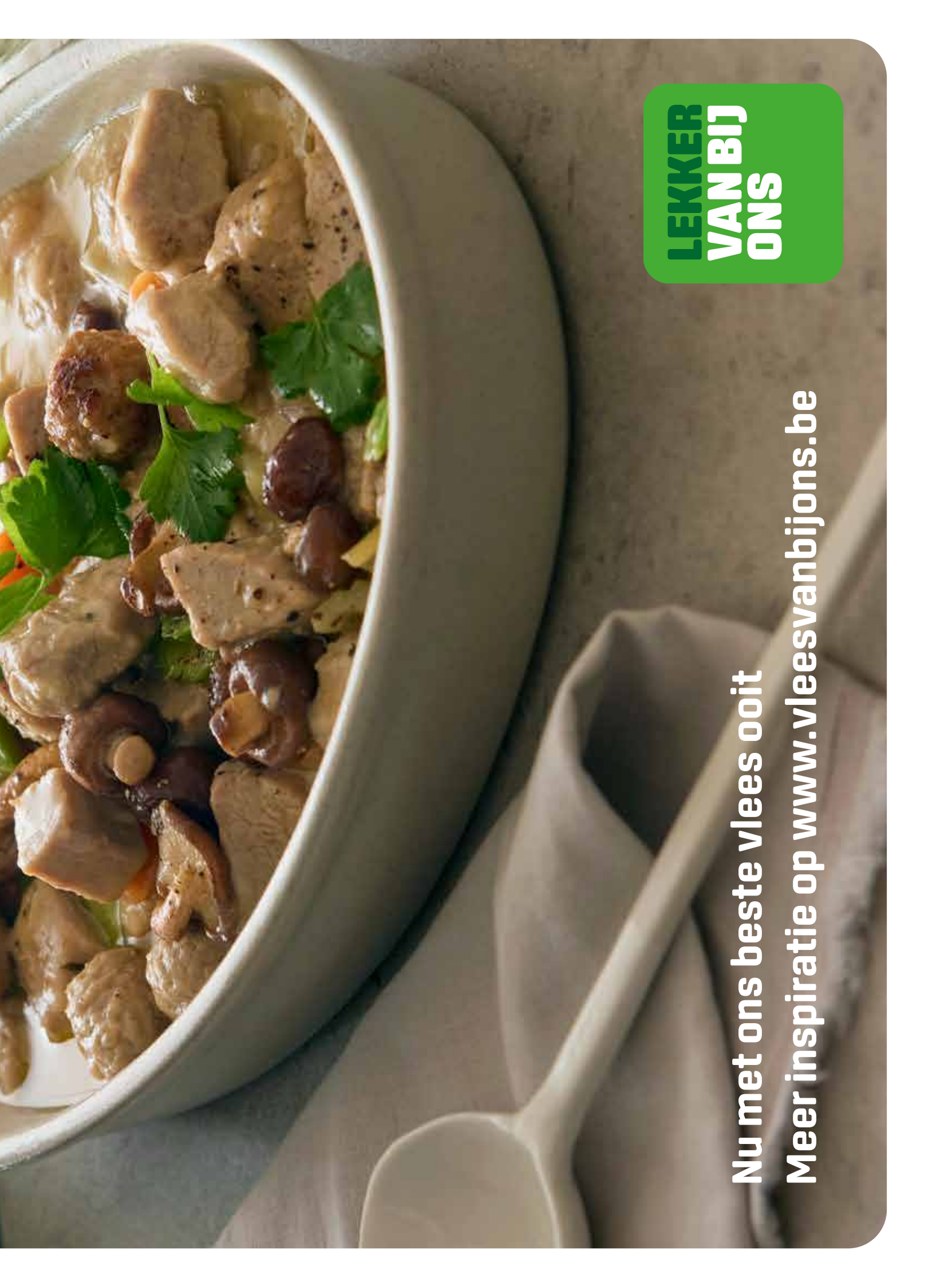


A close-up, top-down view of a white ceramic bowl filled with a chicken salad. The salad consists of cubed cooked chicken, sliced mushrooms, dark olives, and fresh green herbs like parsley. A white ceramic spoon rests on a light-colored cloth napkin next to the bowl. The background is a neutral, textured surface.

