

Geuren uit de Wereldkeuken

Voorwoord

Sinds het verschijnen van het kookboek “Geuren uit de keuken” in 1997 werden ook gerechten van de internationale keuken verzameld en uitgeprobeerd. Het is dan ook met veel plezier dat we de eerste uitgave van het kookboek “Geuren uit de **Wereldkeuken**” kunnen voorstellen. Ook in dit boek werd gestreefd naar een zo authentiek mogelijke receptuur. Graag willen wij dit boek aanvullen met authentieke recepten uit de wereldkeuken die u ons wil doorgeven. Wij zullen die recepten testen en in het formaat gieten zoals wij dit doen met al onze recepten. Als deze recepten geschikt worden bevonden zullen zij opgenomen worden in de volgende editie van dit boek. Aarzel dus niet om uw exotische keukengeheimen met ons te delen.

Veel plezier met dit kookboek dat u in staat stelt een stukje exotische keuken op de Belgische tafel te brengen.

Luc Van Raemdonck

www.lesfacettes.be

info@lesfacettes.be

Maart 2014

Inhoud

Brazilië	5
Canarische eilanden	16
China	22
Griekenland	32
India	39
Indonesië	44
Italië	49
Japan	62
Marokko	75
Rusland	80
Spanje	86
Thailand	95
Turkije	109
Vietnam	114
Zuid-Amerika	130
Zuid-Afrika	137
Index	142

Hoe dit receptenboek gebruiken?

Afkortingen:

b.g.	=	bouquet garni
b.m.	=	bouquet marmite
ds	=	doos (of blik)
elp	=	eetlepel
g	=	gram
gr	=	groot
kg	=	kilogram
kl	=	klein
klp	=	koffielepel
l	=	liter
ml	=	milliliter (= cc = kubieke centimeter)
msp	=	mespuntje
pezo	=	peper en zout
pezocay	=	peper, zout en cayennepeper
pezomus	=	peper, zout en muskaatnoot
sn	=	snufje
tn	=	teentje

Hoeveelheden:

De hoeveelheden zijn berekend voor 4 personen berekend, behalve bij de recepten waar anders werd aangegeven.

Opgelet !!

Bij de bereidingswijze is ervan uitgegaan dat fruit, groenten en kruiden schoongemaakt en gewassen zijn. Deze voorbereidende werkzaamheden worden dus in de recepten niet meer vermeld.

Brazilië

Basiskenmerken van de Braziliaanse keuken

Brazilië is een enorm groot land. Men kan moeilijk van 1 keuken spreken. In het verleden is er een stroom van Europeanen, Aziaten en Afrikanen (slaven) naar Brazilië geweest.. Dit heeft natuurlijk zijn invloed gehad op de keuken. Aan de kust is er veel vis en men maakt er heerlijke stoofgerechten mee (bv. in Bahia “Moqueca de frutos do mar”). In het binnenland is er geen vis maar veel vlees. De Braziliaanse barbecue is vermaard (churrasco). Grote stukken rundvlees (ca. 4 kg) worden aan enorme dubbele spiesen gegeren en boven een houtskoolvuur gebraden. In het noorden zaten veel slaven. Hier zijn Afrikaanse invloeden te bespeuren. De maniokwortel wordt in heel Brazilië aangeplant en gebruikt. De gerechten uit het noorden worden gekenmerkt door eenvoud en er worden dikwijls de minder edele delen van rund en varken gebruikt. Feijouada is zo’n typisch gerecht (stoofschotel van zwarte bonen met varkensstaart, -oren, -poten, -rib, -pens en bloedpens). In het zuiden, waar de meeste Europese en Japanse migranten zich gevestigd hebben, kan men gerechten vinden van Europese en Aziatische oorsprong.

Nooit ontbreekt het in Brazilië aan bijgerechten. Rijst en gekookte bonen staan er altijd op tafel en worden vergezeld door rauwe groenten (sla, raketsla, tomaten, koolsalade, komkommer, aardappelsalade) gekookte groenten (rode biet, wortelen, pompoen, gilo, chuchu, bloemkool, maniok). Aardappelen worden gezien als groenten en worden hier vervangen door rijst en bonen die de basis vormen van de voeding. Een stukje vlees (steak, kip, kotelet, worst of vis) maakt de maaltijd compleet.

De Braziliaan eet 4x daags.

Als ontbijt om 7.30 h een pistoletje of stuk wit brood, crackers, kaas, confituur, honing, hesp en een kop koffie (weinig sterke koffie, gezoet en met veel warme melk). Eventueel nog yoghurt.

Om 12.00 h de lunch. Dit is de belangrijkste maaltijd. De meeste mensen die niet te ver van hun werk wonen gaan ’s middags naar huis om te eten. Verfijnde tafelmanieren moet men niet verwachten maar de Braziliaan kookt en tafelt graag. Ze eten met mes en vork maar houden het mes links en de vork rechts vast hetgeen voor ons eigenaardig overkomt. Als het eten klaar is komt alles tegelijk op tafel. Rauwe groenten, gekookte groenten, farofa, rijst, bonen, vlees. Soms staat het een half uur op tafel, met een doekje erover tegen de vliegen, vooraleer iedereen klaar is om aan tafel te komen. Of het eten dan al ruim afgekoeld is of niet vindt de Braziliaan niet belangrijk. Er komt voldoende op tafel en er is keuze genoeg. Een vegetariër moet hier zich geen zorgen maken. De keuken biedt genoeg afwisseling en is gezond. Iedereen neemt naar hartelust in de volgorde die hij of zij wenst.

Het enorme aanbod aan vers fruit, het ganse jaar door, maakt dat vitamines er in overvloed beschikbaar zijn. Zonder zijn liquidificador (bokaalmixer) is de Braziliaan verloren. Hij gebruikt hem meerdere keren per dag voor het bereiden van: dranken (verse fruitsappen), cakebeslag, mousses, milkshakes ... Dessert wordt meestal aangeboden onder de vorm van fruit en fruitsalade, allerhande cakes, taart, flan, zoetigheden van melk en suiker, mousses, gekleurde gelatinepudding en gekonfijte vruchten. De Gerechten worden goed afgekruid met zout. Look wordt redelijk veel gebruikt. Sterke specerijen zoals chilipepers worden spaarzaam gebruikt en overheersen nooit. Verse koriander en peterselie zijn de standaard groene kruiden. Om bepaalde gerechten meer kleur te geven gebruikt men kurkuma (hetgeen de Braziliaan saffraan noemt) om een gele kleur te accentueren en urucum (zaden van een bepaalde boom nu nog gebruikt door indianenstammen om zich te beschilderen) om gerechten rood te kleuren.

Om 17.00 h kaasbroodjes of een snack met een stukje taart en een glas fruitsap.

Als avondeten (jantar) om ca. 20.00 h wordt dikwijls de overschot van de lunch opgegeten of er wordt nog soep (overigens niet zoveel gegeten), pizza, pasta of een eenpansgerecht gemaakt.

Basisbereidingen

Rijst: (voor 4 personen)

- 300 g rijst
- 450 ml water
- 20 elp maïs- of sojaolie
- 2 tn look (geperst)
- zout

Stoof de look even aan in de olie en voeg dan de rijst toe. De rijst roerbakken tot hij een weinig glazig wordt. Het water en het zout toevoegen en alles aan de kook brengen. Gedurende 10 min. laten koken (onder deksel). Het vuur afzetten en de rijst afgedekt nog 10 min. laten staan.

Bonen: (voor 4 personen)

- 200 g bonen (gedroogde)
- 800 ml water
- zout
- 1 ui (gesnipperd en gestoofd)
- 1 elp gehakte verse koriander

1. Was de bonen grondig.
2. Doe de bonen samen met het water in een snelkookpan en kook de bonen gedurende ca. 40 min. Gaar.
3. De bonen afgieten maar een deel van het kookvocht bij de bonen laten.
4. Voeg de gestoofde ui toe en werk af met zout en verse koriander.
5. Eventueel binden met polvilho of maïszetmeel.

Tips:

- Men kan de bonen de dag voordien in water laten weken. De kooktijd wordt dan de helft minder lang.
- Men kan de bonen in een gewonen kookpot gaarkoken. De kooktijd bedraagt dan ongeveer 2 uren.

Farofa:

Dit is een warm bereide schotel van maniokmeel met gestoofde groenten en/of vruchten. De variaties zijn eindeloos. Soms voegt men stukjes bacon toe.

Farofa 1:

- enkele koolbladeren (in fijne reepjes gesneden)
- 1 à 2 tn look (geperst)
- olie
- zout
- maniokmeel

1. De look en koolbladeren aanstoven in de olie.
2. Kruiden met zout.
3. Maniokmeel onderroeren tot er een korrelige massa ontstaat.

Farofa 2:

- 1 banaan (gepeld en in stukjes gesneden)
- 2 elp olie (maïs- of sojaolie)
- 25 g rozijnen
- 1 kl ui (gesnipperd)
- 6 olijven (in stukjes gesneden)
- peterselie (en/of verse koriander)
- zout
- maniokmeel

1. De ui aanfruiten in de olie.
2. De rozijnen, olijven en de groene kruiden toevoegen en meestoven.
3. Kruiden met zout.
4. Voeg al roeren maniokmeel toe tot de massa korrelig wordt.
5. Roer de stukjes banaan eronder.

Maniokwortel:

Maniok moet altijd gekookt worden. Men pelt de wortels en snijd ze in stukken. Ze worden gekookt zoals aardappelen en worden warm of koud gegeten.

Caipirinha (typisch Braziliaanse drank, 1 persoon)

- ½ limoen (in stukjes gesneden)
- 2 klp suiker
- 50 ml cachaça (alcoholische drank gestookt van rietsuiker)
- 3 ijsblokjes

1. Doe de stukjes limoen samen met de suiker in een longdrinkglas.
2. Plet de limoen en de suiker met een cocktailstamper tot de suiker is opgelost in het limoensap.
3. Voeg de blokjes ijs toe (beter nog, ijsschilfers) en giet hierop de cachaça.

Paõ de queijo (kaasbroodjes, ca. 30 stuks)

- 500 g polvilho (zetmeel van maniok)
- 125 ml water
- 125 ml melk
- 100 ml maïsolie
- 15 g zout (2,5 afgestreken koffielepels)
- 200 g geraspte kaas
- 1 à 2 eieren (geklutst)

1. De melk samen met het water, de olie en het zout aan de kook brengen.
2. Stort het maniokmeel in een bolkom en giet er de kokende vloeistof op.
3. Kneed tot een deegbal met een spatel (opgepast, heet). In het geval de deegmassa te droog is om te kneden, één ei toevoegen en verder kneden.
4. De kaas onder het deeg kneden.
5. Resterende ei onder het deeg kneden indien nodig.
6. Het deeg 10 tot 15 min. laten rusten.
7. Het deeg in stukjes verdelen van ca. 40 g en er balletjes van rollen. Leg ze op een ingevette bakplaat.
8. De broodjes afbakken in een voorverwarmde oven van 220°C gedurende 20 à 25 min.

Coxinhas (ca. 50 receptiehapjes: gefrituurde balletjes van aardappel met vulling)

- 1 kg aardappelen (geschild)
- 15 g boter
- 30 g polvilho (of aardappelzetmeel)
- 1 eidooier
- 12 g zout
- muskaatnoot

1. Stoom de aardappelen gaar en stort ze in een kom.
2. Voeg de boter, zout en eidooier toe. Plet en meng alles goed door elkaar.
3. Voeg de polvilho erbij (of het aardappelzetmeel) en meng dit goed door de puree.
4. Kruiden met muskaatnoot.
5. Laat de puree een beetje afkoelen.
6. Neem een beetje puree in de handpalm en druk er een stukje vulling in. Vorm tot een balletje van ca. 3,5 cm diameter.
7. Laat de balletjes volledig afkoelen.
8. Haal de balletjes door eiwit en vervolgens door paneermeel.
9. Frituur de balletjes op 180°C.

Tip:

- Als vulling kan je gebruiken:
 - Blokjes kaas (1,5 cm)
 - Stukje kip (gebakken of gekookt)
 - Kleine scampi (gebakken of gekookt)
 - Blokjes ham (gekookt)

Salada de palmito (salade van palmharten)

- 200 g palmharten (uit blik uitgelekt, in stukken van 2 cm snijden)
- sla
- 4 elp croutons
- pezo
- olijfolie
- citroensap
- 50 g parmezaanse kaas

1. Alle ingrediënten mengen in een kom.
2. Op borden dresser en dadelijk serveren.

Pastel (gevuld deeglapje, pastei)

Deeg:

- 250 g bloem
- 1 ei
- 1 elp cachaça (aguardente)
- 1 elp olie (maïs- of sojaolie)
- 2 g bakpoeder
- 4 g zout
- ca. 3 elp water (lauw)

1. Maak met de ingrediënten een soepel deeg en laat ½ uur rusten.
2. Rol uit tot een lap van 1 mm dikte.
3. Snij de lap in vierkantjes.
4. Beleg met de vulling.
5. Bestrijk de randen van de lapjes met water (of geklopt ei) en plooi de lapjes dicht tot rechthoekjes.
6. Bak in olie aan beide zijden goudgeel en laat uitlekken. Serveer warm.

Vullingen voor pastel:

- Gehakt (rul gebakken), gemalen kaas, gebakken ui en look, chilisaus, verse koriander, ketchup.
- Gehakt (rul gebakken), gemalen kaas, stukjes palmhart, gebakken ui en look, verse koriander.
- Stukjes palmhart, gemalen kaas, gebakken ui en look, chilisaus, verse koriander.
- Stukjes palmhart, zoete maïs, gemalen kaas, gebakken ui en look, verse koriander.
- Gemalen kaas, geklutst ei, gebakken ui en look, nootmuskaat, maniokmeel, zout.
- Reepjes gestoofd koolblad, geraspte wortel, geklutst ei, gebakken ui en look, chilisaus, verse koriander, maniokmeel.

