

INHOUD

BASISKENNIS

Soorten emulsies	10
De smaken.....	12
Basingrediënten	16
Bouillons en fonds	22
Overige basisrecepten	32

DE RECEPTEN

Jus.....	48
Warme sauzen op basis van fonds en fumets	52
Warme emulsies.....	70
Warme sauzen met garnituur..	78
Botersauzen	84
Pastasauzen	90
Sauzen uit de hele wereld.....	102
Koude sauzen	108
Zoete sauzen.....	124

WOORDENLIJST

Keukengerei.....	138
Sauzen dressereren	139
Handige technieken.....	140
Receptenregister	142
Gebruik van sauzen.....	143

GROENTE- BOUILLON

Wat je moet weten

WAT IS HET?

Smaakvol vocht dat je verkrijgt door groenten en kruiden lang te laten trekken in zacht kokend water.

BEREIDINGSTIJD

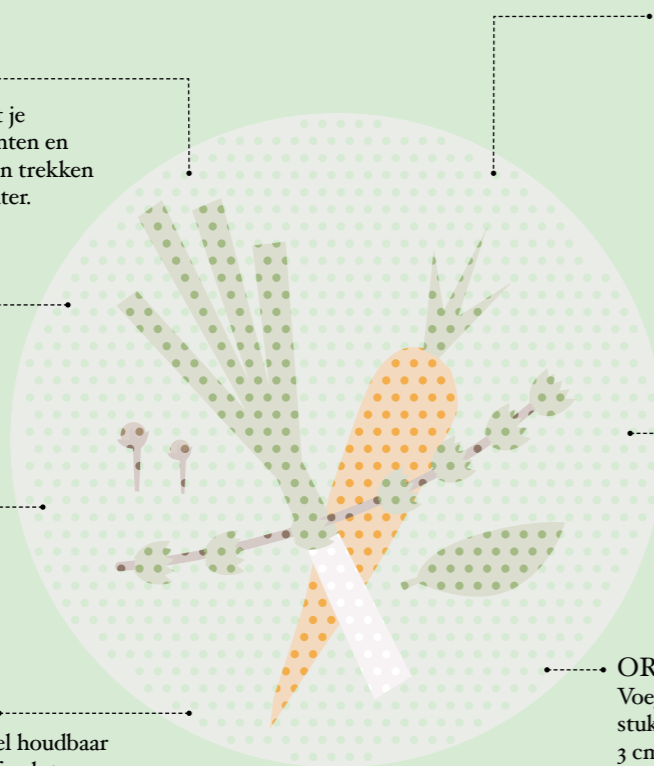
Voorbereiding: 15 minuten
Bereiding: 1 uur

NODIG

Grote stoofpan
Kaasdoek of fijne zeef

BEWAREN

5 tot 6 dagen koel houdbaar in een schone, afgesloten vershouddoos, gezeefd tot 6 maanden houdbaar in een schone, afgesloten vershouddoos in de diepvries.



VARIANTEN

- Pittige bouillon: voeg 1 rode Spaanse chilipeper, 1 stengel citroengras en een stukje verse, geschilde gemberwortel van 3 cm toe.
- Paddenstoelenbouillon: vervang de rapen en wortel door 500 g paddenstoelen (cantharellen, champignons, shiitake etc.), in stukken gesneden.

KLASSIEK GEBRUIK

Als basis voor een saus, als bouillon om te drinken of om risotto of pasta in te koken.

ORIGINEEL GEBRUIK

Voeg tijdens de bereiding een stuk verse gemberwortel van 3 cm toe. Drink de bouillon heet om te ontgiften.

HOE GEVEN GROENTEN HUN SMAAK AF AAN WATER?

Tijdens het koken breken de plantaardige celwanden van de groenten af en komen de stoffen erin vrij, zoals suikers, aminozuren en andere moleculen. In de bouillon vinden chemische reacties plaats tussen de verschillende moleculen en zo ontstaan smaakmoleculen tijdens de bereiding.

WAAROM MOET JE DE GROENTEN NIET SNIJDEN?

Afhankelijk van de grootte van de groenten ontstaan smaakmoleculen in het kookvocht snel of traag. Als je de groenten niet snijdt, zal de bouillon helderder zijn omdat de groenten dan minder uiteenvallen in het vocht.

TIP

Kook de bouillon niet te lang, zodat de groenten en de smaakmoleculen heel blijven en de bouillon mooi helder is.

Bereiden



VOOR 2 LITER

- 1 stengel prei
- 2 rapen
- 2 wortels
- 2 tenen knoflook
- 1 ui
- 1 stengel bleekselderij
- 4 kruidnagels
- 2 takjes tijm
- 2 laurierblaadjes
- zout, peper

1 Verwijder het groen van de prei. Schil de rapen en de wortels en pel de knoflook en de ui. Maak van boven naar beneden een inkeping in de prei tot 1 cm van de onderkant. Was de prei goed met koud water. Was ook de bleekselderij. Steek de kruidnagels in de ui.

2 Doe de groenten, de tijm, de laurierblaadjes en zout en peper in een grote stoofpan of kookpan. Voeg 2 liter water toe en breng aan de kook. Laat 1 uur zachtjes koken.

