

‘Er is eigenlijk geen betere raadgever dan Paul Bocuse.’

NRC HANDELSBLAD

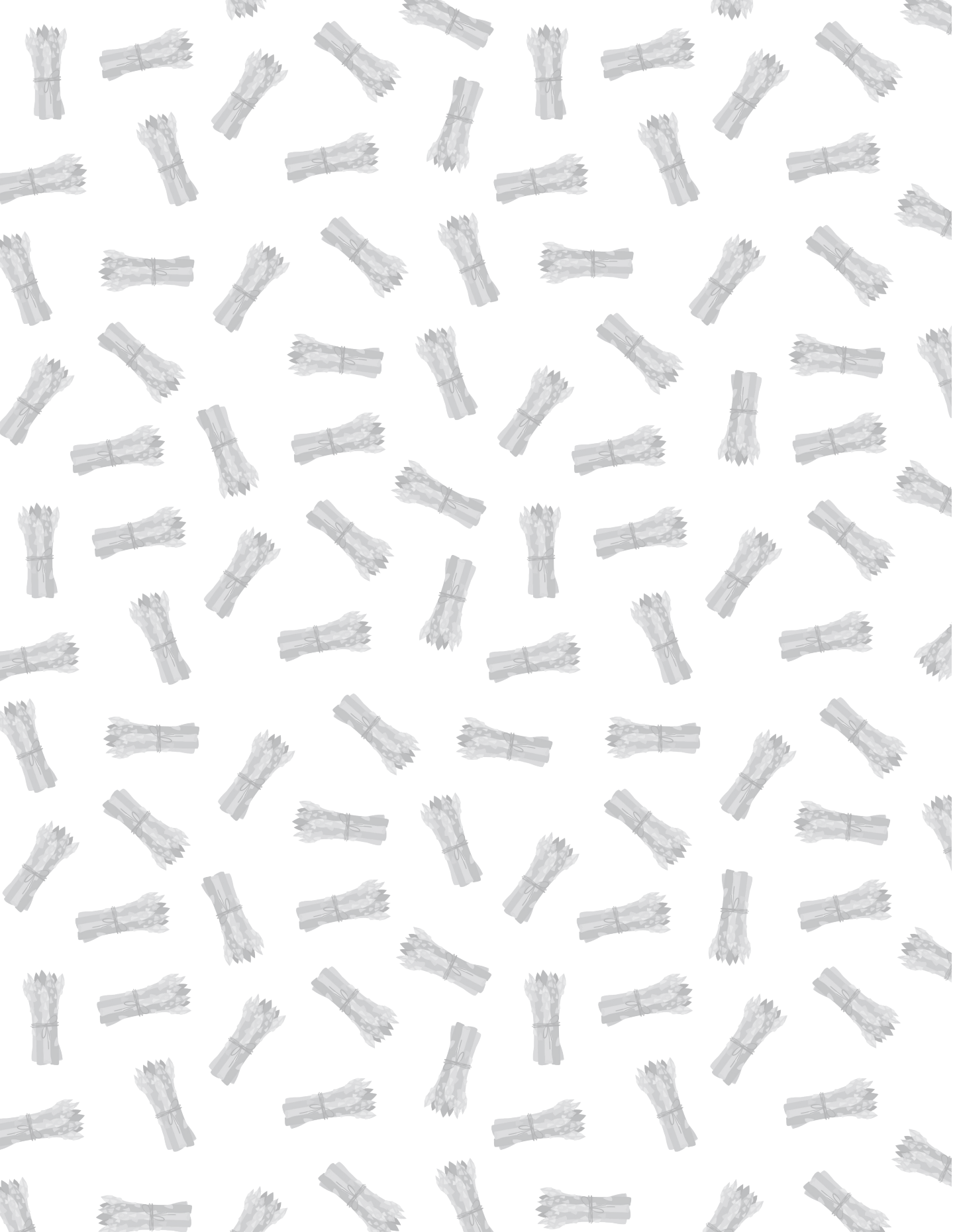
DE NIEUWE
**Franse
keuken**

PAUL BOCUSE



➤ CULINAIRE KLASSIEKERS ⇐

De nieuwe Franse keuken

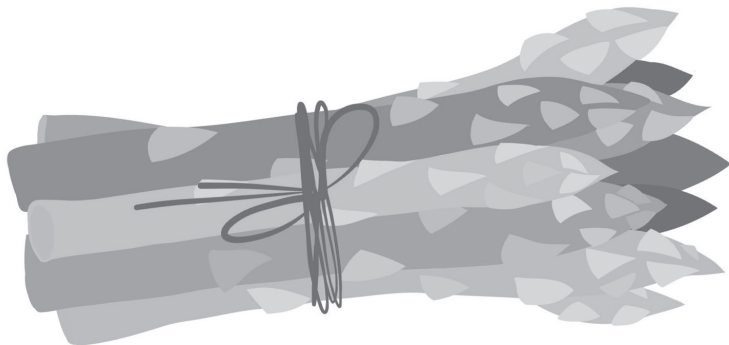


DE NIEUWE
Franse
keuken

PAUL BOCUSE

opgedragen aan Alfred Guérot

vertaald en bewerkt door Parma van Loon
met medewerking van Marianne Stuit



KOSM • S

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Verkrijgbaar in de reeks Culinaire klassiekers

**BEB VUYK**Groot Indonesisch kookboek
ISBN 978 90 439 3152 6**PAUL BOCUSE**De nieuwe Franse keuken
ISBN 978 90 439 3153 3**MARCELLA HAZAN**De klassieke Italiaanse keuken
ISBN 978 90 439 3150 2**CHARMAINE SOLOMON**Groot Aziatisch kookboek
ISBN 978 90 439 3151 9

© 1976 Flammarion et Cie., Parijs

Oorspronkelijke titel: La Cuisine du Marché

© 2000, 2015, 2023 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Titel: De Nieuwe Franse Keuken

Deze Nederlandse editie is gebaseerd op de 'vintage edition' uit 1976

Vertaling: Parma van Loon, m.m.v. Marianne Stuit

Omslagontwerp: b'IJ Barbara

Vormgeving: Studio Michelangela

Tiende druk, 2023

ISBN 978 90 439 3153 3

NUR 440

Alle rechten voorbehouden. All rights reserved.

Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaandeschriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Kosmos Uitgevers vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Inhoud



6	Voorwoord van de vertaler
7	Voorwoord van Paul Bocuse bij de eerste druk
8	La nouvelle cuisine française
