

Recept: Koantjessesse



COLLECTIE

Culinair Genootschap Meetjesland

INVENTARISNUMMER

CGM_003

BESCHRIJVING

Recept voor Koantjessesse

Koantjes is het dialect voor kaantjes, wat stukjes spek betekent. Door vet van het varken met stukjes vlees te koken krijgt men vleeskaantjes. Sesse is het dialectwoord voor saus. Het oorspronkelijke gerecht koantjessesse is eigenlijk armemensenkost. Vlees was vroeger voor de meeste mensen meestal te duur en was daarom een echt luxe-product. De oplossing hiervoor was het bereiden van een gerecht met aardappelen, een klein beetje groenten, namelijk sla of ajuin en saus met daarin kleine stukjes vlees: kaantjes, soms aangevuld met een gekookt ei. Het vet werd verder gebruikt om het gerecht meer smaak te geven.

Benodigdheden: sla / 600 gram gezouten spek / 1 kilogram aardappelen / 2 ajuinen / azijn / peper en zout / aardappelbloem (die dikwijls zelf gemaakt werd) / 4 eieren.

Bereiding: - vooraf: het spek in reepjes snijden, de ajuin fijn snijden en de aardappelen schillen. - de spekreepjes aanbakken. - de ajuin bij stoven. - de azijn toevoegen. - het water bij doen. - de aardappelen koken. - de aardappelstukjes toevoegen. - zacht laten koken en binden. - de eitjes zacht laten koken.

Presentatie: Eerst de sla op het bord leggen, dan de gekookte aardappelen daarboven. Overgieten met de saus. Bovenop komt een zacht gekookt eitje en een beetje peterselie.

Bron: recept van Paulette Verheye (Knesselare) en Godelieve Francque (Sint-Laureins)

Het Culinair Genootschap Meetjesland wil je laten proeven van de authentieke Meetjeslandse keuken. Het genootschap gaat op zoek naar oude recepten en probeert ze vervolgens uit. Tijdens de bijeenkomsten wordt dan ook heel wat geproefd. En wie houdt er nu niet van proeven? Daarnaast gaan ze ook op zoek naar het verhaal achter de gerechten. Ken je typische Meetjeslandse gerechten, heb je zelf oude kookboeken of wil je wel eens komen proeven? Dan ben je van harte welkom bij het [Culinair Genootschap Meetjesland!](#)

OBJECTTYPE

recept

TREFWOORD

Culinair Genootschap Meetjesland, recept

VERWERVING

Godelieve Francque
Paulette Verheye