

A close-up photograph of an open tin of sardines. The lid is propped up, revealing two sardines packed in a yellowish oil. The sardines are silvery and appear to be whole. The tin is set on a dark, textured surface, possibly a countertop. The lighting is dramatic, highlighting the metallic sheen of the lid and the texture of the fish and oil.

BLIKSARDIENEN IN OLIE

SINDS HET BEGIN VAN DE NEGENTIENDE EEUW WORDEN SARDIENEN INGEBLIKT VOLGENS DE NOG STEEDS GEBRUIKTE METHODE. IN DIE TIJD WAREN BLIKSARDIENEN VOOR VEEL MENSEN DE ENIGE VIS DIE ZE TOEN ATEN. GECONSERVEERDE SARDIENEN BLIJVEN POPULAIR, MAAR HET IS GENOEGZAAM BEKEND DAT ZE STERK VAN KWALITEIT EN PRIJS KUNNEN VARIËREN. EEN TEST BEVESTIGDE DIT.

Geconserveerde sardienen vinden we meestal in blikjes van 115 tot 125 gram. Ze bevatten drie tot zes stuks, tenzij het minisardienen betreft. In dat laatste geval varieert het aantal van 15 tot 30 stuks. Sardienen (*Sardina Pilchardus*) zijn moeilijk vers te houden en worden dan ook onmiddellijk na vangst schoongemaakt, licht gepekeld, in blikken gelegd, gespoeld en in de oven gedurende circa vijf tot zes minuten gebakken of gestoomd, waarna olie (zonnebloem, sojaolie, olijfolie, katoenzaadolie,...) wordt toegevoegd. Sardienen worden door het bewaren steeds fijner van smaak en om het rijpingsproces perfect te laten verlopen, moeten de blikken om de drie maanden omgekeerd worden zodat de bovenste laag visjes niet kan uitdrogen. Sardienen met een jaartal gelden als een aparte lekkernij. Ze bevatten met speciale zorg geselecteerde eerste keus visjes en bereiken hun aparte smaak pas na twee jaar. Volgens sardinofielen smaken ze op hun fijnst

na tien jaar blikrijping. Sardienenliefhebbers eten daarbij overigens gehakte nieuwe ui, roquefort en een beboterde boterham.

Voor onze test kochten we enkel sardienen in olie en voor de eigenaardigheid één blikje sardienen in eigen nat. We vonden zowel in supermarkten als speciaalzaken een ruim aanbod. Twintig blikjes werden geopend en geproefd. Negen uit Frankrijk, drie uit Marokko, evenveel uit Spanje, twee uit Portugal en telkens één uit Canada, Italië en Japan. Voor deze proeverij waren we te gast in de Brusselse supermarkt Rob. In het proefpanel mochten we rekenen op uitgever – hoofdredacteur Catherine Gaudisart, foodies Jean Paul Perez en Luc Valkiers, restaurantondernemer Jan Boogaerts en delicatessenspecialisten Linda Decoster, Jan Demonie en Luc Hoornaert. Om de mond tussendoor te verfrissen stond water en brood op tafel.



SARDIENEN VOORGESTELD

ZEER GOED 8,0/10

SARDIENEN IN ZONNEBLOEMOLIE, LES MOUETTES D'ARVOR, FRANKRIJK
verkocht in Rob

PRIJS 3,60 euro (115 g)

KILOPRIJS 31,30 euro

COMMENTAAR mooie visjes, vol en intens van smaak, aangenaam in de mond, verfijnd, aangenaam gebruik van zout, sappig, smaakt naar echte sardienen

MINISARDIENEN (25 TOT 30 STUKS) IN OLIJFOLIE, GALICIË, SPANJE
verkocht in Rob

PRIJS 4,98 euro (125 g)

KILOPRIJS 39,84 euro

COMMENTAAR mooie, egale kleur, rijk en intens aan smaak en evenwichtig, fijne sardientjes met licht aangenaam bittertje

SARDIENEN IN OLIJFOLIE, LA PERLE DES DIEUX, ST-GILLES-CROIX-DE-VIE 2008, FRANKRIJK

verkocht in L'Atelier du Port (Antwerpen)

PRIJS 5,90 euro (115 g)

KILOPRIJS 51,30 euro

COMMENTAAR visueel mooi, heel lekker, goede smaakbalans, volle sappigheid, zeer aangename textuur, verfijnde olijfoliesmaak, aangenaam mondgevoel

SARDIENEN IN OLIJFOLIE, LA PERLE DES DIEUX, ST-GILLES-CROIX-DE-VIE 2009, FRANKRIJK

verkocht in L'Atelier du Port (Antwerpen)

PRIJS 5,90 euro (115 g)