Tropical salad (een feestelijke salade)

- 60 g appel (in blokjes)
- 60 g rozijnen (in water geweld)
- 250 g ananas (in blokjes)
- 140 g maïs (uit blik)
- 120 g ham (in blokjes)
- 40 g mayonaise
- 75 g gerookte kip (in dunne plakjes)
- sla (in dunne reepjes gesneden)

1. Schik de sla op de rand van de borden.
2. Meng alle ingrediënten door elkaar (behalve de plakjes kip).
3. Schep de salade in het midden van de borden en werk af met enkele plakjes gerookte kip.
4. Dadelijk serveren.

Moqueca de frutos do mar (stoofschotel van zeevruchten – 4 personen)

- 1 kg zeevruchten (platvis, inktvis, zeeduivel, garnalen, zeepaling, venusschelpen... in grote stukken)
- 1 ui (grof versneden)
- 3 tomaten (in blokjes)
- 1 groene paprika (in 2 helften, zonder zaden)
- 1 elp verse koriander (grof gesnipperd)
- 1 elp peterselie (gesnipperd)
- 200 ml cocosmelk
- 150 ml visbouillon
- 1 rood chilipepertje (zonder zaden en fijngehakt, of 3 klp chilisaus)
- 3 tn look (geperst)
- 2 klp zout
- 2 elp citroensap
- 2 elp dende (rode palmolie)
- 2 elp gemalen paranoten (eventueel)

1. Mix in een foodprocessor de ui, een halve groene peper, de helft van de tomaten, het chilipepertje, de look, het zout en het citroensap tot een puree.
2. Doe de groentepuree in een pan alsook de inktvisringen, de visbouillon, de resterende halve groene peper (in reepjes gesneden), de rest van de tomatenblokjes, de inktvisringen en 2 elp dende. Laat ca. 1 uur marineren.
3. Breng aan de kook. Voeg al de vis erbij (uitgenomen garnalen en schelpen) en laat gedurende ca. 5 min. zachtjes stoven tot de vis bijna gaar is.
4. Voeg nu de garnalen en de schelpen erbij.
5. Verwijder het deksel van de pan. Giet de resterende olie erbij en voeg de peterselie en koriander toe. Laat nog 1 minuut zachtjes koken. Eventueel nog een weinig bijkruiden.
6. Doe in de borden en werk af met gemalen noten.
7. Dien op met witte rijst.

Croquetes de frango (kipkroketjes, ca. 30 stuks)

- 500 g gaar kippenvlees (ca. 4 kipfilets, stomen of pocheren)
- 500 ml kippenbouillon
- 150 g bloem
- 120 g vetstof
- 1 ui (fijngesnipperd)
- 1 elp citroensap
- pezo
- 2 eidooiers
- 2 eiwitten
- paneermeel

1. Het kippenvlees fijnmalen.
2. De vetstof smelten en de gesnipperde ui aanstoven zonder ze te kleuren.
3. Bloem toevoegen en een roux bereiden.
4. De roux aanlengen met de kippenbouillon.
5. Kruiden met pezo.
6. Het fijngemalen kippenvlees, het citroensap en de eidooiers eronder mengen. Bijkruiden met pezo.
7. Uitstrijken op een bebloemde snijplank tot een plak van 2 cm dikte. Voldoende laten opstijven in de koeling.
8. In stukjes verdelen van 40 à 45 g en er kroketten van vormen.
9. Door eiwit halen en vervolgens door paneermeel. De kroketten 2 x paneren.
10. Bakken of frituren. Serveer max. 2 stuks per persoon met rauwkostgarnituur.

Bananentaart (Bolo de bananas, dia. 30 cm)

Beslag:

- 3 eieren (gesplitst)
- 100 g boter
- 300 g bloem
- 300 g suiker
- 150 ml melk
- 1 elp bakpoeder

Karamel:

- 300 g suiker
- 90 ml water (30 ml + 60 ml)

Garnituur:

- 4 à 5 bananen

1. De karamel bereiden (de 300 g suiker verwarmen met 30 ml water tot goudbruine kleur en dan blussen met de overige 60 ml water).
2. In een beboterde taartvorm gieten.
3. De eidooiers opkloppen met de suiker en de boter.
4. Melk en bloem toevoegen en glad kloppen.
5. Bakpoeder onderkloppen.
6. Eiwitten stijfkloppen en onder het beslag spatelen.
7. De bananen pellen en overlans in repen snijden van 5 mm dik. De repen in de vorm leggen op de karamel.
8. Het beslag in de vorm gieten.
9. Afbakken in een voorverwarmde oven gedurende ca. 50 min. Op 180°C.
10. Uit de oven halen, de rand lossnijden en dadelijk omkeren op een schotel.

Crème de nozes (notencrème)

- 400 ml melk
- 250 ml room
- 100 g paranoten (fijngewreven in de vijzel)
- 100 g gekonfijt fruit (kleine stukjes)
- 50 g rozijnen
- vanille (enkele druppels essence)
- 100 g suiker
- 4 eidooiers
- 2 eiwitten
- 9 g gelatine (3 blaadjes)

1. Laat de gelatine weken in koud water.
2. Breng de melk aan de kook met de vanille.
3. Klop ondertussen de eidooiers wit met de helft van de suiker.
4. Voeg de melk bij de eidooiers en verwarm tot er een lichte binding ontstaat (crème anglaise).
5. Neem van het vuur en los er de gelatine in op. Laat afkoelen.
6. Klop de room halfstijf.
7. Spatel de noten en de gekonfijte vruchten onder de crème en vervolgens de room.
8. Klop de eiwitten stijf met de rest van de suiker en spatel ze onder de crème.
9. Vul de kommetjes en werk af met gemalen noten en cacaopoeder. Serveer zeer koud.

Gebak van passievruchten (Bolo de maracuja)

Beslag:

- 4 eieren (gesplitst)
- 250 g suiker
- 225 g bloem
- 250 ml pulp van passievruchten (zonder pitten, of 150 g pulp + 100 ml water)
- 1 elp bakpoeder

De saus:

- 250 ml pulp van passievruchten (met pitten, of 150 g pulp + 100 ml water)

1. De eidooiers opkloppen met de suiker.
2. De bloem toevoegen afwisselend met de pulp van de passievruchten. Kloppen.
3. Bakpoeder toevoegen en goed kloppen.
4. De eiwitten stijfkloppen en onder het beslag spatelen.
5. Een rechthoekige vorm beboteren en bebloemen en het beslag in de vorm gieten.

De saus:

6. De pulp van passievruchten verwarmen in een pannetje. Voeg suiker toe volgens smaak. Als de suiker opgelost is van het vuur nemen en over de nog warme taart uitstrijken.
7. Enigszins laten afkoelen en in stukjes snijden.

Canarische eilanden

Courgettesoep (ca. 3,7 l)

- 1 ui (gesnipperd)
- 800 g courgettes (in blokjes, ongeschild)
- 200 g wortelen (in blokjes)
- 200 g aardappelen (in blokjes)
- 50 g erwten (eventueel diepvries)
- 2,5 l kippenbouillon
- 1 elp verse koriander (grof gehakt, of peterselie)
- olijfolie

Specerijenpasta:

- 1 klp komijnzaad
- 2 tn look (gepeld)
- 1 klp paprikapoeder (zachte)
- 1 kruidnagel
- saffraan (een weinig)
- 1 klp zout
- chilipeper (fijngesneden, of tabasco)

1. De ui aanstoven in een weinig olijfolie.
2. De kippenbouillon toevoegen en aan de kook brengen.
3. De blokjes wortel en aardappel toevoegen en gedurende 10 min. zachtjes laten koken.
4. Ondertussen in een vijzel de komijn fijnwrijven.
5. De look, 1 klp zout, de paprikapoeder, de kruidnagel en saffraan bij de komijn voegen en het geheel fijnwrijven . Een klp olijfolie toevoegen en tot een pasta roeren.
6. De blokjes courgettes bij de soep voegen alsook de pasta uit de vijzel. Gedurende 10 min. zachtjes laten koken.
7. Het vuur laag zetten en met een aardappelstamper de groenten in de soep kneuzen.
8. Op smaak brengen met chilipeper (weinig) en eventueel zout.
9. De erwten toevoegen en enkele minuten laten trekken.
10. Van het vuur nemen en er de verse koriander of peterselie instrooien. Heet opdienen.

Linzensoep (ca. 4,5 l)

- 300 g linzen
- 150 g ongezouten mager spek (lardons)
- 150 g chorizo (schijfjes)
- 1 ui (grof gesnipperd)
- 1 ui (fijn gesnipperd)
- 450 g gepelde tomaten (uit blik)
- 1 rode paprika (gepeld, in reepjes)
- 1 groene paprika (gepeld, in reepjes)
- 2 aardappelen (in blokjes)
- 300 g pompoen (in blokjes)
- 3 tn look (geperst)
- 2 blaadjes laurier
- 1 klp paprikapoeder
- olijfolie

Kruidenpasta:

- ½ klp komijn
- 1 msp saffraan
- 3 tn look (fijngesneden)
- 1 klp zout
- 2 klp chilisaus
- 3 sneden brood (ontkorst en in blokjes gesneden)
- olijfolie

1. Kook de linzen gedurende 1 min. in water. Giet het kookvocht weg.
2. Doe in een grote pot 2,5 l water en voeg er de linzen terug bij, de laurier, de grof gesneden ui de geperste look, de helft van de paprikareepjes en het spek. Laat zachtjes koken tot de linzen beetbaar zijn.

De kruidenpasta:

3. Bak de stukjes brood in olijfolie samen met de fijngesneden look lichtbruin.
4. Doe het brood en de look over in een vijzel samen met de komijn, de saffraan, de chilisaus en het zout. Wrijf alles fijn en voeg eventueel nog een weinig olijfolie bij.
5. Stoof ondertussen de fijngesneden ui en de rest van de paprikareepjes in olijfolie aan.
6. Voeg het paprikapoeder toe en laat even meestoven.
7. Voeg de gepelde tomaten erbij en de chorizo en laat stoven tot een dikke brij.
8. Voeg de brij, de kruidenpasta, de blokjes pompoen en aardappel bij de soep en laat nog 10 min. zachtjes koken (tot de pompoen- en de aardappelblokjes gaar zijn).
9. Proeven en eventueel bijkruiden met pezo.
10. Eventueel de borden afwerken met een weinig zeer fijn gesnipperde ui en enkele druppels azijn.

Gemarineerd konijn (ca. 6 personen)

- 1 konijn (ca. 2 kg, getrancheerd)
- 1 fles witte wijn (of rode wijn)
- zout

Kruidenpasta:

- 3 klp gehakte peterselie
- 1 klp oregano
- ¼ klp tijm
- 3 tn look
- 2 klp chilisaus
- 1 klp zout
- 1 msp saffraan
- 3 elp olijfolie
- 1,5 elp azijn

1. Maak van de ingrediënten voor de kruidenpasta een papje.
2. Wrijf de stukken konijn er mee in.
3. Leg de stukken konijn in een kom en schenk er de wijn op.
4. Laat gedurende min. 12 uur marineren.
5. Braad de stukken konijn aan in hete vetstof. Kruiden met zout. Schenk een deel van de marinade op het gebraden vlees en laat het verder sudderen in een gesloten pot tot het vlees bijna gaar is (niet te zacht stoven).
6. Werk de saus af met de geplette lever van het konijn en de rest van de marinade.
7. Serveer er in de schil gekookte aardappelen bij (met veel zeezout gekookt).

Aardappelen in de schil (ca. 6 personen)

- 1 kg kleine rode aardappelen
- 150 g grof zeezout
- water

1. Was de aardappelen.
2. Doe de aardappelen in een pot en voeg water toe tot de aardappelen half onder staan.
3. Breng het water aan de kook.
4. Voeg het zeezout toe en kook de aardappelen gaar.
5. Water afgieten en de aardappelen dadelijk serveren.

Bonensalade (ca. 6 personen)

- 400 g prinsessenboontjes (beetgaar gekookt)
- 1 kl ui (fijngesnipperd)
- 1 rode paprika (ontveld en in brunoise)
- 1 elp peterselie (fijngehakt)
- 2 eieren (hardgekookt en fijngehakt)

Vinaigrette:

- 4 elp olijfolie
- 2 elp rode wijnazijn
- 1 msp suiker
- zout
- zwarte peper (uit de pepermolen)

1. Doe de boontjes in een kom en meng er de fijngehakte ui, de peterselie en de brunoise van paprika onder.
2. Schenk de vinaigrette over de salade en schep door elkaar.
3. Dek af en laat minstens 2 uur staan.
4. Bestrooi vlak voor het serveren met fijngehakte ei.

Rijstepap met kaneel en citroen (voor ca. 6 personen)

- 1 l melk
- 150 g dessertrijst (rijst met ronde korrel)
- 1 kaneelstok
- 120 g suiker
- ½ elp zeste van citroen
- 1 snufje zout
- vers fruit
- slagroom (eventueel)

1. Breng de melk aan de kook en laat ze samen met de kaneelstok, de zeste van citroen en een snufje zout 10 min zachtjes koken (deksel op de pot).
2. Voeg de suiker en de gespoelde rijst bij de melk. Laat ca. 30 min. zachtjes koken (deksel op de pot).
3. Verwijder de kaneelstok.
4. Controleer of de rijst gaar is en verdeel de rijstepap over de kommetjes. Laat afkoelen.
5. Eventueel afwerken met vers fruit en een toefje slagroom.

Vanilleflan (voor ca. 6 personen)

- 6 eieren
- 120 g suiker
- 700 ml melk
- 20 g maïszetmeel
- vanille (extract)
- 250 ml lichte karamel

1. Verwarm de melk samen met de vanille.
2. Klop de eieren samen met de suiker.
3. Voeg onder voortdurend roeren de melk bij de eieren.
4. Schenk een bodempje karamel in vuurvaste potjes.
5. Schenk het beslag op de karamel.
6. Plaats de potjes au bain-marie en bak de flans gedurende ca. 35 min. in een voorverwarmde oven van 175°C.
7. Laat de flans volledig afkoelen.
8. Serveer in de potjes en werk af met een toefje slagroom en een weinig garnituur.

