



## **Spekfacts en -soorten**

### **Spek voor je bek!**

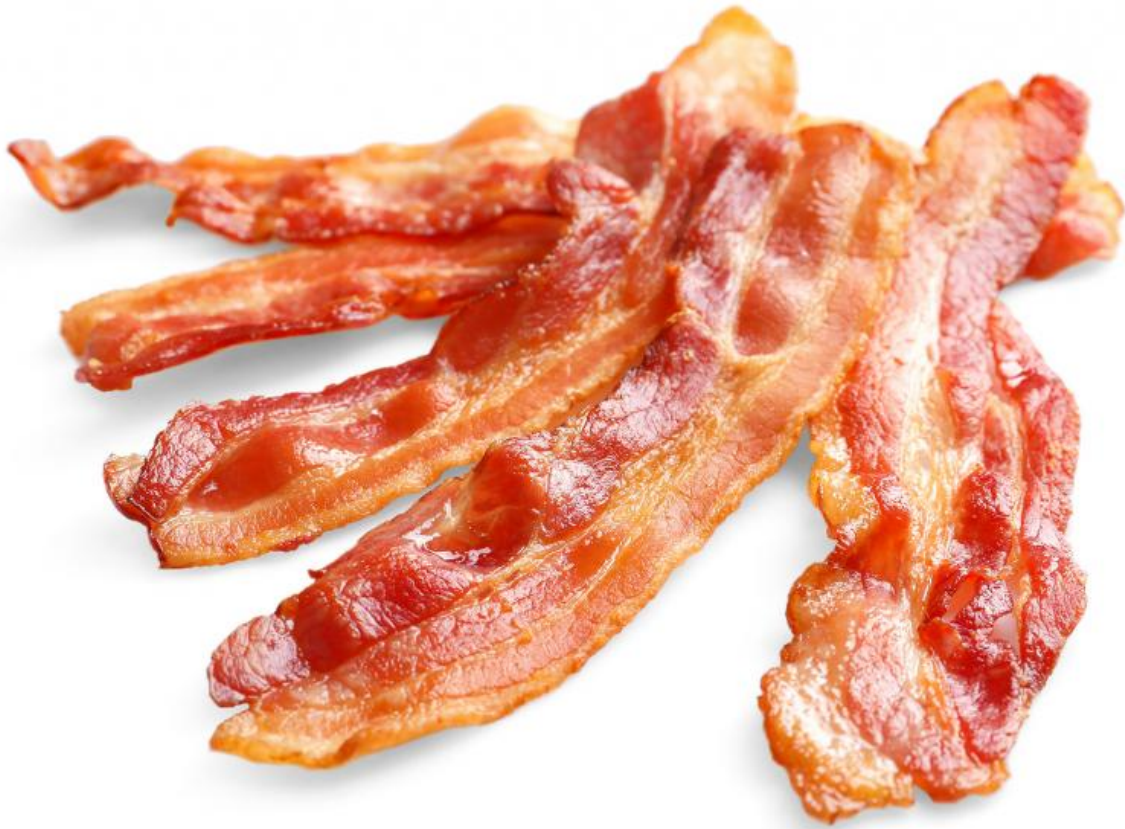
**Niks zo lekker als een stukje spek ... maar welke soort kies je best? We zetten ze allemaal voor je op een rijtje, maar eerst wat spekfacts!**

#### **Buik of rug?**

Als je het hebt over spek, moet je een onderscheid maken tussen buik- en rugspek. Rugspek bestaat bijna volledig uit vet, en is dus ongelooflijk mals en smeug. Buikspek – of doorregen spek – bevat veel meer vlees en heeft daardoor een stevigere bite. Bovendien is buikspek, als je het in dikke plakken snijdt, heerlijk op de barbecue. Onze tip? [Wrijf een stuk buikspek in met een rub voor extra veel smaak.](#)

#### **Zwoerd of niet?**

Heel wat soorten spek kan je met zwoerd, eigenlijk de huid van het varken, eraan kopen. Die kan je aan je vlees laten, maar dan riskeer je dat dat stukje heel erg taai wordt. Wij raden eerder aan om het zwoerd los te snijden en te verwerken in soep of saus. Je kan 't zelfs apart extra crispy aanbakken als garnering of knabbel.



