



De Belgische Frieten

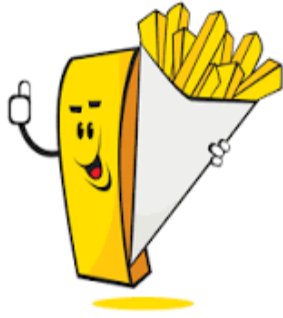


Flore Dedi & Louise Mathieu

Nederlandse vertaling uitgevoerd door Louise Mathieu



Institut Ilon – Saint-Jacques



La vraie frite est définie comme suit : c'est un bâtonnet de pomme de terre plongé dans un bain d'huile très chaude selon la méthode de la double cuisson comprenant un premier passage dans l'huile, puis un second plus rapide à une température plus élevée.

Dans aucun autre pays au monde, ce délicieux bâtonnet de pomme de terre doré à souhait ne fait autant partie de la culture populaire qu'en Belgique. Afin de pérenniser cette culture de la frite, une procédure de reconnaissance comme patrimoine culturel immatériel est en cours à l'UNESCO.

De oorsprong van frieten

De frieten zouden in de helft van de zeventiende eeuw in Namen, Dinant en Andenne worden verschenen. Om hun dagelijkse leven te verbeteren, visten de arme inwoners de kleine vissen in de Maas om hen te bakken. Tijdens de ruwe winter, was het water gevoren. Ze hebben hun maaltijd moeten aanpassen. Ze hebben aardappelen in plaats van vissen gekozen om te kunnen eten. De oorsprong is onduidelijk omdat het vet in deze tijd duur was, en dus konden de arme inwoners het vet voor de frituur niet gebruiken. De rijke inwoners aten geen aardappelen omdat het niet een luxe product was dus kochten ze hen niet.

De echte oorsprong dateert van de negentiende eeuw. Meneer Krieger, zoon in een familie van kermismusicus, staat de muziek af en hij scheidt de eerste barak frieten in een kermis in 1838 in Luik. Het is in de twintigste eeuw, dat de eerste beschrijving van het dubbel bakken van de frieten in België is verschenen.

Het recept van de frieten is een specialiteit van België

Het recept van de echte Belgische frieten

Het geheim van de echte Belgische frieten bestaat in de combinatie van verschillende elementen:

- de variëteit van de aardappelen (ideaal de Bintje).
- de frisheid van de aardappelen.
- het gebruikt vet is het vet van het rund ongezuiverd het “ Blanc de boeuf ”.
- het bakken gebeurt twee keer, de eerste is een pré-bakken en daarna een laatste bakken.

La pomme de terre « bintje »

La Bintje est une variété de pomme de terre de consommation créée aux Pays-Bas au début du XX^{ème} siècle. Elle a été baptisée ainsi par son obtenteur, d'après le prénom d'une de ses anciennes élèves : Bintje Jansma. Bintje en néerlandais est le diminutif de Benedikte

Elle fut longtemps la plus cultivée en Europe, voire dans le monde et reste la plus cultivée en France et surtout en Belgique, où elle est très appréciée pour la production des frites.

Sur le plan culinaire, c'est une pomme de terre de consommation à chair farineuse, considérée comme polyvalente. Si ce n'est pas toujours la variété optimale pour chacune des utilisations, c'est la pomme de terre des frites belges.







Le « blanc de boeuf »

Blanc de boeuf est une marque commerciale sous laquelle est commercialisée le suif qui est un produit résiduel obtenu par la fonte de la graisse d'espèces animales comme le mouton et le boeuf. Pour la cuisson des frites, le choix de l'huile est déterminant pour obtenir la saveur finale de la préparation. Pour un résultat « à l'ancienne », on conseille la traditionnelle graisse de boeuf mais des alternatives moins caloriques, comme les huiles végétales diététiques, existent aussi.



