

Mister Maarten met Marjanne
Borren tussen de haantjes.

MISTER KITCHEN *kraait naar sappige haantjes*

Geen broodhaantjes, maar 'leghaantjes' zet Mister Kitchen met pasen op tafel. Want het gemiddelde mannelijke kuiken wordt namelijk niet ouder dan één dag en dat is zonde. Eendagskuikeken vernietigen is onzinnige verspilling en haantjes smaken bovendien fantastisch van de barbecue of van het spit en ook in de soep. Mister Kitchen herontdekt en waardeert de mannelijke kip!

PRODUCTIE MISTER KITCHEN FOTOGRAFIE ERNIE ENKELAAR STYLING CYN FERDINANDUS BEWERKING TRUDÉLIES SCHOUTEN



**De witte zijn
hanen, de
bruine hennen.
Ze leven apart,
maar soms is
er een brutale
overloper.**

haantje de voorste

Haantjes zijn in ons land zeldzaam op het menu. Vroeger was dat anders. Hennen legden eieren en haantjes werden grootgebracht voor het vlees. Na verloop van tijd werden kippen gesorteerd op vlees- of legkwaliteit. De grote, vlezige kippen werden vleeskip. De kleine, maar productieve kipjes schopten het tot fulltime legkip. Legkippen kunnen namelijk op weinig voer relatief veel eieren leggen. Zo werden de broertjes van de legkippen door hun kleine formaat en langzame groei te duur om op te fokken. Van een kale (lees: kleine) haan kun je immers niet plukken! Sindsdien vliegen deze pechvogels vlak na hun geboorte linea recta terug naar de kippenhemel. Maar gelukkig niet op biologische boerderij De Lankerenhof in Voorthuizen, waar Marjanne en Chris Borren alle producten van hun land ‘tot iets waardevols willen laten uitgroeien’. Oók de mannelijke kuikens: die zijn hier terecht haantje de voorste.

smaakvol vlees

Op De Lankerenhof scharrelen de haantjes zo’n dertien weken in alle vrijheid rond. Dit leven is overigens twee keer zo lang als van de gemiddelde plofkip! Daarna beginnen ze ongewenst haantjes-gedrag te vertonen en zijn ze rijp voor de slacht. Door groei(tijd) en beweging wordt het rodere vlees stevig en krachtig van smaak. Een echt oudere vogel kan zelfs naar wild smaken. Marjanne: ‘Ik heb een keer coq au vin gemaakt van een oude haan. Die moest vijf uur worden gestoofd. Mijn gasten dachten dat het gestoofd draadjesvlees was.’ Jonge haantjes met genoeg vlees voor twee personen doen het goed op de barbecue of geplukt in soep. Omdat ze al zo smaakrijk zijn, hoeft je dit vlees weinig bij te kruiden.

creatief met kip!

Voordat de kip aan het spit kan, begeeft Mister Kitchen zich tussen de hennen en hanen. Zodra we de staldeuren van de boerderij openen, steken er kippenkoppen uit. De vogels schieten direct naar buiten: in struiken, onder bomen en tussen de koeien; stuk voor stuk natuurlijke schuilplaatsen tegen roofvogels. Een enkele kip woelt zich schoon door het stof. Maar het merendeel scharrelt rondom de stal een maaltje van zaadjes bij elkaar. Als Mister Maarten midden in het veld begint te barbecueën wordt er om hem heen nieuwsgierig getokt. De brutale dieren springen nog net niet uit zichzelf op de gloeiende kolen. ‘Uiteraard kun je culinair veel meer kanten op met sappige haantjes, dus gaan we de volgende dag verder koken in éigen keuken. Plukken, frituren, grillen, koken en we stoppen ze ook in een bijzondere kipgrill die draait op de hitte van gloeiende kooltjes!’ Mister Kitchen laat het zich smaken en weet het zeker: eeuwig zonde om haantjes niet groot te brengen.

over de boerderij én de haantjes

Niet alleen de haantjes worden gespaard bij De Lankerenhof, maar ook het milieu. Zo heeft de boerderij geïsoleerde daken en worden ruimtes niet onnodig verwarmd. Warme lucht wordt hergebruikt om mest en strooisel te drogen. De geproduceerde mest wordt in de directe omgeving gebruikt. Naast haantjesvlees verkoopt De Lankerenhof ook (bio)eieren, pasta, boeren eierroom, soepkip en kippenpaté. Producten van De Lankerenhof zijn online te koop via okvlees.nl, willemendrees.nl, smaakschatten.nl en beebox.nl. Kijk op lankerenhof.nl voor een volledige lijst verkoopadressen.

