos te laten lijden.

De eerste methode kunnen we de 'zachte heelmesters stinkende wonden'-methode noemen. Veel beginners met een zwak hart trappen in deze valkuil, zo ook wij toen wij ons eerste kippetje onder handen namen. In theorie werkt het als volgt: je geeft het dier een zware klap op de kop waardoor het buiten bewustzijn raakt. Daarna kun je in alle rust het dier doodmaken zoals je wilt en zal het beest geen pijn voelen. In de praktijk is het erg moeilijk om een mep goed te plaatsen, en meestal raakt het beest in paniek. Zielig voor een kip of konijn, of zielig voor jou, als je een olifant probeerde te slachten.

De tweede methode is voor de pro. Hierbij pak je de nek van het beest in je ene hand, en trek je aan de poten met je andere hand, totdat de nekwervels als het ware van elkaar losschieten. Het dier is op slag dood en dat is ook het grote voordeel van deze 'rek'-methode. Op internet wordt deze methode voor pluimvee en ook wel voor konijntjes regelmatig aanbevolen, maar laat je niet te gauw verleiden. Oude hanen en andere sterke dieren krijg je met deze methode sowieso erg lastig om zeep. Verder zul je merken dat het in het begin vaak misgaat, en we kun-

nen je verzekeren: het is niet prettig om je kip te zien stikken in haar eigen ruggenwervel, laat staan dat ze het zelf prettig vindt. Gebruik deze methode dus alleen als je zeer regelmatig dezelfde dieren zal slachten; en oefen dan eerst met dode exemplaren.

De derde, en meest eenvoudige manier, de *quick and dirty*-methode, stelt niets anders voor dan het doorsnijden van de halsslagader. Dit werkt snel, veroorzaakt nauwelijks pijn en kan haast niet mislukken. Het is niet voor niets dat deze methode eeuwenlang dé manier was om je vrienden te trakteren op een lamsbout, en overigens ook om je vijanden om zeep te helpen. Het enige wat je nodig hebt is een lang vlijmscherp mes en een gemiddelde motoriek. Op het moment dat de aders door zijn, valt de bloeddruk in de kop weg en het beest glijdt in een paar seconden in een coma waarna het zal sterven. Deze methode werkt bij nagenoeg alle dieren, maar probeer het niet bij dikke varkens: daar zitten de halslagaders verstopt onder een dikke laag vet. Pak dan toch maar eerst de moker of, beter nog, een kalibertje .22!

## *Hups, aan de slag: de slacht van een dier*



### **Benodigd materiaal voor een slacht van willekeurig welk dier:**

- *een lang mes, bijvoorbeeld een koksmes*
- *een messenslijper. Bij Blokker kun je voor een paar euro een messenslijper kopen. Haal je mes er een paar keer doorheen en het is vlijm- en vlijmscherp. Bij een groter dier gebruik je een bijltje of fors hakmes*
- *een teiltje waar je het slachtafval in kwijt kunt*
- *een touwtje om de darmen af te sluiten*
- *(als je je gevederde prooi wilt plukken: een grote pan met water van 80 graden)*

### **Het voorwerk**

Slijp je mes! En nogmaals, slijp je mes! Kies vervolgens een goed moment voor de slacht: slacht in de zomer bij voorkeur niet op het heetst van de dag. Een badkamer is een geschikte plek, maar zorg dat je deze schoonmaakt voordat je vrouw daar komt, of je kunt je Märklin-treintjes weer uit de kast pakken bij gebrek aan andere toegestane hobby's.

Als je een vogel wilt slachten en plukken, zet dan de pan met water alvast op het vuur. Je hebt voor de pluk water nodig van 80 graden, waarin je het dier kunt onderdompelen.

Zorg dat het dier niet in paniek weg kan rennen, en zorg tevens dat je zelf goed bij het dier kunt. Veel dieren worden kalm wanneer ze een beetje klem zitten. Een kip kun je bijvoorbeeld prima tussen je benen klemmen terwijl je op een stoel zit. Een groter dier zoals een geit krijg je redelijk rustig door het te blinddoeken of een donkere zak over de kop te trekken; schapen blijven meestal rustig tot het einde. Bind de poten stevig aan elkaar vast, en leg het dier op zijn zij. Een handlanger kan de poten dan met behulp van het touw stevig vasthouden. Zet de emmer naast de kop van het beest om het bloed op te vangen.



