



★ JAN BRAAI ★

INTERNATIONALE BESTSELLER

BRAAI

— ★ —
ALLES OVER HET ECHTE
BARBECUEËN







HOE BRAAI JE DE PERFECTE STEAK

Thuis de perfecte steak roosteren op de braai is een fluitje van een cent. Zolang je je aan een paar basisrichtlijnen houdt en aandacht besteedt aan wat je doet, heb je deze vaardigheid binnen de kortste keren onder de knie. En als je thuis eenmaal een geweldige steak kunt braaien, heb je de nodige kennis, kundigheid en ervaring opgedaan om dit overal en in alle denkbare omstandigheden te doen.

Wil je de perfecte steak creëren, dan moet het stuk vlees dat je gebruikt wel enige kwaliteit hebben. Hoe goed je ook kunt braaien, een inferieure steak zal nooit een eerste klas resultaat opleveren. Later in dit boek gaan we hier nader op in, maar laten we bij het begin beginnen: de volgende basisprincipes zullen je uitrusten met de bedrevenheid een uitmuntende steak te braaien, iets waar je de rest van je leven plezier van zult hebben.

1. De steak moet op kamertemperatuur zijn tegen de tijd dat-ie op de braai gaat.

- Als hij in de koelkast ligt, neem je de steak 20 minuten voor het braaien eruit en leg je hem in de schaduw of binnen. (Als je de moeite hebt genomen kwaliteitssteaks te kopen, zul je ze vast niet hebben ingevroren, maar is dat toch het geval, dan haal je de steaks die je wilt braaien minstens een dag van tevoren uit de vriezer. Leg ze in de koelkast, zodat ze langzaam kunnen ontdooien.)
- Het gaat om honderd procent eiwit, dus dek de steak af met een doek om vliegen en andere insecten weg te houden. Als er honden – of hyena's... – in de buurt zijn, leg de steak dan buiten hun bereik.

2. Je hebt een ruime hoeveelheid extreem hete houtskool nodig.

- Als je een groot vuur maakt, met echt hout, de beste manier van braaien, zorg dan meteen voor een grote opzet. Maak geen middelgroot vuur waaraan je later hout toevoegt, want wanneer de tweede partij hout is verbrand, zal de houtskool van de eerste partij al bijna uitgedoofd zijn. Wanneer het vlees eenmaal op het vuur gaat, is het proces snel voorbij, dus als je rond het vuur wilt blijven staan om met je gasten het leven bespreken

voordat jullie gaan eten, maak dan vooral een middelgroot vuur. Maar wil je gewoon lekker braaien, gebruik dan veel hout, wacht tot het verkoolt en braaien maar.

- Gebruik je kant-en-klare houtskool, neem dan een grote hoeveelheid. Voor een kleine braai heb je wat minder nodig. Ik gebruik meestal een grote zak houtskool als ik steaks rooster voor een feestelijke gelegenheid.
- Als je je afvraagt of je houtskool genoeg hitte afgeeft, is het antwoord vermoedelijk nee. Wil je een perfecte steak braaien, dan is het cruciaal dat de houtskool extreem heet is.

3. De exacte hoogte van je rooster is niet belangrijk. Een afstand van 5 tot 15 centimeter is prima.

- Als je thuis steaks braait, braai ze dan wel altijd op dezelfde hoogte; zorg ervoor dat je die hoogte precies weet.
- Braai je ergens anders, vergelijk de hoogte van het rooster dan met die van thuis en pas de braaitijd dienovereenkomstig aan.

4. Rooster steaks altijd medium-rare.

- Ben je dol op rare, en zeg je dat niet om stoer te doen als iedereen om je heen medium-rare bestelt, dan zou je sowieso geen steak moeten eten. Er zijn in dat geval twee geweldige gerechten die je zou moeten proberen: steak tartaar en rundercarpaccio.
- Heb je je steaks liever medium, koop dan eens steaks van superieure kwaliteit, leer ze beter te braaien en leer de smaak van medium-rare te waarderen.
- Heb je je steaks liever medium-well of well done, waarom lees je dit deel van het boek dan eigenlijk? Je bent vast uitstekend in staat om je vlees zonder nader advies toe te takelen.
- Als een van je gasten om medium vraagt en je hebt voldoende extreem hete houtskool, dan is er genoeg hitte om de steak medium te roosteren als de rest van het gezelschap zijn steak al geserveerd heeft gekregen. Vaak zal dit niet gebeuren, want de meeste mensen weten dat een steak medium-rare behoort te worden gegeten.
- Wil een van je gasten zijn of haar steak well done, weiger dat dan.