China

Basissenmerken van de Chinese keuken

China is zo groot dat men moeilijk van 1 keuken kan spreken. Tegenwoordig wordt de Chinese keuken ingedeeld in 4 keukens nl:

Noorden:

Peking - sober en robuust. Gierstepap, tarwewie en tarwebrood genieten er de voorkeur boven rijst. Weinig kruiden. Koriander en knoflook zijn er favoriet en worden samen met rijstwijn verwerkt in sauzen en marinades. Specialiteit: gelakte Peking eend.

Oosten:

Shanghai - veel voedsel uit de zee. Rijst. Veel gerechten aan de zoete kant. Weinig knoflook. Specialiteit: roodstoven van vlees of vis.

Zuiden:

Kanton - subtropisch en daardoor een enorm aanbod van groenten en fruit. Rijst. Veel varkens-, kippen- en viskwekerijen. Meest gevarieerde keuken van China. Milde kruiding. Specialiteit: dim sum.

Westen:

Szechuan - meest gekruid van alle keukens. Soms zelfs vlamvend heet door het gebruik van chilipepers (sambal). Veel gestoofde, drooggekookte en gebakken gerechten. Veel vegetarische bereidingen. Rijst. Specialiteit: tofu.

Rundvlees wordt eerder weinig gegeten en kalfsvlees is nagenoeg helemaal onbekend. Daarentegen wordt er veel kip, varkensvlees en vis gegeten.

Basistechnieken en -recepten van de Chinese keuken

- De wok is het meest kenmerkende keukengerei en wordt in gans China gebruikt. Men kan in de wok bakken, stomen, smoren, koken en frituren. Het meest wordt hij echter gebruikt voor het snel roerbakken van groenten, vlees en vis.

- Kippenbouillon:

Is onmisbaar in de Chinese keuken en wordt veel gebruikt. Bijna elke soep is op basis van kippenbouillon gemaakt. Trek een goede bouillon van braad- of soepkippen. Dit kan op de klassieke wijze zoals wij ze kennen. De Chinezen echter trekken kippenbouillon op volgende wijze:

- 1 kip (in stukken verdeeld)
- 50 g verse gember (geschild en in dunne plakjes)
- 50 g lente-uitjes (in stukjes van 3 cm, of 1 gewone gepelde ui)
- 5 g steranijs (ca. 3 sterren)

De kip in koud water zetten (2 à 3 l) samen met de overige ingrediënten. Aan de kook brengen en dan ca. 30 min. zachtjes laten trekken.

- Chiliolie:

- 6 chilipepertjes (of 18 gedroogde)
- een weinig Szechuanpeper
- een blokje gember (fijn gesneden)
- 2 lente-uitjes (fijn gesneden)
- 1 stokje bleekselder (in brunoise gesneden)
- 1 wortel (geraspt)
- 250 ml arachideolie

De olie verhitten en over de overige ingrediënten gieten. Laat 2 à 3 uren staan. Zeven en in een flesje gieten. Wordt gebruikt om de smaak van gerechten te verfijnen.

- Frituurbeslag: (voor ca. 1 kg vlees of vis)

- 250 g tarwebloem
- 60 g aardappelzetmeel
- 9 g bakpoeder (of 3 g natriumbicarbonaat)
- 12 g zout
- 1 ei
- 250 ml water
- 50 ml olie

Van al de ingrediënten een beslag maken en 30 min. laten rusten.

- Marinades:

vlees en vis worden dikwijls gemarineerd. Dit voornamelijk voor smaakverfijning.

Marinade voor vlees: (voor ca. 500 g vlees)

- 1 elp aardappelmeel
- 1 ei
- 1/2 klp zout
- peper
- ve-tsin
- 1/2 klp suiker
- 50 ml rijstwijn (of water)
- 2 elp sojasaus
- 100 ml olie

Alle ingrediënten mengen (behalve de olie) en de in stukjes gesneden vlees eronder mengen en 20 min. laten marineren..

- Marinade voor vis: (voor ca. 500 g vis)

- 1 elp aardappelmeel
- 1 eiwit
- 1/2 klp zout
- 1 msp peper
- 30 ml hao-liang-likeur
- 30 ml water
- 60 ml olie

Alle ingrediënten mengen en de in stukjes gesneden vis eronder mengen, 20 min. laten marineren.

- Zoet-zuur saus: (ca. 200 ml)

- 40 ml azijn
- 5 ml citroensap
- 60 g suiker
- 90 ml kippenbouillon (of water)
- 2 elp ketchup
- 1 klp zout
- aardappelzetmeel

Al de ingrediënten al roerend verwarmen. Binden met aardappelzetmeel. Eventueel kan het binden met aardappelzetmeel tijdens de afwerking van het gerecht gebeuren waar men de zoetzure saus voor nodig heeft.

Dim Sum (gestoomd)

Het deeg (kristaldeeg - warme methode)

- 225 g tarwebloem (150 + 75 g)
- 70 g aardappelzetmeel (40 + 30 g)
- 20 g tapiocameel
- ca. 150 ml water (heet)
- zout

1. Van de bloem 150 g + 40 g aardappelzetmeel en een snufje zout samenvoegen en het kokende water erbij voegen.
2. Roeren met een houten lepel (opgepast is heet!) tot alles goed gemengd is.
3. De overige bloem, aardappelzetmeel toevoegen en alles mengen.
4. Het deeg verder kneden op een werkblad. Het moet soepel zijn en niet te droog.
5. Het deeg verdelen in 2 stukken en bewaren onder plasticfolie.
6. Een deegstukje uitrollen tot een cilinder van 2 cm diameter.
7. Van de cilinder gelijke stukjes afsnijden en de stukjes lichtjes opbollen.
8. Het bolletje platdrukken en met een breed (ingeolied) hakmes platstrijken tot een rond plakje van ca. 8 cm doormeter.
9. Vullen met een vulling naar wens en ook de gewenste vorm geven.
10. De dim sum stomen in een stoompan tot ze gaar zijn (visvulling ca. 8 min., vleesvulling ca. 10 min.)
11. Warm of koud opdienen.

Het deeg (kristaldeeg - koude methode)

- 220 g bloem (tarwe-)
- 80 g maïzena
- 15 ml olie
- pezo
- ca. 130 ml water (koud)

1. Alle ingrediënten samenvoegen en kneden tot een soepel, niet te droog, deeg.
2. Het deeg verdelen in 2 stukken en bewaren onder plasticfolie.
3. Een deegstukje uitrollen tot een cilinder van 2 cm diameter.
4. Van de cilinder gelijke stukjes afsnijden en de stukjes lichtjes opbollen.
5. Het bolletje platdrukken en met een dunne ronde stok (= deegrol) uitrollen op een werkblad bebloemd met een weinig maïzena tot een rond plakje van ca. 8 cm doormeter.
6. Vullen met een vulling naar wens en ook de gewenste vorm geven.
7. De dim sum stomen in een stoompan tot ze gaar zijn (visvulling ca. 8 min., vleesvulling ca. 10 min.)
8. Warm of koud opdienen.

Tips:

- Mogelijke soorten vulling:
 - Gemalen rauwe vissoorten (garnalen, scampi, kabeljauw...). Je kan de vulling variëren door verschillende kruiden onder het vismengsel te mengen, bv: koriander, lente-uitjes of bieslook, dragon... Kruiden met pezo.
 - Gemalen rauw kippenfilet of varkensvlees gekruid met pezo en tuinkruiden. Eventueel fijngesneden bladgroenten in verwerken.
 - Fijngesneden en geblancheerde groenten. Kruiden.

Kippensoep met spinazie

- 3 l kippenbouillon
- 30 g soe-oen (vermicelli van mungbonen, engelenhaar)
- 3 eieren (losgeklopt)
- 4 lente-uitjes (in stukjes van 3 cm)
- 300 g kippenvlees (gaar en in stukjes gesneden)
- 200 g spinazie (in stukjes gesneden)
- pezo
- 50 g suiker
- 1 msp ve-tsin
- 3 klp sesamololie

1. De soe-oen 10 min. weken in heet water.
2. Bouillon aan de kook brengen.
3. Kip en soe-oen toevoegen en vuur laag zetten.
4. De soep kruiden met pezo, ve-tsin en suiker.
5. De eieren erdoor roeren.
6. Spinazie toevoegen en het vuur terug hoger zetten.
7. Lente-uitjes toevoegen alsook de sesamololie.
8. Eventjes opkoken en heet opdienen.

Szechuansoep

- 2 l kippenbouillon
- 75 g platte noedels
- 8 gedroogde Chinese paddestoelen
- 150 g kippenvlees (in dunne plakjes)
- 140 g bamboescheuten (uit blik, reepjes)
- 1 klp verse gemberwortel (geraspt)
- 1 à 2 eieren (losgeklopt)
- 1 elp tomatenketchup
- 2 elp sojasaus
- 1 elp azijn (of citroensap)
- 1 elp sesamololie
- 4 lente-uitjes (of vers gehakte korianderblaadjes)
- pezo
- maïszetmeel

1. Week of kook de noedels beetgaar. Spoelen met koud water. Grof versnijden.
2. De paddestoelen gedurende 20 min. in heet water weken. Snij ze in dunne reepjes.
3. Verwarm de kippenbouillon en voeg vervolgens de paddestoelen, kippenvlees, gember, tomatenketchup, sojasaus, azijn en sesamololie toe. Laat enkele minuten zachtjes koken.
4. Giet de losgeklopte eieren in een dun straaltje bij de kokende soep.
5. Voeg de noedels bij de soep.
6. Breek een weinig maïszetmeel in koud water en breng de soep ermee op de juiste dikte.
7. Breng op smaak met pezo.
8. Strooi de lente-uitjes en/of korianderblaadjes in de soep en dien heet op.

Tomatensoep met kippenvlees

- 3 l kippenbouillon
- 4 wortelen (in reepjes)
- 1 ui (grof versneden)
- 1 selder (in reepjes)
- 4 lente-uitjes (in stukjes van 3cm)
- 250 g champignons (in plakjes)
- 500 g tomaten (of tomatensap)
- 400 g kippenvlees (in stukjes)
- 200 g bamboescheuten (in plakjes)
- 15 ml sojasaus
- 50 g suiker
- 30 ml azijn
- pezo
- 25 g aardappelzetmeel

1. Breng de bouillon aan de kook.
2. Voeg het tomatensap (of de gepelde en ontpitte tomaten) toe.
3. Roerbak de groenten tot ze halfgaar zijn in een wok in deze volgorde:
 - wortelen
 - selder
 - lenteuien
 - champignons
4. Voeg de groenten bij de soep alsook de bamboescheuten.
5. Voeg de sojasaus erbij.
6. Laat de soep nog eventjes zachtjes koken en breng ze dan op smaak met pezo, azijn en suiker.
7. De soep binden met aardappelzetmeel.

Kipsalade met pinda's en sesamzaad

- 400 g gekookt kippenvlees (in stukjes getrokken)
- 100 g geroosterde pinda's (gehakt)
- 20 g sesamzaad
- 15 g suiker
- 6 g zout
- 1 klp zwarte peper
- 1 klp gemalen Szechuanpeper
- 3 elp chiliolie
- peterselie (gehakt)

1. Pinda's, sesamzaad, peterselie, suiker, zout, peper en Szechuanpeper mengen en daarna het kippenvlees eronder mengen.
2. Chiliolie eronder mengen.
3. Afwerken met een groentegarnituur (sla, groene aspergepunten, radijs, ...)

Zoet-zuur varkensvlees

- 500 g varkensfilet (of hespengebraad, in blokjes van 2 x 2 cm)
- 1 elp sojasaus
- pezo
- rijstwijn
- 60 g wortelen (in plakjes gesneden, au chinois)
- 1 rode paprika (in stukken gesneden)
- 1 groene paprika (in stukken gesneden)
- 150 g champignons (geëminceerd)
- 90 g ananas (in blokjes gesneden)
- 400 ml zoetzure saus
- frituurbeslag (zie basis)

1. Het frituurbeslag maken en 30 min laten rusten.
2. De blokjes varkensfilet kruiden met pezo. Ca. 15 min. laten marineren in de sojasaus en de rijstwijn.
3. De blokjes vlees afdeppen met keukenpapier. In het beslag dopen en een eerste maal bakken op middelmatig vuur. Uit de olie nemen en laten afkoelen.
4. De groenten in de wok bakken in volgorde bakken:
 - wortelen
 - paprika
 - champignons
 - ananas
5. Zoetzure saus toevoegen en opwarmen.
6. Het vlees een 2de maal bakken op hoog vuur en bij de zoetzure groenten doen. Opdienen met Chinese gebakken rijst.

Chinese gebakken rijst “speciaal” (bijgerecht voor 4 personen)

- 250 g rijst (gekookt en afgekoeld)
- 100 g gepelde garnalen (of kleine scampi)
- 100 g gekookte ham (in blokjes)
- 1 ui (in grof gesneden julienne)
- 2 eieren (losgeklopt en gekruid met pezo)
- 4 lente-uitjes (diagonaal versneden)
- 50 g doperwten (diepvries)
- 2 elp sojasaus
- zout
- 2 elp arachideolie

1. Bak de eieren in de wok met 1 elp arachideolie. Roer de omelet in stukken en leg ze op een bord.
2. Voeg de rest van de olie in de wok en bak vervolgens de uisnippers en de garnalen.
3. Voeg de rijst toe en roerbak deze gedurende 3 min.
4. Voeg de doperwten, de ham, de sojasaus, de lente-uitjes en de gebakken eieren bij de rijst
5. Laat onder voortdurend omscheppen alles goed warm worden. Dadelijk serveren.

Gebakken vis met Chinese paddestoelen

- 500 g visfilet (zeevis)
- 300 ml kippenbouillon
- 20 g gedroogde paddestoelen (20 min geweekt in heet water)
- 100 g bamboespruiten (in plakjes gesneden)
- 60 g lente-uitjes (in stukjes van 3 cm)
- 2 tn look (in fijne plakjes gesneden)
- 2 elp lichte sojasaus
- 1 elp suiker
- 1 klp peper
- 1,5 klp zout
- 2 elp rijstwijn
- 1 msp ve-tsin
- aardappelzetmeel
- 2 klp sesamololie
- frituurbeslag (zie basis)

1. Het frituurbeslag maken en 30 min. laten rusten.
2. Vis in stukjes snijden van 2,5 x 2,5 cm, afdeppen met keukenpapier, in het beslag dopen en een eerste maal op middelmatig vuur frituren.
3. Paddestoelen en bamboespruiten in stukjes snijden.
4. De groenten in een weinig olie eventjes roerbakken en dan opzij zetten.
5. In 4 elp olie de look 15 sec. opbakken, sojasaus, suiker, peper, zout, rijstwijn, ve-tsin, en bouillon toevoegen.
6. De bekomen saus met aardappelzetmeel binden.
7. De vis, die ondertussen voor een 2de maal gefrituurd moet zijn, toevoegen alsook de groenten. Even doorwarmen en de sesamololie erover druppelen.