## De slacht

Trek de kop van het dier naar achteren of laat een ander dat doen. Snij met je vlijmscherpe mes in een paar lange trefzekere halen de hals open. Een perfecte *kill* snijdt precies de halsslagaders door, maar niet de luchtpijp (die daar net achter ligt). Raak al helemaal niet de ruggenwervel met je mes aan, want het beest zal dan onstuimig gaan stuiptrekken. Blijf snijden totdat het bloed echt hard gaat stromen, en hou de kop te allen tijde naar achteren getrokken!

Op het moment dat de halsslagaders goed openliggen valt de bloeddruk in de kop weg en is ons avondeten in tien tot twintig seconden in volledige coma. Desondanks kan het dier nog wel stuiptrekken, dus hou het stevig vast totdat het bloeden afneemt. Hang het tot slot aan zijn achterpoten ergens op waar het kan uitlekken.

## Villen, plukken en schoonmaken

Als je weer stevig op je benen kunt staan, kun je het dier verder gaan ontleden. Hak met een flink mes of een bijltje de onderkant van de voorpoten eraf (uiteraard enkel bij een viervoeter). Snij de huid rondom de hals en van de hals naar de buik open als de rits van een jas. Snij niet te diep want anders raak je de ingewanden. Blijf doorsnijden tot aan het poepgaatje waar de darm op uit komt. Ga verder helemaal rondom de anus zodat de anus los komt te zitten van de huid. Neem vervolgens de anus en bindt deze met een touwtje dicht. Maak van daaruit twee sneden, één naar de ene en één naar de andere achterpoot. Snij boven aan de achterpoten de huid rondom door, en snij de huid bij de voorpoten door. Maak nu de huid overal los, te beginnen bij de poten, om dan van de buik naar de rug te werken. Dit doe je door de huid strak te trekken en met een scherp mes stukje bij beetje los te snijden van het karkas. Als je dit secuur doet hou je een leuk kleedje voor bij de open haard over.

De ingewanden zie je nu zitten, misschien hangen ze er zelfs al wat uit. Snij de vliezen door, die de ingewanden op hun plaats houden, en trek alles dan van boven naar beneden voorzichtig los. De darmen kun je

eventueel bewaren om worst mee te maken (zie hoofdstuk *'De zelfvoorzienende kroegtijger – Plakje worst'*). Snij ten slotte de slokdarm door, de kop los en hak de onderkant van de achterpoten eraf. Klaar is Kees.

Bij vogels kun je er ook voor kiezen om te plukken in plaats van te villen: dan heb je niet alleen het vlees, maar ook het vel. Hou ze daarvoor ongeveer een minuut ondergedompeld in een pan met water van een graad of 80, zodat de veren gemakkelijker los laten. Snij na het plukken de kop en de nek zo dicht mogelijk tegen de romp af. Hak de poten af, leg de geplukte vogel op de rug en snij voorzichtig de onderbuik in, net boven de cloaca (onze gevederde vrienden hebben een anus, eileider en urinebuis in één!), in de richting van de borstkas. Snij de cloaca los door de huid rondom los te snijden, en bind deze af met een touwtje zodat je vlees niet ondergepoept wordt.

Maak het gat in de huid nu zo groot als je wilt maar snij voorzichtig en steek het mes er niet te diep in: om het vlees schoon te houden moeten de darmen heel blijven. Ga nu met je vingers of hele hand de vogel binnen en scheur de vliezen door die de ingewanden bijeenhouden; gebruik daarvoor alleen een mes als het anders niet lukt. Haal alles naar buiten. Je hoeft nu alleen nog de slokdarm los te snijden: dan zijn de ingewanden volledig los van de romp. Selecteer lever, milt en maag, zo je wilt. En slachtte je een nog jonge legkip? Dan zijn die gele bolletjes de dooiers van toekomstig nageslacht. Zo'n verse omelet krijg je niet vaak!