5. Voeg zout toe wanneer je wilt.

- Ik geloof niet dat het moment van zout toevoegen – van tevoren, tijdens het braaien of erna – veel verschil maakt voor de malsheid of sappigheid van het vlees.

6. Hou de tijd in de gaten vanaf het moment dat je de steaks op het rooster legt, en neem ze er na ongeveer 7 minuten af.

- Steaks met een dikte van 2½ à 3 cm, gebraaid op extreem hete houtskool en een rooster op circa 10 cm hoogte, doen er in totaal ongeveer 7 minuten over om medium-rare te worden.
- Deel de 7 minuten als volgt in: keer de steaks na 2 minuten voor het eerst om, en na nog eens 2 minuten voor de tweede keer; keer ze na 1½ minuut voor het laatst om. Laat de steaks dan nog eens 1½ minuut op het rooster liggen voor het perfecte resultaat.
- Je kunt gerust iemand anders vragen de tijd bij te houden terwijl jij het werk doet.

7. Gebruik een braai- of barbecuetang om het vlees om te keren, en geen vork, want die prikt er gaatjes in, waardoor er vleessap verloren kan gaan.

8. Het vlees moet droog zijn wanneer je het op het rooster legt; bedruip het niet voordat beide kanten 2 minuten geroosterd zijn.

- Wanneer de buitenkant van het vlees dichtschroeit door de hitte van de houtskool, vinden er chemische reacties plaats in het vlees waardoor de smaak deels wordt bepaald. Als je het vlees gaat bedruipen voordat die chemische reacties hebben plaatsgevonden, zal het vocht de buitenkant van het vlees laten koken en stomen. Je steak smaakt dan minder 'gebraaid'.

9. Gebruik je een vouwrooster, een zogeheten *toeklaprooster*, dan keer je alle steaks tegelijkertijd om. Maar keer je de steaks een voor een om, doe dat dan in dezelfde volgorde waarin ze op het rooster zijn gelegd, en neem ze ook in die volgorde van het rooster.

10. Vlees moet na het braaien even rusten voor je het eet.

- Na het rusten worden de vleessappen beter vastgehouden; ze vloeien er dan niet meteen uit bij het aansnijden.
- Laat de steaks niet koud worden voor het opdienen. Verwarm de borden waarop je ze serveert.
- Tegen de tijd dat iedereen is gaan zitten en klaar is om te gaan eten, zal het vlees voldoende hebben gerust.
- Bewaar steaks niet in een gesloten schaal met ander vlees om ze nog een uurtje te laten stomen terwijl een of andere dwaas zijn bevroren kip aan het braaien is. Dan verpruts je de steaks.

AANPASSINGEN

Als je bovenstaande stappen hebt gevolgd, moet je beoordelen of de steaks inderdaad perfect waren. Is dat niet het geval, herhaal de stappen dan en maak kleine aanpassingen tot je je techniek hebt geperfectioneerd. De meest voor de hand liggende staan hieronder opgesomd.

- Als de steaks vanbuiten zwartgeblakerd zijn, kan het zijn dat niet het vlees maar de marinade of specerijen zijn verbrand. De eenvoudigste manier om dit probleem te verhelpen is het vlees voortaan niet te marineren.
- Als de steaks medium of well done gebakken zijn, waren ze waarschijnlijk te dun. Braai voortaan dikkere steaks – of braai steaks van dezelfde dikte korter.
- Als de steaks taai of smakeloos zijn, koop je steaks dan voortaan ergens anders.
- Als de steaks nog te rood zijn, was je houtskool niet heet genoeg. Zorg voor meer hitte. Je zult verbaasd staan over de hitte die een stuk niet-gemarineerd vlees 7 minuten lang kan hebben zonder te verbranden. Het kan ook zijn dat je steaks erg dik zijn; braai ze dan iets langer. Als je thuis eenmaal perfecte steaks kunt braaien, lukt het in principe overal. Laat de houtskoolhitte te wensen over, zet het rooster er dan zo dicht mogelijk boven. Als de steaks uitzonderlijk dik zijn, braai je ze wat langer – en als ze erg dun zijn: korter. Als het rooster op maar één hoogte kan worden gezet en de afstand groot is, reken je iets meer braaitijd.



CAPE TOWN

VOORDAT JE BEGINT...

