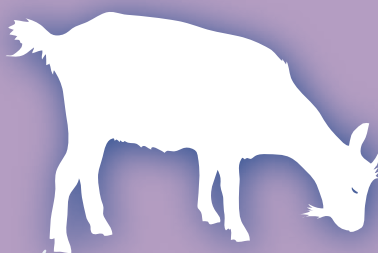




Capretto is de naam voor een zuiglam, een geitenlam van 8 tot circa 10 weken. Het lam krijgt alleen biologische melk. De smaak is zacht en vol en niet te vergelijken met enig ander vlees.



Chevon is een geitenlam van 5 tot 7 maanden. Het krijgt biologische melk en later ook ruwvoer en granen. Het lam is veel buiten en ontwikkelt al meer spieren, wat te zien is in de structuur van het vlees. Het vlees heeft meer karakter en, net als wild, een heel eigen smaak. Nog versterkt doordat het vlees na de slacht heeft gerijpt.



Capra Select is de verzamelnaam voor geiten, veelal vrouwelijke dieren, van 7 maanden tot 2 jaar oud. Deze geiten zijn geselecteerd op vleeskwiteit en minder geschikt als melkgeit. Ook deze geiten leveren mooi vlees. De smaak is nog meer uitgesproken.

Nederland ontdekt biologisch geitenvlees

Biologisch geitenvlees is een bijzonder product. Het is vlees met een uitgesproken karakter. Steeds meer consumenten ontdekken de pure smaak van biologisch geitenvlees. Ook restaurants zetten steeds vaker mooie gerechten met biologisch geitenvlees op de kaart.

Dat de geitenhouderij biologisch is geeft een duidelijke meerwaarde. De geiten krijgen er veel ruimte, weidegang en biologisch voer. Dit geeft smaak en structuur aan het vlees.

Korte keten voor een logisch product

Nederland telt zo'n 17.000 biologische melkgeiten. Om melk te kunnen geven krijgen melkgeiten jaarlijks één of meer lammeren waarvan de helft bokjes. Een aantal biologische geitenhouders heeft het initiatief genomen om hun lammeren biologisch af te mesten en af te zetten op de Nederlandse markt. Zij nemen hiermee verantwoordelijkheid voor een logisch aspect van hun bedrijfsvoering. Samen werken ze aan een diervriendelijke en duurzame oplossing.

Een professionele markt

Geitenhouders, restauranthouders, slagers en onderzoekers werken samen aan de professionalisering van de afzet van biologisch geitenvlees. Zij organiseren o.a. proeverijen, kookworkshops en studiebijeenkomsten. Hun gedeelde ervaringen leveren nieuwe actiepunten en onderzoeksvragen voor de betrokkenen in dit praktijknetwerk.

Dit initiatief wordt begeleid door het Louis Bolk Instituut, contactpersoon Renske Loefs, zie www.louisbolck.nl.

Informatie, verkooppunten en recepten vindt u op www.geitenvlees.com

Biologisch geitenvlees

vlees
met
karakter

www.geitenvlees.com



Capretto



Gemarineerde schouder

Ingrediënten per schouderstuk / 4 personen:

- 1 Capretto schouder (in 1 of 2 stukken)
- 1 eetlepel geraspte citroenschil
- 4 eetlepel honing
- 60 ml droge witte wijn
- 1 kleine fijngesneden ui
- 4 eetlepel verse of 1 eetlepel gedroogde fijn gesneden munt
- 1 eetlepel citroensap
- peper en zout
- roomboter, bij voorkeur geklaarde boter

Marineren

Doe het schouderstuk in een schaal. Meng de overige ingrediënten en bedek het vlees hiermee. Laat het enkele uren of een nacht afgedekt en koel staan.

Braden

Verwarm boter in een grote braadpan. Haal het schouderstuk uit de marinade en braad het langzaam op een laag vuur aan beide kanten aan (min. 5 minuten per kant). Haal het vlees uit de boter, voeg de marinade toe en breng het aan de kook. Leg het vlees er weer in en laat het in de marinade minimaal 1 ½ uur op een laag vuur sudderen. Regelmatig de marinade over het vlees schenken. Laat de honing niet caramelliseren door de marinade goed te blijven vermengen. Keer het vlees enkele keren om.