## **Rauw, gerookt of gezouten spek?**

Deze keuze heeft vooral met smaak te maken. Zowel gerookt als gezouten spek hebben een uitgesproken imago, en bij gezouten spek komt daar natuurlijk ook een fijne zilte toets bij. Rauw spek neemt dan weer de smaken van de ingrediënten die het vergezellen op.

## **De speklijst**

### **1. Ontbijtspek**

De klassieker onder het spek! Dit vlees wordt van de buik van het varken gesneden, en daarna gepekeld, gedroogd en gerookt. Het resultaat is een lekker stevig en smaakvol plakje spek, dat je in een pan met boter makkelijk knapperig krijgt.

Ontbijtspek eet je het beste bij - je raadt het al - het ontbijt, met een eitje en een dikke boterham.



## 2. Bacon

In tegenstelling tot ontbijtspek komt bacon niet van de buik van het varken, maar wel van de rug. Van de zogenaamde 'karbonadestrook', om precies te zijn. Hierdoor is het wat vetter dan ontbijtspek. Bacon wordt met zout ingewreven en krijgt wat tijd om te rusten voordat het gerookt wordt voor een extra uitgesproken smaak. Bacon die niet gerookt is? Die noemen we Engelse bacon.

Deze topper past eigenlijk overal bij, maar het verrassendst is toch wel de combinatie met zoete ingrediënten als chocolade en karamel. Probeer bijvoorbeeld eens een croque met bacon, gebakken appeltjes en kaneel. Hemels!



### **3. Pancetta**

Ook de Italianen hebben hun eigen spek, en dat heet pancetta. Dit start net hetzelfde als ontbijtspek, maar droogt maar liefst 3 maanden en wordt daarna gekruid met bijvoorbeeld kruidnagel, nootmuskaat en kaneel. Er bestaan twee varianten: gerookt en niet gerookt.

Gerookte pancetta vind je in plakjes, niet-gerookte als een worst – waar op z'n beurt natuurlijk ook weer plakjes van gesneden kunnen worden.

Dit spek werkt in kleine stukjes bij pasta of in plakken op pizza.



#### **4. Zeeuws spek**

Zeeuws spek komt uit Nederland en wordt gemarineerd in een mengsel van olie, sojasaus, mosterd, ui paprika, knoflook en peper, waarna het geroosterd wordt. Hierdoor krijgt dit buikspek een barbecuesmaak.

Heerlijk op een bruine boterham met mosterd, maar ook in blokjes bij het aperitief!

#### **5. Lardo**

Vind je pancetta lekker, maar mag er voor jou wel wat weer vet aan? Probeer dan Lardo. Dit spek bevat bijna geen vlees, en is dus ongelooflijk romig, smeug en zacht. Om het extra smaak te geven worden er tijdens het pekelp proces vaak smaakmakers als rozemarijn, tijm en peperkorrels aan toegevoegd.

Flinterdun gesneden is het de ideale toevoeging voor een antipasti-plankje.

#### **6. Guanciale**

Deze specialiteit uit Umbrië (Italië) wordt gemaakt van varkenswangen, zout, suiker en specerijen. Dit spek is enorm smaakvol en heeft een heerlijk zachte textuur.

Traditiegetrouw wordt guanciale gebruikt in spaghetti alla carbonara.

#### **En dan nog deze ...**

#### **7. Speck**

Speck mag dan wel zo heten, het is eigenlijk een vorm van prosciutto ... Laat je dus niet vangen, en eet deze rauwe ham gewoon met een schijfje meloen.



### **De lekkerste spekjes voor op de BBQ**

Ben je al aan het watertanden na het lezen van deze tips? Ga zelf creatief aan de slag met spek.



Hoofdgerechten

[Worst-spekspiesjes met gegrilde aardappe...](#)



Hapjes  
Bijgerechten

[In spek gerolde jalapeños](#)



Hoofdgerechten

[Gemarineerde cajun-speklappen met gegril...](#)

---

Heb jij een van deze recepten geprobeerd? Of heb je zelf nog tips of een vraag over spek op de BBQ? Laat het zeker weten via [Facebook](#) of [Instagram](#) en gebruik de hashtag #lekkerspar.

---