

LUC DE LAET **HET**  
**VLEES**  
**BOEK**

**DE PUURSTE KWALITEIT EN  
DE HEERLIJKSTE BEREIDINGEN**

**Lannoo**





## OVER DIT BOEK

Vandaag zijn we nagenoeg 30 jaar verder sinds ik op 23-jarige leeftijd een lokale slagerij in Hove overnam. Al in die eerste maanden begreep ik hoe in mijn vak smaakvervlakking om de hoek loerde. Een slager of beenhouwer is namelijk een eeuwenoude stiel waaraan expertkennis, traditie en jarenlange ervaring ten grondslag ligt – wat vaak rechtstreeks in strijd is met de heersende massaconsumptie. Ik had meteen de ambitie om trouw te blijven aan oude kwaliteitsrassen, authentieke producten en ambachtelijke bereidingen van weleer, maar dan op basis van hedendaagse technologie en techniek. Met die visie in het achterhoofd was onze eerste locatie gauw te krap voor onze bedrijfsactiviteiten. Behalve vers vlees en eigen charcuterie, maakten we in de omgeving al snel naam door bereidingen als vol-au-vent, stoofvlees, etc. aan te bieden. Ik voelde aan de reacties van mijn klanten dat er potentieel was om uit te breiden en ging op zoek naar een ruimere locatie, waarbij mijn oog uiteindelijk viel op een voormalig benzinstation. Dat hebben we afgebroken en we hebben daar een nieuw gebouw opgetrokken.

De ontmoeting met mijn vrouw Peggy in 2000 is van cruciaal belang geweest voor de uitbouw van ons bedrijf. Onze taakverdeling is sinds het prille begin duidelijk: ik sta in voor alles wat te maken heeft met het vlees en Peggy bekommert zich over de rest. Nee, even ernstig; Peggy heeft zelf een aangeboren feel voor het culinaire aspect en zorgt ervoor dat je in elk van onze shops ook aanvullende producten kunt aankopen zoals zout, olijfolie, wijn en andere nieuwigheden.

In 2010 kwam er in de ruimte achter onze winkel met Butcher's Dining zelfs een eigen vleesrestaurant bij, voor mij een hoogtepunt in mijn carrière. Op die manier kon ik als slager het verschil maken door behalve voor kwaliteitsvlees ook voor prikkelende combinaties en slimme garnituren te zorgen, met aandacht voor de uiteindelijke presentatie op het bord. Dat een eigen restaurant meer was dan een droom, bleek uit mijn volharding: voor die tijd had ik al vier jaar avondschoon gevolgd om mijn koksdiploma te halen. Tegenwoordig maak ik samen met de chefs het menu van Butcher's Dining en staan zij in voor de dagelijkse uitvoering.



# HET KALF

# HET KALF DE RASSEN

**Kalveren zijn runderen in wording en mogen zo genoemd worden tot hun eerste acht levensmaanden. Omdat kalveren jonge dieren zijn, hebben ze relatief weinig bindweefsel, waardoor hun vlees behalve mager ook licht verteerbaar en cholesterolarm is. Tegenover het donkerrode rundvlees kleurt hun vlees (licht)roze. De fijne structuur van kalfsvlees maakt het vlees voelbaar mals. Het vlees van sommige rassen is zelfs zó botermals, dat het bijna op je tong smelt. Door deze unieke eigenschappen werken we bij De Laet & Van Haver met drie terroirgebonden rassen die elk garant staan voor eerlijke kwaliteitsproducten in een vleugje luxe.**

## **Kempisch Witblauw kalf**

**Roots:** Onze Belgische Witblauwe kalveren zijn afkomstig uit de Kempen en staan daarmee garant voor een populair terroirproduct uit eigen land.

**Look:** Deze gespierde kalveren danken hun naam aan hun witte, blauwe tot zelfs zwarte vacht.

**Smaak:** Het Kempisch kalf wordt grootgebracht met melk(poeder) en een minimum aan vaste voeding, waardoor het vlees lichtroze kleurt en behalve mals ook zeer zacht proeft.

## **Holstein melkkalf**

**Roots:** Met roots in Friesland, een expansie richting Noord-Amerika en habitat in Duitsland is dit ras een grote liefhebber van uitgestrekte weilanden.

**Look:** Het zwart-wit gekleurde Holstein-ras staat bekend vanwege de indrukwekkende gestalte en aanzienlijke melkproductie.

**Smaak:** Het vlees van volwassen Holstein runderen heeft uitgesproken lactische toetsen. Omdat de kalfjes met moedermelk worden grootgebracht, proef je in dit kalfsvlees eveneens melk en boter terug.

## **Limousin melkkalf**

**Roots:** Het Franse Limousin-ras komt voor in het westelijke deel van het Centraal-Massief, meer bepaald in de streek rond Limousin, Limoges en Corrèze. Hun kalveren genieten van een buitenleven waar ze in plastic iglo's leven die hen voorzien van een optimale luchtverversing en hen beschermen tegen het ruwe klimaat.

**Look:** Dit stevige kalf kleurt roodbruin en heeft een wollige vacht.

**Smaak:** De terroir wordt aan de kalfjes doorgegeven via de moedermelk - in het Frans wordt naar dit fenomeen verwezen als 'les Veaux sous la Mère'. Dit malse kalfsvlees onderscheidt zich door een fijnvezelige vleesstructuur en een intense sappigheid.