3 Zet het vuur uit en schenk de bouillon door een kaasdoek of fijne zeef. Breng indien nodig op smaak. Laat de bouillon afkoelen voor je hem in de koelkast zet.

ROUX

Wat je moet weten

WAT IS HET?

Een combinatie van vetstof en bloem die sauzen bindt en indikt.

BEREIDINGSTIJD

Vorbereiding: 5 minuten
Bereiding: 5 minuten

NODIG

Steelepan
Garde

BEWAREN

4 tot 5 dagen koel
houdbaar in een schone,
afgesloten vershouddoos.

LET OP!

Haal de roux tijdig van het
vuur, zodat hij de juiste kleur
heeft maar niet verbrandt
en onbruikbaar wordt.

SOORTEN ROUX

Laat roux zover kleuren
afhankelijk van de saus
waarvoor je de roux
wilt gebruiken. Gebruik een
crèmekleurige witte of blonde
roux voor bechamelsaus,
een geeloranje blonde roux
voor veloutés en een bruine
roux voor vleessaus.

KLASSIEKE TOEPASSING

Als bindmiddel
voor sauzen.

ROUX IS KLAAR ALS...

- Voor witte of blonde roux: de roux crèmekleurig is.
- Voor blonde roux: de roux iets donkerder kleurt na 2 tot 3 minuten bakken.
- Voor bruine roux: de roux karamelkleurig kleurt na nog 3 tot 4 minuten bakken.

WAAROM MAAKT ROUX EEN SAUS DIKKER?

Boter bestaat uit vetten en karnemelk. Als je bloem toevoegt aan gesmolten boter, lossen de zetmeelkorrels van de bloem gedeeltelijk op in het water in de karnemelk. Tijdens de bereiding zwellen de korrels door het opnemen van het water op en binden ze de roux. Als je de roux toevoegt aan sauzen, nemen de zetmeelkorrels ook nog water uit de saus op (melk in het geval van bechamelsaus) en zo wordt de saus dikker.

TIPS

- Gebruik bloem met weinig of geen smaak om de smaak van de saus niet te beïnvloeden.
- De roux moet warm zijn om een koude vloeistof te binden en koud zijn om een warme vloeistof te binden.

OPMERKING

Heb je haast, maak dan een snelle roux van neutrale, plantaardige olie en bloem. Je kunt deze gewoon koud mengen.

Bereiden



OM 1 LITER VLOEISTOF TE BINDEN

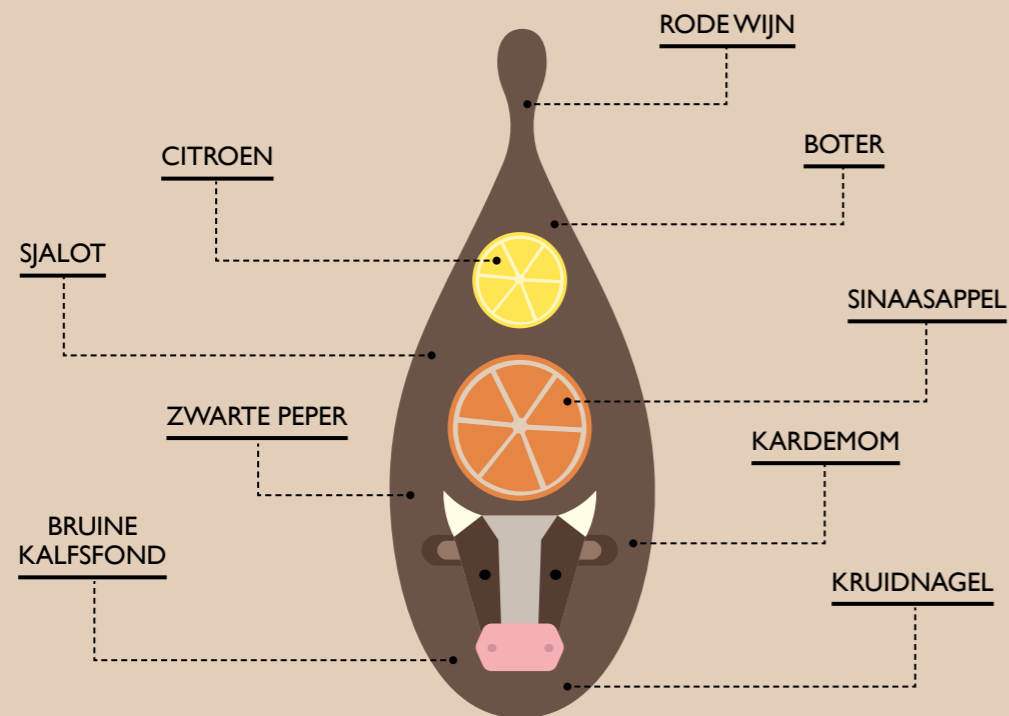
75 g boter
75 g patentbloem

- 1 Snijd de boter in blokjes en laat ze smelten in een stelepan.
- 2 Voeg de bloem toe en roer goed met een garde om de roux te laten binden. Laat 1 tot 2 minuten bakken op laag vuur, tot de roux loskomt van de bodem en aan de wanden van de stelepan en aan de garde blijft plakken.
- 3 De roux is meteen klaar voor gebruik.

