

DE MARKTSLAGER

sinds 1982

palm|slag





Hollands
Kwaliteits
Vlees =

DENK OM UW EN
ONZE GEZONDHEID,
HOUD AFSTAND!

Houd altijd anderhalve meter afstand.

1,5 meter is de afstand

- In winkelcentra
- In de open omgeving
- In winkelwagens
- In de bus

1,5 METER

- In winkelcentra
- In de open omgeving
- In winkelwagens
- In de bus

Speciale Dinsdag CACANEN

Winkeliger

MORILLA
1,10
per 100
gram

BLOEDWORST
0,85
per 100
gram

ROEPEL
0,99
per 100
gram

ROEPEL
0,99
per 100
gram

995

105

1675

975

925

1595

inhoudsopgave

Voorwoord **8**

Inhoudsopgave **10**

Inleiding **14**

Vroeger

Historie **20**

Filosofie **22**

Markt

Wat mag het zijn? **32**

De koe ontleed **34**

Bakken en braden **36**

Slagerij

How to be a butcher **46**

Goed gereedschap **48**

Blaarkop

Hoe herken je de Blaarkop? **58**

De Blaarkop fietsroute **60**

Foodtour

Familie **66**

Bijna familie **110**

Vrienden en klanten **144**

De Marktslager **272**

Dankwoord **288**

Register **292**

Colofon **296**

foodtour

Familie

Mevrouw Smit **Hollandse pot** *Sukade* **66**

Kina Smit **Rundersaté** *Entrecôte* **74**

Toemis *Kippenmaag & Hart* **80**

Bami *Reuzel & Hamlappen* **80**

Macaronischotel *Schouderham* **81**

Surinaamse maagjes *Kippenlever of Maag* **81**

Gezinus Smit **Halsketting** *Halsketting* **82**

Geeske Smit & Raoel Blom **Surinaamse huzarensalade** *Vegetarisch* **92**

Hans Smit **Svinekam** *Varkenslende* **102**

Bijna familie

12

Martijn van der Zwaag **Familiestoofpot** *Klapstuk* **110**

Mark Wielinga **Paté en croûte** *Varkenslever & Speklappen* **116**

Henk Prins **Hapjesschaal met Carpaccio** *Ossenhaas* **124**

Catharina Sala **Bordje vegan** *Vegan* **132**

Panna cotta *Vegan* **142**

Tzatziki & Tofu *Vegan* **143**

Het gaat beginnen!
Je krijgt een uniek kijkje
in het leven en de keuken
van échte liefhebbers van
eerlijke, duurzame en lokale
producten. We beginnen bij
de familie Smit, gaan dan
langs werknemers van De
Marktslager en vervolgen
onze weg langs trouwe
klanten en vrienden. Geniet,
lach, proef en ontdek!

Vrienden en klanten

- Jorn Steenhuis **Steak tartaar** *Bavette* **144**
Boneless Ribbies *Spareribs* **152**
Hans van de Sande **Saltimbocca** *Kalfsvlees* **154**
Martine Assié **Blanquette de Veau** *Kalfsschouder* **162**
Nick Metus **Carpacciorollade** *Bavette* **170**
Leonora Hornhuis **Cheesy Burger** *Half-om-halfgehakt* **178**
Teresa Wilkinson **Sunday roast** *Entrecôte* **184**
Carola Boerstra **Lentestoof** *Sukadelappen* **192**
Willem Tredgett **Lambroast** *Lamsbout* **200**
Mark Hamminga **Broodje heet v/d naald** *Varkenshaas & Rookspek* **208**
René Walhout **Sugo all'amatriciana** *Pancetta* **214**
Paul Herruer **Varkenswang met chorizo** *Varkenswang & Chorizo* **222**
Judith en Wiebe **Hachee** *Runderpoulet* **228**
Meneer en mevrouw Ester **Snert** *Varkenslappen & Rookworsten* **234**
Monique en Adri **Buikspek** *Buikspek* **242**
Rode saus *Vega* **247**
Dave, Mark en Boudewijn **Sausage Fest** *Worst assorti* **248**
Block & Barrels **Vlammend vlees** *Bavette* **256**
strangergirlsclub **Local Borrelplank** *Vlees, Vega, Vegan* **264**

13

De Marktslager

- Worsten** *Divers* **274**
Rollades *Divers* **276**
Specials *Divers* **278**
Gehaktballen *Gehakt* **280**
Mexicaanse Fajita's *Bavette* **282**
Ezeltje Tri-tip *Picanha Nobre* **283**
Draadjesvlees *Sukadelappen* **284**
Sukadelapjes *Sukadelappen* **285**
Krabbetjes voor pa *Krabbetjes* **286**

inleiding

Welkom in het kookboek van De Marktslager!

Gevuld met bijzonder gewone verhalen en hartverwarmende recepten van Groningers. Ze komen uit alle windstreken, wonen in en rondom de stad en hebben één ding gemeen: ze koken met aandacht en het liefst met eerlijke, duurzame en lokale producten. Oftewel, met het vlees van De Marktslager.