13	De culinaire regels
19	Hors d'oeuvres
39	Patés, pasteien en timbalen
47	Eieren
65	Soepen
87	Sauzen
113	Vis
153	Schelpdieren, weekdieren, schaaldieren, slakken en kikkers
163	Vlees
251	Gevogelte
291	Wild
319	Groenten
387	Nagerechten
497	Culinaire termen
501	Register

Voorwoord van Paul Bocuse bij de eerste druk



*Opgedragen aan mijn vader
en aan Fernand Point,
scheppers van de goede keuken*

Elke ochtend – een gewoonte in Lyon die ik niet graag zou willen missen – ga ik naar de markt en slenter langs de uitstallingen. Ik koop alles zelf en ik weet dat de ene boer voortreffelijke artisjokken heeft, een andere een specialist is op het gebied van spinazie en een derde vanochtend met zijn heerlijke geitenkaas naar de markt is gekomen. Soms weet ik nog helemaal niet wat ik voor de lunch zal klaarmaken: de markt moet die beslissing voor mij nemen. Ik geloof dat dát een van de principes is van de goede keuken. Ik wil graag een verklaring geven van de titel van dit boek: ‘La Cuisine du Marché’. Alle recepten, zowel de eenvoudige als de gecompliceerde, die in dit kookboek voorkomen, kunnen slechts met succes worden uitgevoerd als de thuis kok kwaliteitsproducten weet te kiezen en te onderscheiden. Ik durf te zeggen dat, ook als een bepaald gerecht de eerste keer geen doorslaand succes is, het beslist ook geen algehele mislukking zal zijn, als de basis maar uit goede producten bestaat. Reeds in 1908 klaagde de schrijver van een kookboek dat er geen goede producten meer te krijgen waren en in 1860 vond de Goncourt dat het vlees geen smaak meer had!