RODEWIJNSAUS

MET SJALOTTEN

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Ingekookte rode wijn met sjalotten, de schil van citrusvruchten, zwarte peper en bruine kalfsfond. Serveer warm.

BEREIDINGSTIJD

Voorbereiding: 10 minuten
Bereiding: 25 minuten

NODIG

2 steelpannen
Fijne zeef

BEWAREN

4 tot 5 dagen koel houdbaar in een schone, afgesloten vershouddoos.

LET OP!

Snipper de sjalotten heel fijn.

HANDIGE TECHNIEK

Snipperen (zie pag. 141)

VARIANT

Je kunt de saus ook zonder bruine fond maken.

KLASSIEKE

TOEPASSINGEN

Traditioneel bij gegrilde bavette of andere gegrilde stukken rood vlees van goede kwaliteit. Past ook goed bij sterk smakende vis, zoals zeeduivel of snoekbaars.

Bereiden



VOOR 4 PERSONEN

VOOR DE DEMI-GLACE

500 ml bruine kalfsfond (zie pag. 26 of kant-en-klaar)
2 takjes tijm
2 laurierblaadjes

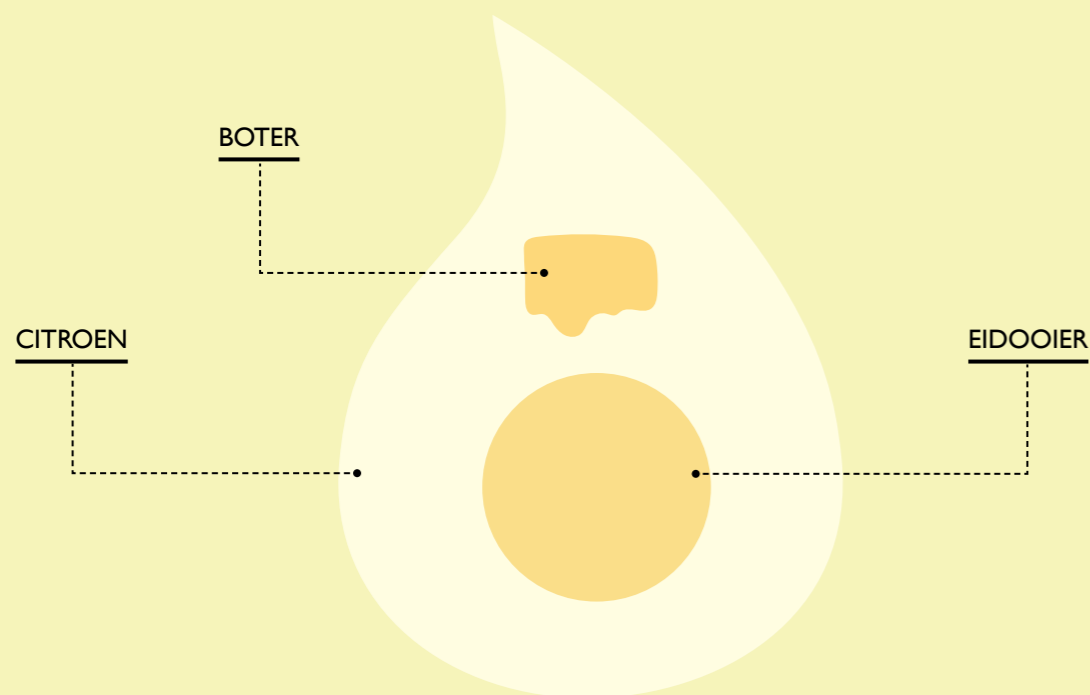
VOOR DE WIJNSAUS

3 sjalotten
1/2 tl zwarte peperkorrels
25 g boter
5 groene kardemompeulen
zeste van 1/2 sinaasappel
zeste van 1 citroen
3 kruidnagels
500 ml rode wijn
zout

De bereiding vind je op pagina 68.

HOLLANDAISESAUS

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Warme emulsie van eidooiers en geklaarde boter (zie pag. 41), aan het einde van de bereiding op smaak gebracht met zout, peper en citroensap. Serveer warm.

BEREIDINGSTIJD

Voorbereiding: 10 minuten
Bereiding: 10 minuten

NODIG

Zeef
2 steelpannen
Garde

BEWAREN

Je moet deze saus meteen serveren.

LET OP!

Houd de saus tijdens het binden op een temperatuur van ongeveer 45 °C voor een stabiele binding. Op lagere temperatuur zal de saus niet binden, op hogere temperatuur zullen de eidooiers stollen.

HANDIGE TECHNIEK

Au bain-marie bereiden (zie pag. 141)

KLASSIEKE

TOEPASSINGEN

Bij warme asperges, gepocheerde vis of eggs benedict.