In dit stadium heb je misschien nog geen idee of je dit boek gaat waarderen en of je de informatie die erin staat bruikbaar zult vinden. Dus het zal je weinig kunnen schelen wie me hebben geholpen er een succes van te maken, aangezien je niet eens weet of je het als een succes beschouwt. Daarom vind je aan het eind van het boek, na het hoofdstuk 'Wat is een *man-oven?*', een bladzijde met een dankbetuiging. Wanneer je die bladzijde hebt bereikt, zul je inmiddels wel weten of je mijn woorden van dank wilt lezen.

Dit boek gaat over braaien, over het maken van vuur met hout, en over het bereiden van overheerlijke gerechten op de kolen van dat vuur. Dankzij de unieke kant die mijn leven de afgelopen jaren op is gegaan, heb ik het geluk dat ik vaak heb mogen braaien, met een verscheidenheid van mensen, op diverse prachtige plekken en met de toepassing van verschillende technieken. Het gevolg is dat ik vrij veel impliciete kennis heb opgedaan die ik met jou wil delen – om bij wijze van spreken jouw vuur op te porren. Om alle kennis uit dit boek goed tot je te nemen, zul je het eerst van begin tot eind moeten lezen, want zo heb ik het geschreven en bedoeld. Daarna kun je steeds meteen naar een specifiek recept voor een bepaalde gelegenheid gaan. Het kenmerk van impliciete kennis is dat de bezitter ervan zich niet altijd bewust is van alles wat hij of zij weet, en dat sommige dingen heel belangrijk kunnen zijn terwijl ze maar één keer genoemd worden. Mocht je een tip oppikken die je in het algemeen relevant vindt voor het braaien, pas die dan gerust ook toe op de andere braairecepten, ook al geef ik diezelfde tip niet overal opnieuw.

Waarschijnlijk ben ik in Zuid-Afrika de persoon die het meest is geïnterviewd over het onderwerp braaien, dus ben ik vrij goed op de hoogte van wat mensen erover willen weten. Ik heb vrijwel alle vragen ergens in dit boek beantwoord. *Braai* bevat een hoop informatie die veelal is doorspekt met een flinke dosis persoonlijke opvattingen.

In dit boek komen mijn nogal eigenzinnige ideeën tot uiting – en mocht je je hierdoor af en toe beledigd voelen, dan maak ik bij voorbaat mijn excuus. Het is mijn bedoeling geweest een boek te schrijven waar je wat aan zult hebben; ik wilde het dus zo schrijven dat het nuttig en bruikbaar zou zijn. Heb je een specifiek stuk vlees nog nooit gebraaid, dan heb je naar mijn bescheiden mening niet veel aan een boek met vage aanwijzingen als 'braai het tot de door jou gewenste gaarheid is bereikt'. Hoe weet je nou wat je lekker vindt als je iets nog nooit eerder hebt bereid? Daarom zeg ik bijvoorbeeld dat je iets precies 10 minuten moet braaien omdat dat naar mijn smaak het beste resultaat oplevert. Heb jij daar andere ideeën over, dan braai je het de volgende keer 8 of 12 minuten, maar dan ben je al een stap verder in je braaikennis en -vaardigheid – en heb ik mijn doel bereikt.

Het boek dat je in je handen hebt, is best bijzonder. Het is in het Engels voor het eerst gepubliceerd in 2012, waarna het een aantal keren is heruitgegeven, en is beschreven als 'het beste braaiboek dat ooit is verschenen'. Inmiddels zijn er meer dan 50.000 exemplaren van verkocht. Een fors aantal als je je alle kopers voor de geest haalt in een vol stadion, met het boek in de hand. Ik wil al deze mensen bedanken voor hun interesse in ons fantastische Zuid-Afrika en onze trotse, traditionele bereidingswijze van gerechten op open vuur.

Jan Braai



Rund

oftewel steak



RUMPSTEAK MET KNOFLOOKBOTER

Een steak of biefstuk is een uniek stuk rundvlees dat gebraaid moet worden op extreem hete houtskool, zodat de buitenkant dichtschroeit terwijl de binnenkant medium-rare en sappig blijft. Dit kan een probleem zijn als je diverse vleessoorten roostert, want de steak moet als eerste op de braai, wanneer de houtskool nog gloeiend heet is. Tegen de tijd dat al het andere is gebraaid, zal de steak helemaal koud zijn, of erger nog, iemand kan hem op een afgedekte schaal hebben gelegd om hem warm te houden, waar het vlees op laag vuur is gestoomd tot het een grijs en zompig stukje rubber is geworden.