Sommige klanten halen al 40 jaar lang wekelijks dezelfde bestelling.

Benieuwd wat ze ermee maken? Wij wel.

In dit boek vind je een bonte verzameling van families, werknemers en klanten, geportretteerd in eigen keuken. De recepten en verhalen zijn overgenomen zoals ze zelf hebben geschreven of verteld. De zinnen zijn daardoor niet altijd even logisch, maar wel doordrenkt met eigenheid. Je leert in dit boek dus iets over koken, maar nog meer over mensen. Verwacht geen perfecte boodschappenlijstjes of exacte receptuur. Je krijgt het echte werk voorgeschoteld: toevoegen op gevoel, een grammetje te veel, een ingrediënt te weinig en verschillende schrijf- en bereidingswijzen.

Ga mee op foodtour. Langs het thuis van de mensen, stadgers en studenten waar De Marktslager een leven lang het beste stukje vlees dat je ooit hebt geproefd op tafel zet.



**IEDERE
KEER DAT
JE EEN
RECEPT
BEREIDT
IS HET
ANDERS**

HOLLANDSE POT VAN MEVROUW SMIT

66

In haar pittoreske huis in het Groningse Oosterhoogebrug staat mater familias te kokkerellen. Mevrouw Smit staat niet te koken op suffice sloffen die haar leeftijd verraden, maar op een paar toffe Nikes.

De Hollandse pot is haar lief en ze kookt passend bij het seizoen. In de winter betekent dat een lekker lapje sukade met aardappelen, groente en pudding toe. Net als vroeger!





EEN LEVEN LANG VROEG UIT DE VEREN

68

Vroeg uit je nest, de hele dag in beweging, flink lachen en lokale, gezonde kost op tafel. De sleutel tot de eeuwige jeugd!







70

Ingrediënten 4 pers.

Sukade

4 sukadelappen (8 ons)
vleeskruiden van De Marktslager
bakken & braden van Croma
1 tomaat
1 ui

Aardappelen

1 kg Bildtstar aardappelen

Snijbonen

800 gr snijbonen
blokje roomboter
bolletje nootmuskaat

Zoetzuur

1 komkommer
suiker
scheutje azijn
zout & peper

Appelmoes

1 kg Goudreinetten appels
3 el suiker
kaneel(stokje)

Toetje

1 pakje vanille kookpudding
½ liter melk
slagroom
aardbeien

HOLLANDSE POT

Bereidingswijze

Sukade

'Kruid het vlees met vleeskruiden van De Marktslager en bak het geruime tijd in *Bakken & braden van Croma*. Vloeibare boter, want dat is altijd beter voor je gezondheid. Doe er een tomaatje en ui bij, daar krijg je heel lekkere jus van. Ook met varkensvlees, doe daar ook maar een tomaatje en ui bij, dat is altijd lekker!

Je bakt het vlees eerst goed aan voordat je de gesneden ui en tomaat erbij doet. Laat het een half uur staan voordat je het vlees omdraait, zodat het aan beide kanten lekker bruin wordt. Nu laat je het 2 ½ uur sudderen. Je kan er later nog wat water bijdoen voor de jus.'

Snijbonen

'Snijd de snijbonen met een aardappelmesje fijn en kook ze met een beetje zout in 20-25 minuten gaar. Giet ze af, laat er een blokje roomboter over smelten en schraap er wat verse nootmuskaat over.'

Aardappelen

'Schil de aardappelen, zet ze half onder water en kook ze, heel simpel, met een beetje zout in 20 minuten gaar.'

Appelmoes

'Je schilt de appels, haalt de pitten en het klokhuis eruit en zet ze met heel weinig water, 3 el suiker en het kaneelstokje op het vuur. Kook op een laag pitje en roer ondertussen tot er moes ontstaat.'

Zoetzuur

'Snijd de komkommer in schijfjes en breng ze op smaak met zout, peper, suiker en azijn.'

Toetje

'Meng in een kommetje de inhoud van het pakje met 6 el van de koude melk. Breng de overige melk, al roerend, aan de kook. Neem de pan van het vuur en voeg het puddingmengsel al roerend toe. Laat het nog 2 minuten op laag vuur zachtjes doorkoken. Spoel de kommetjes af met koud water voordat je ze vult. Heel belangrijk, anders gaat het plakken! Tot slot maak je het af met een toefje slagroom en een aardbei!'



big thanks



Janet



Kina



Gezinus



Geeske



Raoel



Hans



Martijn



Mark



Carin & Henk



Catharina



Jorn



Otis



Hans



Martine



Louise



Nick



Leonora



Teresa



Carola



Willem



Mark



René



Paul



Wiebe



fam. Ester



Adri



Boudewijn, Mark & Dave



Manu



Rachelle



Trudy



Jasmin



to
you!