KILOPRIJS 51,30 euro

COMMENTAAR mooie visjes, zuivere smaak, elegante structuur, zeer fijne nasmaak, aangenaam mondgevoel

SARDIENEN IN KATOENZAADOLIE, WAKASA MARUKAI, JAPAN (SARDINOPS MELANOSTICTUS)

verkocht door Swaffood, De Olijfboom en L'Atelier du Port

PRIJS 10,60 euro (105 g)

KILOPRIJS 100,95 euro

COMMENTAAR mooi uitzicht, schitterende natuurlijke en fijne smaak, katoenzaadolie geeft apart cachet, licht kruidig, zeer sappig

GOED 7,0/10**SARDIENEN IN OLIJFOLIE BIO,
LES MOUETTES D'ARVOR, FRANKRIJK**

verkocht in Rob

PRIJS 4,20 euro (115 g)**KILOPRIJS** 36,52 euro

COMMENTAAR droge stevige structuur, proeft naar makreel, pikt een beetje, iets te zout, redelijke vissmaak maar atypisch voor sardienen

**SARDIENEN (SARDINILLAS 14 TOT
18 STUKS) IN OLIJFOLIE, RAMON
FRANCO, SPANJE**

verkocht in De Olijfboom (Brugge) en L'Atelier du Port (Antwerpen)

PRIJS 4,50 euro (120 g)**KILOPRIJS** 37,50 euro

COMMENTAAR mooi van vorm, fijne vissmaak, donkerbruine kleur, half sappig, mist beetje typische smaak, evenwicht van smaak

**SARDIENEN PRIMEUR IN OLIJFOLIE,
LES MOUETTES D'ARVOR, 2007,
FRANKRIJK**

verkocht in Rob

PRIJS 5,38 euro (115 g)**KILOPRIJS** 46,78 euro

COMMENTAAR mooie sardienen, smeùge textuur, diepe zuivere en lange nasmaak, aangename licht zurige toets

**SARDIENEN IN OLIJFOLIE, LA PERLE
DES DIEUX, ST-GILLES-CROIX-DE-VIE
2007, FRANKRIJK**

verkocht in L'Atelier du Port (Antwerpen)

PRIJS 5,90 euro (115 g)**KILOPRIJS** 51,30 euro

COMMENTAAR mooi uitzicht, sappig, smeùge textuur, zoet met volle lengte

PERSOONLIJKE TOP 3**Luc Valkiers**

1. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2009, Frankrijk
Sardienen in katoenzaadolie, Wakasa Marukai, Japan (Sardinops melanostictus)
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk
Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2007, Frankrijk
3. Minisardienen (25 tot 30 stuks) in olijfolie, Galicië, Spanje
Sardienen primeur in olijfolie, Les Mouettes d'Arvor, 2007, Frankrijk

Jan Demonie

1. Sardienen in katoenzaadolie, Wakasa Marukai, Japan (Sardinops melanostictus)
2. Minisardienen (25 tot 30 stuks) in olijfolie, Galicië, Spanje
3. Sardienen in zonnebloemolie, Les Mouettes d'Arvor, Frankrijk

Jean Paul Perez

1. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2009, Frankrijk
3. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2007, Frankrijk

Linda Decoster

1. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2009, Frankrijk
3. Sardienen in katoenzaadolie, Wakasa Marukai, Japan (Sardinops melanostictus)

Luc Hoornaert

1. Sardienen in katoenzaadolie, Wakasa Marukai, Japan (Sardinops melanostictus)
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2009, Frankrijk
Minisardienen (25 tot 30 stuks) in olijfolie, Galicië, Spanje
3. Sardienen primeur in olijfolie, Les Mouettes d'Arvor, 2007, Frankrijk
Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk

Jan Boogaerts

1. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2009, Frankrijk
3. Minisardienen (25 tot 30 stuks)
in olijfolie, Galicië, Spanje

Catherine Gaudisart

1. Sardienen in katoenzaadolie, Wakasa Marukai, Japan (Sardinops melanostictus)
2. Sardienen in olijfolie, La Perle des Dieux, St-Gilles-Croix-de-Vie 2008, Frankrijk
Minisardienen (25 tot 30 stuks)
in olijfolie, Galicië, Spanje
3. Sardienen in zonnebloemolie, Les Mouettes d'Arvor, Frankrijk
Sardienen (sardinillas 14 tot 18 stuks)
in olijfolie, Ramon Franco, Spanje



MIDDELMATIG 6,0/10

SARDIENEN IN OLIJFOLIE SANGIOLARO, ITALIË

verkocht in Rob

PRIJS 8,16 euro (300 g)

KILOPRIJS 27,20 euro

COMMENTAAR mooi uitzicht, zeker niet slecht, heeft een beetje wildsmaak, zachte textuur tot iets te plat, okay van smaak maar wat vreemde samenhang en structuur