## *O, zit dat zo? Bereiden van vlees*

Biefstuk kun je *bloody* eten, kipfilet moet goed doorbakken zijn en runderriblappen worden pas na drie uur stoven mals. Gehakt kun je drie dagen bewaren, maar die dure entrecote heeft 28 dagen gerijpt. Dit soort informatie lees je op de achterkant van de verpakking van de supermarkt. Maar hoe je ook zoekt, op de achterkant van je zelfgestroopte wild staat géén bereidingsinstructie. Daarom hier een *crash course* vleeskunde.

### **Bederf**

Allereerst moet je ervoor zorgen dat vlees niet *bedorven* raakt. Bedorven vlees kun je niet eten, of je het nu bevriest, stooft of frituurt. Een overdosis aan bacteriën heeft dan een hele lading gifstoffen in het vlees aangemaakt, en dat gif is over het algemeen hitteresistent. Check vallen bij warm weer regelmatig, en slacht schoon. Bij twijfel: ruiken! Bedorven vlees stinkt en erger nog: je gaat ervan over je nek. Een groene gloed over het vlees wijst op een rijke bacteriecultuur aan de oppervlakte en is dus op zijn zachtst gezegd risicovol. Vlees met maden is per definitie rot. De maden zelf kun je overigens wél weer eten, mits je ze goed doorbakt. Een schrale troost.

### **Besmetting**

Als het vlees niet rot is, kunnen er nog altijd meer of minder ziektekiemen op het oppervlak van het vlees zitten. Deze sterven af door verhitting. Goed vers vlees kun je rauw eten, mits het niet in aanraking is gekomen met de buitenkant van het dier of met de darmen (maar geef het niet aan je zieke oma of je peuter). Bij twijfel kun je het vlees aanbraden: de ziektekiemen aan de oppervlakte leggen dan het loodje. De binnenkant van vers vlees is vrijwel steriel, vandaar dat kippenvlees moeilijk en rundvlees gemakkelijk bacterievrij blijft: een koe heeft nu eenmaal meer binnenkant dan een kip.

## Wormen

Naast gifstoffen van bacteriën en de bacteriën zelf, is er nog één spannend gevaartje aan rauw vlees: wormeneitjes. De eitjes zijn niet gevaarlijk, maar de wormen die eruit komen wel. Je weet nooit wanneer de eitjes erin zitten, dus waag de gok óf vries het vlees eerst een paar dagen in. Wormpjes overleven niet bij hoge temperaturen of in de vrieskou.

## Versterven

Wanneer je een dier hebt geslacht, zal het snel stijf worden: de *rigor mortis* oftewel de lijkstijfheid treedt in. Als je het in deze fase opeet, zal het vlees erg taai zijn, maar na een poosje ‘rijpen’ of ‘versterven’ in de koelkast is het weer mals. Tenzij je je vlees langdurig wilt gaan stoven, is het aan te bevelen dat je het vlees toch minimaal een dag laat liggen in de koelkast. Het meest malse vlees krijg je nét voordat het bedorven is, dus zeker bij een taai dier als een haas is het laten rijpen een spannende bezigheid.

## Kort of lang?

Een stuk vlees is in een mum van tijd gaar, mits je de temperatuur maar genoeg opstookt. Veel stukken vlees zijn dan echter ook ontzettend taai geworden. Dit heeft te maken met de vochtthuishouding in het vlees, die ruw verstoord wordt door hoge temperaturen. Droog vlees zonder veel bindweefsel, zoals biefstuk of kippenborst, kan gemakkelijk snel aangebakken worden, en is juist erg mals als het niet volledig doorbakken is. Vlees met veel bindweefsel kan het beste lange tijd (lees: enkele uren) zacht stoven; het taai bindweefsel wordt dan een zachte gelei die bijdraagt aan de smaak en malsheid van het vlees. Bij twijfel kun je het beste gewoon proberen kort aan te bakken. Is het erg taai? Verwerk het dan alsnog in een stoofgerecht. Taai vlees kun je ook door de molen halen om er gehakt (of nog beter: worst!) van te maken (zie hoofdstuk ‘*De zelfvoorzienende kroegtijger – Plakje worst*’).