Tip:

- De vis kan eventueel in 1 maal gefrituurd worden.

Chop soy

- 500 g sojascheuten
- 1 ui (in snippers versneden)
- 1 wortel (versneden op Chinese wijze)
- 1 tak selder (versneden op Chinese wijze)
- een stukje prei (versneden op Chinese wijze)
- 4 champignons (in plakjes gesneden)
- 2 lente-uitjes (in stukjes van 2 cm)
- 300 g kippenvlees (in stukjes gesneden)
- 600 ml water
- aardappelzetmeel
- 1 elp vissaus

1. Roerbak de stukjes wortel en de selder in de arachideolie.
2. Voeg de uisnippers, de prei en de champignons toe en bak ze even mee.
3. Voeg het water toe en breng het aan de kook.
4. Voeg de kip erbij en laat zachtjes koken tot de kip gaar is.
5. Voeg de sojascheuten erbij en laat ca. 1 minuut koken.
6. Eventueel binden met een weinig aardappelzetmeel opgelost in wat water.
7. Bestrooi met de stukjes lente-ui.
8. Breng op smaak met een weinig vissaus.

Tips:

- Je kan het water vervangen door kippenbouillon.
- Je kan de kip vervangen door varkensvlees.

Amandelpudding met fruit (8 personen)

- 1 l melk
- 120 g suiker
- 75 g maïszetmeel
- 4 elp amaretto (of enkele druppels amandelessence)

Stukjes vers fruit:

- 1 mango (in blokjes)
- 1 roze pompelmoes (in blokjes)
- 4 schijven ananas (in stukjes)
- enkele partjes mandarijn

1. Breng 800 ml van de melk aan de kook samen met de suiker.
2. Los het maïszetmeel op in de overige 200 ml melk en voeg dit bij de kokende melk.
3. Laat 2 min. zachtjes koken. Neem van het vuur.
4. Parfumeren met de amaretto (of de amandelessence), in vormen gieten en laten afkoelen.
5. Afwerken met het fruit en eventueel een klein toefje slagroom.

Griekenland

Komkommersalade (Tzatziki)

- ½ komkommer
- 700 ml yoghurt
- 1 el olijfolie
- 1 el azijn
- 1/2 klp zout
- 1 el gehakte dille
- 1 teentje knoflook

1. De yoghurt laten uitlekken in een neteldoek.
2. Schil de ½ komkommer, hou een stuk apart en rasp de rest grof.
3. Roer het zout door de geraspte komkommer en laat ca. 10 min. rusten.
4. Doe de uitgelekte komkommer in een schaal.
5. Druk in een zeef wat vocht uit de komkommermoes en roer de moes door de yoghurt.
6. Knoflook pellen, persen en bij de salade voegen. Voeg ook de gehakte dille toe.
7. Op smaak brengen met azijn, olijfolie en eventueel nog wat zout.
8. Laat geruime tijd rusten zodat de smaken in elkaar kunnen trekken.
9. Versier met de overgebleven komkommer.
10. Dien fris op met brood.

Tip:

- Ideaal als frisse zomersalade. Ook bij gebakken ingrediënten zoals vis, aubergines of courgetten past deze tzatziki uitstekend. Kan ook als onderdeel van een buffet dienst doen.

Griekse zomersalade (Salata therini)

- 3 tomaten
- ½ komkommer
- 1 ui (niet te groot)
- ½ groene paprika
- 120 g feta
- 50 ml olijfolie
- 30 ml wijnazijn
- ca. 12 zwarte olijven
- pezo
- gedroogde oregano

1. Snij de komkommer en de ui in blokjes of in plakken.
2. Snij de tomaten in stukken (partjes).
3. Halveer de paprika en snij hem dan in reepjes.
4. Meng alle groenten in een grote kom.
5. Maak van de olie, azijn, peper en zout een vinaigrette.
6. Giet de vinaigrette over de salade.
7. Snij de feta in blokjes en leg ze op de salade.
8. Bestrooi met gedroogde oregano.

Salade van kropsla (Maroulosalata)

- 1 krop sla
- 1 ui
- dille
- olijfolie
- citroensap
- zout

1. Reinig en was de sla en snij hem met een scherp mes in zeer dunne repen.
2. Snij de ui in ringen en strooi ze over de sla.
3. Strooi de gehakte dille over de sla.
4. Meng de olie met het citroensap en het zout en giet dit mengsel over de sla.

Kip met citroen (Kotopoulo lemonato)

- 1 kip van ca. 1250 g (zonder ingewanden)
- 30 g boter
- 4 sjalotjes (of jonge 12 kleine uitjes)
- 2 wortelen (ca. 150 g totaal)
- 1 stengel bladselder (met groen)
- 100 ml witte wijn
- 70 ml citroensap
- 100 ml water
- 1 el verse of 1 klp gedroogde basilum
- pezo
- aardappelzetmeel

1. Pel de uitjes en snij ze grof (of halveer de kleine uitjes).
2. Schil de wortelen en snij ze in plakjes of reepjes.
3. Snij de selder fijn.
4. Snij de kip in ca. 14 stukken en braad ze aan alle kanten bruin in de boter. Kruid met pezo. Haal uit de pan.
5. Doe de groenten in de pan en roerbak ze gedurende ca. 5 min. Breng op smaak met pezo.
6. Strooi de basilicum over de kip.
7. Voeg alles bij elkaar en voeg ook de wijn, het gezeefde citroensap en het water toe.
8. Deksel erop en gedurende ca. 40 min laten sudderen.
9. Controleer de smaak en bind de saus met een weinig in water gebroken aardappelzetmeel.
10. Dien op met stokbrood, pilaf-rijst of rijst met manestra.

Aardappelkoekjes

- 1 kg aardappelen (geschild)
- 1 ui (gesnipperd)
- 2 eieren
- 100 g geraspte kaas
- 1 à 2 elp gehakte peterselie
- pezo
- 1 ei en paneermeel (om te paneren)

1. Stoom de aardappelen gaar en pureer ze.
2. Voeg de overige ingrediënten toe en meng alles goed. Breng op smaak met pezo.
3. Vorm platte koekjes van het mengsel en paneer ze in losgeklopt ei en paneermeel.
4. Bak in olijfolie (in een braadpan) de koekjes mooi bruin aan beide kanten.

Gebakken spieringen (Marithes tighanites)

- 1 kg spieringen
- 1/2 l melk
- bloem
- pezo

1. Maak de spieringen schoon en leg ze in de melk.
2. Doe de bloem in een bolkom en kruid ze met pezo.
3. Wentel de visjes in de gekruide bloem en bak ze in hete frituurolie (180°C) tot ze goudgeel en knapperig zijn.

Rijst met mosselen (Pilafi me mithia)

- 45 ml olijfolie
- 1 ui
- 300 g rijst
- 3 kg mosselen
- 250 ml tomatensap
- pezo
- gehakte peterselie

1. Reinig de mosselen en bereid ze zoals voor moules à la marinière. Bewaar het mosselvocht.
2. Hak de ui fijn en bak ze lichtbruin in de olijfolie. Voeg de rijst erbij en roer gedurende 5 min.
3. Voeg het mosselvocht bij het tomatensap en vul aan met water tot ca. 450 ml vloeistof. Breng de vloeistof aan de kook en voeg bij de rijst.
4. Dek af en laat de rijst gedurende ca. 18 min. gaarkoken.
5. Voeg de mosselen en de peterselie bij de rijst en roer om. Kruid met pezo.
6. Dek de pan terug af en laat 10 minuten staan (vuur uit).

Smyrnaworstjes (Sutsukakia smirnaika)

- 800 g lamsgehakt
- 2 droge sneden wit brood
- 1/2 ei
- 1 ui
- 2 teentjes look
- 2 el gehakte peterselie
- 3/4 klp gemalen komijn
- 90 ml olijfolie
- pezo
- bloem
- paneermeel

Tomatensaus:

- 600 ml tomatensap (of tomaten in blik)
- 125 ml witte wijn
- zout
- 1 mespuntje suiker

1. Doe het gehakt in een kom.
2. Snij de korsten van het brood en week het even in warm water. Knijp het goed uit en voeg het bij het gehakt.
3. Kluts het ei en voeg het bij het gehakt.
4. Pel de ui, maal ze fijn en voeg bij het gehakt.
5. Pers de look en voeg ook bij het gehakt.
6. Voeg de gehakte peterselie toe.
7. Kruid het geheel met pezo en komijn en kneed goed door elkaar. Voeg indien nodig wat paneermeel toe.
8. Rol van het gehakt worstjes van ca. 30 g per stuk.
9. Was je handen en droog ze goed af. Neem wat bloem in de handen en rol er één voor één de worstjes eventjes door.
10. Bak in olijfolie in een pan, de worstjes aan alle kanten mooi bruin.
11. Leg ze in een vuurvaste schaal.

De tomatensaus:

12. Verwarm een beetje olijfolie in een pot en voeg er het tomatensap, de witte wijn, de suiker en het zout bij. Laat ca. 15 min. sudderen.
13. Giet de saus over de worstjes en zet de schaal in een voorverwarmde oven van 180°C gedurende ca. 20 min.
14. Geef er vers stokbrood of rijst bij.

Gestoofd kalfsvlees met uien (Stifado)

- 1 kg mager kalfsvlees
- 400 ml vers tomatensap
- 600 g kleine witte uien
- 2 el rode wijnazijn
- 250 ml rode wijn
- 2 teentjes look
- 2 laurierbladeren
- 90 ml olijfolie
- ½ kaneelstokje
- 1 snuifje vers gemalen muskaatnoot
- pezo

1. Snij het vlees in grote dobbelstenen.
2. Pel de uitjes en de look. Snij de look in dunne plakjes. Laat de uitjes heel.
3. Bak het vlees in de olijfolie aan alle kanten bruin. Haal uit de pan en hou warm.
4. Bak in de pan waar zojuist het vlees werd in gebakken, de uitjes en de look kort aan.
5. Voeg het vlees bij de uitjes. Voeg wijn, wijnazijn, laurier, muskaatnoot, kaneel, tomatensap, peper en zout erbij. Verwijder het stokje kaneel na ca. 10 min.
6. Doe het deksel op de pan en laat sudderen tot het vlees gaar is.
7. Breng indien nodig de ragôut op smaak met peper en zout en dien op met pilaf-rijst of manestra.

Tip:

- Manestra (ook wel orzo of krisaraki genoemd) is een Griekse soort deegwaar. Ze wordt dikwijls gemengd met rijst gegeven. Voor 4 personen hebt u nodig:
 - 100 g manestra
 - 250 g rijst
 - 750 ml water
 - zout

De manestra lichtgeel aanbakken in boter, rijst toevoegen en glazig laten worden. Water en zout erop, pan sluiten en ca. 20 min. laten garen. Deksel eraf, even laten uitdampen, serveren.

Als de uitjes moeilijk pellen kun je ze overgieten met kokend water en ca. 5 min. laten staan. Giet dan het water af. Nu pellen ze vanzelf.

Ijsroom met sinaasappelsaus en perziken

- 600 ml ijsroom
- 4 halve perziken (vers of uit blik)
- 150 ml sinaasappelsap (2 sinaasappels)
- 30 g boter
- 40 g licht bruine suiker
- 15 ml citroensap (1/2 citroen)
- 150 ml room
- 10 g griessuiker
- 4 blaadjes munt

1. Als de perziken vers zijn worden ze eerst gepocheerd in een stoompan of in een potje met suikersiroop.
 - 250 ml water
 - 30 g suiker
2. Smelt de boter in een pan.
3. Voeg de suiker erbij en laat deze smelten.
4. Voeg het sinaasappel- en citroensap erbij.
5. Leg de halve perziken in de saus en laat ze opwarmen.
6. Klop de room stijf met de griessuiker.
7. Leg 2 bollen ijsroom op het bord. Giet er wat sinaasappelsaus rond.
8. Leg een halve, in waaijer gesneden, perzik op het bord.
9. Werk af met slagroom en een blaadje munt.

India

Naan (gerezen brood)

- 500 g bloem
- 1 klp bakpoeder
- 1 klp zout
- 2 klp suiker
- 2 klp gedroogde gist
- 200 ml melk
- 150 ml yoghurt (losgeklopt)
- 1ei (losgeklopt)
- 1 elp gesmolten boter
- korianderblaadjes (eventueel, fijngehakt)

1. Roer de gist, de suiker en 4 elp lauwe melk tot een papje. Laat staan tot de gist begint te werken (er komen luchtbelletjes naar boven).
2. Doe de bloem in een kom samen met het bakpoeder. Strooi het zout aan de buitenzijde.
3. Maak een kuiltje in het midden van de bloem en roer er het gismengsel, de rest van de melk, de yoghurt, het ei en de boter door. Meng goed.
4. Kneed goed tot een homogene massa.
5. Dek de kom af en zet weg op een warme plaats. Laat rijzen tot dubbel volume.
6. Verdeel het deeg in 8 à 10 porties en maak er balletjes van.
7. Bebloem het werkvlak en rol de balletjes uit tot platte ovale broodjes van ca. 15 cm lang.
8. Bestrijk ze met water en lag ze met de natte kant op een ingevette bakplaat.
9. Bestrijk de bovenkant met gesmolten boter en bestrooi eventueel met fijngehakte korianderblaadjes.
10. Bak de naan bruin in een voorverwarmde oven op 200°C tot het brood gaar is en mooi bruin (ca. 10 min.).