De verschillende stappen van het recept

STAP 1 Voorverwarmt het vet of huilen van het frituren aan 120°C.	
STAP 2 Aardappelen schillen en wassen.	
STAP 3 Aardappelen in stukje van 1 cm op 1 cm uitsnijden. <i>Jullie kunnen de frieten kleiner of groter uitsnijden (volgens uw voorkeuren maar de tijd van de bakken zullen geschikt moeten zijn(hoe kleiner de frieten, hoe minder de kooktijd).</i>	
STAP 4 Frieten in water dompelen om goed zetmeel terugtrekken (het zetmeel bevrijdt na de snijden).	
STAP 5 Laten afgieten en drogen ze af in een flard...	
STAP 6 De bakken, het eerste bad. Stijgt de temperatuur van het vet of het huilen aan 160°C	
STAP 7 Wanneer het vet of huilen aan temperatuur is, dompelen de frieten tijdens ongeveer 6 aan 7 minuten. <i>(hoe kleiner de frieten, hoe minder de kooktijd).</i>	
STAP 8 Wanneer de eerste frieten tot de oppervlakte opklimmen, wachten nog een klein minuut en uitgaan ze van het bad. Wachten bewaakte om ze te uitgaan, net wanneer de frieten beginnen te "blazen" en worden geel. <i>(hoe kleiner de frieten, hoe minder de kooktijd)</i>	
STAP 9 Het vet van de frieten laten de frieten ruste...	
STAP 10 Het vet van de frieten laten de frieten ruste) De temperatuur van het vet laten stijgen tot 180°C.	

STAP 11

Wanneer het vet aan temperatuur is, de frieten een tweede keer laten bakken.
Let op, laat ze niet te lang koken; snel gaan.

STAP 12

Verdwijnen na 3 minuten. Ze zijn rossig, knappend buiten en smeltend binnen...
(hoe kleiner de frieten, hoe minder de kooktijd)



STAP 13

Laten afgieten

STAP 14

Om de overmaat van vet te verwijderen:
Veeg het af in een opslorpend papier voor het serveren of zet de frieten in een kartonnen zakje met de vorm van een kegel (hoe ze geserveerd worden in de echt "frites kraam" of "fritkot") zodat het vet naar beneden valt.



STAP 15

(Een beetje) Zout toevoegen



Elles se consomment accompagnées d'une sauce. Classiquement, c'est avec de la moutarde ou de huisgemaakte mayonaise (voir recette en annexe) mais aujourd'hui, elles sont servies avec un panel de sauces au choix.

Le « bon » belge les accompagne aussi souvent avec une « fricandelle » ou un cervelas en guise de viande.

Régalez-vous !

Sources

<https://curieusecuisine.wordpress.com/2015/01/25/histoire-et-origine-de-la-frite/>

<https://www.musee-gourmandise.be/fr/77-musee-gourmandise/articles-fond/132-la-veritable-histoire-de-la-frite>

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Frite>

<http://jamesbint.be/fr/story/?location=belgium>

<http://www.pourcel-chefs-blog.com/blog1/2012/12/29/les-pommes-de-terre-frites-sont-elles-dorigine-belge-ou-en-francaise/>

Annexe 1 : De huisgemaakte mayonaise

Ingrediënten (pour environ 20 personnes):

- 5 of 6 geel eidooiers
- Zout/peper
- 2 eetlepels mosterd
- 1 eetlepel azijn
- 1 liter arachideolie

De verschillende stappen van het recept:

Stap 1:

Alle ingrediënten (ze moeten aan kamertemperatuur zijn) verzamelen.



Stap 2:

Eieren opsplitsen.

Eidooiers behouden en in een kleine schotel zetten.

Stap 3:

Het zout, de peper en de mosterd mengen.



Stap 4:

Azijn toevoegen om het chemische koken te stoppen.



Stap 5:
Olie toevoegen (langzaam in het begin en daarna vlugger).

Stap 6:
De kruiden controleren.



Stap 7:
Met een deksel en BUITEN de koelkast bewaren.

Annexe 2 : De tartaarsaus

Ingrediënten (pour environ 20 personnes):

- 1 litre van huisgemaakte mayonaise
- 40g ajuin
- ¼ van een bosje peterselie
- 2 hardgekookt eieren
- 40g kappertjes
- 1 citroensap

De verschillende stappen van het recept:

- 1) De mayonaise maken (annexe 1).
- 2) De ajuin zeer fijn snijden.
- 3) De peterselie hakken.
- 4) De eieren met een vork verpletteren.
- 5) Alles voor de dienst mengen.