

VIS en VLEES BEWAREN.

Inhoud:	Theorie	blz. 1
	Drogen	blz. 1
	Zouten	blz. 1
	Roken	blz. 3
	Combinaties	blz. 3
	Experimenten met Rookovens bouwen	blz. 5 t/m 8

THEORIE:

Voedsel bewaren was essentieel in de IJzertijd. In de wintertijd namelijk was er te weinig uit de grond zo te eten. En een diepvries was er nog niet

In tijden van overvloed (zomer) werden er dus voorraden aangelegd d.m.v. drogen, zouten, roken en combinaties.

DROGEN:

Drogen van vis of vlees.

In andere culturen wordt veel gebruik gemaakt van vlees en vis drogen. (B.v. gedroogde kabeljauw kun je op de markt kopen als stokvis). Alleen is ons klimaat daar te vochtig voor (als er altijd een vochtigheidsgraad is van 60% of meer, dan droogt de vis/vlees niet snel genoeg en gaat ie rotten/schimmelen voordat ie droog is.

Je kunt wel vis of vlees versnelt drogen boven een klein vuurtje (of thuis in een oven met 60° C) en dan bewaren.

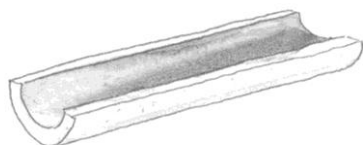
Ga maar eens experimenteren

SUCCES.

ZOUTEN:

Zout was duur in de Kempische IJzertijd. Het moest geïmporteerd worden uit de kuststreek waar tijdens de IJzertijd zoutziederijen (plekken waar zeezout werd gewonnen door indampen) waren.

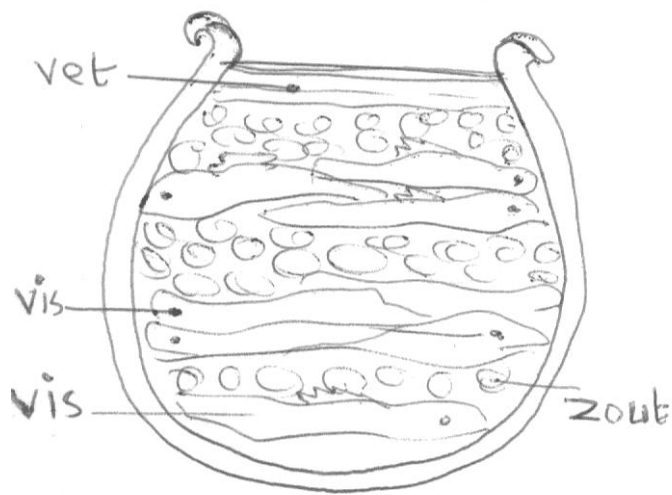
Archeologie: Uit opgravingsgegevens uit Brabant en de Kempen is aangetoond dat er heel wat zout is aangevoerd in speciaal gevormde aardewerken gootjes uit de kuststreek.



Via de Maas, de Rijn en over land werd het zout naar het binnenland vervoerd.

Zouten van vis.

1. Leg in een pot stukjes verse vis met zout, om en om, tot bijna bovenaan de smallere hals van de pot. Begin met zout.
2. Smelt vet spek van een varken (of schaap) en giet bovenop de vis met zout wel minstens 1 cm dik een laag vet. Het werkt als een luchtdicht deksel.



Het vlees of de vis in zouten in potten is wel “duurder”, omdat zout geïmporteerd moest worden vanuit de kuststreek en fungeerden als “inpak”papier” voor het zout.

Zouten van vlees.

1. Stop één voor één stukken vlees in een grote pot
2. Strooi op elk stuk vlees wat zeezout. De verhouding is vier kilo zout op tien kilo vlees.
3. Als het vlees en het zout in de pot is, giet je er zoveel water op, dat het vlees onder staat.



4. Dek nu de pot af met een schone doek.

Voor gebruik het vlees ontzouten, door het een of twee dagen in water te leggen.

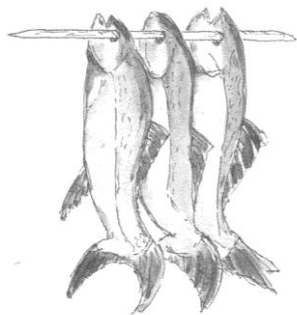
LET OP: Hoe langer het vlees is gezouten, hoe langer het ontzouten moet worden. In het leefexperiment, deden we het stuk, dat we moesten opeten een dag van te voren in een pot met gewoon water om het te ontzouten. Hoe langer het vlees in de zoutpot stond, hoe langer je ook moest ontzouten.

TIP: het zout water kun je gebruiken voor b.v. soep.

Duurzaamheid Wel 6 maanden (dus net de winterperiode)

ROKEN:

1. Prik stokjes door de kieuwen of ogen van de gevangen vis)



2. Hang hem in een rookoven, boven in de schacht. *Ongeveer 6 uur stoken* met verse takken en kruiden. Klaar is kees.

TIP: Ervaring leert, dat als je dan de vis ergens zo maar ophangt in de boerderij, het daar zo vochtig is, dat de vis gaat schimmelen. Hang je hem dus wat te dicht bij de vuurplaats, dan wordt hij te droog. Dus ergens moet je hem ophangen waar het niet te vochtig en niet te warm is.

KOMBI'S: ZOUTEN EN ROKEN

Zouten en roken.

1. Zout je stuk vlees zoals boven omschreven staat. Als ezelsbrug geldt, **per kilo vlees 1 dag.**
2. Hang je stuk vlees dan in een rookschoorsteen. Als ezelsbrug geldt, **per kilo vlees 1 dag.**

Duurzaamheid: Meer dan 6 maanden.



Roken in combinatie met zouten verlengt de bewaartijd van vlees en vis.

Een aantal experimenten om uiteindelijk te komen tot een goede manier om vis en vlees te roken

- Experiment 1:**
1. Maak 2 verse haringen schoon
 2. Snij ze plat doormidden en spelt ze plat aan een stokje (zie foto onder)

3. leg de ene een dag in het zout en de andere niet.
4. Hang ze dan beiden 2 weken boven de vuurplaats in de rook

RESULTAAT:

Allebei keihard
Goed om te bewaren.
Misschien voor het eten laten weken



Experiment 2:

1. Leg het vlees 2 dagen in het zout
2. Daarna 1 week roken boven de vuurplaats

RESULTAAT:

Goed gerookt en gedroogd
Iets te zout



TIP: Als je vis ophangt om te roken, prik dan **geen gat** door de ogen (de vis valt in de helft van de gevallen naar beneden), maar prik een gat net onder de kieuwen
Een ander experiment liet zien, dat kabeljauw en wijting wel door het oog geprikt konden worden.

LET OP: de bewaartijd van vis is wel een stuk korter. Hij gaat eerder schimmelen (waarschijnlijk door de vochtigheidsgraad)

SUCCES

ANNEKE BOONSTRA