Zo kan ik teruggaan tot de 18e eeuw en een volledige catalogus opstellen van culinaire klachten! Ik persoonlijk – en dit op gevaar af dat ik u verbaas – ik vind dat we in onze tijd de beste producten kunnen kopen die er maar te krijgen zijn, onverschillig waar, dankzij onder meer de moderne transportmiddelen. Men moet slechts de tijd ervoor nemen, zoeken, flaneren. Eén ding stoort me en dat is dat men tegenwoordig het gevoel schijnt te verliezen voor de opeenvolging van de seizoenen, het gevoel voor ritme, voor het ceremonieel dat elk seizoen meebrengt, de eigen geneugten van elk seizoen.

Men wil met Kerstmis asperges eten, aardbeien op nieuwjaarsdag, wild met Pasen! Moet ik u er nog aan herinneren dat de goede tomaten in augustus worden gegeten, de beste kersen in juni... en dat de kalender voortdurend in het geding komt bij de bereiding van de menu's?

De thuis kok moet dus niet dit boek ter hand nemen en besluiten dit of dat gerecht te maken. Ik raad hem aan eerst naar de markt te gaan en zijn inkopen te doen.

Op de markt ziet hij wat er te krijgen is, en daarna zoekt hij in het boek een recept op om klaar te maken wat hij gekocht heeft. Als hij daarentegen van huis gaat met het plan om bijvoorbeeld tong te kopen, en hij is niet van dat idee af te krijgen, ook al ziet hij prachtige wijting liggen, of mooie goudbrasem, en hij komt thuis met tong van inferieure kwaliteit, tja, dan loopt hij grote kans dat het gerecht niet het succes wordt dat hij ervan verwacht had.

La nouvelle cuisine française



Men verwijt mij wel eens dat ik niet elke dag op die beroemde markt ben, men verwijt me dat ik in Japan, in de Verenigde Staten ben, of waar dan ook... Ik reis veel, dat is waar, maar ik maak altijd heel snelle en korte reizen: drie dagen hier, vierentwintig uur daar – zelden langer.

Ik geloof dat het erg belangrijk is om andere streken te bezoeken en daar te ontdekken wat er bij je thuis ontbreekt. Hoe meer men reist, hoe meer men beseft dat anderen niet stilzitten, maar vooruitgaan: men moet profiteren van hun ervaring. Daarom moeten we ze opzoeken. Het vak van de kok is per slot het vak van de ‘compagnon’.

Hij moet in heel Frankrijk hebben rondgereisd, liefst meerdere malen, en tegenwoordig moet iemand die vooruit wil, ook de wereld bereizen. Als ik in een ander land ben geweest, kom ik altijd terug met nieuwe ideeën. In Hongkong bijvoorbeeld heb ik ontdekt dat men daar op voortreffelijke wijze groenten kookt, namelijk niet te lang. Daar heb ik dé manier ontdekt om doperwten te koken. Ik stooftde doperwten altijd met spek en uien, maar ik heb ontdekt dat als je doperwten op dezelfde manier kookt als sperziebonen, in ruim kokend water met zout, het resultaat verbluffend is, en als dit boek de behoefte van mijn landgenoten weerspiegelt om terug te keren tot de bron van onze culinaire tradities, dan opent het tegelijkertijd ook nieuwe perspectieven; als wij maar goed observeren wat er bij onze burens in de verre landen gebeurt. Kortom ‘La cuisine du marché’ combineert het oude met het nieuwe...

Journalisten zoeken me op, cliënten ondervragen me... ze willen allemaal weten wat de ‘nouvelle cuisine’ nu eigenlijk is.

In wezen is de nouvelle cuisine de échte cuisine. Hoe kan ik dit nauwkeurig omschrijven? In de eerste plaats – zoals ik reeds zei – door de zorg die men besteedt aan de kwaliteit van de producten. Op dit gebied mag men zichzelf niet voor de gek houden; men moet altijd zoeken naar het beste op het gebied van vlees, groente enzovoort, of men nu eigenaar is van een klein wegrestaurant of van een fijnproeversrestaurant. Of men wijting eet of zalm, hoofdzaak is dat men de beste wijting en de beste zalm koopt. En dit geldt ook voor de thuiskok.