WIJSHEID VAN
DE KIPPENBOER:
'VOOR EEN GEZOND
EVENWICHT ZOU JE
PER 300 EIEREN
DIE JE EET
ÉÉN SOEPKIP EN ÉÉN
HAAN MOETEN ETEN'



mister kitchen.

Butterfly chicken

haan van het spit met
waterkersmayo en koolsalade

hoofdgerecht (4 personen)

2 (bio)citroenen
2 haantjes
2 platte Marokkaanse broden
ook nodig: barbecue met draaiend spit*,
houtschool

salade

300 g witte kool, dun geschaafd
150 g wortels, julienne** gesneden +
1 rode ui, in dunne halve ringen
1 stevige zoetzure handappel,
julienne** gesneden +
2 el mosterd
sap van ½ citroen
2 tl karwijzaad, geroosterd
4 el olijfolie

waterkersmayonaise

80 g waterkers, heel fijngesneden
100 g walnoten, grof gehakt
5 el mayonaise zonder suiker***
rasp en sap van ½ (bio)citroen
3 el walnootolie
2 el appelciderazijn

Prik de citroenen in met een satéprikker en stop er een in elk haantje. Rooster de haantjes aan het draaiende spit* in 50-60 min. boven de warmte van de kolen gaar en mooi bruin.

Meng voor de salade de groente en appel. Maak de salade aan met mosterd, citroen, karwijzaad en olijfolie en breng op smaak met peper en zout.

Meng alle ingrediënten voor de waterkers-mayonaise.

Pluk het vlees van de botten van de haantjes en serveer met het brood, de salade en mayonaise.

* Kijk op [delicious.magazine/aanhetsspit](#) voor roosteren aan het spit.

** Julienne snijden – luciferdunne reepjes – gaat gemakkelijk met een mandoline, te koop bij kookwinkels.

*** In veel mayonaisesoorten zit suiker, probeer er een te vinden zonder suiker. Sommige Franse merken hebben mayonaise zonder suiker. Of maak je eigen mayonaise, zie [delicious.magazine/mayonaise](#).

Bereiden ± 35 min. / roosteren ± 55 min.

fried chicken

hapje of voorgerecht (4 personen)

Dit recept is gebaseerd op een recept van de Aziatische chef David Chang, die momenteel furore maakt in onder meer New York. David pekelt de kip eerst, zodat de structuur heerlijk sappig en zacht blijft, de kip of in dit geval haan behoudt dan ook veel meer smaak. Begin wel de avond van tevoren aan dit gerecht.

1 haan, in stukken* gesneden
½ l karnemelk
2 pakjes instant noedelsoep (à 120 g)
zonnebloemolie om te frituren
100 g bloem
4 eiwitten, licht losgeklopt
olie, om in te frituren

dipsaus

2 el vissaus
½ rode peper, zonder zaadlijst, fijngesneden
20 g verse gember, geraspt
rasp en sap van 1 (bio)limoen
5 takjes koriander, gehakt

Breng voor het pekelbad 12 g zout (iets meer dan 1 el) met 2 l water aan de kook en los het zout op. Laat het pekelwater afkoelen. Leg de haan een nacht in het pekelbad. Neem de haan eruit en leg hem dan in de karnemelk. Door het zuur wordt de kip nog malser en zachter. Laat 2 uur marineren.

Meng alle ingrediënten voor de dipsaus.

Maal de noedels uit het pakje noedelsoep in de keukenmachine tot het kruimelig is. Voeg de zakjes seasoning (uit pakje noedels) aan de gemalen noedels toe, maar niet de olie en het knoflookpoeder.

Zet 3 borden klaar, één met bloem, één met losgeklopte eiwit en één met noedelkruim. Neem de stukken haan uit de karnemelk, dep ze droog en haal ze eerst door de bloem, dan door het eiwit en dan door het noedelkruim.

Verhit de frituurolie voor tot 170°C, of tot een stukje brood in 1 min. goudbruin kleurt.

Frituur de stukken kip in 6-9 min. tot ze rondom bruin, krokant en gaar zijn. Laat kort op keukenpapier uitlekken en serveer met de dipsaus.

