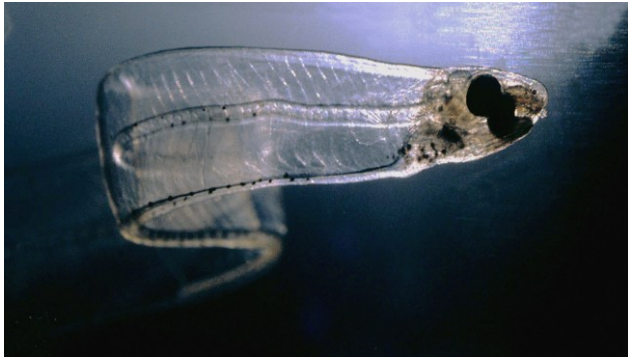


Zo glad als een Aal - Zoet / Zoutwater vis.

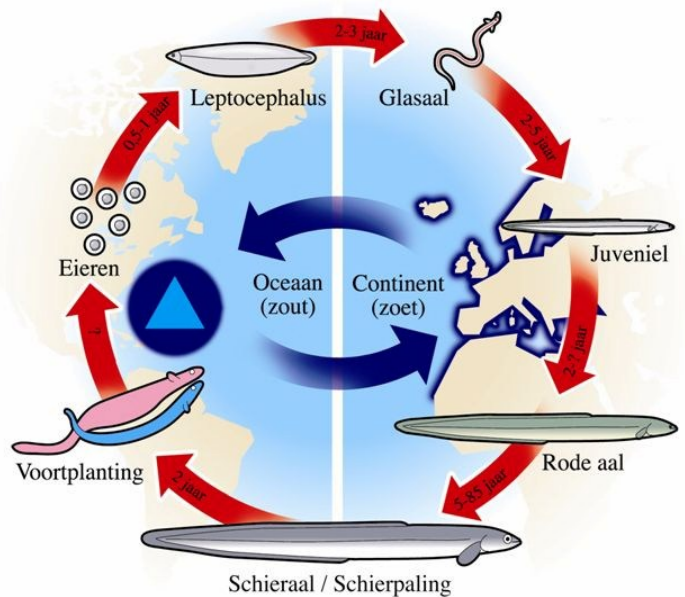
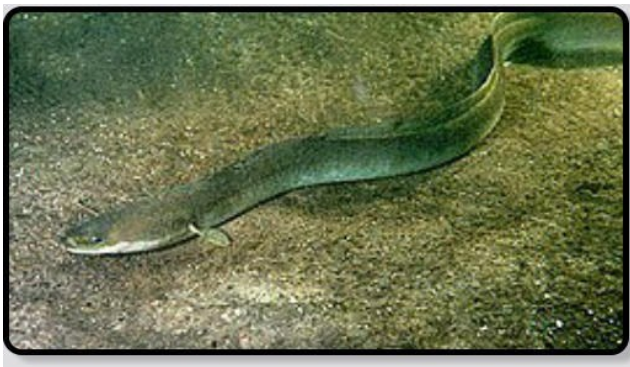


Glasaaltje/ juveniel

De Aal familie bestaat uit 20 soorten en slechts een Europese soort komt in onze zoete wateren voor om volwassen te worden en wordt daarna paling genoemd. Voortplanting heeft veel weg van die van de zalm.

Alleen het paaigebied van de paling is in de Sargasso zee in het Caribisch gebied, terwijl een volwassen zalm vanuit de zee een snel stromende rivier stroomopwaarts op zwemt om daar te paaien. Net andersom dus.

De volwassen Paling sterft na de voortplanting en zakt naar de bodem op 6000m.



Schema levenscyclus Europese aal
(*Lat. Anguilla anguilla*)

Er zijn ook palingsoorten die volwassen worden in de zoete wateren van de USA en Canada. De larven uit de eitjes van de Aal zijn slechts 5mm. Later 75mm en worden dan glasaaltjes genoemd. Ze drijven mee met de golfstroom naar het noorden richting Europa via de zuid/oostkust van de VS, Canada, Groenland, IJsland, Noorwegen ri. Nederland en verder naar het zuiden tot in de Middellandse zee en West-Afrika. Een reis van duizenden kilometers die 4 tot 5 mnd. kan duren. Ze leven tot dan toe van plankton in de zee en beginnen al redelijk groot en ondoorzichtig te worden als ze bij ons continent aankomen.



