

SNACK ATTACK

Frikandellen met goudrenetten

In de rubriek *Snack Attack* vindt de luie *couch potato* elke week een oplossing voor zijn primaire calorieënaandring. Vanwege het vijftigjarige jubileum van Neerlands favoriete snack deze week de frikandel met appel.

Vijftig jaar geleden had slager Jan Beckers een culinaire ingeving. De Brabander bedacht de 'knackworst' zonder velletje, niet vermoedend dat dit product tot een van de succesvolste snacks uit de Nederlandse geschiedenis zou uitgroeien. Tegenwoordig worden er zo'n miljoen frikandellen per dag geproduceerd.

Borreldiscussies over deze snack gaan altijd over de vraag wat er nou in die snack zit. Kattendarmen, uiers, hersenen en koeienogen gooien hoge ogen. In werkelijkheid gaat het vooral om paardenvlees, varkensvlees en slachtafval van de kip. Gecombineerd met paneermiddel, bindmiddel en smaakversterkers kun je niet echt van health food spreken.

Vergissingen met de *frikadel* liggen voor de hand, maar dan gaat het toch echt om een compacte gehaktbal met kruiden. In België noemen ze onze gehaktbal nog steeds een *frikadel*, alhoewel de term *currywurst* ook voorkomt. In de Indische keuken komen veel varianten voor van de platgedrukte gehaktbal. Om nog enige illusie van vitaminen te koesteren hier een variant met appel.

**4 frikandellen, 1 appel (goudrenet),
1,5 el. boter, 1 el kersenjam**

In braadpan frikandellen in olie bakken (hoeft niet in frituur). Intussen appel schillen. Met appelboor klokhuis verwijderen, en vervolgens in vier plakken snijden. In koekenpan boter verhitten. Appelplakken in drie minuten aan beide zijden lichtbruin bakken. Frikandellen op platte schaal leggen. Appel erover verdeelen. Tot slot garneren met $\frac{1}{4}$ eetlepel jam. ●

