

Friet



Bijgerecht

Aardappel

4 personen

Land: België

Bereidingstijd: Voorbereiding: 1/2 dag Bereiding: 15 min

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 1 kg aardappels (Bintje, Frieslanders of Agria)
- arachideolie
- eventueel 1 teentje knoflook
- eventueel takjes verse tijm
- Fleur de sel (zout)

Bereidingswijze

1. Schil de aardappels, snij ze in (niet te dikke) reepjes, zet ze 10 minuten in koud water en doe ze daarna in een grote pan kokend water, als het water weer kookt nog 15 minuten zachtjes koken. Laat ze uitlekken en in de koelkast 2 uur op een vlakke plaat afkoelen om nog meer vocht kwijt te raken, hussel ze dan af en toe door elkaar opdat het niet één grote frietbonk wordt, maar een verzameling losse, droge frietjes.

2. Bak ze de eerste keer 5 minuten in schone olie op 130°C, zonder ze te laten kleuren. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Laat ze opnieuw 2 uur op een plaat in de koelkast volledig afkoelen. Tot hier kan alles van tevoren bereid worden. Je kunt ze nu 3 dagen in de koelkast bewaren.
3. Verhit de olie opnieuw tot 180°C en bak ze nog 7 minuten, niet teveel tegelijk, tot ze goudbruin en knapperig zijn.
4. Snijdt ondertussen de gepelde knoflook in dunne plakjes en doe die samen met de tijm in een schaal en dek af met keukenpapier. Gooi de friet in de schaal laat even het vet in het keukenpapier trekken, trek dat nu eruit en schudt om zodat de friet de smaak van knoflook en tijm aanneemt.
5. Zout erover, nog eens omschudden en direct serveren.

Tenslotte

Het verhaal van de friet gaat terug tot in 1680. De inwoners van Namen, Andenne en Dinant hadden er toen de gewoonte van gemaakt de kleine visjes die ze in de Maas vingen, in olie te bakken. Maar in tijden van vorst of gevaarlijke stromingen werd het riskant om te vissen en sneden de inwoners aardappelen in de vorm van kleine visjes, die ze dan eveneens in de olie bakten. De Fransen eisen evenzeer de creatie van hun patates frites op, en verwijzen daarbij naar de allereerste friture, die op de Pont Neuf zou hebben gestaan. Het begint natuurlijk bij de aardappels. Bintjes zijn eigenlijk het beste, qua zetmeelgehalte, maar die leiden de laatste jaren nogal onder hun gif-imago. Het biobintje is echter in opmars. Neem anders Agria, of Frieslanders. Het tweede punt is het vet. Ik gebruik arachideolie. Dat heeft een hoog verbrandingspunt en is neutraal van smaak. Gebruik die olie alleen voor het bakken van frieten, niet voor bitterballen of kroketten, want de loslatende kruimels gaan verbranden. Ik heb voor dit doel dus twee friteuses. Voorbakken is strikt noodzakelijk. Pas op bij het voorbakken mogen de frieten niet bruin worden. Voor de garnering meng ik de friet met knoflook, tijm en fleur de sel. Dat alles geeft een nog betere smaak. Een elektrische friteuse is niet echt nodig. Een wok doet het ook fantastisch. Koop in de Chinese winkel een dunne stalen wok met houten handvat. En een stalen ring die op het gas past en waarop de wok goed blijft staan. Verhit wat olie - hooguit een kwart liter, met minder gaat het ook - in de wok op het vuur. Ga verder als boven omschreven. De Engelse laboratoriumkok Heston Blumenthal is momenteel een van de beroemdste chef-koks van de wereld. Zijn restaurant "The Fat Duck" in Bray, niet ver van Londen - waar je een jaar van te voren moet reserveren - ontdekte op een wetenschappelijke manier het geheim van de perfecte friet: de ultieme knapperigheid krijg je door gesneden frieten eerst even te koken of te stomen. Het is tijdrovend, maar absoluut geweldig en echt het proberen waard. Kijk op mijn website (goedkoken.nl) bij films hoe Heston zijn friet bereid. En dan natuurlijk de mayonaise, die maak je natuurlijk ook zelf. Doe daarvoor 1 eigeel, 1 tl azijn/citroensap, 1 tl mosterd, evt. 1 gesnipperd sjalotje, 1 dl zonnebloemolie, peper en zout in de hoge smalle kom die bij de staafmixer hoort. Plaats de mixer op de bodem en zet hem aan. Beweeg langzaam omhoog, een keer of twee à drie. In 30 seconden is de mayonaise klaar.