Indiase kippensoep (ca. 2,6 l)

- 1 kip (getrancheerd en ontveld)
- 2 uien (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 1 klp gemberpoeder
- 1 klp kurkuma
- 1 msp cayennepeper
- zout
- 3 elp citroensap
- 2 l water
- 4 elp arachideolie

1. Verhit de olie in een grote pot en fruit de ui en de look erin gedurende 1 min.
2. Voeg gemberpoeder, kurkuma en cayennepeper toe en bak al roerend gedurende 1 min.
3. Voeg de stukken kip toe en bak ze aan alle kanten goudbruin.
4. Voeg het water toe en breng alles aan de kook. Draai het vuur laag en laat gedurende ca. 30 min. zachtjes koken met deksel schuin op de pot.
5. Haal de stukken kip uit de pot en verwijder het vlees van de botten. Voeg het vlees terug bij de soep.
6. Breng de soep op smaak met zout en het citroensap. Serveer zo warm mogelijk en geef er een Indiase broodsoort bij.

Viscurry uit bombay

- 50 ml olie
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 1 elp gemalen koriander
- 1 klp kurkuma
- 1/2 klp gemberpoeder
- 1 msp cayennepeper
- 1 klp mosterdzaad
- 1 klp bloem
- 250 ml kokosmelk
- 1 elp citroensap
- 500 g visfilet (in blokjes gesneden)
- zout

1. Olie verhitten in een pan. Ui en look lichtbruin bakken.
2. Koriander, kurkuma, gemberpoeder, cayennepeper en mosterdzaad toevoegen en nog ca. 3 min. fruiten (regelmatig omscheppen).
3. De bloem aanmaken met het citroensap en de kokosmelk.
4. Voeg al roerend bij de kruiden tot een enigszins gebonden saus is ontstaan.
5. Vis en zout toevoegen en ca. 10 min. zachtjes laten sudderen tot de vis gaar is.
6. Serveer heel warm met witte rijst.

Rundvleescurry met rozijnen en amandelen

- 50 ml olie
- 3 uien (in ringen gesneden)
- 2 tn look (geperst)
- 1 klp gemalen kardemom
- 1 klp gemberpoeder
- 1 klp gemalen komijn
- 1 msp kaneel
- 750 g magere runderlappen (in blokken gesneden)
- 500 ml yoghurt
- 40 g geschaafde amandelen
- 40 g rozijnen
- zout

1. Olie verhitten in een pan. Ui en look lichtbruin bakken.
2. Kardemom, gemberpoeder, komijn en kaneel toevoegen en nog ca. 3 min. fruiten (regelmatig omscheppen).
3. De blokjes vlees toevoegen en rondom bruin bakken in het kruidenmengsel.
4. De yoghurt toevoegen en alles aan de kook brengen.
5. Draai het vuur laag, zet een deksel op de pan en laat gedurende ca. 2 zachtjes sudderen tot het vlees gaar is.
6. Rooster de amandelen in een niet ingevette koekepan lichtbruin.
7. Roer de geroosterde amandelen en de rozijnen door de curry en breng op smaak met zout.
8. Serveer heel warm met witte rijst.

Koftacurry

- 750 g lamsgehakt
- 3 tn look (geperst)
- 1 blokje gemberwortel (1,5 x 1,5 cm gesnipperd)
- 1 ui (grof gesnipperd)
- 1 ei
- 1 verse groene chili (zonder zaden, fijngehakt)
- 2 elp korianderblaadjes (fijngehakt)
- 1 elp muntblaadjes (fijngehakt)
- zout

De saus:

- 50 ml olie
- 2 uien (in ringen gesneden)
- 1 blokje gemberwortel (1,5 x 1,5 cm gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 2 klp gemalen koriander
- 1,5 klp gemalen komijn
- 1 klp gemalen kurkuma
- 1 msp chilipoeder
- 1 blikje tomatenpuree
- zout
- 500 ml yoghurt
- 2 zwarte kardemoms (opengesneden)
- 4 hele kruidnagels
- kaneelstokje (5 cm, in stukjes)
- 1 elp korianderblaadjes (fijngehakt)

1. Meng het gehakt met de look, gemberwortel, ui, chili, korianderblaadjes, muntblaadjes, het ei en wat zout.
2. Kneed alles goed dooreen en vorm van het mengsel balletjes ter grootte van walnoten.
3. Verhit de olie op half vuur en bak de uien glazig.
4. Gember en look toevoegen en ca. 1 min. bakken.
5. Koriander, komijn, kurkuma, chilipoeder en tomatenpuree toevoegen en goed roeren.
6. Yoghurt, kardemom, kruidnagel en kaneel toevoegen en aan de kook brengen.
7. Leg de kofta's (gehaktballetjes) in de saus, zet het deksel op de pan en laat zachtjes sudderen tot het vlees gaar is (ca. 20 min.).
8. Leng eventueel aan met wat water als de saus te dik is.
9. Serveer heel warm met witte rijst.

Groentecurry

- 1 ui (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 200 g courgette (dobbelstenen)
- 150 g wortel (dobbelstenen)
- 100 g komkommer (dobbelstenen)
- 100 g prinsessenbonen (gebroken, geblancheerd)
- 450 g gepelde tomaten (blik)
- 1 elp kerrie
- 150 ml water (eventueel yoghurt of cocosmelk)
- zout
- suiker
- 2 elp arachideolie

1. De ui en de look aanstoven in de olie (niet kleuren).
2. Kerriepoeder toevoegen en eventjes meebakken.
3. De overige ingrediënten toevoegen (behalve de boontjes) en onder deksel gedurende ca. 20 min. zachtjes laten stoven.
4. Deksel wegnemen, boontjes toevoegen en goed laten doorwarmen.
5. Smaak controleren en eventueel bijkruiden met zout en/of suiker.
6. Warm serveren als bijgerecht.

Tips:

- Er kan i.p.v. kerriepoeder een mengsel gebruikt worden van korianderzaad, komijn en gemberpoeder. Koriander en komijn worden in een vijzel fijngestampt.
- Als groenten kunnen nog toegevoegd worden: aardappelblokjes, doperwtten, pompoen.

Mangomousse (ca. 1000 ml)

- 300 g mango (enkel vruchtvlees)
- 90 ml suikersiroop (28° B)
- 60 g griessuiker
- 2 eiwitten
- 300 ml room
- 8 g gelatine (laten weken in 80 ml koud water)
- enkele partjes mango (om te versieren)
- muntblaadjes

1. Laat de gelatine weken in koud water.
2. Verwarm het vruchtvlees van de mango's in een potje samen met de suikersiroop.
3. Pureren.
4. Los de gelatine op in de warme mangocoulis.
5. Klop de room halfstijf.
6. Klop de eiwitten stijf met de suiker (tot zilverglans).
7. Spatel de coulisis onder de stijfgeklopte eiwitten. Spatel dan de stijfgeklopte room eronder.
8. Vul glazen met het dessert.
9. Min. 2 uur goed koelen.
10. Afwerken met partjes mango, een blaadje munt en een toefje room.

Indonesië

Atjar tjampoer (ca. 4 kg tafelzuur)

- 3 groene paprika (julienne)
- 3 rode paprika (julienne)
- 500 g wortelen (julienne)
- 1100 g witte kool (julienne)
- 400 g komkommer (julienne)
- 1000 g taugé (geblancheerd, 1 min.)
- 600 g suiker
- 1000 ml azijn
- 1200 ml water
- 4 klp zout
- 2 klp kurkuma

1. Water, azijn en suiker aan de kook brengen. Zout toevoegen.
2. Alle groenten toevoegen (behalve de taugé).
3. Kurkumapoeder toevoegen.
4. Koken tot de groenten beetgaar zijn (ca. 15 min.).
5. De geblancheerde taugé toevoegen terug even aan de kook brengen en daarna vuur afzetten.

Tips:

- Kan afgesloten 2 à 3 maanden bewaard worden in de koelkast. Laat de groenten steeds in de vloeistof ondergedompeld.
- Men kan steriliseerbokalen vullen met de hete bereiding en dan gedurende 30 min. op 90°C pasteuriseren om de atjar tjampoer gedurende langere tijd te kunnen bewaren..

Pindasaus

- 1 kl ui (zeer fijn gesnipperd)
- 1,5 elp arachideolie
- 6 elp pindakaas
- 2 klp sambal oelek
- 2 elp knoflookpoeder
- 3 elp ketjap manis
- 50 ml santen
- ½ klp bruine basterdsuiker
- 1 klp limoensap (of citroensap)
- 1 klp ketoembar
- ½ klp laos
- zout

1. Fruit de ui in de olie tot deze begint te verkleuren
2. Pindakaas, sambal en knoflookpoeder toevoegen. Gedurende ca. 1 min. zachtjes roerbakken.
3. Schenk er water bij tot er een dikke gebonden saus is verkregen.
4. Laat de saus enkele minuten zachtjes pruttelen en roer regelmatig om.
5. Ketjap, santen, suiker, limoensap, ketoembar en laos onder de saus roeren.
6. Eventueel op smaak brengen met zout.

Gado Gado

- 250 g taugé (1 min. geblancheerd)
- 175 g prinsessenbonen (beetgaar gekookt en in stukjes gesneden)
- 100 g Chinese kool (chiffonade , 1 min. geblancheerd)
- 100 g worteltjes (fijngesneden, 3 min. geblancheerd)
- 100 g broccoli (in roosjes, 4 min. geblancheerd)
- 100 g bleekselderijstengels (blokjes, 4 min. geblancheerd)
- 50 g komkommer (blokjes)
- zout

Garnituren:

- 2 elp bladselderij (fijngehakt)
- 3 eieren (hardgekookt, in partjes)
- kleine kroepoek (gebakken)
- gefruite uitjes
- 300 ml pindasaus

1. Schik de koude gemengde groenten op de borden.
2. Strooi de bladselderij erover.
3. Schik de partjes ei bij de salade.
4. Strooi de helft van de uitjes over de salade.
5. Schep de pindasaus over de salade en strooi er de rest van de uitjes erover.
6. Serveer de gebakken kroepoek er apart bij.

Nasi goreng

- 300 g rijst
- 400 g vleesrestjes (kip, varken ..., in reepjes)
- 1 à 2 preien (dunne ringen)
- 1 ui (gesnipperd)
- 100 g ontbijtspek (reepjes)
- 2 eieren (roereieren, gebakken en in reepjes)
- ketjap manis (zoete sojasaus)
- arachideolie
- atjar tjampoer (zoetzure groenten)

Specerijenmix:

- 1 klp ketoembar (gemalen koriander)
- ½ klp laos (gemalen galangawortel)
- ½ klp djahé (gemalen gember)
- ¼ klp djintan (gemalen komijn)
- 1 klp zout
- 2 tn look (geperst)
- 1 kl rood chilipepertje (zonder zaden, fijngesneden)

1. Kook de rijst beetgaar en laat hem afkoelen.
2. Doe 3 elp arachideolie in de wok en laat heet worden.
3. Als de vleesrestjes nog rauw zijn worden ze nu eerst gebakken in de arachideolie. Voeg halverwege de baktijd de specerijenmix toe.
4. Voeg als het vlees gaar is de ui, de prei en het ontbijtspek erbij en laat even mee roerbakken.
5. De rijst toevoegen en alles goed doorwarmen.
6. Afwerken met de gebakken reepjes ei en ketjap manis.
7. Serveer met atjar tjampoer.

Tips:

- De specerijenmix kan in een vijzel tot een pasta gemaakt worden. Er kunnen dan ongemalen specerijen gebruikt worden (bv: korianderzaadjes, komijnzaad ...). Voeg dan tijdens het roerbakken de pasta toe.
- Als gewerkt wordt met gare stukjes vlees dan worden deze niet meer opgebakken maar samen met de rijst toegevoegd. De specerijenmix wordt dan samen met de groenten gebakken.

Babi pangang

- 4 varkenslapjes (of ca. 600 g varkensrug in plakken van 3 cm)
- water

Marinade:

- 1/2 ui (gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 1 elp gember (fijngehakt)
- 3 elp olie (arachide- of koolzaadolie)
- 1 elp citroensap
- 1 klp sambal oelek (of zoete chili saus)
- 2 elp ketjap manis (zoete sojasaus)
- 1 elp sojasaus
- 6 g zout
- 1 klp vijfkruidenpoeder

Babi pangang saus:

- 1/2 ui (zeer fijn gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 1 elp olie (arachide- of koolzaadolie)
- 1 elp tomatenconcentraat
- 1 elp ketchup
- 1 klp sambal oelek (of zoete chilisaus)
- 2 elp bruine suiker
- 1 elp witte wijnazijn
- 1 elp citroensap
- maïszetmeel

1. Voeg al de ingrediënten voor de marinade samen en laat het vlees er minsten 3 uur in marineren.
2. Doe het vlees in een grote pan samen met de marinade en voeg 200 ml water toe. Breng aan de kook en laat gedurende 20 min. op een zacht vuurtje koken onder deksel. Deksel wegnemen en nog 20 min. zachtjes laten koken.
3. Haal het vlees uit de pan en laat het afkoelen. Hou de gekookte marinade apart voor de saus.
4. Leg het vlees in een ovenschaal met een beetje marinade en bak het in een matig warme oven (ca. 160°C) tot het vlees warm en een beetje gekarameliseerd is (ca. 30 min).

Maak ondertussen de saus.

5. Stoof in een potje de gesnipperde ui en de look aan in de olie.
6. Voeg de ketchup, de tomatenpuree en de sambal toe en bak even mee.
7. Voeg de azijn, het citroensap en de suiker toe.
8. Voeg de gekookte marinade erbij en breng terug aan de kook.
9. Maak de saus wat dikker met een beetje maïszetmeel opgelost in een weinig water.
10. Breng eventueel op smaak met zout.
11. Haal het vlees uit de oven en snij het in dunne lapjes en voeg het bij de saus.
12. Serveer het vlees met gekookte of gebakken noedels (zonder vlees) en atjarampoer.

