

# Inhoud

---

<b>DE BASIS</b>	<b>5</b>
De gasbarbecue	6
Gereedschap	8
Kerntemperaturen	10

---

<b>RECEPTEN</b>	<b>13</b>
-----------------	-----------

---

<b>VLEES</b>	
Drumsticks met citroenboter	15
Flammkuchen met gekaramelliseerd winterspek	17
Cevapcici	19
Rosé gegrilde kalfslever met gebakken appel & ui	21
Lamsschenkels in aluminiumpakketjes	23
Gevlinderde kruidenkip	25
Pulled pork	27
Whisky-varkenscarré	29
Gerookte kippenvleugels met appel-maltsaus	31
Cheeseburgers met rodekool en vijgensaus	33
Thaise kipsaté	35

---

<b>VIS</b>	
Surf & turf	37
Warmgerookte zalm met walnoot-peterseliestrooisel	39
Gestoomde Aziatische forel	41
Knoflookmosselen	43



---

<b>VEGETARISCH</b>	
Gegrilde pecorino	45
Aspergepizza van de barbecue	47
Gegrilde zomersalade	49
Halloumi op aubergine	51
Maultaschen met spinazievulling & worteltjes	53
Herfstpaddenstoelen	55

---

<b>EXTRA'S</b>	
BBQ-platbrood	57
Rozemarijnaardappeltjes	58
Tijmuien	59
Tomatenboter	60
Appel-maltsaus	60
Rokerige boter	61
Pruimenketchup	61
Basis-rub voor vlees	62
Citroenpeper	62
Gerookte amandelen	63





*De basis*

# DE gasbarbecue

Neerzetten, aansteken – grillen maar! Met een gasbarbecue is dat geen enkel probleem. Deze snelle optie onder de barbecues wordt steeds populairder, en terecht. Zonder eerst eindeloos vuur te hoeven stoken kun je met één druk op de knop al een steak bereiden.

Een gasgrill of -barbecue is erg gemakkelijk in het gebruik. Geen kolen, geen rook en geen aanmaakblokken, en hij is bovendien altijd gebruiksklaar, mits de bijbehorende gasfles natuurlijk voldoende gevuld is. Bovendien kun je op een gasbarbecue ook gemakkelijk langere gaartijden en constante temperaturen aanhouden. Barbecueën op gas werkt in principe net zoals koken op gas: het gas – in dit geval uit een gasfles – stroomt in de barbecue of brander, en komt door kleine openingen naar buiten. Bijna alle gasbarbecues hebben een veilige elektrische ontsteking en gasflessen zijn in de regel prima verkrijgbaar. De kracht van de vlammen, en daarmee de temperatuur, is eenvoudig met een draaiknop te reguleren. Het enige minpunt is wellicht dat je bij een gasbarbecue niet dat typische rooksmakje krijgt dat het gebruik van houtskool of briketten wel oplevert. Dat is echter ook weer eenvoudig te ondervangen met een rookbox en speciale houtproducten.

Doordat de temperatuur net als bij een gasfornuis eenvoudig te reguleren is, kan op een gasbarbecue zowel met hoge als met lage temperaturen worden gewerkt. En als de verschillende branders afzonderlijk te reguleren zijn, kunnen gerechten bovendien op

directe en indirecte hitte worden bereid. Vooral voor gerechten met een korte gaartijd is een barbecue op gas ideaal – denk bijvoorbeeld aan steaks, worsten, (veggie)burgers, tofoe en groenten. Als je indirect kunt grillen, kun je ook grotere stukken vlees als rollade, grote vissen, maar ook bruschetta of hele groenten als bloemkool bereiden. Op een gasbarbecue met indirecte hitte kun je zelfs, mits er een deksel voorhanden is, gerechten bakken. En met een pizzasteen kun je – de naam zegt het al – pizza's en flammkuchen bereiden, maar ook quiches en deegflapjes. Door vuurvaste siliconenvormen te gebruiken kunnen er zelfs taarten of cakes op worden bereid! Met indirecte hitte en gesloten deksel kan de barbecue, net als een oven, met boven- en onderhitte worden verhit.

## HIGH-END GASBARBECUE

Een moderne, praktische gasbarbecue is niet alleen voorzien van een grillrooster, maar heeft ook een kookzone, die bedoeld is voor het bereiden van sauzen of bijvoorbeeld stoofpotjes, maar ook voor wokken en braden. Deze hebben vaak een ingebouwde infrarood sizzle-zone; hierop kunnen temperaturen tot wel 800 °C worden bereikt, wat weer allerlei nieuwe mogelijkheden biedt. Een elektrische draaispies voor gevogelte, speenvarken, lamsrug of andere grote stukken vlees mag eigenlijk niet ontbreken. Met een dergelijke complete uitrusting beschik je dus in wezen over een bijna volledige keuken onder de blote hemel.

