



## LÁNGOS MAKEN



Vanessa Racz - Langos maken in Neeroeteren

**Lángos** is een traditioneel gerecht **uit Hongarije** dat vooral bekend is als een warme, **gefrituurde deegschijf** die wordt geserveerd met zure room en geraspte kaas. Het gerecht behoort tot de bekendste straatgerechten van Hongarije en wordt vaak gegeten op markten, stranden en vakantieplaatsen. Hoewel het een eenvoudig gerecht lijkt, draagt het voor veel mensen een sterke culturele en persoonlijke betekenis.

Katalin V. , een Hongaarse vrouw die het gerecht leerde maken in Hongarije, bereid het vandaag nog steeds, ook in Vlaanderen. Voor haar is lángos niet alleen een gerecht, maar ook een manier om herinneringen aan Hongarije levend te houden. Wanneer ze het maakt, voelt ze zich even terug in haar thuisland en beleeft ze opnieuw de smaken en sfeer van vroeger.

### Een gerecht dat hoort bij de Hongaarse zomer

Veel Hongaren leren lángos niet thuis kennen, maar eerder op vakantie of tijdens uitstappen. Zo vertelde Katalin dat ze het voor het eerst proefde toen ze als kind aan het Balatonmeer was, een populaire vakantiebestemming in Hongarije. Het gerecht werd daar verkocht aan **kleine kraampjes** aan het strand, waar mensen het warm en vers gebakken konden eten. Vooral met zure room en kaas vonden kinderen het erg lekker. Lángos wordt in Hongarije vaak gezien als een typisch zomergerecht. Op warme dagen aan een strand, zwembad of markt is een lángoskraam bijna onmisbaar. Omdat vlees vroeger moeilijk te bewaren was in de zomer, vormde dit gefrituurde deeg een praktisch en geliefd alternatief. Het werd vaak gegeten als snelle maaltijd of snack.

Hoewel het gerecht vandaag overal in Hongarije bekend is, werd het vroeger niet altijd thuis gemaakt. In grote gezinnen was het soms moeilijk om de tijd en de ruimte te vinden om het te bereiden. Bovendien was het gerecht ooit relatief luxueus: voor de zure room moest men bijvoorbeeld veel melk opkloppen om de romige bovenlaag te verkrijgen. Ook olie was vroeger minder vanzelfsprekend beschikbaar, waardoor het frituren van deeg niet altijd eenvoudig was.

### Lángos maken in Vlaanderen

Toen de geïnterviewde volwassen werd en een eigen keuken had, besloot ze het gerecht zelf te leren maken. Ze begon met een recept uit een kookboek en paste het daarna een beetje aan naar haar eigen smaak. Vandaag maakt ze lángos vooral wanneer familie samenkomt of wanneer vrienden nieuwsgierig zijn naar de Hongaarse keuken.

Ook in Vlaanderen blijft het gerecht dus deel uitmaken van haar leven. Zo bakte ze samen met haar dochter lángos op de kerstmarkt in hun dorp, waar het gerecht erg populair bleek. Het maken van lángos is voor haar een manier om haar Hongaarse roots levend te houden en die traditie door te geven aan de volgende generatie. Ze hoopt dan ook dat haar kleindochter het later niet alleen zal kennen, maar het ook zelf zal kunnen maken.

### Ingrediënten van traditionele lángos

De basis van lángos is vrij eenvoudig. De belangrijkste ingrediënten zijn:

- tarwebloem
- melk
- gist
- zout
- een beetje suiker (voor de gist)
- 1 ei
- olie om het deeg in te bakken

Voor de **toppings** worden traditioneel gebruikt:

- zure room
- geraspte kaas

Sommige mensen voegen ook knoflookolie toe voor extra smaak. Hoewel er tegenwoordig veel variaties bestaan, blijven deze ingrediënten de klassieke basis.

### Stap voor stap: zo maak je lángos

Het bereiden van lángos vraagt wat tijd en aandacht. In totaal duurt het proces ongeveer twee uur, inclusief het laten rijzen van het deeg.

#### 1. Het deeg maken

Eerst wordt de tarwebloem door een zeef gehaald, zodat er geen klonters in het deeg zitten. Ondertussen wordt de melk lauwwarm opgewarmd en wordt er een kleine hoeveelheid suiker toegevoegd. Vervolgens wordt de gist in de melk verkruid. Wanneer de gist volledig is opgelost, wordt dit mengsel bij de bloem gegoten. Daarna begint het kneden van het deeg. Tijdens het kneden wordt geleidelijk nog wat lauwe melk toegevoegd, totdat het deeg de juiste, soepele consistentie krijgt.

#### 2. Het deeg kneden

Het deeg moet goed gekneet worden zodat het luchtig wordt en er luchtbelletjes ontstaan. Volgens de geïnterviewde is dit een van de belangrijkste stappen. Het deeg wordt na 10 minuten rust opnieuw voor een tweede keer gekneet om de juiste structuur te krijgen.

#### 3. Het deeg laten rusten

Laat het deeg op kamertemperatuur rusten zodat het kan rijzen. Het is belangrijk dat er geen tocht is en dat de ruimte rustig blijft. Zo kan het deeg goed luchtig worden.

#### 4. De deegschijven vormen

Wanneer het deeg voldoende gerezen is, worden er kleine porties van genomen en kleine bolletjes van gemaakt. Die laat je weer voor 10 minuten rusten. Als deze kleine porties weer gerezen zijn, neem je het bolletjes en begin je langs de buitenkant het te kneden tot ronde schijven. (zie foto's)

#### 5. Frituren in olie

De deegschijven worden vervolgens gebakken in hete olie, vaak zonnebloemolie. Het deeg wordt goudbruin en knapperig aan de buitenkant terwijl het binnenin zacht blijft.

#### 6. Serveren

Na het bakken wordt lángos meteen geserveerd. Traditioneel wordt het belegd met **zure room en geraspte kaas**, maar sommige mensen voegen ook knoflookolie toe. Het gerecht wordt het liefst direct warm gegeten, omdat het deeg na verloop van tijd droger wordt.



### Variaties en moderne toppings

Hoewel de traditionele versie vrij eenvoudig is, bestaan er tegenwoordig ook moderne variaties. Vooral op toeristische plaatsen zoals Boedapest of rond het Balatonmeer worden soms zoete toppings gebruikt, zoals Nutella of andere zoetigheden. Toch blijft het deeg zelf meestal volgens de traditionele methode bereid.

Lángos is dus veel meer dan alleen een gefrituurde snack. Het gerecht roept herinneringen op aan zomers aan het meer, familiebijeenkomsten en Hongaarse tradities. Door het ook in Vlaanderen te maken en te delen met familie en vrienden blijft deze culinaire traditie voortleven. Op die manier wordt een eenvoudig gerecht een stukje cultureel erfgoed dat generaties met elkaar verbindt en de band met het thuisland levend houdt.

#### **INZENDER**

Katalin V.

#### **THEMA**

Natuur en landbouw  
Eten en drinken

#### **TREFWOORD**

#eten #drinken