Italië

Focaccia (voor 3 broden van ca. 360 g)

- 1000 g bloem
- 12 g zout
- 25 g suiker
- 30 g gedroogde gist
- 500 ml water
- 4 elp olijfolie

De kruidenolie (om het brood mee in te strijken):

- 3 elp olijfolie
- 1 elp rozemarijn (enkel de naalden)
- ½ klp tijmblaadjes (eventueel)
- 2 tn look
- 1 klp grof zeezout

1. Alle ingrediënten kneden tot een elastisch deeg (ca. 20 min. met de hand of ca. 8 min in een kneedmachine).
2. Het deeg op tafel tot een bol vormen.
3. Eerste rijstijd ca. 25 min (onder plastic) tot volume verdubbeld is.

De kruidenolie:

4. Plet in een mortier de look met het grof zeezout.
5. Schep over in een kommetje en schenk er de olijfolie op.
6. Voeg de rozemarijn en de tijm erbij en laat de olie trekken.
7. Sla het deeg plat en kneed er eventueel de verse tuinkruiden (basilicum of salie) onder.
8. Strooi bloem op het werkblad en verdeel het deeg in drie gelijke stukken. Rol ze uit met een deegrol tot rechthoekige broden van 1,5 à 2 cm dik. Leg ze op een ingevette bakplaat.
9. Strijk de broden in met de kruidenolie.
10. Duw met de vingers (of een chinees eetstokje) putjes in de broden bijna tot op de bodem.
11. Laat de broden terug ca. 30 min rijzen (afdekken is door het instrijken met olie niet nodig). De olie zal worden opgenomen tijdens het rijzen.
12. Bak de focaccia gedurende ca. 20 minuten in het midden van de oven op 220°C (of 25 min. op 200°C als je ze wil invriezen).
13. Warm of koud serveren.

Tips:

- Eventueel kan je vers versneden basilicum of salie (1 elp elk) in het deeg verwerken. Kneed ze pas na de eerste rijstijd onder het deeg.
- Je kan de focaccia vooraleer in de oven te schuiven beleggen met zongedroogde tomaten (versneden en geweekt in olie of water) en/of versneden zwarte olijven.

Ciabatta (voor 3 broden van ca. 400 g)

De biga (voordeeg):

- 250 g bloem
- 1/3 klp gedroogde gist (ca. 1 g)
- 6 g suiker
- 150 ml water

Deeg :

- 600 g bloem
- 320 ml water (lauw)
- 12 g gedroogde gist
- 9 g zeezout
- 4 elp olijfolie
- 2 elp bloem om te bestuiven

De biga (de avond voordien):

1. Strooi de bloem in een kom, maak een kuiltje in het midden.
2. Gist, suiker en het water in het kuiltje doen en glad roeren. Schep wat bloem over het papje. Laat 5 min staan.
3. Goed doorkneden (met de hand), niet te lang.
4. Dek af met plasticfolie en laat een nacht staan op kamertemperatuur (ca. 12 uur).

De dag zelf (het eigenlijke deeg):

5. Voeg de bloem, de gist, het lauwe water, de olijfolie en het zout bij het voordeeg (biga).
6. Kneed tot een glad en elastisch deeg. Dek af en laat rijzen tot het volume verdubbeld is.
7. Bekleed een bakplaat met bakpapier. Zet een vuurvast potje met heet water in de oven.
8. Bestrooi het werkoppervlak met bloem. Stort het deeg op het werkvlak en verdeel het in porties (met bebloemde handen). Vorm ciabattabroodjes en leg deze op een paar cm. van elkaar op de met bakpapier beklede bakplaten.
9. Bestuif de broodjes met bloem. Laat 30 minuten rijzen.
10. Verwarm de oven voor op 180° C.
11. Bak de ciabatta gedurende ca. 20 minuten in het midden van de oven op 220°C (of op 180°C als je ze wil invriezen).
12. Laat afkoelen op een rooster.

Tips:

- Normaal gezien wordt dit deeg met de handen gekneet, maar vermits het deeg vrij kleverig is zijn de kneedhaken van de mixer op de laagste stand misschien meer aangewezen.
- De typische rechthoekige vorm kan gemakkelijk bekomen worden door met de (bebloemde) zijkant van een mes tegen de randen te drukken.
- Snij het bakpapier zo'n 15 cm te groot voor de breedte van de ovenplaat. Om de 12 cm geef je een vouw die je nog eens terugplooit zodat er ribben van ca. 2 cm ontstaan. Tussen de ribben leg je het deeg. De gevouwen ribben zorgen ervoor dat de broden niet aan elkaar kleven tijdens het rijzen en het bakken.
- Ciabatta kan half afgebakken perfect worden ingevroren. Afgebakken ciabatta wordt snel hard, ontdooi niet meer stuks dan nodig.

Pizzadeeg

(ca. 12 pizza's van 20 cm diameter)

- 850 g bloem
- ca. 480 ml water
- 1 eidooier (eventueel)
- 3 elp olijfolie
- 17 g droge gist
- 10 g zout

1. Maak een soepel deeg van de ingrediënten.
2. Laat rijzen tot dubbel volume (ca. 30 min.).
3. Deeg terug doorkneden en afwegen.

Slasoep (ca. 2,4 l)

- 1 ui (gesnipperd)
- 2 l kippenbouillon
- 2 tn knoflook (in plakjes gesneden)
- 4 stengels bleekselder (in brunoise)
- 1 krop sla (in chiffonade)
- 100 g rijst
- olijfolie
- pezo
- enkele blaadjes verse munt (eventueel, in zeer fijne chiffonade gesneden)

1. Fruit de ui en de look in een weinig olijfolie.
2. Voeg de bouillon, de rijst en de selderij toe. Laat gedurende 10 min. zachtjes koken.
3. Voeg de sla toe en laat alles nog ca. 10 min. zachtjes koken tot de rijst gaar is.
4. Breng op smaak met pezo en garneer met de chiffonade van munt.

Pizza (voor 12 pizza's van 20 cm diameter)

- pizzadeeg (van 850 g bloem)

Pizzaiola (pizza tomatensaus):

- 2 uien (gesnipperd)
- 1 l gepasseerde tomaten (of ½ gepelde tomaten en ½ gepasseerde tomaten)
- oregano, tijm, basilicum
- look (geplet)
- olijfolie
- pezo

De pizzaiola:

1. De gesnipperde uien en look aanstoven in de olijfolie.
2. De overige ingrediënten toevoegen en het geheel laten inkoken tot de gewenste dikte. Op smaak brengen met pezo. Laat afkoelen.

Het deeg:

3. Maak een soepel deeg met de daarvoor bestemde ingrediënten.
4. Laat rijzen tot dubbel volume (ca. 30 min.).
5. Deeg terug doorkneden en afwegen in porties van 120 g.

Met deze basis (deeg en pizzaiola) kan men alle mogelijke soorten pizza's maken.

6. Bakplaat (of aluminium schoteltjes) lichtjes invetten.
7. Deeg uitrollen en bestrijken met de pizzaiola.
8. Beleg de pizzaiola met de nodige ingrediënten en bedruppel met olijfolie (met look).
9. Afbakken in de oven gedurende ca. 15 min. op 200°.

Soorten pizza's:

Pizza Margherita: - beleg de pizzaiola met in plakjes gesneden mozzarella.

Pizza funghi: - in plakjes gesneden champignons en mozzarella.

Pizza salami: - in plakjes gesneden salami en mozzarella.

Pizza Siciliana: - in water ontzoutte ansjovisfilets, halve zwarte olijven en plakjes pecorino.

Pizza tonno: - in water ontzoutte ansjovisfilets, stukjes tonijn uit blik, halve zwarte olijven en plakjes pecorino. Bedruppel de pizza met de olie uit het blikje tonijn.

Pizza Milano: - plakjes gekookte ham en desgewenst plakjes hardgekookt ei en mozzarella.

Pizza quattro stagioni: - plakjes gekookte ham, in kwarten gesneden artisjokhart, plakjes champignons en plakjes mozzarella.

Pizza frutti di mare: - alles wat te krijgen is aan schaal- en schelpdieren: krab, garnalen, inktvis, mosselen, vers gepocheerde vis of vis uit blik. Beleg met plakjes mozzarella en bestrooi met gehakte peterselie.

Lasagne (voor 8 porties van ca. 500 g)

- pastadeeg (van 400 g bloem)
- 250 g gemalen kaas
- béchamelsaus (van 1200 ml melk, 200 g roux, pezomus)

Bolognaisesaus:

- 640 g gehakt
- 750 ml gepelde tomaten
- 35 g tomatenpuree
- 120 ml runderbouillon
- 3 uien (middelmaat, gesnipperd)
- 3 tn look (geperst)
- 2 wortelen (brunoise)
- 2 seldertakken (brunoise)
- oregano, tijm, basilicum
- peterselie (gehakt)
- pezo

De lasagnevellen:

1. Verdeel de deegbal in 4 stukken en verwerk hem in de pastamachine tot langwerpige vellen.
2. Snij de vellen op de gewenste grootte (hou er rekening mee dat tijdens het koken de vellen iets groter worden).
3. Kook de vellen in ruim kokend water “al dente” (ca. 3 min.) en laat ze uitlekken (niet op elkaar leggen).

Bolognaisesaus:

4. Bak het gehakt korrelig in een weinig vetstof. Breng het over in een sautoir.
5. Fruit de ui, wortel, selder en look in de pan waarin het gehakt werd gebakken en voeg bij het gehakt.
6. Voeg het tomatensap en de bouillon erbij en breng aan de kook.
7. Voeg de kruiden toe (oregano, basilicum, tijm) en laat 30 min. op een laag vuur sudderen (zonder deksel).
8. Indien nodig de saus binden met beurre manié. Bijkruiden met pezo.
9. Voeg de gehakte peterselie toe.

Het schikken in de lasagnepan:

10. Beboter de lasagnepan.
11. Breng een laagje bolognaisesaus op de bodem van de pan.
12. Leg hierop een laag lasagneplakken.
13. Breng op de plakken een laagje bechamelsaus.
14. Leg hierop een laag lasagneplakken.
15. Herhaal deze procedure tot alles verwerkt is (je hebt dan 5 lagen lasagnevellen gebruikt). Eindig met een laag bechamelsaus.
16. Strooi geraspte kaas over het geheel.
17. Afbakken in een voorverwarmde oven op 200°C gedurende ca. 30 min.
18. Haal uit de oven en laat enkele minuten staan alvorens te serveren.

Cannelloni met kip

- 12 verse blaadjes lasagne (90 x 110 mm, ca. 300 g pastadeeg)
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- 1 teentje look (geperst)
- 400 g kippenfilet (in blokjes gesneden van 5 x 5 mm)
- 100 g gerookt spek (lardons)
- olijfolie
- 400 ml kippenbouillon
- 100 ml room
- pezo
- rozemarijn
- 80 g roux
- 50 g gruyère

De saus:

- 55 g roux
- 500 ml kippenbouillon
- pezo

1. Bak het spek in een weinig vetstof.
2. Voeg de uien, de look, de kip en de rozemarijn erbij en giet daarop de 400 ml kippenbouillon. Laat sudderen tot de kip gaar is.
3. Binden met 80 g roux.
4. De room toevoegen en kruiden met pezo. Neem van het vuur en laat enigszins afkoelen.

De saus:

5. Verwarm de kippenbouillon en laat de roux er in oplossen.
6. Laat even doorkoken. Breng op smaak met pezo.
7. Kook de lasagneblaadjes gedurende ca. 2 min. in water. Laat ze uitlekken.
8. Doe een schepje van de vulling op elk lasagneblaadje en rol het op.
9. Beboter een schaal en schik er de cannelloni in. Giet er de saus over.
10. Bestrooien met gruyère en in een voorverwarmde oven ca. 20 min bakken op 200° C.
11. Werk af met een rauw groentegarnituur.

Spaghetti milanaise

- 400 g spaghetti
- 100 g geraspte kaas

De saus:

- 1 à 2 uien (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 900 g gepelde tomaten (uit blik)
- 70 g tomatenpuree
- 500 g champignons (in plakjes)
- 100 ml runderbouillon
- 150 g ham (gekookte, in julienne)
- 150 g ossentong (in julienne)
- vetstof
- pezo
- oregano, tijm, basilicum
- beurre manié
- madeira

De saus:

1. De uien en de look goudgeel fruiten in een weinig vetstof.
2. Gepelde tomaten, tomatenpuree, oregano, tijm, basilicum en de bouillon toevoegen.
3. Een weinig laten inkoken.
4. Ham, ossentong en champignons toevoegen.
5. Even laten doorkoken.
6. Eventueel binden met beurre manié.
7. Op smaak brengen met pezo en madeira.
8. Kook de spaghetti "al dente".
9. Overgiet de spaghetti met de saus en bestrooi met gemalen kaas.

Spaghetti bolognaise

- 400 g spaghetti
- 100 g geraspte kaas

Bolognaisesaus:

- 600 g gehakt
- 800 ml gepelde tomaten
- 200 ml runderbouillon
- 2 uien (middelmaat, gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 2 wortelen (brunoise)
- 2 seldertakken (brunoise)
- oregano, tijm, basilicum
- peterselie (gehakt)
- pezo
- beurre manié

De saus:

1. Bak het gehakt korrelig in een weinig vetstof. Breng het over in een sautoir.
2. Fruit de uien, wortelen, selder en de look en voeg bij het gehakt.
3. Voeg het tomaten en de bouillon erbij en breng aan de kook.
4. Voeg de kruiden toe (oregano, basilicum, tijm) en laat 30 min. op een laag vuur sudderen (zonder deksel).
5. Indien nodig de saus binden met beurre manié en /of bijkruiden met pezo.
6. Voeg de gehakte peterselie toe.
7. Kook de spaghetti "al dente".
8. Overgiet de spaghetti met de saus en bestrooi met gemalen kaas.