ORIGINELE TOEPASSING

Bij eekhoortjesbrood: snijd 12 stuks eekhoortjesbrood in heel dunne plakken en leg ze in een waaier op 4 bordjes. Besprenkel met een scheutje hollandaisesaus en garneer met enkele plukjes kervel.

Bereiden



VOOR 4 PERSONEN

1/2 onbespoten citroen
2 eidooiers
2 el water
125 g warme geklaarde boter (zie pag. 41)
zout, peper

1 Pers de citroenhelft uit en schenk het sap door een zeef.

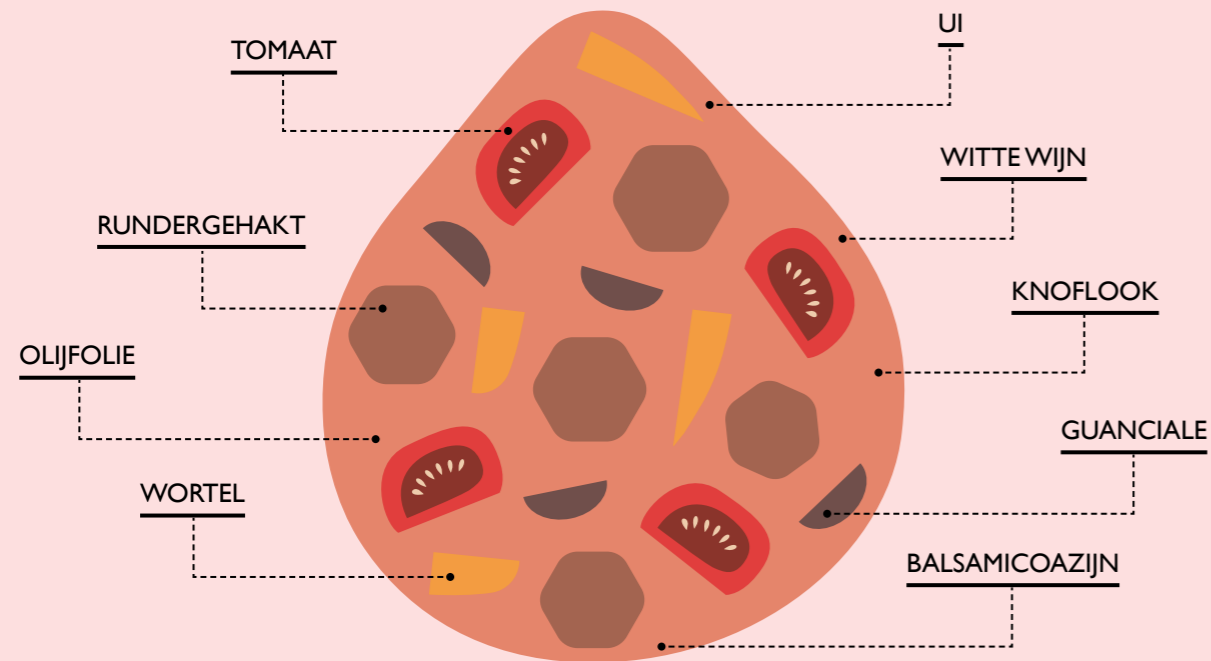
2 Doe de eidooiers en het water in een steelpan en klop au bain-marie met een garde tot de eieren zijn opgewarmd en dikker worden. De saus moet mooi glad zijn en loskomen van de wanden van de steelpan.

3 Voeg langzaam de warme, geklaarde boter toe. Als je alle boter hebt toegevoegd, moet de saus op mayonaise lijken.

4 Haal de steelpan van de bain-marie en breng de saus op smaak met het citroensap en zout en peper.

BOLOGNESESAUS

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Het vruchtvlees van tomaten dat je kookt met rundergehakt, guanciale en kruiden.

BEREIDINGSTIJD

Voorbereiding: 10 minuten

Bereiding: 1 uur

NODIG

Grote steelpan

BEWAREN

3 tot 4 dagen koel houdbaar in een schone, afgesloten vershouddoos.

HANDIGE TECHNIEKEN

Snipperen (zie pag. 141)

Tomaten ontvellen (zie pag. 141)

Aflussen (zie pag. 140)

TIP

Guanciale is gerookte varkenswang, te koop bij gespecialiseerde slagers of Italiaanse delicatessenwinkels. Je kunt het vervangen door spek van goede kwaliteit. Serveer je deze saus bij pasta, voeg dan aan het einde van de bereiding een soeplepel kookvocht van de pasta toe om de saus en de pasta te binden.

VARIANT

Vervang het rundergehakt door bijv. varkensgehakt, gemengd gehakt of rundvlees dat snel gaart, zoals in stukjes gesneden bavette of lendestuk.

KLASSIEKE TOEPASSINGEN

Bij lange pastavormen (spaghetti, linguine, tagliatelle), in lasagne of bij gebraden groenten.

ORIGINELE TOEPASSING

Romige polenta: kook 125 g instant-polenta in 1 liter kippenbouillon en 250 ml vloeibare room. Voeg 4 eetlepels olijfolie en 100 g geraspte Parmezaanse kaas toe. Serveer met de saus.