NIET GOED GENOEG 5,0/10

SARDIENEN IN OLIJFOLIE, 2008, CONNÉTABLE, FRANKRIJK

verkocht in Rob

PRIJS 7,38 euro (115 g)

KILOPRIJS 64,17 euro

COMMENTAAR te overheersende zoutsmaak, te gepekeld, stokvisachtig, te droog

SARDIENEN IN OLIJFOLIE MET VEL EN GRATEN, NIXE, MAROKKO

verkocht in Lidl

PRIJS 0,69 euro (125 g)

KILOPRIJS 5,52 euro

COMMENTAAR niet echt droog, weinig sappig, geen sardienensmaak, blinkend uitzicht, geen fijne nasmaak

SARDIENENFILETS IN ZONNEBLOEMOLIE, DEEPBLUE, PORTUGAL

verkocht in HGC-Hanos

PRIJS 1,37 euro (120 g)

KILOPRIJS 11,41 euro

COMMENTAAR bruine kleur, geen smakelijk uitzicht, kartonsmaak, superdroog, te compacte vis

ONDERMAATS 4,0/10

SARDIENEN ST GEORGES IN OLIJFOLIE, LA BELLE-ILOISE, FRANKRIJK

gekocht via internet

PRIJS 2,58 euro (125 g)

KILOPRIJS 20,64 euro

COMMENTAAR blikksmaak, ijzersmaak, zout, brak, oogt mooi, egale maten, te droog

SARDIENEN IN OLIJFOLIE, COCAGNE, PORTUGAL

verkocht in Carrefour

PRIJS 1,75 euro (125 g)

KILOPRIJS 14,00 euro

COMMENTAAR zout, metaalsmaak, droog, geen sappigheid

SARDIENEN CARREFOUR MERK, NATUUR (IN EIGEN NAT), ZONDER VEL EN ZONDER GRAAT, MAROKKO

verkocht in Carrefour

PRIJS 1,09 euro (105 g)

KILOPRIJS 10,38 euro

COMMENTAAR droog, vezelig, geen sardienensmaak, brak, vies uiterlijk, zwak product

SARDIENEN IN OLIJFOLIE, ZONDER GRATEN, CONNÉTABLE, FRANKRIJK

verkocht in Rob

PRIJS 4,38 euro (115 g)

KILOPRIJS 37,82 euro

COMMENTAAR zwakke, bittere smaak, zeer droog, korrelig



SLECHT 3,0/10**SARDIENEN CARREFOUR MERK IN OLIJFOLIE (29%), ZONDER VEL EN ZONDER GRAAT, MAROKKO**

verkocht in Carrefour
PRIJS 1,45 euro (105 g)
KILOPRIJS 13,80 euro

COMMENTAAR droog, geen sardienensmaak, 'dood' product

SARDIENEN IN SOJAOLIE (10%), BRUNSWICK, CANADA

verkocht in HGC-Hanos
PRIJS 1,11 euro (106 g)
KILOPRIJS 10,47 euro

COMMENTAAR papperig, niet sappig, geen smaak tenzij blikmaak, bizarre vergiste smaak

SARDIENEN IN ZONNEBLOEMOLIE, MALVEIRA, GALICIË, SPANJE

Nieuw, binnenkort verkocht in Rob, nog geen prijs bekend

COMMENTAAR slechte onfrisse tot vieze vismaak, geen evenwicht

HET JURYRAPPORT

Negen van de twintig stalen werden goed (4 keer) tot zeer goed (5 keer) bevonden. Zeven stalen haalden minder dan de helft van de punten. Het gemiddelde bedroeg 5,6 op 10.

De kiloprijs varieerde van 5,52 euro (Marokkaanse sardienen) tot 100,95 euro (Japanse sardienen), met een gemiddelde kiloprijs van 34,85 euro.

Bij de beste sardienen met acht op tien vonden we zowel sardienen in zonnebloemolie, olijfolie als katoenzaadolie. Drie blikjes kwamen uit Frankrijk, waarvan twee met jaartal. Eén blikje bevatte kleine sardientjes uit Galicië en één blik kwam uit Japan en bevatte de Aziatische variant van de sardien. Deze vijf blikjes charmeerden met mooie visjes die vol en zuiver smaakten, een aangename sappige structuur hadden en door hun mondgevoel plezierden. Twee blikjes waren voorzien van een jaartal (2008 en 2009) en hadden gezien hun beperkte rijpings-tijd hun vol potentieel nog niet bereikt.

Vier blikjes met zeven op tien werden zonder meer goed bevonden. Ze misten soms sappigheid en typiciteit.

De overige sardienen smaakten vreemd, niet lekker of vies.