**LEKKER
VAN BIJ
ONS**

**Nu met ons beste vlees ooit
Meer inspiratie op www.vleesvanbijons.be**



DE WEEK VAN DE KALFSFRICASSEE

VAN 4 TOT 10 NOVEMBER 2024



DE WEEK VAN DE KALFSFRICASSEE

Nog lekkerder dankzij vlees van bij ons

Doel mee
van 4 t.e.m. 10
november

Nu met ons beste vlees ooit
Meer inspiratie op www.vleesvanbijons.be

LEKKER
VAN BIJ
ONS

Smeuïge kalfsfricassee: een klassieker onder de stoofpotjes met kalfsvlees van bij ons, gehaktballetjes en groentjes. Alledaags, op grootmoeders wijze of met een feestelijke saus, iedereen aan tafel zal smullen van dit heerlijk stoofgerecht.

Van 4 tot en met 10 november 2024 zet VLAM deze Belgische klassieker in de kijker tijdens de Week van de Kalfsfricassee. De consument wordt dan volop geïnspireerd om aan de slag te gaan met kalfsvlees van bij ons.

Kalfsvlees wordt in verhouding tot andere vleessoorten eerder aangekocht* bij u, de lokale slager. Maak uw klanten dus warm voor kalfsvlees van bij ons met de **affiche binnenin** dit nummer.

WAT IS KALFSFRICASSEE EN HOE MAAK JE HET?

Kalfsfricassee vindt zijn oorsprong in de Franse keuken. Het is een stoofgerecht, bereid met kalfsvlees, groenten en een romige saus. De term 'fricassee' verwijst naar de kooktechniek waarbij het vlees eerst wordt gebakken en daarna gestoofd in een saus.

Hoe maak je een **kalfsfricassee op grootmoeders wijze**? Het belangrijkste ingrediënt is natuurlijk het **kalfsvlees**. Dit vlees is bijzonder mals en heeft een subtiele smaak. Het wordt meestal in blokjes gesneden en kort aangebakken in een beetje boter of olie. Hierdoor krijgt het vlees een mooie bruine kleur en ontwikkelt het een rijke smaak.



De week van de kalfsfricassee

Na het aanbakken van het vlees, worden er groenten toegevoegd aan de stoofpot. Dit kunnen bijvoorbeeld uien, wortelen en champignons zijn. Deze groenten zorgen voor extra smaak en textuur in het gerecht. Ze worden mee gestoofd tot ze zacht en gaar zijn.

Vervolgens bereid je de saus om de kalfsfricassee compleet te maken. Hiervoor wordt meestal een combinatie van bouillon, room en bloem gebruikt. De bouillon zorgt voor een hartige smaak, terwijl de room het gerecht een heerlijke smeuïgheid geeft. De bloem wordt gebruikt als bindmiddel om de saus dikker te maken.

Als de saus eenmaal klaar is, worden het kalfsvlees en de groenten weer toegevoegd aan de stoofpot. Alles wordt nog even samen gestoofd zodat de smaken goed kunnen mengen. Het resultaat is een heerlijke kalfsfricassee met een zachte textuur en een volle smaak.

WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN KALFSFRICASSEE EN KALFSBLANQUETTE?

Wat ze gemeen hebben? Het zijn allebei stoofpotjes met kalfsvlees. In de naam kalfs-blanquette zit het woord 'blank'. Hier ga je dus het vlees niet bruinen in de pan. Je blancheert de stukjes kalfsvlees meteen in bouillon of kokend water. De saus die je maakt op basis van een witte roux blijft ook wit.

Bij kalfsfricassee bruin je het vlees wel aan in de pan om het dan te bevochtigen met water of bouillon.

KALFSFRICASSEE: RECEPTEN WAAR IEDEREEN MEE AAN DE SLAG KAN

Kalfsfricassee met kroketten, puree, (oven)frietten of gewone aardappelen? Aan jou de keuze! Het is een gerecht dat perfect past bij een feestelijke gelegenheid, maar ook voor tijdens de week. Op welke manier dan ook je een fricassee bereidt, kies altijd voor lokale ingrediënten.