Bereiden



VOOR 4 PERSONEN

1 rode of gele ui

2 tenen knoflook

1 wortel

800 g heel rijpe tomaten, zoals
romatomen of coeur de boeuf

50 g guanciale

3 el olijfolie

100 ml droge, witte wijn

2 el balsamicoazijn

300 g rundergehakt

zout, peper

1 Pel en snipper de ui (zie pag. 141). Snijd de knoflook en de wortel fijn. Ontvel de tomaten (zie pag. 141). Snijd ze in vieren en verwijder de zaadlijsten. Snijd het vruchtvlees in blokjes.

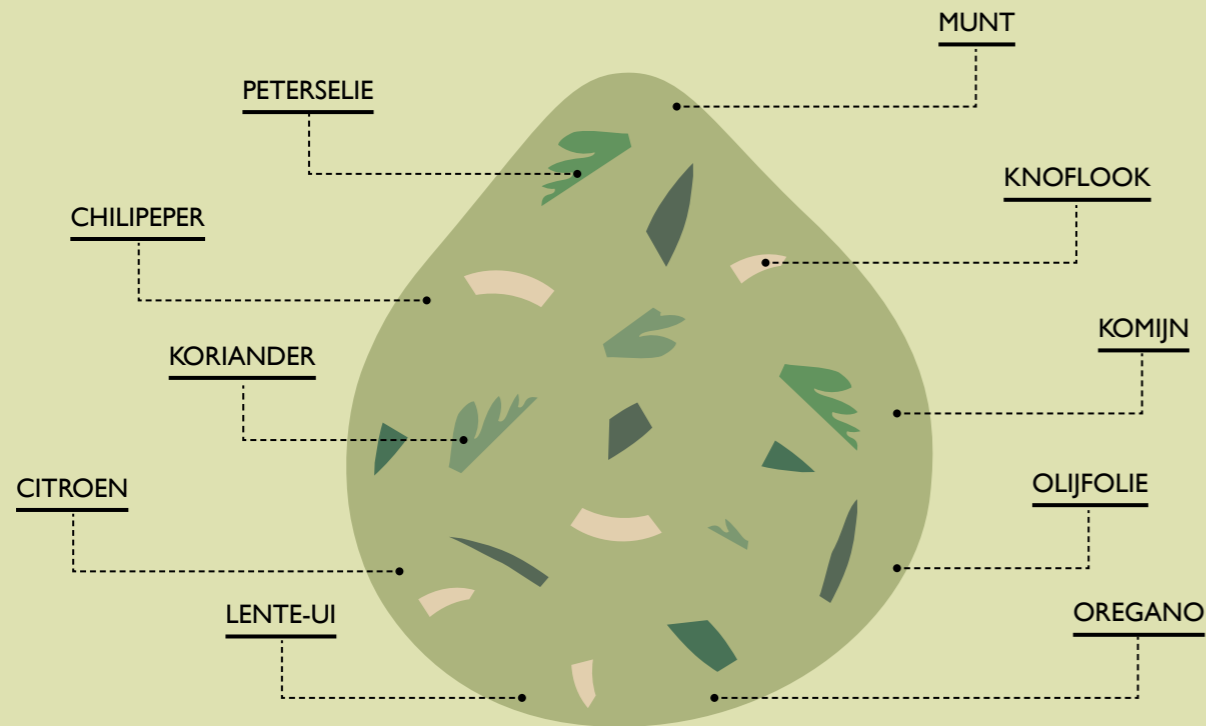
2 Fruit de ui, de knoflook, de wortel en de guanciale 3 tot 4 minuten al roerend in de olijfolie in een grote steelpan op halfhoog vuur aan. Blus af (zie pag. 140) met de witte wijn en de balsamicoazijn en laat bijna droogkoken.

3 Voeg de blokjes tomaat en zout en peper toe en breng aan de kook. Voeg het rundergehakt toe en leg het deksel op de pan. Laat 30 minuten zachtjes koken op halfhoog vuur. Roer af en toe. Haal het deksel van de pan en laat de saus nog 20 minuten inkoken.

4 Haal de pan van het vuur en breng op smaak.

CHIMICHURRI

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Argentijnse saus met knoflook, lente-ui, citroen en kruiden.

BEREIDINGSTIJD

Vorbereiding: 15 minuten

NODIG

Citrusrasp
Blender

BEWAREN

1 tot 2 dagen in een schone, afgesloten verhouddoos.

LET OP!

In de zaadlijsten van Spaanse chilipepers zit een pittige stof die kan irriteren. Was na het schoonmaken en snijden van de Spaanse chilipeper grondig je handen en raak je ogen of lippen niet aan.

KLASSIEKE TOEPASSINGEN

Bij gegrild rood vlees, zoals entrecote of runderfilet. Ook lekker als marinade voor wit vlees, vis of groenten voor het bereiden.

ORIGINELE TOEPASSINGEN

Serveer deze saus als dipsaus bij rauwe groenten, zoals staafjes wortels, bloemkoolroosjes en gehalveerde cherrytomaatjes. Besmeer dunne, geroosterde sneetjes brood met chimichurri en serveer bij soep of een spiegelei.

