

# Recept

## Kroketten

De echte Hollandse kroket en bitterbal

Vroeger dienden kroketten als restverwerking. Had je vlees, vis of kaas over, dan maakte je er kroketten van. De basis is steeds hetzelfde: een ragout, die dikker is dan wanneer je hem zó serveert. Met die ragout kun je heel veel variëren; niet alleen in het hoofdingrediënt, maar ook in de gebruikte kruiden, toegevoegde zaken (ui, paddenstoelen, spekjes) en in de gebruikte vloeistof voor de saus (bouillon, wijn, melk, of gewoon water).

Het eten van kroketten of op z'n sjiek croquetten is wel veranderd in de loop der tijd. Vóór de Tweede Wereldoorlog was de kroket al populair, vanwege de al genoemde restverwerking. Kroketten werden als warm voorgerecht geserveerd bij het diner. Zij lagen dan netjes op een gesteven, sierlijk gevouwen servet, gegarneerd met wat toefjes krulpeterselie. Probeer dat nu maar eens bij een etentje! Tegenwoordig is de kroket gedegradeerd tot junkfood. Hij komt uit de muur, of uit de diepvries, en wordt als tussendoortje genuttigd. Bekijk het onderstaande recept, en vergelijk dat eens met de ingrediëntenlijst op een diepvriesverpakking. Trek dan de conclusie dat eigen gemaakte kroketten beter en lekkerder zijn

Vleeskroketten –

### Een basisrecept

Voor 15 tot 20 kroketten of 30 tot 50 bitterballen; voorbereiding 30 minuten + koelen; een paar uur bereiding 15 minuten.

### Bouillon

600 gr gaar soepvlees (van rund) voor de bouillon

### Voor de roux

1 ui, gesnipperd

60 gr boter

60 gr bloem

5 dl bouillon

peper, zout, foelie, nootmuskaat,



### Voor het paneren

bloem

losgeklopte eieren of eiwitten

Paneermeel

Koken met liefde

Recept Jan van Wezel

[www.koken-met-liefde.nl](http://www.koken-met-liefde.nl)

# Recept

## Vorbereiding

Maak van het soepvlees een sterke bouillon Snijd het soepvlees heel fijn. of maak er draadjes van , fruit de ui in de boter tot glazig zijn doe nu de bloem erbij en maak een mooie roux

.Doe de bouillon erbij en roer goed laat het doorkoken en Doe het vlees erdoor Schep het fijngehakte vlees door , en laat deze helemaal afkoelen. Bewaar tot gebruik in de koelkast.

Haal de ragout vlak voor verwerking uit de koelkast. Vorm met de handen lange ronde staven (kroketten) of balletjes (bitterballen), niet te dik, anders moeten ze te lang in de frituur. Zet drie diepe borden klaar, één met bloem, één met losgeklopt ei, en één met paneermeel. Haal de kroketten of bitterballen achtereenvolgens door bloem, ei en paneermeel. Voor een lichtere versie kun je ook alleen eiwit gebruiken in plaats van heel ei. Let erop dat de kroketten compleet gepaneerd zijn, zodat er tijdens het frituren geen barsten in de korst komen, en de vulling in de olie gaat zwemmen. Leg de gepaneerde kroketten een half uur terug in de koelkast.

## Bereiding

Verhit frituurolie of -vet tot 180 °C. Frituur de kroketten tot ze goudbruin zijn, ongeveer vier minuten. Laat ze even op keukenpapier uitlekken.

## Serveren

Tja, zoals je wilt. Als snack, als voorgerecht voor een ouderwets dinertje, of als avondmaaltijd met frites, appelmoes, en ook wat verse groenten voor de volledigheid. Mosterd is een klassieke begeleider voor kroketten en bitterballen.

## Kroketvarianties

Met kroketten kun je heel makkelijk variëren. Ik noem een paar mogelijkheden. Als je ze doorneemt, kom je vanzelf op honderden andere mogelijkheden, als je maar een paar dingen onthoudt:

Saus + vulling = ragout

Ragout + paneren = kroket

Dan kun je van werkelijk alles kroketten maken. De ragout moet wel flink gevuld zijn (per deciliter vocht 110 gram vulling), en goed gebonden. Als je minder vulling of boter en bloem wilt gebruiken, moet je gelatine toevoegen aan de vulling. Het resultaat is een kroket waarvan de inhoud na het openbijten uit het omhulsel vloeit, want de gelatine smelt natuurlijk weer bij het frituren.

Kaaskroketten maak je door in de roux melk in plaats van bouillon te gebruiken, je fruit géén uitje en roert in plaats soepvlees kaas (geraspt of in kleine blokjes) door de saus. Kruid de ragout met witte peper, nootmuskaat, peterselie.

Goulash kroketten maak een mooie goulash van de ragout In de plaats van rund kan je ook kip of groente varieer naar harte .En laat ze zeker mij proeven

Koken met liefde

Recept Jan van Wezel

[www.koken-met-liefde.nl](http://www.koken-met-liefde.nl)