Tiramisu (12 à 15 personen)

Mascarponecreme:

- 4 eidooiers
- 150 g suiker (100 g + 50 g)
- 50 ml amaretto
- 500 g mascarpone
- 2 eiwitten
- 200 ml room
- 12 g gelatine (geweekt in koud water)

Overige ingrediënten:

- 40 lange vingers
- sterke koffie:
 - 250 ml water
 - 40 g suiker
 - 40 ml amaretto
 - 6 klp oploskoffie

1. Eidooiers samen met 100 g suiker stevig loskloppen. Mascarpone onderroeren en vervolgens de amaretto.
2. De geweekte gelatine oplossen in een weinig warme room en onder de mascarpone roeren.
3. De rest van de room stijfkloppen (met een weinig suiker).
4. De 2 eiwitten samen met 50 g suiker stevig opkloppen.
5. Eiwitten onder het beslag spatelen, daarna de room.
6. Op de bodem van een rechthoekige vorm de lange vingers schikken en sauceren met een mengsel van: siroop, sterke koffie en amaretto.
7. Schep hierop de helft van het beslag.
8. Leg hierop terug een laag lange vingers en sauceer die weer met het koffiemengsel.
9. Schep de rest van het beslag hierop en strijk glad.
10. Laten opstijven in de koelkast gedurende enkele uren.
11. Overstrooien met cacao poeder en versnijden naar wens.
12. Afwerken met saus (koffie-anglaise), chocolade koffieboontjes, oubliesblaadjes enz...

Pizza met peren (nagerecht voor 6 personen)

Pizzadeeg:

- 225 g bloem
- 120 ml water
- 4 g zout
- 6 g suiker
- 5 g gist (gedroogde)
- 2 elp olijfolie

Pizzabeleg:

- 200 g mozzarella
- 125 g gorgonzola (dolce)
- 1 rijpe peer
- oregano
- 3 elp walnoten (gehakt)

Deeg:

1. Kneed de ingrediënten voor de pizzabodem tot een soepel deeg.
2. Stop het deeg in een plastic zak en laat het rijzen tot dubbel volume.
3. Neem de twee kazen een half uurtje voor het verwerken uit de koelkast.
4. Rol het deeg uit tot een dunne ronde lap en leg hem op een beboterde bakplaat.
5. Snij de mozzarella in blokjes en verdeel over de pizzabodem.
6. Was de peer (niet schillen!), snij ze middendoor en verwijder het klokhuis.
7. Snij de peerhelften in dunne plakje en beleg er de pizza mee.
8. Trek de gorgonzola in stukjes en verdeel over de pizza.
9. Bestrooi met een beetje oregano.
10. Bak in een hete oven van 220°C tot de pizzarand lichtbruin is en de kazen gesmolten.
11. Haal uit de oven en bestrooi met de gehakte walnoten.
12. Verdeel in stukken en serveer met een glaasje likoreuze wijn.

Tip:

- Je kan het deeg vooraf maken, bv 's morgens, en het in een plastic zak in de koelkast leggen tot 's avonds. Je kan hem best een half uurtje voordat je de pizza gaat maken uit de koelkast te nemen.

Venetiaanse koffieroom

- 525 ml melk
- 100 g suiker
- 40 g maïszetmeel
- vanille-extract
- 3 klp oploskoffie
- 240 ml hazelnootijs
- 120 ml room (licht gesuikerd en stijf geslagen)
- 1 perzik op siroop (in 12 partjes)
- 12 partjes gepelde mandarijn (uit blik)
- 2 elp cognac
- enkele gedroogde vruchten

1. Breek het maïszetmeel in een weinig melk.
2. Breng de rest van de melk aan de kook samen met de suiker.
3. Voeg enkele druppels vanille-extract en het gebroken maïszetmeel bij de kokende melk en laat 2 min. zachtjes al roerend koken.
4. Neem van het vuur en meng er de oploskoffie en de cognac door.
5. Giet in kommetjes en laat goed afkoelen.
6. Schep per kommetje 1 bolletje hazelnootijs op de koffieroom.
7. Werk het geheel af met de partjes perzik, mandarijn, enkele toefjes slagroom en de gedroogde vruchtjes.
8. Besprenkel met enkele druppels cognac en serveer.

Panettone

- 375 g bloem
- 60 ml melk (lauw)
- 5 g zout
- 15 g gist (gedroogde)
- 30 g suiker
- 10 g vanillesuiker
- 3 eieren (geklutst, of 8 eidooiers)
- 95 g boter
- 200 g rozijnen (geweekt in water, gedroogd en bebloemd)
- 25 g geconfijte sinaasappelschil (geweekt in water, gedroogd en bebloemd)

1. Maak een kuiltje in de bloem en doe de gedroogde gist erin. Voeg enkele eetlepels van de lauwe melk toe en een koffielepel van de suiker. Meng tot een papje en dek af met een beetje bloem. Laat enkele minuten staan tot de gist actief begint te worden.
2. Voeg alle overige ingrediënten toe, uitgenomen de rozijnen, en bewerk het deeg ca. 8 min tot een soepel deeg.
3. Laat het deeg onder plasticfolie rijzen tot het volume verdubbeld is (ca. 1,5u).
4. Het deeg terug doorkneden en te gelijktijd de rozijnen eronder werken.
5. Het deeg in een beboterde en met bakpapier beklede vorm plaatsen en laten rijzen tot dubbel volume (ca. 1,5u).
6. De panettone afbakken in een voorverwarmde oven op 200°C gedurende ca. 45 min.

Tips:

- Voor het inovenen kan het deeg ingestreken worden met boter, parelsuiker of geklopt eigeel.
- Je kan naast rozijnen ook volgende ingrediënten in het brood verwerken: gekonfijt fruit, noten, citroenrasp.

Japan

Basiskenmerken van de Japanse keuken

De Japanse keuken is met geen enkele andere keuken in de wereld te vergelijken. Eten in het traditionele Japan is een ritueel. De Japanner toont veel respect voor al de producten die de natuur voortbrengt. Dit is te zien in de wijze waarop voedsel bereid wordt en de manier waarop het wordt opgediend. Er worden enkel verse producten gebruikt.

De Japanse keuken wordt gekenmerkt door eenvoud. Een eenvoud die de pure natuur van de ingrediënten volledig tot hun recht laten komen. Geen ingewikkelde bereidingstechnieken, geen ingewikkelde garnituren. Alles gebeurt op een gestileerde wijze. Japanse koks zijn meesters in het versnijden van vlees en vis, het bereiden ervan en het presenteren van hun pure schotels.

Het gamma specerijen is zeer beperkt. Gerechten worden meestal op smaak gebracht met sojasaus, mirin, saké en/of suiker.

Eten vormt een essentieel onderdeel van de levensfilosofie en doet in veel gevallen aan een ritueel denken (denken we maar aan een theeceremonie).

Aangezien de Japanner met stokjes eet worden alle ingrediënten vooraf versneden. Groenten worden meestal in fijne reepjes versneden om in gerechten te verwerken. Schuin worden ze versneden (zoals in de meeste Aziatische keukens) als ze dienst doen als garnituur. Vlees en vis worden meestal in dunne plakjes versneden.

Specifieke ingrediënten van de Japanse keuken:

- Dashi: een bouillon van gedroogde vis en zeewier. Zowel in pasta als gedroogd verkrijgbaar.
- Su: rijstazijn. Zachte azijn op basis van rijstwijn. O.a. gebruikt om sushirijst aan te zuren.
- Mirin: zoete rijstwijn.
- Saké: rijstwijn
- Miso: gefermenteerde pasta van sojabonen, rijst, gerst en tarwe. Verkrijgbaar in verschillend-
de kleuren met verschillende consistentie en smaak.
- Tofu: eiwitrijk product van soja. Ook sojakaas genoemd. Vers verkrijgbaar in een zachte en
een harde uitvoering. Slechts enkele dagen houdbaar in de koelkast.
- Wasabi: wortel die verwerkt wordt tot pasta of poeder. Zeer scherp van smaak.
- Japanse sojasaus: is minder zout, zoeter en lichter dan de normale sojasaus die in heel Azië
gebruikt wordt. Na opening koel te bewaren.
- Daikon: witte reuzenradijs.
- Nori: vellen zeewier voor het maken van sushi.
- Shichimi togarashi: 7-kruident rode peper.

Bordgarnituren

De garnituren in de Japanse keuken zijn sober, niet overdadig en eenvoudig. Ze mogen niet de aandacht wegtrekken van het hoofdingrediënt. De aanblik van het bord moet gestileerd blijven. Dus eenvoud en fijnheid zijn de kenmerken. De eerder ingewikkelde sculpturen, gemaakt van groenten, die men in andere oosterse landen tegenkomt vindt men hier niet terug.

1. Komkommer wordt veel gebruikt. Men snijdt hem in allerlei gestileerde vormen:
 - Balkjes
 - Waaiers
 - Schijfjes en halve schijfjes
 - Brede linten ...
2. Daikon: gezien de scherpe smaak van deze reuzenrammenas wordt er niet teveel op het bord gelegd. Snij met een zesteur fijne slierten van de wortel en rol ze tot een hoopje.
3. Wortel:
 - Flinterdunne plakjes
 - Fijne slierten
 - Brede linten (eventueel opgerold tezamen met daikon)
 - Ruiten.
4. Prei of lente-uitjes:
 - In de vorm van borsteltjes
 - Penpunten.
5. Plakjes gerookte zalm:
 - Oprollen tot een kokertje en vullen met een toefje wasabi
 - Geplooid in en roosje.
6. Wit sesamzaad: licht roosteren en over de gerechten strooien.
7. Nori: van een vel nori flinterdunne reepjes snijden en op de gerechten leggen.
8. Ingelegde gember: enkele plakjes op het bord leggen.
9. Julienne: van prei, wortel, daikon Enkele sprietjes kruislings op de gerechten leggen.
10. Paprika: vel wegsnijden en in julienne of lange ruiten snijden.

Sausjes en marinades

Sesamsaus:

- 50 g sesamzaad (wit, 3 à 4 min. geroosterd)
- 1 elp arachideolie (of sesamolie)
- 60 ml Japanse sojasaus
- 1 elp mirin
- 1 elp suiker
- 100 ml dashi-bouillon

1. In een vijzel de geroosterde sesamzaadjes pletten.
2. De olie toevoegen en tot een pasta vermengen.
3. De overige ingrediënten toevoegen en mengen tot een sausje.

Soja-gembersaus:

- 2 klp vers geraspte gember
- 1 elp suiker
- 100 ml sojasaus

1. Alle ingrediënten mengen tot een sausje.

Sausje voor gefrituurde visballetjes:

- 100 ml dashi
- 3 elp mirin
- 3 elp donkere sojasaus

1. Alle ingrediënten mengen tot een sausje.

Saus voor sukiyaki:

- 80 ml Japanse sojasaus
- 60 ml runderbouillon
- 60 ml saké
- 60 ml mirin
- 2 elp suiker

1. Alle ingrediënten mengen tot een sausje.

Marinade voor teriyaki:

- 80 ml Japanse sojasaus
- 80 ml saké
- 80 ml mirin

1. Alle ingrediënten mengen tot een sausje.

Marinade voor rundvlees:

- 2 elp sesamzaad (wit, 3 à 4 min. geroosterd)
- 1 tn look (geperst)
- 1 elp verse gember (geraspt)
- 2 elp Japanse sojasaus
- 1 elp saké
- 1 klp suiker

1. In een vijzel de geroosterde sesamzaadjes pletten.
2. De overige ingrediënten toevoegen en met de zaadjes vermengen.

Glazuur voor yakitori: (kipspiesjes)

- 120 ml saké
- 75 ml donkere sojasaus
- 3 elp mirin
- 4 elp suiker
- 2 elp Japanse sojasaus

1. Alle ingrediënten mengen.
2. Zet op een zacht vuur en laat tot 1/3 inkoken. Laat afkoelen.
3. De spiesjes royaal instrijken als ze halfgaar zijn.

Tonkatsusaus: (dipsaus voor geroosterd of gebakken vlees)

- 1 kleine ui (gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 300 g gezeefde tomaten (of tomaten in blik)
- 1 klp shichimi togarashi
- 15 ml rijstazijn
- 30 g suiker
- 1 elp arachideolie
- 2 elp donkere sojasaus
- ½ klp wasabipasta
- 2 klp geraspte gember

1. De ui en de look aanstoven in de olie (niet kleuren).
2. De overige ingrediënten toevoegen en alles zachtjes onder deksel laten stoven (ca. 10 min).
3. Deksel wegnemen en laten inkoken tot de gewenste dikte.
4. Mixen. Laten afkoelen

Teriyakisaus: (ca. 100 ml saus)

- 30 ml Japanse sojasaus
- 30 ml saké
- 30 ml mirin
- 2 elp suiker

Alle ingrediënten mengen tot een sausje.

Misosoep met tofu

- 150 g stevige tofu (in blokjes van 1 cm)
 - 1 lente-ui (in stukjes, schuin versneden)
 - 1 l dashi-bouillon
 - 100 g miso
 - 1 elp mirin
1. Breng de bouillon aan de kook en zet daarna het vuur laag.
 2. Meng in een apart kommetje de miso met enkele eetlepels hete bouillon tot een smeuïge pasta.
 3. Voeg de misopasta en de mirin bij de bouillon en meng goed. Laat de soep niet meer koken !
 4. Voeg de tofu toe en warm even door (zonder te laten koken).
 5. Neem de soep van het vuur en werk af met de lente-ui.

Tips:

- Je kan ook 10 g gedroogde wakame-zeewier toevoegen (gedurende 2 min. laten koken in de bouillon).
- Eventueel kunnen plakjes champignon, shiitake of oesterzwam aan de soep toegevoegd worden.

Satsumajiru (misosoep met groenten)

- 1 l water
 - 100 g rode miso (of witte ongezoete miso)
 - 60 g bamboescheuten (uit blik uitgelekt)
 - 1 kl wortel (julienne)
 - 8 verse shii-takes (in reepjes of kastanjechampignons in plakjes)
 - 25 peultjes (reepjes)
 - 3 lente-uitjes (diagonaal versneden)
 - pezo
1. Water aan de kook brengen.
 2. De miso aanlengen in een kommetjes met een weinig warm water.
 3. De groenten toevoegen aan het kokende water (behalve de lente-uitjes) en 2 min. zachtjes laten koken.
 4. De miso toevoegen en de soep warm houden (niet meer laten koken).
 5. De lente-uitjes toevoegen en de soep kruiden met pezo.
 6. Dadelijk opdienen.