Bij grote braaifeesten los ik dit probleem soms op door de steaks op het ideale moment te roosteren – vlak nadat het vuur uit is en de houtskool op zijn heetst is – en ze als voorgerecht op te dienen.

BENODIGDHEDEN

(per persoon)

rumpsteak van 50-100 g

(voor een voorgerecht of snack)

zout en peper

1 klontje knoflookboter

(een kant-en-klare versie uit de winkel is prima)

WERKWIJZE

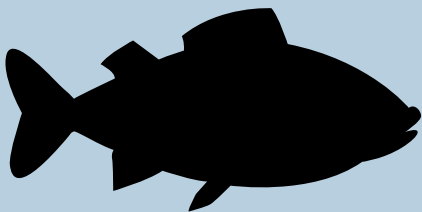
1. Maak een zeer heet brandend vuur.
2. Neem de steak uit de koelkast en laat hem in 20 minuten op kamertemperatuur komen. Als er veel bloed of vleessap in de verpakking zit, spoel je de steak af onder koud water en dep je hem droog met keukenpapier.
3. Er is geen specerij of marinade nodig voor je het vlees boven het vuur legt.
4. Braai de steaks 6-8 minuten boven de zeer hete houtskool. Keer ze één of drie keer tussentijds om en zorg ervoor dat beide kanten ongeveer even lang zijn geroosterd. Gebruik voor de timing een horloge met secondewijzer.
5. Neem de steaks van het rooster en leg ze op een snijplank.
6. Laat ze een paar minuten rusten en snij ze dan in repen. Doe dit dwars op de draad in een hoek van 45 graden.
7. Leg de repen op een schaal en bestrooi ze met zout en versgemalen peper naar smaak.
8. Verdeel er kleine beetjes boter over. De boter zal smelten in het vlees en zo extra smaak toevoegen.
9. Serveer de steakrepen meteen aan iedereen die rond het vuur staat.

EN...

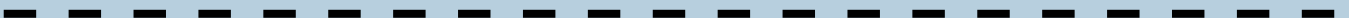
- Ben jij er de persoon niet naar om knoflookboter kant-en-klaar bij de supermarkt te kopen, maak dan je eigen variant door zachte boter op smaak te brengen met geperste knoflook, je favoriete verse kruiden plus wat zout en peper.
- Dit recept doet het ook goed met ossenhaas, entrecote of ribeye. Als je geen voorgerecht of snack wilt maken, maar een hoofdgerecht, neem dan 250 gram vlees per persoon.



Vis & Zee



vruchten



De eerste regel bij het braaien van vis en zeevruchten luidt: gebruik altijd alleen verse producten. Er bestaat geen uitzondering op deze regel.

Er zijn een paar manieren om te checken of een vis vers is: door hem goed te bekijken (de ogen moeten helder zijn en de huid moet glanzen); door te duwen op het visvlees om na te gaan of het terugveert (blijft er een deuk achter, dan is dat geen goed teken); of door eraan te ruiken (als de vis naar oude vis ruikt, dan is-ie oud), maar de ervaring heeft mij geleerd dat de allerbeste manieren om verse vis te bemachtigen zijn:

- Vang je vis zelf.
- Koop je vis direct van vissers op een strand of in een haven.
- Koop je vis bij een betrouwbare vishandelaar.

Schaaldieren als garnalen die zijn diepgevroren direct nadat ze zijn gevangen, kunnen met succes worden gebraaid. Een goede vishandelaar heeft gewoonlijk wel diepgevroren garnalen. Er zijn mensen die zeggen dat langoesten kunnen worden ingevroren en daarna gebraaid, maar ik heb geen idee of het waar is.

Elke verse vis die is gebraaid en bedropen met boter, knoflook, citroensap, peterselie, zout en peper smaakt geweldig. Geen vis heeft ooit geklaagd als er ook witte wijn aan dit basisrecept werd toegevoegd. Hou je van een beetje pit, voeg dan wat chili- of paprikapoeder toe, en voor een hartige smaak wat sojasaus. Bestrijk de vis voor de braai met olie, zodat-ie niet aan het rooster blijft plakken.

Er zijn globaal drie manieren om vis te braaien: heel en gesloten, heel en open, of als filets. Alle drie komen in dit hoofdstuk aan bod. Je kunt de vis ook altijd in aluminiumfolie wikkelen, waardoor de kans op verbranden kleiner wordt en je de vis boven grotere hitte kunt braaien. De vis wordt dan gestoomd, wat op zich niet erg is, maar de braaismaak wordt minder – en dat is jammer.

