

Fazant

(Recepten van St Hubertus Vlaanderen)

Gevulde fazantenborst met zijn dik billetje en witloofpuree

Ingrediënten per fazant:

één fazant ontbeend

aardappelen en een struik witloof per persoon

broodkruim (vers zelf gemaakt of gekocht paneermeel)

een geklopt eitje, pezo en nootmuskaat

eventueel spekjes (naar eigen smaak) voor onder de witloofpuree

Voor de vulling of farce:

de restjes vlees van de fazant, de onderbillen en vleugels

een assortiment van 3 soorten bospaddestoelen

1 à 2 sjalotjes

verse geritste tijm (blaadjes van de stengel verwijderd) en één teentje look fijn gesneden

een greepje verse gesneden bieslook

een eiwit

een scheutje cognac en porto

pezo en een scheutje verse room

Bereidingswijze:

Snij de paddestoelen fijn, voeg de verse tijmblaadjes, zout, één à twee fijngesneden sjalotjes en één teentje look toe en bak dit alles samen in boter in de pan, voeg op het laatste wat vers gesneden bieslook toe.

Heel goed nieuws voor alle jagers die een hekel hebben aan fazanten plukken: begin met de fazant helemaal te villen! Snij de billen eraf en haal de 'borstvork' eruit, snij de billen door t.h.v. de knie en ontdoe de bovenbillen van het been. Snij het vlees los van het onderbeen en druk met het omgekeerde mes richting knie het vlees tussen de pezen en vliezen van het onderbeen uit. Daarna de borsten eraf fileren en de 'filet pur' scheiden van de rest van het borstvlees. Maak de filets nat, leg ze op folie en druk en wrijf ze plat met een hakmes (zie foto's). Deze dienen om later de farce af te dekken. Snij het dik gedeelte van de borstlap een beetje open om straks de farce in te kunnen leggen.

Het verzamelde vlees van de onderbillen en andere restjes vlees goed laten afkoelen in de koelkast en begin dan pas aan de farce. Het vlees in de foodprocessor doen, één wit van ei toevoegen, peper en zout, een scheutje cognac en een scheutje porto, dan fijn malen en op het einde een beetje room bijvoegen en maar enkele toeren laten meedraaien.

Voeg de paddestoelenvulling toe aan het gemalen vlees, meng door elkaar en schep de farce op de borsten. Met de rest van de farce vult u de ontbeende lapjes van de bovenbillen en rol ze

dan op tot blinde vinken. Bind de vinken op met een keukentouwtje. Dek de borsten af met de platgeslagen filet pur zodat alles mooi gesloten is. Bestrooi die zijde met een beetje bloem. Klop een ei, dompel de borsten daarin en wentel ze dan in het broodkruim tot de borsten helemaal mooi bedekt zijn. De blinde vinken kunnen zo in de pan gebakken worden tot ze mooi gekleurd zijn. Bak de fazantenborsten aan beide zijden in een pan met boter tot ze ook mooi bruin zijn, zet ze dan nog 12 à 15 min. In de oven op niet meer dan 180°.

Intussen staan de aardappelen te koken. Het witloof wordt gesneden, peper, zout en een beetje nootmuskaat toegevoegd en dan het witloof opstoven met op het einde een scheutje room erbij, tot het witloof 'al dente' is. Voeg dit geheel toe aan de gekookte aardappelen, meng en breng de witloofpuree op smaak met pezo indien nodig. Serveer uit op een bord dat u desgewenst nog kan garnieren met een bosje waterkers en eventueel een mooie bruine natuursaus (bakboter, wildfond, kruiden en een sjalotje 15 min. laten indikken en daarna zeven, binden indien nodig) aanmaken om mee te serveren.

Recept: Karel Van den Dungen

Fazant met honing en raapjes

Ingrediënten:

1 fazant, 2 el honing, 1 ui, 1 bos raapjes, 1½ dl room, 1 tl jeneverbessen, 3 plakjes gerookt spek, 3 dl gevogeltesfond, 1½ dl witte wijn, margarine, peper, zout .

Bereiding:

Schil de raapjes en snij ze eventueel door. Pel de ui en snij deze in ringen. Kruid de fazant binnenin met peper en zout. Braad de fazant snel in wat hete margarine in een braadpan. Wrijf hem daarna in met de honing. Bedek de borst met spek. Voeg een deel van de gevogeltesfond en de witte wijn toe en leg er de raapjes, uien en jeneverbessen rond. Laat de fazant zo gaar sudderen. Voeg er af en toe nog wat fond of witte wijn bij. Neem de vogel uit de pan als hij klaar is. Voeg de room bij de braadjus en proef of er nog wat moet bijgekruid worden.

(Recept: Wildplaza.com)

Fazant met bospaddestoelen

Ingrediënten:

4 fazantenfilets, 1 dl room, 5 dl sherry, gevogeltesfond, ½ koffielepel gehakte groene peper, 350 g cantharellen, oesterzwammen, andere bospaddestoelen of een doosje gedroogde paddestoelen (morieljes, cêpes of ridderzwammen), 4 of 5 plakjes gerookt spek, peper, zout, margarine.

Bereiding:

Bak het spek uit in een pan en stoof hierin de groentemix. Bestrooi de filets met wildkruiden. Verwarm de boter in een koekenpan en bak hierin de filets ± 4 minuten aan iedere kant (afhankelijk van de dikte). Neem de filets uit de pan en houd ze warm. Voeg de room toe aan de bakboter, laat dit uitbruisen en voeg dit vocht toe aan de groentemix. (Recept:

Wildplaza.com)

Gebraden fazant

Ingrediënten:

1 gebardeerde fazant (gerold in en opgebonden met spek), zout, peper, tijm, 150 g boter, 1 gesnipperde ui, peterselie, scheutje cognac.

Bereiding

Wrijf de gebardeerde fazant in met zout, peper en tijm. Verhit de boter tot ze juist niet meer schuimt en schroei hierin de fazant rondom dicht. Voeg de uisnippers toe en laat in gesloten pan in circa 1½ uur op een zacht vuur bruin en gaar braden. Bedruip regelmatig. Verwijder spek en garen en verdeel de fazant in porties zoals u dat bij kip zou doen. Houd het gebrad warm. Maak de saus af met wat water, peterselie, een scheutje cognac en een paar eetlepels dunne room. Tip: serveer de fazant, gegarneerd met de saus en de gekruimelde stukjes spek, geef er aardappelpuree en perziken bij. (Recept: Wildplaza.com)