* Snijd of hak de stukken kip zo dat ze van gelijke grootte zijn. Daarvoor moet je bij

sommige stukken door wat steviger botten hakken. Zet hiervoor een groot koksmes of hakmes op het bot van het stuk haan, waar je het door wilt hebben en geef er een flinke tik op. Omdat je de kipstukken in delen wilt frituren, moeten ze van ongeveer gelijke grootte zijn, anders zijn ze niet tegelijk gaar. Bereiden ± 30 min. / pekelen ± 10 uur / marineren ± 2 uur.

haan in ’t pannetje

hoofdgerecht (4 personen)

2 haantjes
2 el olie
30 g koude boter
2 middelgrote wortels, in halve plakjes
1 venkel, in blokjes van 1x1 cm
2 stengels bleekselderij, in boogjes
2 tenen knoflook, fijngesneden
2 sjalotten, fijngesneden
3 takjes tijm
2 blaadjes laurier
1 el mosterd
2 el tomatenpuree
150 ml rode wijn
150 ml rode port
500 ml kippenbouillon
1 blik lima- of boterbonen (à 400 g), uitgelekt
50 g parmaham, plakken in stukjes gescheurd
2 el peterselie, gehakt
evt. ook nodig: kernthermometer

Dep de haan droog en bestrooi hem vanbinnen en vanbuiten met zout en peper. Verhit de olijfolie en 20 g van de boter in een braadpan met dikke bodem en braad de haantjes hierin rondom bruin. Neem ze uit de pan. Zet het vuur middelhoog en bak in het bakvet de wortel, venkel, bleekselderij, knoflook en sjalot zachtjes 5-8 min. Voeg de tijm, laurier, mosterd en tomatenpuree toe. Schenk de wijn en port erbij, roer goed door en voeg de kippenbouillon erbij, breng het geheel tegen de kook aan en laat 1 uur zachtjes stoven. Check de gaarheid met een kernthermometer: steek hiermee in het dikste stuk vlees (dijbeen), maar niet tot op het bot: de temperatuur moet 72°C zijn. Of steek met een satéprikker in het dikste deel van het dijbeen, als er helder vocht uitkomt, is het vlees gaar. Haal de haan uit de pan en houd warm onder aluminiumfolie.



Deze KipGrill draait zonder elektriciteit! De opstijgende hete lucht die van de kooltjes komt, laat een soort windmolentje boven op de grill draaien. Het spit draait vrolijk mee tot je haantje goudbruin is. Heel handig én jaloersmakend tijdens picknick of op de camping. Kijk op [rookovens-online.nl](#) voor meer info.



Haan van het spit met waterkersmayo en koolsalade

VANAF 2016 IS DE PLOFKIP EINDELIJK UIT DE SUPERMARKT VERDWENEN!



Giet de groenten door een zeef en vang het stoofvocht op in een steelpan. Doe de bonen en groenten terug in de pan en verwarm zachtjes. Laat het vocht in de steelpan 10-15 min. inkoken en breng evt. op smaak met zout en peper. Zet het vuur uit en klop met een garde 10 g koude boter door het stoofvocht. Roer wat van de saus door het bonen-groentemengsel en schep de parmaham erdoor. Bestrooi met peterselie en serveer met de rest van de saus en de haantjes. Bereiden ± 25 min. / stoven ± 1 uur / inkoken saus ± 15 min.

butterfly chicken –
gevlinderde & gegrilde haan
hoofdgerecht (4 personen)
Begin een dag van tevoren met dit gerecht.

- 2 haantjes
- 1 bos groene asperges, 1-1½ cm van de onderkant afgesneden
- 4 kroppen little gem, gehalveerd
- extra vierge olijfolie om te bestrijken
- ook nodig: goede kwaliteit houtskool, barbecue met deksel, evt. wildschaar

- marinade
- ½ ui, fijngesneden
- 2 tenen knoflook, fijngesneden
- 4 gedroogde chilipepertjes, verkruid
- 4 takjes tijm, gerist
- sap van 1 citroen
- 200 ml olijfolie

Knip met een stevige schaar eerst de nek uit de haantjes als die er nog aan zit*. Dit doe je door aan beide kanten van de nek met een wildschaar te knippen. Knip dan de ruggengraat eruit. Vouw de haan open, leg hem plat met het vel naar beneden op de plank en verwijder het bot aan de binnenkant van de buikholte. Dep de haantjes droog en wrijf ze in met peper en zout. Meng alle ingrediënten voor de marinade in een kom of schaal waar de haantjes in passen, leg ze erin en laat in de koelkast afgedekt 1 nacht marinieren. Keer regelmatig. Kook de asperges 2 min. in ruim kokend water met zout tot de hardheid er nét vanaf is. Ontsteek de barbecue 30 min. voordat je gaat grillen, zo worden de kooltjes goed 38 delicious.