Bereiden



VOOR 4 PERSONEN

2 tenen knoflook
1 lente-ui
1 groene Spaanse chilipeper
1 onbespoten citroen
1 bosje bladpeterselie
1 bosje koriander
1/2 bosje munt
1/2 tl gemalen komijn
1 el gedroogde oregano
6 el olijfolie
zout, peper

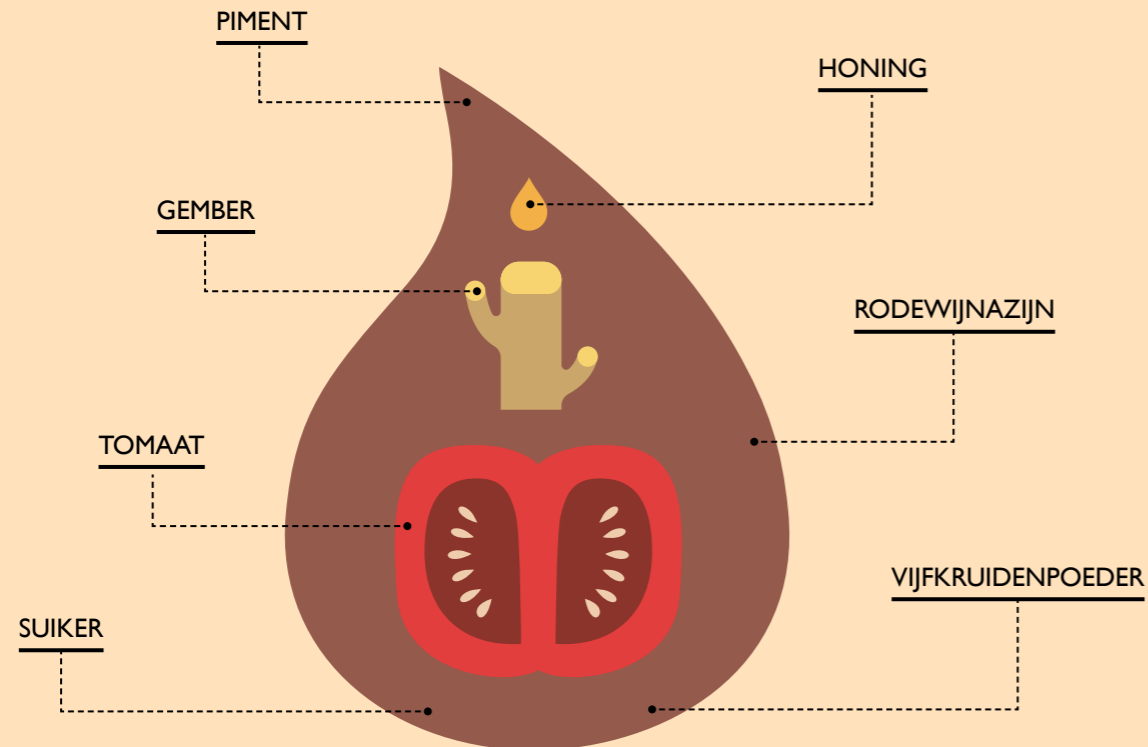
1 Pel de knoflook en de lente-ui en snijd ze in grote stukken. Verwijder het steeltje van de Spaanse chilipeper en snijd deze in de lengte door om de zaadlijsten te verwijderen. Rasp de schil van de citroen fijn. Halveer de vrucht en pers het sap uit. Was de verse kruiden en pluk de blaadjes. Hak de kruiden fijn.

2 Doe de knoflook, de ui, de Spaanse chilipeper, de schil en het sap van de citroen in de blender en draai glad. Voeg indien nodig een beetje meer olijfolie toe.

3 Meng de gladde massa met de komijn, de oregano, de verse kruiden en de olijfolie in een grote kom. Roer en breng indien nodig op smaak.

KETCHUP

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Gestoofde tomaten op smaak gebracht met kruiden, met een zoete, hartige smaak. Serveer koud.

BEREIDINGSTIJD

Vorbereiding: 20 minuten

Bereiding: 30 minuten

NODIG

Steelpan
Blender
Fijne zeef

BEWAREN

2 tot 3 weken koel houdbaar in afgesloten potten.

HANDIGE TECHNIEK

Ontvel de tomaten (zie pag. 141)

TIP

Als de saus te vloeibaar is, kook je hem opnieuw in tot hij de juiste dikte heeft.

VARIANTEN

- Met kerriepoeder: voeg 1 tl kerriepoeder toe aan het einde van de bereiding.
- Met komijn: voeg 1 tl komijnzaad toe samen met de gember.
- Met koriander: voeg 1 tl korianderzaad toe samen met de gember.

TIP

Je kunt gemakkelijk twee of drie keer zoveel van deze saus in één keer maken, want je kunt hem lang bewaren in schone, gesteriliseerde, afsluitbare potten in de koelkast.