## HET KALF **ONDERDELEN EN VERSNIJDINGEN**

**Kalfsvlees komt het atelier binnen op karkas zodat onze slagers eigenhandig alle onderdelen kunnen versnijden voor ze in de toonbank belanden. Door zijn jeugdige leeftijd en malse smaak heeft kalfsvlees geen lange gaartijd of expressieve kruiding nodig. Zo ligt er, zeker in vergelijking met rundvlees, al snel een stuk vlees op je bord. Klassiekers in het genre zijn kalfsfricassee, kalfslapjes en kalfskotelet, maar ook minder courante specialiteiten zoals zwezeriken, niertjes en levers zijn het uitproberen waard. Bakken, stoven, grillen: met de veelzijdige onderdelen van het kalf gaat er een culinaire belevingswereld voor je open.**



## KALFSZWEZERIEN

In de gastronomische wereld zijn de hartzwezeriken van een kalf erg populair: ze zien er niet alleen goed uit, ze pellen én portioneren ook nog eens veel gemakkelijker dan keelzwezeriken. Die laatste worden meer gebruikt in bereidingen als ragout; bij een vol-au-vent voeg je bijvoorbeeld een keelzwezerik toe net voor je het bord afwerkt met mousselinesaus.

**tip** Ik houd wel van een voorgerechtje met krokant gebakken kalfszwezerik. In het seizoen combineert dit heerlijk met asperges, op voorwaarde dat de zwezerik in kwestie zo natuurlijk mogelijk bereid wordt. In hun gebloemde versie hebben zwezeriken de neiging om wat zwaarder op de maag te liggen, een onaangename ervaring als je nog wil genieten van een hoofdgerecht.

## KALFSWANGEN

Hoewel varkenswangen vanwege hun democratisch prijskaartje populairder zijn dan kalfswangen zijn de wangen van het kalf toch erg gewild. Hun voordeel is dat ze groter uitvallen en vollere smaken hebben, waardoor 1 à 2 kalfswangen goed volstaan om er een lekker gerecht mee klaar te maken. Vroeger werden gegaarde kalfswangen voornamelijk gebruikt in een aspic, om zo koud te serveren in het zomerseizoen. Een gelei stond garant voor een optimaal bewaarsysteem, waardoor er geen resten verloren gingen en je op een warme zomerdag toch nog kon genieten van een verfrissende hap met kalfswang.



## KALFSLEVER

Kalfslever is het hele jaar door een hardloper bij onze klanten, wellicht omdat die van alle levers toch het meest toegankelijke type is en ook wel omdat we ervoor zorgen dat er altijd kalfslever in huis is. Die beschikbaarheid is voor ons vanzelfsprekend, terwijl er toch wel wat werk bij komt kijken eer zo'n lever verkoopklaar is gemaakt. Die moeite staat nooit ter discussie omdat we er een erezaak van maken om geen enkel onderdeel van een dier verloren te laten gaan. In de winter verkoopt zo'n kalfslever uiteraard beter dan in de zomer, omdat veel mensen nog gehecht zijn aan de heilzame functie van kalfslever, waardoor ze het eten om niet ziek te worden of om aan te sterken.

**tip** Mijn favoriete bereiding is een wat dikker gesneden kalfslever, zoals een chateaubriand van het rund, die ik in plakjes serveer. Eventueel in combinatie met gebakken appeltjes, gekarameliseerde ajuin en jus van het kalf om het af te maken.

## KALFSLEVER

### 4 PERSONEN

3 uien (in halve manen gesneden)

boter

2 eetlepels bruine suiker

een scheutje rodewijnazijn

250 g kalfslever per persoon

peper

zout

- Doe de versneden uien in een kookpan met boter en gaar ze op een matig vuur.
- Stoof ze aan met de bruine suiker. Zodra de uien gekarameliseerd zijn, blus je ze met rodewijnazijn en laat je het nog even doorkoken. Roer stevig.
- Doe een klontje boter in de braadpan. Als de pan voldoende heet is, bak je de kalfslever 3 minuten langs weerszijden op een zacht vuur. Kruid het vlees af met peper en zout en dresseer op een bord samen met de ui.





# CANNELLONI VAN HARTZWEZERIKEN EN KINGKRAB

## 4 PERSONEN

## 4 lasagnevellen

## kaassaus:

50 g roux

7 dl melk

200 g parmezaan (versgeraspt)

peper (naar smaak)

zout (naar smaak)

nootmuskaat

sap van 1/2 limoen

100 g kingkrab

250 g hartzwezeriken (gegaard)

1 koolrabi

50 g tuinbonen (gepeld)

- Kook de lasagnevellen kort af en koel ze daarna in ijswater.
- Maak een kaassaus met parmezaan. Voor je de saus bindt, maak je een onderscheid tussen de vulling en de saus. De kaassaus voor de vulling mag bijvoorbeeld stevig zijn.
- Kook de melk, room en kruiden langzaam op. Zodra het mengsel aan de kook komt, bind je het met de roux. Haal de pan van het vuur en voeg al roerend beetje parmezaan toe.
- Pluk de kingkrab uit de schaal in stukjes.
- Snijd de hartzwezeriken in blokjes van 2 centimeter. Bak deze blokjes mooi krokant.
- Spreid het lasagnevel open en spuit met een spuitzak een basislaag kaassaus. Schik hierop de blokjes gebakken hartzwezerik en stukjes kingkrab.
- Rol het lasagnevel op tot het deeg voor één vierde overlapt en snijd het resterende deeg weg.
- Snijd de koolrabi in blokjes en kook ze beetgaar. Herhaal dit proces met de gepelde tuinbonen.
- Verwarm de cannelloni en dresseer in een diep bord. Werk af met de overige kaassaus, garneer met koolrabi en gepelde tuinbonen en werk tot slot af met versgeraspte parmezaan.