Sommige mensen snijden vis in dikke plakken en noemen ze 'vissteaks'. Maar hiermee worden de graten in stukken gesneden en heb je meer kans op een graat in je keel. Ik raad het braaien van vissteaks dan ook sterk af.

VIS OP DE BRAAI IS KLAAR:

- wanneer het visvlees in flinters kan worden verdeeld met een vork of een mes,
- als het visvlees loslaat van de graten wanneer je eraan trekt,
- als het visvlees niet langer doorzichtig, maar wit van kleur is,
- maar bovenal als jij zelf denkt dat de vis klaar is – negen van de tien keer is dat dan hoogstwaarschijnlijk het geval.

GARNALEN PIRIPIRI

Gebraaide garnalen of gamba's zijn heel populair. Op de braai worden de schalen krokant en krijgt het vlees een gekaramelliseerde en rokerige smaak. Als je garnalen gaat braaien is het niet belangrijk dat ze zijn gepeld, maar de darmkanaaltjes moeten wel worden verwijderd. De schaal geeft smaak en voorkomt uitdrogen. Garnalen worden vaak diepgevroren verkocht. Ontdooi ze zoals beschreven in stap 1 hieronder. Om de garnalen bloot te stellen aan de directe hitte van de houtskool kun je ze aan metalen pennen rijgen en in een vouwrooster plaatsen, maar je kunt ze ook braaien in een pan met gaten. Garnalen hoeven tijdens het braaien maar één keer te worden omgekeerd. Het geeft niet als de schalen hier en daar schroeiplekjes vertonen; je gaat de garnalen immers toch nog pellen.

BENODIGDHEDEN

(voor 2-4 personen)

1 kg grote garnalen, diepgevroren

(darmkanaaltjes verwijderd, maar met schaal en kop)

piripirisaus

(zie blz. 134 – je hebt de helft ervan nodig voor dit recept, dus halveer de ingrediënten voor de saus of bewaar de rest in de koelkast voor een andere maaltijd)

2 el gehakte peterselie

WERKWIJZE

1. Laat de garnalen ontdooien door ze 30 minuten in een grote kom koud water te laten staan.
2. Als de darmkanaaltjes er nog in zitten, verwijder ze dan: knip elke staart aan de achterkant open met een keukenschaar, te beginnen vanuit de opening tussen kop en staart, en trek het kanaaltje eruit met de tand van een vork. Dit is geen lastig karwei, maar het duurt wel lang. Vraag daarom liever de vishandelaar bij wie je de garnalen koopt het te doen.
3. Bereid de piripirisaus (zie blz. 134) door alle ingrediënten te mengen, en voeg dan de peterselie toe.
4. Laat de garnalen uitlekken en druppel de piripirisaus erover. Schep ze om, zodat ze rondom met de saus worden bedekt. Je kunt ze ook met de saus in een afgesloten plastic zak doen. Laat ze 30 minuten tot 1 uur marineren.
5. Om de garnalen direct aan de houtskoolhitte bloot te stellen, braai je ze in een pan met gaten, een draadmand of aan spiesjes in een vouwrooster. Boven middelhete tot hete houtskool zijn ze na zo'n 6 minuten klaar; de schaal verandert dan van kleur, van wit naar roze, en het vlees van glazig tot opaak (ondoorzichtig).
6. Kook de saus waarin je de garnalen hebt gemarineerd tijdens de 6 minuten braaitijd. Het is belangrijk om saus die je als marinade hebt gebruikt te koken voordat je hem als dip serveert.
7. Als de garnalen klaar zijn, neem je ze van braai, schenk je de gekookte warme saus erover en serveer je ze meteen. Of gooi de marinade weg en serveer de garnalen met vers gemaakte piripirisaus.

EN...

- Je kunt de garnalen ook in een gewone vuurvaste pan (bijvoorbeeld voor paella) braaien. Doe ze in dat geval samen met de marinadesaus in de pan en bak ze op hoog vuur (veel houtskool of zelfs vlammen) – na zo'n 6 minuten zijn ze klaar.
- Hou je niet van garnalen piripiri, dan kun je de saus vervangen door de knoflook-citroenboter van bladzijde 106.
- Op bladzijde 163 staat een foto van een 'braaipan' of grillpan met gaten: heel handig voor garnalen.