Bereiden



VOOR CIRCA 2 POTTEN

4 cm verse gemberwortel
800 g coeur de boeuf tomaten
3 el rietsuiker
1 el honing
1 tl vijfkruidenpoeder
2 snufjes piment
2 el rodewijnazijn
zout, peper

1 Schil de gember en snijd fijn. Ontvel de tomaten (zie pag. 141) en snijd het vruchtvlees in blokjes van 1/2 cm.

2 Doe de suiker met de honing en 2 eetlepels water in een steelpan. Verhit op halfhoog vuur tot de suiker begint te karamelliseren.

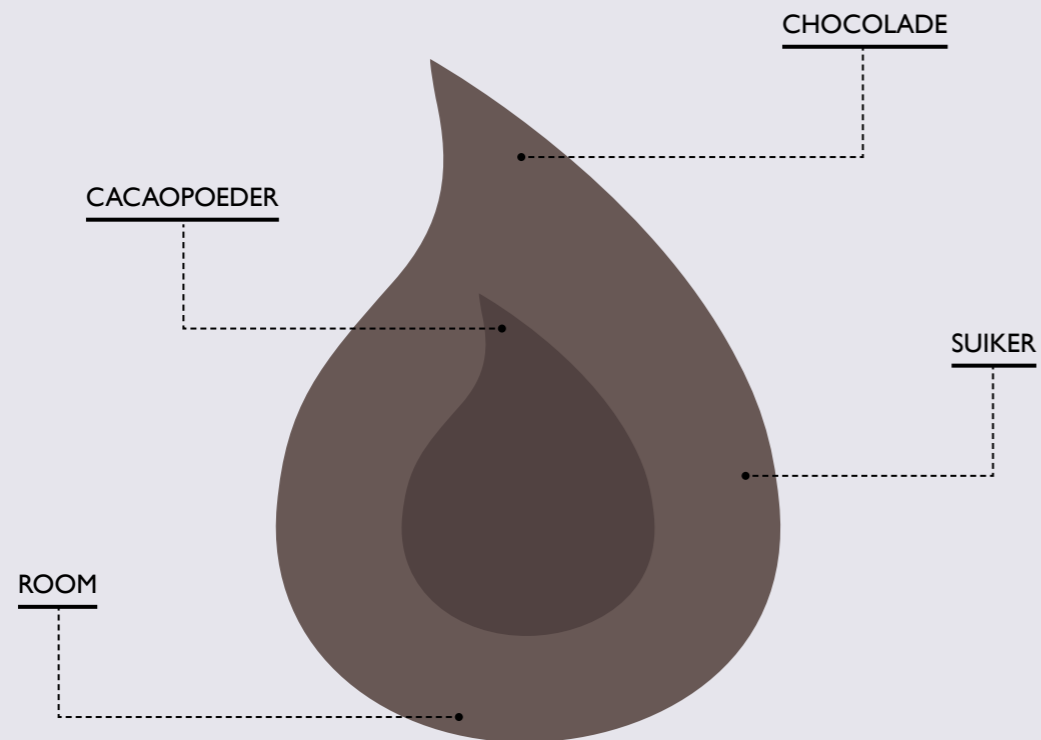
3 Voeg de tomaatblokjes en de gember toe. Laat 2 tot 3 minuten stoven terwijl je regelmatig roert. Voeg het vijfkruidenpoeder, het piment en de rodewijnazijn toe. Laat 10 minuten afgedekt sudderen op laag vuur.

4 Haal het deksel van de pan en laat nog 15 minuten inkoken. Haal de pan van het vuur, breng indien nodig op smaak en pureer lang in de blender, tot je een gladde saus hebt.

5 Schenk de saus door een fijne zeef en laat afkoelen.

CHOCOLADESAUS

Wat je moet weten



WAT IS HET?

Gesmolten pure chocolade, gemengd met room en suiker. Serveer koud of warm.

BEREIDINGSTIJD

Voorbereiding: 5 minuten
Bereiding: 10 minuten

NODIG

Kom
Steelpan
Garde

BEWAREN

5 tot 6 dagen koel houdbaar in een schone, afgesloten verhouddoos.

LET OP!

De chocolade mag niet te warm worden, anders krijgt de saus een bittere smaak.

VARIANTEN

- Vervang de helft van de pure chocolade door melkchocolade.
- Met noten: voeg 1 eetlepel hazelnootpasta toe.
- Met koffie: breng op smaak met 1 eetlepel instantkoffie.

KLASSIEKE TOEPASSINGEN

Bij chocoladesoezen of bij ijs, perentaart, koffie of bananen.

ORIGINELE TOEPASSING

Snel dessert: snijd 12 suikersoesjes van de bakker open en schep er een bolletje vanille-ijs in. Leg op 4 borden telkens 3 soesjes en garneer met geroosterd amandelschaafsel en slagroom.

Bereiden



VOOR 250 ML

100 g pure chocolade van goede kwaliteit (70% vaste cacaobestanddelen)
1 el rietsuiker
100 ml vloeibare room
1 el bitter cacao-poeder

1 Doe de chocolade met de suiker in een kom.

2 Doe de room, het cacao-poeder en 100 ml water in een steelpan. Breng langzaam aan de kook en klop met een garde tot het cacao-poeder goed is opgelost.