Een van de principes van de nouvelle cuisine is ook dat de producten hun eigen smaak moeten behouden – de oorspronkelijke geur en smaak moeten in hun waarde worden gelaten. In de oude keuken lette men vaak meer op het oogverblindende uiterlijk dan op het strikt culinaire. In de nouvelle cuisine heeft alles zijn reden van bestaan. Neem bijvoorbeeld een van de ‘Spécialités Bocuse’: zeewolf in deegkorst, gevuld met kreeftmoes.

De vis wordt in deeg verpakt, maar men is niet verplicht het deeg te eten. Het dient alleen om de geur van de vis te bewaren. Men is ook niet verplicht de farce te eten die ik in het midden leg, want die is er om een bepaalde vochtigheidsgraad te handhaven, zonder welke de vis zou kunnen uitdrogen. De aanhangers van de nouvelle cuisine hebben zich ook enkele andere regels gesteld die ik hierboven al heb gememoreerd: niet van tevoren een menu vaststellen, maar ’s morgens naar de markt gaan en aan de hand van hetgeen men daar vindt het menu bepalen. Dat brengt automatisch de noodzaak mee om de menu’s eenvoudiger en lichter te maken, zonder al die zware sauzen, marinades enzovoort. Fernand Point die mijn grote voorbeeld blijft, heeft al vóór de oorlog die vette sauzen en gecompliceerde schotels afgeschafte;

De culinaire regels



De culinaire voorbereidingen, zowel de eenvoudige als de gecompliceerde, berusten alle op principes die strikt moeten worden nageleefd, wil men een perfect resultaat bereiken.

Er zijn regels voor alle voorbereidende handelingen, de kookprocédés, het aansnijden en de presentatie.

Les opérations préliminaires

De voorbereidende handelingen

De voorbereidingen bestaan uit:

- Het ontbenen, pareren, in stukken hakken, larderen van het vlees.
- Het leeghalen, schoonmaken, opbinden, barderen, vullen van gevogelte.
- Het schillen, wassen, pocheren van groenten.
- Het prepareren van de ingrediënten voor jus, sauzen, stoofvocht.
- Vis prepareren, filets wassen enzovoort.

Dit zijn allemaal handelingen die voorafgaan aan de eigenlijke bereiding van de gerechten.

Pareren: het bijsnijden van een stuk vlees, het verwijderen van de zenen en het overtollige vet.

Pikeren: kleine staafjes spek naast elkaar in een stuk vlees prikken. Dit gebeurt met behulp van een lardeernaald. De reepjes spek worden ondiep, vlak naast elkaar in regelmatige rijen, onder de huid gestoken, opdat het vlees tijdens het braden door het smeltende spek wordt gevoed. Zo worden bijvoorbeeld runderfilet, fricandeau, kalfszwezerik, het rugstuk van haas of konijn en dergelijke behandeld.

Larderen: lijkt op pikeren, met dit verschil dat de repen spek veel breder zijn en net zo lang als het te larderen stuk vlees. De repen spek worden van tevoren gekruid en 2 uur gemarineerd, vervolgens met een lardeernaald door de gehele dikte van het vlees getrokken, in de draadrichting van het vlees. Op deze manier worden grote stukken stoofvlees behandeld.

Barderen: het beschermen van de tere stukken (borstvlees van wild en gevogelte) met een stuk vet spek van 3 tot 6 mm dikte. Hierdoor wordt het uitdrogen van het vlees door de warmte voorkomen en het gaar worden van het witte vlees vertraagd ten opzichte van de bouten, die minder teer zijn.

Blancheren: het in koud water aan de kook brengen of even in kokend water leggen van de groente. Dit is een begin van het koken, verstevigt de

buitenkant en neemt de wrangheid, het al te sterke aroma van sommige groenten, weg of maakt ze zacht. Na het blancheren wordt de groente vaak onder koud water afgespoeld, waarna men ze goed laat uitlekken.