Of grillen

Dit gerecht leent zich ook goed om te grillen. Haal het schouderstuk uit de marinade en grilleer het langzaam 1 tot 1 ½ uur. Besprenkel het regelmatig met de marinade en keer het één maal om. Ook hierbij oppassen dat de honing in de marinade niet aanbrandt of caramelizeert. Prik niet in het vlees, dan verliest het vocht. Als het vlees makkelijk loslaat de botstukken verwijderen. De overgebleven marinade warm over het gesneden vlees serveren. Lekker met couscous en een frisse groene salade.

Chevon



Zadelstuk

Ingrediënten voor 2 à 4 personen:

- 1 zadelstuk
- olijfolie
- boter
- 2 rode paprika's
- 12 grote tenen knoflook
- peper en zout
- 1 dl muntsaus

Braden en trancheren

Bestrooi het zadelstuk met peper en zout en leg het in een ovenschaal. Schenk er iets olijfolie over en leg er een paar klonten boter op. Zet de schaal in een heteluchtoven van 200 °C en braad de zadel mooi bruin. Regelmatig met een lepel de hete braadjus over het vlees schenken (= arroseren). Na 25 minuten is de zadel rosé tot bijna gaar van binnen. Haal de zadel uit de oven en laat het rusten. Na minimaal 30 minuten de filets eruit snijden en in stukken snijden (= trancheren). Leg de filets omgekeerd terug en warm het vlees weer op in een oven van 200 °C in 2 minuten. Serveren met muntsaus en gepofte knoflook en paprika.

Paprika en gepofte knoflook erbij

De paprika's op een met olie bestreken ovenschaal leggen en in een oven van 200 °C garen. Eruit halen, schillen en in gelijke stukken snijden. De knoflook pellen en op een met olie bestreken ovenschaal leggen en bestrooien met peper en zout. Afdekken met aluminiumfolie en garen in een oven van 200 °C in 20 minuten.

Capra Select



Tajine met dadels en amandelen

Ingrediënten voor 4 à 6 personen:

- 1 tot 2 kg capra select met bot
- 4 eetlepels olijfolie
- 2 eetlepels boter
- 3 uien fijngesnipperd
- 2 theelepels gemalen kurkuma
- 1 theelepel gemalen gember
- 2 theelepels gemalen kaneel
- 250 gr mooie dadels, ontpit
- 1 1/2 eetlepel vloeibare honing
- zeezout en vers gemalen zwarte peper
- 1 eetlepel olijfolie + een klontje boter
- 4 eetlepels blanke amandelen
- bosje verse peterselie

Stoven

Verhit de olie met de boter in de kookpot of braadpan. Fruit hierin de uien goudbruin. Roer de specerijen erdoor. Leg het vlees hierin en schep het specerijenmengsel erover heen zodat het vlees bedekt is. Giet er heet water bij tot het vlees bijna onderstaat en breng tegen de kook aan. Draai het vuur laag, doe het deksel op de pot of op de pan met een kleine opening en laat alles 2 à 3 uur zeer zachtjes stoven. Haal nu het vlees uit de schotel en verwijder de botten. Het vlees laat gemakkelijk los. Snijdt het vlees in kleine stukjes en doe terug in de pot.

Met vruchten, noten en kruiden

Voeg de dadels toe en roer de honing erdoor. Dek de tajine weer af en laat alles nog 30 minuten zeer zachtjes stoven. Breng op smaak met zeezout en flink wat zwarte peper. Verhit de olijfolie en de boter in een kleine pan. Roer de amandelen erdoor en bak ze goudbruin. Bestrooi het vlees en de dadels met de noten en vervolgens met de bladpeterselie. Geef er couscous bij en mogelijk een knapperige groene salade met citroendressing als tegenwicht voor de zoete smaak van de tajine.