3 Giet het roommengsel over de chocolade en laat 2 tot 3 minuten rusten. Roer en giet terug in de steelpan.

4 Breng al roerend aan de kook. Haal de pan van het vuur en giet de chocoladesaus in de kom. Laat eventueel afkoelen voor het serveren.

Keukengerie



1



4



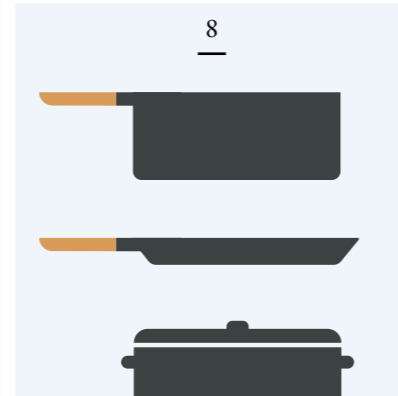
7



2



5



8



3



6

1 PUNTZEEF EN BOLZEEF

Een puntzeef is een kegelvormige zeef om bereidingen te zeven. Een klassieke puntzeef heeft een stevig gaas met kleine gaatjes, maar er bestaan ook zeven met een heel fijn zeefdoek dat kleine deeltjes nog beter tegenhoudt. Je kunt ook een bolzeef gebruiken en soms een heel fijn vergiet.

2 KOKSMES EN SCHILMES

Koksmes: groot lemmet van 25 tot 30 cm, met een stevig handvat. Je kunt er veel kracht mee uitoefenen op harde ingrediënten (visgraten). Je kunt het ook

gebruiken om rauw vlees en gevogelte te snijden en om fijn te hakken. Schilmes: lemmet van 7 tot 11 cm, met een fijn uiteinde. Verschillende toepassingen mogelijk.

3 GARDE EN SPATEL

4 CITRUSRASP/ZESTEUR

5 STAAFMIXER

6 BLENDER

7 KEUKENTHERMOMETER

Met een keukenthermometer met of zonder sonde kun je de temperatuur van een voedingsmiddel of van een vloeistof controleren, bijvoorbeeld als je frituurolie verhit in een kookpan. Let erop dat de thermometer of de sonde nooit de bodem van de kookpan raakt.

8 KOOKPANNEN

Steelpan
Koekenpan
Ovalen stoofpan
Wok
Hapjespan

Sauzen dressereren



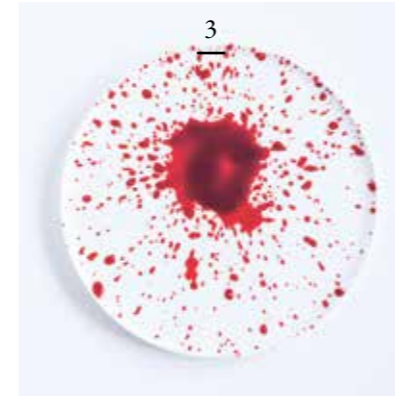
1



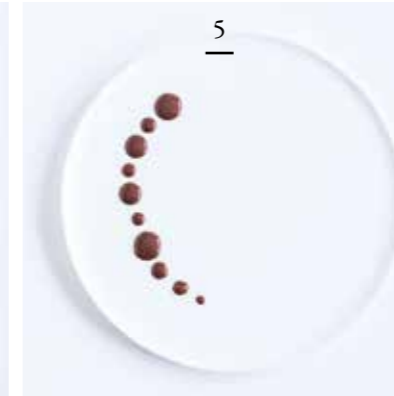
4



2



3



5



6

Serveer de saus waar je wilt: op, rond, onder of naast het gerecht. We geven je hier enkele mogelijkheden om een gerecht op mooie wijze te dressereren.

1 HARTVORMEN

Laat een dikke druppel saus op het bord vallen. Doop de punt van een mes in de druppel en maak een beweging naar voren. Herhaal dit enkele malen, zodat een lijn met hartvormen ontstaat. Je kunt dit ook met twee sauzen in verschillende kleuren doen.

2 VERVAGEND

Schep een eetlepel saus op een bord. Druk met de achterkant van de lepel

midden in de saus en beweeg de lepel enkele centimeters naar achter.

3 SPATTEN

Giet een kleine soeplepel saus in het midden van een bord. Sla met de achterkant van een houten lepel midden in de saus. Kijk uit voor spatten op je kleren.

4 UITGEREKTE DRUPPEL

Houd een eetlepel saus in je ene hand, tussen jou en het bord. Sla met je andere hand tegen de lepel, zodat de saus op het bord vliegt.

5 DRUPPELS

Neem van een dikke saus een theelepel en laat de saus druppel voor druppel op het bord druipen door de theelepel schuin te houden.

6 STERVORM

Als je 2 sauzen of coulis in verschillende kleuren hebt, kun je een ster vormen. Schep in het midden van een bord 2 eetlepels van de ene saus. Schep een eetlepel van de tweede saus in het midden van de eerste saus en schep daarop een tweede eetlepel van de eerste saus. Beweeg met de punt van een mes vanuit het midden van de saus naar buiten, zodat een stervorm ontstaat.