



Varkenskotelet

Zo bak je een varkenskotelet nog sappiger

Koud vlees moet je veel langer verhitten om het tot in de kern te garen. Hoe langer de verhitting, hoe meer sappen uit het vlees gedruwd worden en hoe droger het resultaat dus. Haal daarom ook varkensvlees enige tijd op voorhand uit de koelkast.

Dep het vlees droog om een nog mooier korstje te krijgen. Doe de boter in de hete pan en wacht tot het schuim is weggetrokken. Kruid intussen het vlees met peper, zout en – net als grootmoeder vroeger – een vleugje nootmuskaat. Dit ondersteunt de smaak van het varkensvlees.

Laat het vlees 2 minuten bakken op hoog vuur vooraleer je het omdraait. Je wilt tenslotte een mooi korstje en de lekkere smaak van goed gebakken vlees. Bak ook de andere kant 2 minuten op hoog vuur. Verlaag dan het vuur om rustig verder te garen en het vlees sappig te houden. Want hoe hoger de temperatuur, hoe meer sappen verloren gaan. Haal het vlees uit de pan net voor het volledig gegaard is. Laat het vlees mooi tot aan het een nagaren op een warm bord, losjes met aluminiumfolie afgedekt.

Rustig garen is vooral voor mager vlees als filetkoteletten of mignonnettes van belang. Met vet dooraderde koteletten uit de lage rib of de spiering kunnen iets harder gebakken worden. Omdat het vet voor sappigheid van binnenuit zorgt, zijn ze ook zeer geschikt om te grillen.

Tip: Een randje vet helpt te voorkomen dat varkensvlees uitdroogt tijdens het bakken. Het is een extra garantie voor een mals, sappig stukje vlees met meer smaak. Na het bakken snijd je het vetrandje weg, als je dat wenst. Laat je ook niet afschrikken door meer vetdooraderd vlees zoals spiering. Het vet smelt tijdens het bakken weg en zorgt voor extra sappigheid van binnenuit en voor een vollere smaak.

Bron: VLAM