## BIJZONDER GESCHIKT VOOR

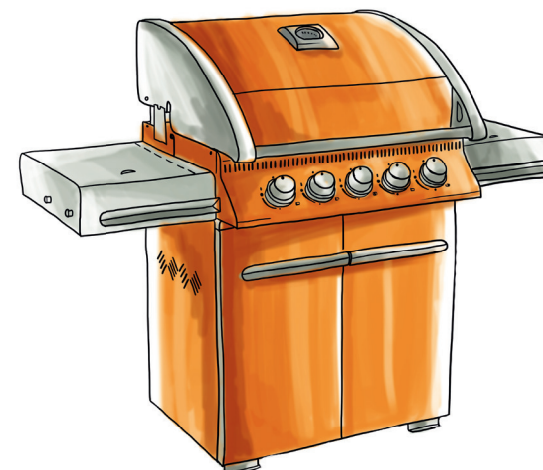
Vlees, vis en groenten; gerechten met een korte gaartijd, zoals antipasti-groenten; gerechtjes die indirect worden bereid, zoals kaas; lekkers voor op de pizzasteen, zoals brood; grotere stukken vlees voor aan het spies; gebak, zoals kaneelbroodjes, waarvoor een deksel nodig is.

## REINIGING

Gasbarbecues zijn niet alleen simpel aan te steken, je maakt ze ook nog eens heel snel schoon – op de hoogste stand brand je eenvoudig vet en etensresten weg. De verkoolde restanten kun je vervolgens wegvegen met een grillborstel. Vergeet vooral niet de vetopvangschaal te legen!

## RUST

Het geldt voor alle bereidingstechnieken, maar wordt vaak onderschat of valt ten prooi aan ongeduld: het rusten. Elk stuk vlees moet na het bereiden – grillen, roken, braden – en voor het aansnijden minimaal 5 minuten en nog liever 10 minuten rusten. Leg het vlees op een warme – niet hete! – plek en laat gewoon liggen; wikkel het eventueel in aluminiumfolie. Tijdens het rusten gaart het vlees nog even door dankzij de warmte diep vanbinnen en kunnen de vleessappen zich gelijkmatig verdelen. Snijd je een steak toch direct na het grillen aan, dan heb je geheid een plas op je bord, waarmee ook malsheid en smaak verloren gaan.





# ALGEMEEN

## gereedschap

Er bestaan allerlei handige hulpmiddelen voor het perfect (voor)bereiden van eten.

Barbecueën begint al in de keuken met het voorbereiden van vlees, vis, gevogelte, groenten, worst, kaas of desserts. Daarvoor heb je in de regel geen speciaal barbecuegereedschap nodig, maar volstaat een gewone keukenuitrusting: denk aan messen, lepels, spiesjes, borden, een vijzel, snijplanken en kommen en schalen voor marinieren en bewaren. Deze komen hier verder niet aan bod.

### VOOR ROOSTER EN GRILL

**Barbecuehandschoen:** ter bescherming van je handen tegen hitte, vonken en hete rook is een handschoen van leer of vuurvast textiel onmisbaar.

**Barbecue thermometer:** onmisbaar voor het meten van de kerntemperatuur en het bereiken van de ideale garing.

**Braadsledes en ovenschalen:** van metaal, aardewerk (Römertopf), keramiek of glas. Ze worden zelden op de barbecue gebruikt, hoewel het technisch best kan, maar dergelijke zaken druisen op een of andere manier toch een beetje in tegen het idee dat het eten op een barbecue nou juist direct boven de hittebron wordt bereid. Een uitzondering hierop vormen skilllets, pannen van gietijzer die op een heet rooster worden geplaatst en waarin etenswaar kan worden gebakken, of een saus wordt bereid.

**Burgerpers:** lijkt op een stempel met stempelkussen en is ideaal om burgers te vormen en de benodigde stevigheid te geven.

**Draaispies:** voor hele dieren, zoals een speenvarken, of groot gevogelte. Idealiter aangedreven door een motor, zodat de spies uren in hetzelfde tempo kan draaien.

**Gridlifter:** om het rooster mee op te tillen; vaak voorzien van een houten greep.

**Grillplaat:** wil je iets braden op de barbecue, dan is een grillplaat de beste optie. Deze platen hebben vaak een gladde kant en voor mooie grillstrepen een geribbelde kant.

**Grillschalen:** ideaal om kwetsbare producten indirect te grillen. Ook handig als lekbak. Bij direct grillen voorkomt een grillschaal dat vleessappen of olie op de vlam en de branders druppen, waardoor schadelijke stoffen zouden kunnen vrijkomen.

**Grilltang:** een stevige tang om het eten om te draaien.

**Groentemandje:** mand, rond of vierkant, met gaatjes. Ideaal voor het direct grillen van groenten, maar ook van kleinere stukjes vlees of vis.

**Kiphouder:** voor het grillen van een hele kip of kalkoen. Dankzij het vocht in het midden van de houder (bier, wijn of een mengsel) krijgt het vlees het gewenste aroma. Afhankelijk van de vorm wordt in de buitenrand vet opgevangen.