gerookte paling

In Nederland

Eénmaal voor onze kust gearriveerd gaat de Aal op zoek naar een riviermonding bv. via de Waddenzee en zwemt dan door de 4 km lange vismigratie rivier het IJsselmeer op. Met de voorbereidingen voor deze rivier is gestart in 2019 en pas in 2023 klaar gekomen. Deze rivier ligt evenwijdig aan de afsluitdijk en is voor vismigratie uniek in de wereld. Tot 2 jaar geleden was de paling stand sterk teruggelopen en staat bij ons nu nog steeds genoteerd als bedreigde soort, alhoewel het verleden jaar een stuk beter ging. Met dank aan de vismigratie rivier. De jonge Aal in de zee ruikt het zoete water dat uit de migratie rivierpijp stroomt. De waterstand van het IJsselmeer is meestal wat hoger dan de zee. Het IJsselmeer wordt voor het grootste gedeelte gevoed met water uit de IJssel. De Aal wordt nu paling genoemd en zal 5 tot soms 20 jr. in het meer blijven om volwassen te worden. De geslachtsrijpe lengte van een vrouwtje is dan ± 1 m. en van het mannetje ± 50 cm. Paling heeft een slijmlaag op de huid. Uit het water zal een paling niet snel uitdrogen. Soms verplaatsen ze zich bv. via

grasland tussen 2 meren of waterwegen als deze niet te ver uit elkaar liggen. Net als een slang kronkelt de paling door het gras.

-2-

In Frankrijk

Voordat de glasaaltjes de monding van rivieren opzwellen worden veel aaltjes gevangen. Het is daar een “culinaire” lekkernij. Dat zou verboden moeten worden!

In België

Een Belgisch nationaal gerecht wat hierop wel aanspraak kan maken is *Paling in het groen*. Zie recept.

Gerookte paling

Enige jaren geleden waren er rond het IJsselmeer diverse Palingrokerijen waarvan Urk de bekendste is. Urk rookt nog steeds paling maar niet meer op de schaal zo als vroeger. Het duurt nog jaren voordat de visstand zich hersteld heeft. Overigens de visstand in het meer wordt ook beïnvloed door allerlei chemische stoffen, pesticiden en nano-plastics die door diverse wateren in het IJsselmeer terechtkomen. Een keertje lekkere gerookte paling eten kan geen kwaad. De Paling is nachts actief en ligt overdag half ingegraven op de bodem. Het is een roofvis en zoekt met zijn reukvermogen zijn voedsel onder verschillende kleine waterdieren, zoals bv, de watervlo, torretjes en larven van de mug.



Paling in het groen – Recept 2 pers.

Dit gerecht kan op verschillende manieren geserveerd worden.

Als soep, hoofdgerecht met bijlagen, gourmet of BBQ maaltijd, maar altijd met een groene koude of warme kruidensaus.

Ingrediënten

- +500gram door visboer schoongemaakte stoofpaling in moten of filets.
- Passende hoeveelheid frietjes op z'n Vlaams en/of stokbrood.

Voor de groene saus

- Klontje room- bakboter of klein scheutje bakolie.
- 1/3e soeplepel bloem.
- Handvol zeer fijn gehakte veldzuring uit de vrije natuur.
- 25 gram gehakte verse Kervel of Dille en ee klein blaadje Salie.
- Mes puntje gedroogde tijm of klein vers geritst takje.
- Wat gehakte blaadjes Citroenmelisse en Peterselie + 1 teentje knoflook.
- Peper en Zeezout uit de molen + half gesnipperd uitje.
- 1,5 glas witte wijn en eventueel wat citroensap.
- Een flinke scheut kookroom als je een romige saus wilt.

Bereiding

- 1 - De gezouten en gepeperde paling met een klontje boter in de pan en op niet de hoog vuur gaar bakken.
- 2 - Vuur onder de pan laag zetten en de paling uit de pan nemen en op keuken papier leggen.
- 3 - Bloem in de pan goed met de bakboter/olie doorheen roeren en het gesnipperde uitje toevoegen.
- 4 - Vuur onder de pan laag laten staan en de witte wijn al roerende toevoegen. Klontjes wegroeren.
- 5 - Is de saus eenmaal licht gebonden dan alle overige ingrediënten toegen met eventueel de kookroom.
- 6 - Even aan de kook brengen. Even roeren en het vuur uit. De saus mag niet meer koken! Saus moet groen blijven.
- 7 - Proeven! Misschien nog wat zout en/of citroensap erbij. De Paling kan nu terug in de pan met een deksel erop.

Het lijkt een heel werk om dit gerecht klaar te maken, maar het valt mee met het volgende advies;

Zet alle ingrediënten bij de hand en gebruiksklaar. De bereiding duurt dan hooguit 15 min.

Dit gerecht kan warm of op kamertemperatuur gegeten worden.

Jaap Tak

Bronnen :

Glasaal Door Kils uit en.wikipedia.org, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=2242707>

levenscyclus Europese aal: Door Paling.nl. - Paling.nl, CC BY 2.5 nl, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=3885592>

paling: Door GerardM - <http://www.digischool.nl/bi/onderwaterbiologie/>, CC BY-SA 3.0,

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=284678>

paling in het groen: Door Tasja - Eigen werk, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=5136778>

gerookte paling: <https://pixabay.com/nl/photos/aal-vis-roken-rook-eten-2428649/>