Fileren: dit bestaat uit het lossnijden van de visfilets van de graat met behulp van een mes met soepel lemmet.

Les procédés de cuisson

Kookmethodes

Er zijn vijf manieren om levensmiddelen te bereiden:

smoren, pocheren, bakken, braden en grillen, die zowel wat methode als resultaat betreft volkomen van elkaar verschillen en een onuitputtelijke bron vormen voor de smakelijke bereiding van de diverse gerechten.

Smoren wordt bij voorkeur toegepast op grote stukken vlees, die meestal 5 tot 6 uur worden gemarineerd en vaak gelardeerd. In dat geval laat men het stuk vlees uitdruipen, droogt het af, zet het op het vuur of in de oven en laat het sudderen in boter of ander vet, dat is aangelengd met de marinade en kalfsjus of bouillon; de pan wordt hermetisch gesloten en het gaar worden gaat heel langzaam in z'n werk (suddereren).

Pocheren koken in een nauwelijks kokende vloeistof.

Stoven gebeurt op heel laag vuur, zonder andere jus dan de boter die wordt gebruikt voor het aanbraden en het vocht dat wordt uitgezweet door het stuk vlees. Na het aanbraden wordt de pan goed gesloten. Herhaaldelijk bedruipen. Na het stoven is de jus mooi stroperig geworden.

Braden kan op twee manieren gebeuren: in de oven en aan het spit. De tweede manier is verre te prefereren boven de eerste methode. In beide gevallen ontstaat er een concentratie van warmte en worden de vleessappen naar het midden van het vlees gestuwd; er vormt zich een korst aan de buitenkant, waarin het vleessap gevangen zit. Omgekeerd verspreidt het sap zich weer door het gehele stuk vlees, zodra dit niet meer aan de uitstraling van het vuur wordt blootgesteld. Tijdens het braden moet het vlees herhaaldelijk worden bedropen met het vet en niet met de jus van het vlees.

Grillen geschiedt volgens dezelfde principes als het braden van vlees. Aanbraden van het vlees dat aan het open vuur wordt blootgesteld, terugstuwen en concentratie van de vleessappen. De kunst is de intensiteit van het vuur en de snelheid van het aanbraden te coördineren met de omvang en de dikte van het te grillen stuk vlees.

Een grillade wordt slechts één keer omgedraaid, met een spatel, nooit met een

Hors d'oeuvres



De hors d'oeuvres vormen het gastronomische voorspel van de lunch. Zij worden als 't ware als inleiding van het hoofdgerecht geserveerd. De hors d'oeuvres die afzonderlijk worden opgediend, als aanvulling op het hoofdgerecht, moeten wel van dit laatste verschillen, maar niet de honger stillen; zij moeten gevarieerd, fijn van smaak en licht verteerbaar zijn. Warme hors d'oeuvres worden bij voorkeur vóór het diner geserveerd. De opsomming van hors d'oeuvres is onbeperkt. De culinaire combinaties die op dit gebied zijn toegestaan, zijn het product van de vruchtbare fantasie van de kok. Dit hoofdstuk geeft derhalve meer praktische voorbeelden dan talrijke klassieke definities.

KOUDE HORS D'OEUVRES

Deze reeks is onderverdeeld in categorieën:

- allerlei vleeswaren
- samengestelde of eenvoudige salades
- schaaldieren
- vis
- champignons, bepaalde groenten
- koude eieren
- canapés, pasteitjes enzovoort.

WARME HORS D'OEUVRES

Deze tweede reeks wordt in hoofdzaak beïnvloed door het voorgerecht. Bij sommige menu's kan hij dit vervangen. Deze reeks omvat:

- slakken
- champignons
- gerechten op basis van groenten
- soufflés
- toast
- kroketten, beignets enzovoort
- allerlei pasteitjes
- pastagerechten en rissoles
- soesjes, zoute stengels
- warme vleeswaren.

Deze opsomming wordt beëindigd door verscheidene boterrecepten, de zogenaamde 'samengestelde boters' die onmisbaar zijn bij het bereiden en variëren van hors d'oeuvres.