witheet en gaan ze niet meer vlammen. Neem de haantjes uit de marinade en laat uitlekken. Leg de haantjes op het midden van het bbq-rooster, sluit af met de deksel en rooster ze rondom bruin en gaar in 35-40 min. Keer ze regelmatig en zorg dat ze niet te donker worden. Leg de laatste 7 min. de asperges en de sla (op de snijkant) op de bbq erbij en grill mee. Bestrijk de groente met wat olie; bestrooi met zout en peper en serveer met de gegrilde haantjes. * Bij de hanen van De Lankerenhof is de nek al verwijderd. Heb je je haantjes ergens anders vandaan en zit de nek er nog aan? Kijk dan op deliciousmagazine.nl/vlinderen hoe je nek, ruggegraat en het bot uit de buikholte verwijdert. Bereiden ± 30 min. / marinieren ± 1 nacht / roosteren ± 40 min.

pindasoep met banaan-
kokosballetjes
hoofdgerecht (4 personen)

- bouillon
- 1 kg kippennekken*
- 1 haantje
- 2 uien, grof gesneden
- ½ wortel, grof gesneden
- 2 preien, grof gesneden
- 4 stengels bleekselderij, grof gesneden

- soep
- 2 el arachide- of zonnebloemolie
- 1 ui, fijngesneden
- 35 g verse gember, fijn geraspt
- 30 g verse laoswortel* (galanga), geraspt
- 1 verse rode chilipeper, zonder zaadlijsten, fijngesneden
- 3 stengels citroengras, gekneusd en in drieën
- 4 tenen knoflook, fijngesneden
- 1 blikje tomatenpuree (40 g)
- 6 el ketjap manis
- 3 el ketjap asin
- 1 el sambal oelek
- 5 el pindakaas

- kokosballetjes
- 1 grote of 2 kleine bakbananen*
- 25 g geraspte kokos (gedroogde)
- zonnebloemolie, om in te frituren
- ook nodig: stoommandje, -pan of -oven

- garnering
- 125 g taugé
- 4 el pinda's, grof gehakt
- 2 lente-uien, in ringetjes
- 4 el koriander, grof gehakt

Zet voor de bouillon de kippennekken onder met koud water. Breng tegen de kook aan en verwijder het schuim met een schuimspaan. Voeg het haantje en alle andere ingrediënten voor de bouillon toe, breng tegen de kook aan en laat 3 uur zachtjes koken. Giet de massa door een zeef en vang de bouillon op in een pan of ruime kom. Laat de haan iets afkoelen en pluk dan het vlees van de botten. Verwarm voor de soep de olie in een ruime pan met dikke bodem en bak hierin de ui, gember, laos, chilipeper, het citroengras en de knoflook 5 min. zachtjes. Voeg dan de tomatenpuree, beide ketjaps en sambal toe en laat het 5 min. zachtjes bakken onder voortdurend roeren. Voeg dan de bouillon toe en laat een halfuur zachtjes koken. Voeg dan de pindakaas toe en roer hem er goed door met een garde. Dit kan ook met de staafmixer maar dan gaat de soep behoorlijk schuimen. Stoom voor de balletjes de bakbanaan 30 min. in de schil in een stoompan of in een stoomoven. Pel de banaan en rol met koude natte handen balletjes van het vruchtvlees. Rol ze door de kokosrasp. Leg ze tot gebruik in de koelkast, evt. afgedekt. Verwarm voor het frituren de olie voor tot 175°C of tot een blokje brood er in 1 min. goudbruin in kleurt. Frituur de banaanballetjes in delen in de olie goudbruin en laat op keukenpapier even uitlekken. Voeg het haantjesvlees toe aan de soep, verwarm kort mee en serveer in kommen. Garneer de soep met de taugé, pinda's, bosui en koriander. Serveer er evt. droog gekookte witte rijst bij. * Kippennekken bevatten weinig vlees, maar zijn uitstekend om bouillon van te trekken. Vraag wel van tevoren bij je slager of poelier of ze voorradig zijn. Laoswortel en bakbananen koop je bij sommige supermarkten of de toko. Bereiden ± 25 min. / bouillon trekken ± 3½ uur / stomen ± 30 min. d.



Pindasoep met banaan-kokosballetjes