**Pekelspuit:** om marinades en pekelvocht in vlees te injecteren. Ook wel marinadespuit genoemd.

**Pizzasteen:** pizza heeft veel onderhitte nodig, en daarom is een speciale pizzasteen van chamotte ideaal. Verwarm hem heel goed voor een echt goede pizza.

**Rookbox:** wordt gevuld met houtmot of -snippers en zorgt voor een fijn aroma; rvs of gietijzer heeft de voorkeur.

**Rookschaal:** vergelijkbaar met een rookbox, bedoeld voor het aromatiseren van eten, maar deze wordt direct in het vuur geplaatst.

**Snijplanken:** in professionele keukens wordt, vanwege de strenge hygiëne-eisen, gewerkt met snijplanken van kunststof. Bij mensen thuis zie je vaak houten planken, omdat die mooier zijn. Anders dan houten snijplanken kunnen kunststof snijplanken in de vaatwasser, verkleuren ze niet snel en absorberen ze geen geuren en smaken. Toch zijn houten exemplaren, zo hebben tests bewezen, niet per definitie onhygiënisch. Het kan handig zijn om verschillende planken voor verschillende producten te hebben. Was snijplanken in elk geval altijd goed af, ook tussendoor, en gebruik een snijplank waarop kip is gesneden bijvoorbeeld nooit voor rauwe groenten.

**Spareribhouder:** ideaal om ribbetjes aan beide kanten gelijkmatig te grillen.

**Spatel:** liefst ca. 40 cm lang en van solide rvs gemaakt; voor het omdraaien van vis, vlees of groenten.

**Spiesen:** van hout of metaal. Houten spiesen moeten voor gebruik minimaal 2 uur in water worden geweekt om te voorkomen dat ze verbranden.

**Uitlekrooster:** ideaal om stukken vlees op te laten rusten. Zo kan het vocht goed weglopen en ligt het vlees niet in een plasje.

**Vishouder:** hiermee 'zet' je de vis op de grill; ook handig voor het roken van vis.

**Vleesvork:** onmisbaar voor het optillen, vasthouden en omkeren van vlees, vooral handig bij grotere stukken. Koop een goede vork van stevig rvs, want goedkope exemplaren zijn vaak niet handig als een stuk vlees net wat meer weegt.

# Kerntemperaturen

Of je nu een steak grilt, grote stukken vlees of zelfs hele dieren, je hoeft niet zenuwachtig te worden als je weinig ervaring met barbecueën hebt. Niemand is van de ene op de andere dag een grillmaster en met de onderstaande lijst en een degelijke thermometer, waarmee je de kerntemperatuur kunt meten, heb je de grootste kans op succes en ben je verzekerd van heerlijke barbecueavonden. Koop altijd producten van de beste kwaliteit die je je kunt veroorloven en gebruik

ingrediënten nooit direct uit de koeling, maar geef ze wat tijd om op kamertemperatuur te komen.

Bij mager vlees, zoals filets en vlees van de rug, zul je een zeker gevoel moeten ontwikkelen, omdat de kerntemperatuur daarbij nog belangrijker is dan bij bijvoorbeeld goed gemarmerd vlees, dat iets meer kan hebben.

## RUND

Product	Kerntemperatuur (°C)
Filet rosé	55-57 °C
Rosbief rosé	55-60 °C
Gebraad	68-70 °C
Borst/runderlappen	88-94 °C
Lende	55-59 °C
Steak rosé	55-57 °C

## VARKEN

Product	Kerntemperatuur (°C)
Ham rosé	65-68 °C
Medailles rosé	65-67 °C
Rugvlees rosé	65-69 °C
Filet rosé	58-62 °C
Nek	70-74 °C
Schouder	75 °C
Pulled pork	93-95 °C
Buikvlees	90 °C
Buik gevuld	70-75 °C
Spareribs	85 °C
Borststuk	85 °C
Gehaktballen	76 °C
Karbonade met bot	58-64 °C

## KALF

Product	Kerntemperatuur (°C)
Rug rosé	65-69 °C
Filet	58-62 °C
Gebraad	68-73 °C
Borstvlees	76-79 °C
Borst gevuld	76-80 °C
Lende	58-60 °C
Schouder	75-79 °C

## GEVOGELTE

Product	Kerntemperatuur (°C)
Hele eend	75 °C
Eendenborst rosé	62-65 °C
Hele kip	80-85 °C
Hele maïskip	80-85 °C
Kippenborst	72 °C
Borstvlees scharrelhoen	72 °C
Borstvlees parelhoen	70 °C
Hele kalkoen	80-89 °C
Struisvogelsteak	59 °C

## LAM

Product	Kerntemperatuur (°C)
Bout rosé	59-62 °C
Bout medium	70-74 °C
Rugvlees rosé	59-62 °C
Lamsrack rosé	55-57 °C
Kotelet	56 °C

## VIS

Product	Kerntemperatuur (°C)
Zalm	54-60 °C
Snoekbaars	62 °C
Zeeduivel glazig	55-59 °C
Zeeduivel	62 °C
Hele dorade	62 °C
Hele zeebaars	62 °C