Koude hors d'oeuvres



Salade de haricots verts

voor 6 personen

1 kg fijne sperzieboontjes (haricots verts),
4 geschilde tomaten, 50 g verse truffels,
250 g gekookte champignons

voor de vinaigrette

½ dl notenolie, 1 eetlepel wijnazijn (vinaigre de
vin Beaujolais), 2 gehakte sjalotjes, zout,
vers gemalen peper

gelijke hoeveelheden

in de schil gekookte aardappelen, rijpe tomaten,
sperziebonen, slahartjes

verder

gehakte ui, olie, azijn, zout, peper, 1 flinke snuif
gehakte kervel

1 krop sla, wit vlees van kip of ander gevogelte,
ansjovis, groene olijven, harde eieren, mayonaise,
binnenste slahartje,
olie, azijn, zout, peper

gelijke delen aardappelen, truffels

voor de mosterdsaus

2 flinke theelepels mosterd, 2 flinke theelepels
vinaigrette, 1 flinke eetlepel slagroom, zout, peper

Sla van Franse sperziebonen

1 Haal de bonen af en kook ze in ruim water. Zorg dat ze niet te zacht, maar enigszins 'al dente' blijven. Als ze gaar zijn, met koud water afspoelen en onmiddellijk afgieten.

2 Leg de bonen in een slakom en schik hierop de in vieren gesneden, geschilde tomaten en de grof gesneden truffels en champignons.

3 De sla wordt aan tafel, in aanwezigheid van de gasten, aangemaakt met de vinaigrette, waar fijngehakte sjalotjes doorheen zijn gemengd.

Salade niçoise

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne reepjes. Verwijder de steeltjes van de tomaten en het harde gedeelte daaromheen, schil ze, haal de pitten eruit en snijd ze in vieren.

Kook de sperziebonen in water waaraan u zout hebt toegevoegd.

Meng dit alles dooreen in een slakom met de slahartjes, waarvan u de buitenste bladeren hebt verwijderd. Vlak voor het opdienen aanmaken met olie, azijn, zout en peper, kruiden met de gehakte ui en de kervel.

Salade Café de Paris

Maak de sla aan met zout, peper, olie en azijn. Schik deze luchtig in een bergje in een slakom; garneer waaivormig met het in dunne plakjes gesneden vlees – ook de bouten kunnen worden gebruikt – bedek het geheel met een laag dunne mayonaise en schik de ontpitte groene olijven en de in vieren gesneden eieren rond een klein slahartje dat u enkele minuten in een eetlepel vinaigrette hebt gemarineerd en midden op de sla hebt gelegd.

Salade demi-deuil

Kook de aardappelen in de schil, pel ze en snijd ze in flinke blokjes.

Voeg hierbij grof gehakte, gekookte of rauwe truffels. Aanmaken met een mosterd-roomsaus, die als volgt wordt bereid: roer de mosterd, vinaigrette, zout en peper, en de ongeklopte slagroom dooreen.

Serveren in een slakom.

De nieuwe Franse keuken is het meesterwerk van Paul Bocuse (1926-2018), de legendarische chef-kok van de Franse keuken. Met meer dan 1000 recepten ontsluit hij in dit boek de geheimen van de nouvelle cuisine. In de Franse keuken van Bocuse gaan vernieuwing en traditie hand in hand.

‘Wie graag kookt en [*De nieuwe Franse keuken*] heeft, merkt ook dat je er altijd op een gegeven moment weer naar grijpt. Niemand heeft zulke goede aanwijzingen voor het vullen van een gans, het gaarstoven van een haas tot zo gaar dat men ‘dit gerecht met een lepel kan eten’, of voor boeuf à la mode.’ **NRC Handelsblad**

De nieuwe Franse keuken maakt deel uit van de serie Culinaire Klassiekers, standaardwerken van gerenommeerde auteurs die in geen keuken mogen ontbreken. In deze reeks verschenen ook *De klassieke Italiaanse keuken* van Marcella Hazan, het *Groot Indonesisch kookboek* van Beb Vuyk en het *Groot Aziatisch kookboek* van Charmaine Solomon.



**KOS
M•S**

NUR 440
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

