



Keurslager Klaas Pees uit Marknesse:

“De meeste producten hebben buikspek als basis”

Voor spekkopers

Spek maakt alles lekker, vindt Keurslager Klaas Pees uit Marknesse, in het hart van de Noordoostpolder. Zijn welgemeende advies: “Wees vooral niet te bang om een stukje spek te verwerken. Alles waar je spek bij doet, wordt voller van smaak. En er zijn zoveel soorten dat je volop kunt variëren.”

Alle speksoorten komen van het varken. Vandaar dat slagers die alleen varkens slachtten, vroeger bekend stonden als spekslagers, in tegenstelling tot de vleeshouwers, die rundvlees verkochten. Het spek van Keurslager Pees komt van zogenaamde Porc d’Or varkens, van vaste varkenshouderijen in het noorden en oosten van het land. De varkens zijn van een ras dat ietsje vetter is dan normaal, wat extra mals vlees oplevert. Ze krijgen een uitgebalanceerde hoeveelheid voer en worden geboren en grootgebracht op hetzelfde bedrijf of bij een buurtbedrijf. Dan nog kan het ene varken van nature vetter zijn dan het andere. “Voor sommige producten heb je vetter spek nodig,” aldus Klaas Pees. “Dan kan ik bij de grossier aangeven dat ik een wat vetter varken wil.”

Vet of doorregen

Spek zit vooral op de rug en de buik van het varken. Rugspek bestaat voornamelijk uit vet, en staat daarom ook bekend als vetspek. Buikspek bevat meer vlees: het zogenaamde doorregen spek, in de volksmond bekend als ‘mager’ spek. Buikspek levert de meeste producten op, vertelt Klaas. “Denk aan de speklappen, Zeeuws spek, katenspek, ontbijtspek, rookspek en zuurkoolspek. Elke soort heeft weer andere eigenschappen. Speklappen, zuurkoolspek en rookspek eet je bij de warme maaltijd, Zeeuws spek, katenspek en ontbijtspek zijn geschikt voor op brood of als smaakmaker. Zeeuws spek leent zich ook goed voor bij de borrel.”



Anders dan buikspek bestaat rugspek uit puur vet. Het is te koop in gerookte vorm of als uitgebakken spekknabbel. Rugspek wordt ook gebruikt om mager vlees te bedekken (barder) of doorrijgen (larden), zoals kalkoen of wild. Dit voorkomt dat het uitdroogt en maakt het sappiger. Verder zit het veel in droge worst. Klaas: “Het is hard vet, dat bij het rippen smeùiger wordt en een mooie tekening geeft in de worst.”

“Voor sommige producten gebruik ik extra vet spek”



Kinnebak

Naast rug- en buispek is er ook nog spek dat de meeste consumenten niet bij naam zullen kennen: broekspek, onderhuids spek en kinnebak. "Broekspek zit in de lies van het varken," aldus Klaas. "Het is heel zacht en wordt vooral verwerkt in patés en smeerbare leverworst. Onderhuids spek ligt onder de huid, in platen van ca. een centimeter dik. Dit spek wordt doorgaans gebruikt voor vleeswaren en worst." Kinnebak tot slot, is vet van de varkenswang en het begin van de nek. "Het is licht doorregen. Kinnebak is een geliefd ingrediënt in de worstmakerij omdat het worst, zoals rookworst, kookworst en grillworst, mooi zacht maakt."

Smaakmaker

Spek is vet, maar daar moeten we niet bang voor zijn, vindt Klaas. "We hebben vet nodig, zeker als het koud is en je jezelf warm moet zien te houden. En vet geeft veel smaak. Spek maakt gerechten op tafel echt af. Bij een stampot boerenkool hoort spek, zonder dat is het lang niet zo lekker! En dat geldt ook voor erwtensoep. In onze slagerij bereiden we die met hamschijven en extra zwoerd met spek. Het onderhuidse vet snijden we heel fijn. Het maakt de snert mooi lobbige. En dat is hoe het hoort!" ●

