

BIETJES/KROOTJES

De kroot, spinazie en snijbiet zijn familie van de suikerbiet.

De kroot is samen met de snijbiet al 2000 jaar bekend als cultuurgewas. Dus veel eerder dan de suikerbiet die pas rond 1700 als cultuurgewas bekend werd.

Ten tijde van de Romeinen heeft Apicius al over de rode biet geschreven. De krootjes waren volgens hem goed voor de spijsvertering.

Hij kookte kleingesneden krootjes samen met gedroogde prei, strooide hier wat peper en karwij overheen en overgoot het met liquamen (vissaus) en passum (zoete Spaanse wijn). Dit alles werd gekookt tot het gaar was.

Al gare krotten werden in zijn tijd van een vulling voorzien. Eerst werd een kroot uitgehold, de holte werd opgevuld met een mengsel van prei, koriander, karwij, rozijnen en meel. En werd dan geserveerd met liquamen, olie en azijn.



Dodoens kende in de 16e eeuw twee soorten rode biet. De Roode Beete en de Roomsche roode Beete. Op zijn tekeningen is te zien dat de Roomsche roode Beete al een knolachtige wortel heeft. Naar ik aanneem stamt daar ons welbekende krootje van af. Over deze biet meldt Dodoens dat

"alleen die wortel es veel dicker ende corter/schier een Steeckrape ghelijck/die van binnen schoon root es en de sueter van smaecke van die wortelen van die andere Beeten"

is. In zijn tijd had de rode biet al een plaatsje in de moestuin. Dat was handig, want als men buikloop had kon men rode biet met linzen eten, wel gezamenlijk gekookt, om de buik weer op orde te krijgen. Ook vond hij het gewoon lekker om gekookte rode bietjes met olie, azijn en wat peper te eten. Dat lijkt al aardig op een moderne salade.

Aan het einde van de 19e eeuw kende Alexander Dumas bieten in allerlei kleuren niet alleen rode (krootje) maar ook gele, witte en gederde. Hij geeft de voorkeur aan in de oven gebakken biet. De biet wordt dan eerst gewassen in keukenbrandewijn en dan gebakken op een rooster in de oven. Dit proces herhaalt men de volgende dag. Als dan uiteindelijk de bieten gaar zijn, te zien aan de verkoelde schil, kan men ze na afkoelen eten.

Deze gare bieten kon men ook nog eens frituren. Hij sneed ze in dikke plakken en legde op iedere plak een schijf ui. Deze schijven werden gekruid met pimperl, kervel, nootmuskaat en zout. Hierop werd weer een schijf biet gelegd. Zo'n pakketje werd dan gefrituurd. Hij vond dat lekker met gebakken peterselie.

Tegenwoordig gaan we er wat minder omslachtig mee om. Meestal worden de rode bietjes gekookt. Als men zelf krootjes gaat koken moet er wel op gelet worden dat de wortel en de bladaanzet niet beschadigd worden. Er gaat dan tijdens het koken veel van de smaak verloren. Na het koken kan dit, inclusief de schil, gemakkelijk verwijderd worden.

de kook-coach

De gare krootjes kunnen geraspt of in plakjes geschaafd worden om verder verwerkt te worden in een salade. Hieraan kunnen gesnipperde lente-uitjes, wat gesnipperde bladselderie en fijn gesneden bieslook aan toegevoegd worden. Wil men de salade wat smeuijger dan kan er wat mayonaise of een goede olie door gemengd worden. Lekker met rijst of aardappelen.

In Bulgarije maakt men eerst een dressing van wat yoghurt, azijn, dille, zout, cayennepeper en peper en vermengd met de krootjes geeft dit ook een frisse salade.

Ook lekker zijn geschaafde krootjes met wat gesnipperde uitjes en gebakken speklapjes. Hierbij serveert men aardappelen met jus.

Beer Clement

de kook-coach

Bronnen:

Knipsels

Tekening: Henk Nieuwenhuijsen