De sardienen met de beste verhouding kwaliteit en prijs waren deze van Les Mouettes d'Arvor in zonnebloemolie. Opvallend is de aanwezigheid van het Franse merk La Perle des Dieux met drie blikjes met jaartal in de top 9.



DE BESTE NOORDZEE GARNALEN?

Waar vinden we aan onze kust de beste Noordzee garnalen? We proefden grijze garnalen afkomstig van vijf verschillende locaties. Allemaal dezelfde vroege ochtend gevangen, gekookt en met de hand gepeld. Een outsider ging met de eer lopen.

Eind mei konden we aanschuiven voor een boeiende proeverij met grijze garnalen als voorwerp. Het Genootschap der Culinairers organiseerde haar tweede Kapittel in Koksijde. Onder de ludieke titel “to crevette or not to crevette” verzamelden zo’n zestig bevriende smulpapen in restaurant Ten Bogaerde om proefondervindelijk een en ander uit te spitten. Bij binnenkomst konden de genodigden de bedrijvige en handige garnaalpellers gadeslaan. Voor de deur stonden twee paarden en hun begeleiders uit Oostduinkerke die van hun vroege ochtendshift aan het bekomen waren. Ze maken deel uit van een flink uitgedunde groep van tien paardenvissers die traditiegetrouw in het strandwater voor de kust van Oostduinkerke naar garnalen vissen. Hun vangst werd onmiddellijk gekookt. Net zoals stalen afkomstig van Zeebrugge, Nieuwpoort en Oostende. Daarnaast nam er ook nog een mysterieus lot aan de blindproeverij deel. Alle garnalen waren even vers en belanden na gemiddeld zeven tot acht uur na vangst op ons proefbord. Ze werden ieder voor de kust van de respectieve havens gevangen en elk volgens eigen inzichten gekookt. De vijf stalen verschenen zowel gepeld als ongepeld op ons presentatiebord. Alle aanwezigen konden op een totaal van twintig punten beoordelen

UITSLAG NOORDZEE GARNALEN:

1. GARNALEN UIT NIEUWPOORT	15,6/20	OF 78%
2. GARNALEN UIT OOSTENDE	14,2/20	OF 71%
3. GARNALEN UIT OOSTDUINKERKE (PAARDENVISSERS)	13,6/20	OF 68%
4. GARNALEN UIT ZEEBRUGGE	12,0/20	OF 60%
5. GARNALEN UIT SINT-IDESBALD (STRANDVISSERS)	10,0/20	OF 50%

op smaak, textuur of beet, sappigheid en aantrekkelijkheid of kleur.

De garnalen waarvan vooraf de oorsprong niet bekend was gemaakt, eindigden op de laatste plaats met slechts de helft van de te behalen punten. Deze garnalen werden te voet met het net uit het water gehaald ter hoogte van de Koksijde Yachting Club (KYC) in Sint-Idesbald. Ze oogden het minst fris en hadden ook het minste smaak. Net zoals de garnalen uit Zeebrugge, Oostduinkerke en Oostende misten ze sappigheid wat waarschijnlijk te maken had met een iets te lange kooktijd. De garnalen uit Nieuwpoort hadden een mooie glans en smaakten ook intenser dankzij hun sappigere karakter.

Ze kregen een score van 15,6 op 20. Meer dan waarschijnlijk genoten deze garnalen de kortste kooktijd, waardoor hun typische markante, zoet zilte smaak gekoppeld aan een licht krokante textuur nog het best aan de verwachtingen van de proevers voldeed.

Uit deze proeverij concluderen dat de garnalen uit Nieuwpoort aanzienlijk beter zijn dan die uit de andere locaties is een verkeerde synthese. Dichter bij de waarheid staat de conclusie dat de garnalen uit Nieuwpoort het meest bevielen omdat ze met de meeste zorg bereid werden. Een vaststelling die nog aan kracht won, toen we na afloop een staal grijze garnalen mochten proeven die tweesterrenchef Stéphane Buyens uit De Panne (Hostellerie Le Fox) had meegebracht en normaal gezien in zijn restaurant gebruikt. Deze garnalen waren ook dezelfde ochtend te voet met het sleepnet uit het strandwater van De Panne gehaald en door de garnaalvisser met duidelijk meer nauwkeurigheid en op advies van de topchef perfect gekookt. Deze garnalen haalden omwille van hun fris en rijk intens smakenpalet buiten wedstrijd een score van 19 op 20. Daarmee werd nog maar eens bevestigd dat elk fijn product slechts zijn finesse en markante smaak en textuur kan vrijgeven wanneer het ook op een juiste manier de behandeling krijgt. Koken blijft in essentie nog altijd het maximaliseren van het potentieel van een product.

Willem Asaert