Spekwijzer

PRODUCT	OMSCHRIJVING	BEREIDING/TOEPASSING
Speklappen	Lapjes rauw buispek.	Geschikt om te bakken, voor bij de warme maaltijd.
Zeeuws spek	Oorspronkelijk zacht gekookt buispek. Tegenwoordig buispek dat is gemarineerd en gegrild.	Als borrelhapje, op brood of als vleesgerecht bij bijvoorbeeld hutsopot.
Katenspek	Warm gerookt gepekeld buispek. De zwarte randjes komen van bloed, waarmee het spek voor het roken wordt ingewreven.	Op brood, bij een eitje of in gerechten.
Ontbijtspek	Buispek dat is gezouten en gedroogd en vervolgens koud gerookt.	Lekker om uit te bakken, bij een eitje of in gerechten. Ook verkrijgbaar als vleeswaar voor op brood.
Bacon	In Engeland betekent 'bacon' niets anders dan 'ontbijtspek'. In Nederland is het een apart product, gemaakt van vlees van de rib met rugpek erop. Bacon is minder vet dan ontbijtspek. Bacon is altijd gezouten, maar kan zowel gerookt als ongerookt zijn.	Lekker om uit te bakken, bij een eitje of in gerechten. Ook verkrijgbaar als vleeswaar voor op brood.
Pancetta	Vergelijkbaar met ontbijtspek, met dit verschil dat pancetta wordt gekruid met onder andere peper, zout, kruidnagel en nootmuskaat. Pancetta kan zowel gerookt als ongerookt zijn. Bij pancetta wordt vaak het vlees van de rib in het buikvet gerold, zodat de kern magerder is.	Lekker bij een eitje, op brood of in gerechten, of dun gesneden als hapje, net als rauwe ham.
Casselerrib	Gezouten vlees van de ribcarbonadestrook van het varken. Zowel rauw als gegaard (gerookt) verkrijgbaar en zowel met als zonder been.	Gesneden als vleeswaar lekker bij een eitje, op brood of in gerechten. In dikke plakken heerlijk om mee te koken met de zuurkool.
Zuurkoolspek	Vers buispek dat is gezouten en gedroogd.	Meekoken met zuurkool en aardappelen, vervolgens in plakken snijden.
Braadspek/rolladespek	Opgerold buispek dat wordt gebraden in de oven. Varianten zijn de mosterdrolade en de porchetta: opgerold buispek met Italiaanse kruiden.	Dungesneden op brood of als hoofdgerecht bij een feestelijk diner.
Gerookt vetspek/rookspek	Gerookt rugpek en gerookt mager (plat) spek van de buik.	In blokjes uitgebakken als smaakmaker bij bijvoorbeeld stampot, of in plakjes om mager vlees of gevogelte mee te larderen (doorrijgen) of barderen (omwikkelen).



TIP

Bestrooi de saté met seroendeng, een mengsel van kokos, pinda's en specerijen.

Saté van twee soorten spek

⌚ 10 MINUTEN (+1 NACHT MARINEREN)

🍴 12 STUKS 🍴 HOOFDGERECHT

BENODIGDHEDEN

- 400 g katenspek aan één stuk
- 300 g gerookt ontbijtspek, in plakjes
- 150 ml ketjap manis
- 2 eetlepels bruine suiker
- 4 cm verse gember geraspt
- Sap van 2 citroenen
- 2 eetlepels sambal manis
- 4 teentjes knoflook geperst

VOOR DE SAUS

- 1 pot pindakaas met stukjes noot à 350 gram
- 100 ml melk
- 100 ml marinade van het vlees

BEREIDING

1. Snijd het katenspek in blokken van 2 cm en meng de ketjap, bruine suiker, gember, sap van de citroenen, de sambal en de knoflook. Leg het spek erin en laat een nacht marineren in de koelkast. Leg spiesjes in water om verbranding tegen te gaan.

2. Snijd de plakjes ontbijtspek doormidden. Laat het katenspek uitlekken en vang de marinade op. Rijg vervolgens een half plakje ontbijtspek aan een spiesje en dan een blok katenspek. Herhaal dit tot je drie blokken met daartussen ontbijtspek aan ieder stokje hebt.

3. Verhit de pindakaas in een pannetje met een dikke bodem samen met de marinade en de melk. Meng de saus goed en laat op een zacht vuur even koken.

4. Verwarm een grillplaat en gril de spiesjes op niet te hoog vuur 6 minuten tot ze een licht korstje hebben. Serveer met rijst en boontjes en de pindasaus.

VOEDINGSWAARDE PER STUK INCLUSIEF

SAUS: 420 KCAL (1765 KJ). EIWIJ: 15 G.

VET: 33 G (WAARVAN 23 G ONVERZADIGD).

KOOLHYDRATEN: 15 G.