Soep met garnalenballetjes en ei-knoopjes

- 1 l dashi-bouillon
- 1 klp sojasaus
- 1 elp saké
- 1 lente-ui (in stukjes, schuin versneden voor garnituur)
- zout

Voor de garnalenballetjes:

- 90 g gepelde garnalen (scampi, darmkanaal verwijderd)
- 1 klp saké
- enkele druppels sojasaus
- 1 elp maïszetmeel
- zout

Voor de omelet:

- 1 ei (losgeklopt)
- een scheutje mirin
- olie

1. Plet de ingrediënten voor de garnalenballetjes in een vijzel. Vorm er 8 balletjes van met behulp van 2 koffielepels (maak de balletjes niet te groot). Pocheer de balletjes in visbouillon tot ze gaar zijn.
2. Bak van het geklutste ei een omelet (op zacht vuur) en laat afkoelen. Snij in repen van 1 cm breedte en 10 cm lengte. Leg een knoop in alle repen.
3. Breng de dashi-bouillon aan de kook, voeg de sojasaus erbij. Breng op smaak met zout en saké.
4. Verdeel de ei-knoopjes, de garnalenballetjes en de bouillon over de soepkommen.
5. Bestrooi met de fijngesneden lente-uitjes en dien dadelijk op.

Tempura (voorgerecht)

- 4 grote garnalen (gamba's, gepeld en gechatreerd, staart laten zitten)
- 1 rode paprika (in repen gesneden)
- 1 courgette (in repen gesneden)
- 1 ui (in ringen)
- 120 g tempurabloem (eventueel 2/3 gewone bloem + 1/3 aardappelzetmeel)
- 180 ml water (ijskoud)
- 1 ei
- Japanse sojasaus

1. Maak het beslag juist vóór gebruik. Doe het ijskoude water in een kom en kluts er het ei in (voeg eventueel een weinig zout toe). Voeg in één beweging doe bloem erbij en meng heel even met een lepel. Niet teveel mengen, het beslag moet klonterig zijn.
2. Bestuif de te frituren ingrediënten met bloem.
3. Doop de garnalen en groenten in het beslag en frituur ze in kleine porties in frituurolie van ca. 170°C tot ze mooi goudgeel zijn.
4. Schik ze op schoteltjes en serveer met de sojasaus.

Tips:

- Er kunnen nog andere ingrediënten verwerkt worden als tempura:
 - Reepjes visfilet: zeeduivel, kabeljauw, inktvis, tonijn ...
 - Groenten: champignons, bosuitjes, aubergine.
- Als je voor een groot aantal gasten tempura moet maken bak je de ingrediënten in verschillende keren en leg ze op een bakplaat in een oven van ca. 100°C tot alles gebakken is.

Sushirijst (voor 24 sushirolletjes)

- 200 g Japanse rijst (kleefrijst met ronde korrel)
- 450 ml water
- 2 elp rijstazijn (of appelazijn)
- ¾ klp zout
- 2 elp suiker

1. De rijst veelvuldig spoelen onder koud stromend water. Laten uitlekken.
2. Water en rijst aan de kook brengen in pot zonder deksel.
3. Laat gedurende ca. 5 min. zachtjes koken.
4. Zet het vuur af en laat nog ca. 15 min. staan met een deksel op de pot.
5. Meng de rijstazijn, de suiker en het zout en roer dit mengsel onder de rijst. Roer regelmatig om tot de rijst is uitgedampt (eventueel een waaier gebruiken om de rijst af te koelen).
6. Zet afgedekt weg op een koele plaats tot verdere verwerking.

Sushi (voorgerecht, ca. 24 stuks)

- 200 g Japanse rijst (gekookt volgens basisrecept, zie sushirijst)
- 200 g zeer verse vis (tonijn, zalm, wijting, zeebaars, koningsvis of brasem)
- 3 vellen nori (19 x 21 cm)
- 1/3 komkommer (of courgette, geschild en in staafjes gesneden)
- wasabi
- Japanse sojasaus

1. Rooster elk vel nori heel even boven de gasvlam van het kookvuur.
2. Neem een sushimatje en leg er een vel nori op.
3. Beleg de helft van het vel nori met een dunne laag rijst.
4. Leg op het midden van de rijst (in de lengterichting) een reep van de verse vis (8 mm x 8 mm) en ernaast een reep komkommer (of andere groenten of vis). Bestrijk de vis met een dun laagje wasabi.
5. Rol het vel nori op met behulp van het matje. Stevig aandrukken. Verzegel het rolletje door de naad een beetje te bevochtigen met water.
6. Snij het rolletje met een zeer scherp mes in 8 gelijke rondjes.
7. Dien op met Japanse sojasaus (en eventueel extra wasabi).

Tips:

- I.p.v. komkommer kan men ook wortelen, rammenas en pompoen gebruiken. Deze groenten eerst beetbaar stomen en afkoelen.
- Men kan ook een dunne omelet bakken en deze samen met de rest oprollen.
- Zalm of andere vis kan eventueel vooraf gemarineerd worden (de sushi kan dan een beetje langer op voorhand klaargemaakt worden).
- Waterkers, tuinkers, kaviaar en geroosterde sesamzaadjes kunnen dienst doen als extra garnituur om op de sushirolletjes te leggen..
- Ook Hollandse maatjes zijn geschikt om sushi van te maken.
- Men kan de rijst ook met een eetlepel in de hand vormen (handen vochtig maken). Beleg de rijstballetjes met een stukje vis en vorm de rijst naar de grootte van de vis. Bestrijk de vis met een dun laagje wasabi.
- De variaties om sushi te maken zijn bijna eindeloos.

Sashimi (aperitiefhapje)

- zeer verse vis (tonijn, zalm, wijting, zeebaars, koningsvis, brasem)
- Japanse sojasaus
- wasabi
- wortel (met een zesteur in slierten gesneden)
- daikon (in slierten gesneden)

1. De verse vis fileren en de filets even in de diepvries leggen.
2. Met een zeer scherp mes de filets in dunne plakjes snijden van ca. 5 cm x 1,5 cm x 0,5 cm.
3. Meng een beetje wasabi door de sojasaus.
4. Leg de plakjes vis op een geschikt bord en werk het bord af met in elkaar gedraaide slierten van wortel en daikon en een toefje wasabi.
5. Serveer het sausje er apart bij.

Tip:

- Sashimi wordt eerder als hapje tussendoor gegeven of bij een kommetje warme saké als aperitief.

Yakitori (tussengerecht)

- 300 g kipfilet
- 2 bosuitjes (schuin versneden in 8 stukken)
- glazuur voor yakitori (zie recept)

1. Laat 8 houten satéprikkers in water weken.
2. Haal de prikker uit het water en droog ze af met keukenpapier.
3. Snij de kipfilets in lange repen en rijg ze op de satéprikkers (tot halverwege de prikker).
4. Rijg op de kop van de prikker een stukje bosui.
5. Rooster de satés onder de hete grill en strijk ze in met het glazuur vanaf het moment dat er vocht uit het kipvlees komt. Regelmatig keren en instrijken met glazuur.

Kipburgertjes met teriyakisaus

- 400 g kipfilet
- 1 ei (geklutst)
- 4 elp ui (geraspt)
- 1 klp suiker
- 1 klp sojasaus
- bloem (om te bestuiven)
- arachideolie
- lente-uitjes (in fijne slierten voor garnituur)
- 200 ml teriyakisaus (zie bovenstaande recepten)

1. De kipfilets fijnmalen en mengen met de geraspte ui, de suiker en de sojasaus tot de massa goed gebonden is.
2. Vorm 12 kleine, platte, ronde burgertjes van het mengsel en bestuif ze met bloem.
3. Bak de burgertjes in hete olie 3 min. aan beide kanten.
4. Giet de helft van de saus in de pan en glaceer de burgertjes zonder ze te verbranden.
5. Schik op een schaal en serveer met de lente-uitjes en de rest van de teriyakisaus.

Gebakken varkensvlees met noedels

- 1 vel nori
- 2 elp arachideolie
- 400 g varkensvlees (in reepjes gesneden)
- 2 lente-uitjes (in stukjes)
- 100 g wortel (in smalle reepjes)
- 200 g Chinese kool (in fijne reepjes)
- 250 g ronde tarwenoedels
- 1 elp water
- 4 elp sojasaus
- 1 elp mirin
- 2 klp suiker
- 150 g sojascheuten

1. Kook de noedels beetgaar en spoel ze af onder koud stromend water.
2. Rooster het velletje nori door het 15 sec. heen en weer boven een gasvlam te bewegen. Snij het in smalle reepjes.
3. Verhit de olie in een wok en roerbak het vlees gedurende 2 min.
4. Voeg de lente-uitjes en de wortel toe en roerbak ze mee gedurende 1 min.
5. Schep de kool, de noedels, het water, de sojasaus, de mirin en de suiker erdoor.
6. Warm het geheel ca. 1 min. door onder deksel.
7. Voeg de sojascheuten erbij en schep ze door het gerecht.
8. Werk af met de sliertjes nori en serveer goed warm.

Tip:

- Het gerecht kan ook als teppan yaki bereid worden. Bak het vlees apart. Ook de overige ingrediënten samen bakken op een ander plaats van de plaat.. Apart kruiden. Snij de noedels klein en verdeel over de bordjes. Leg het vlees erbij.

Rundvleesrolletjes met groentevulling

- 400 g rundfilet (in 4 dunne plakken)
- 50 g wortel (julienne)
- 50 g groene paprika (julienne)
- 50 g lente-uitjes (julienne)
- bloem
- arachideolie
- peterselie (grootbladige, voor garnituur)

Voor het glaceren:

- 3 elp sojasaus
- 3 elp mirin
- 2 elp suiker

1. Leg een plakje rundvlees op een snijplank en schik er wat wortel, paprika en lente-uitjes op. Rol stevig op en bestuif met bloem. Maak zo 4 rolletjes.
2. Leg de rolletjes met de naad naar beneden in een pan en bak ze rondom mooi bruin in hete olie.
3. Doe de ingrediënten voor de saus in de pan en glaceer de rolletjes snel aan alle zijden.
4. Neem de rolletjes uit de pan en snij ze schuin doormidden.
5. Leg de plakjes vlees op de borden en overgiet met de rest van de saus. Werk af met een takje peterselie.

Rijstkoekjes met aardbeien

- 100 g rijstemeel
 - 200 ml water
 - 1 elp suiker
 - maïszetmeel (om te bestuiven)
 - 10 aardbeien
 - 120 g zachte adukibonenpasta (uit blik)
1. Rijstemeel, suiker en water tot een soepel deeg kneden.
 2. Dek de kom met deeg af en stoom het deeg gedurende enkele minuten in de stoompan.
 3. Bestuif een snijplank met maïszetmeel en rol van het deeg 4 gelijke ovale plakken.
 4. Smeer adukibonenpasta op het midden van de koekjes en leg er een in waaier gesneden aardbei op. Vouw het koekje dubbel en leg er nog een, in waaier gesneden, aardbei bovenop.
 5. Dien op met een kopje jasmijnthee.

Marokko

Gevulde dadels

- gedroogde dadels (natuurlijk gedroogde dadels)
- feta
- marsepein
- blanke amandelen

1. Ontpit de dadels en verwijder het kroontje.
2. Vul de dadels op met een reepje feta, een stukje marsepein of een amandel.

Tip:

- De dadels gevuld met feta kunnen ook omwikkeld worden met een reepje gerookte kip of rundvlees en in de oven opgewarmd worden (ca. 10 minuten op 180°C).

Gemarineerde ansjovisfilets (100 stuks)

- 1 kg gemarineerde ansjovisfilets (gestrekte-)
- zure uitjes en olijven (om de ansjovis rond te rollen)

of

- 1,5 kg gemarineerde ansjovisfilets (opgerold, en op prikkers met uitjes en olijven)

Harira (soep voor de ramadan, ca. 4 l)

- 125 g lamsvlees (in dobbelstenen gesneden)
- 2 lamsbotten (of 90 g lamsvond in pasta)
- 1 ui (gesnipperd)
- 1 msp saffraan
- 125 g linzen
- sap van 1 citroen
- ½ bosje verse koriander
- 1 bosje peterselie (met grote blaadjes)
- 450 g gepelde tomaten (blik)
- 70 g tomatenpuree
- 60 g bloem
- pezo
- 25 g vetstof
- 3 l water

1. Doe de helft van het water, het vlees, de lamsbotten, de ui, de saffraan en de boter in een marmite en breng alles aan de kook.
2. Zet het vuur laag en laat (met deksel op de pot) ca. 45 min. trekken.
3. Voeg de linzen en het citroensap toe en laat nogmaals 45 min. trekken tot het vlees en de linzen gaar zijn.
4. Breng in een andere kookpot de rest van het water, de tomaten en de tomatenpuree aan de kook. Zo nu en dan doorroeren.
5. Verwijder uit de andere bouillon de lamsbotten. Voeg de 2 bouillons samen.
6. Maak de bloem aan met een weinig koud water. Voeg dit mengsel onder voortdurend roeren toe aan de soep en laat ze ca. 5 min. zachtjes doorkoken.
7. Pureer de koriander en de peterselie met een koffielepel zout in een vijzel.
8. Roer de gepureerde kruiden door de soep en breng op smaak met zout en versgemalen zwarte peper.

Couscous

- 250 g couscous (voorgekookt)
- 375 ml water
- 1 elp olijfolie
- 1 kl ui (gesnipperd)
- 2 elp rozijnen
- 1 elp korianderblaadjes (grof gehakt)

1. Doe de couscous in een schaal en meng er de olijfolie door.
2. Breng het water aan de kook en giet dit op de couscous. Laat 5 min. wellen.
3. Bak ondertussen de gesnipperde ui in een weinig vetstof samen met de rozijnen.
4. Leg de gebakken ui op de couscous en strooi er de koriander over.
5. Dadelijk serveren.

Schape ragout met couscous (6 personen)

- 1 schapebout (ca. 1,5 kg)
- ½ kg lamsschouder
- 1 rode paprika
- 1 groene paprika
- 3 rapen
- 4 wortelen
- 0,5 l tomatensap
- 1 bloemkool
- 1 handvol kikkererwten (eventueel)
- 3 teentjes knoflook
- pezo
- olijfolie
- 300 g couscous (voorgekookte-)
- verse koriander
- 100 g rozijnen
- 2 uien

1. Was de paprika's, de rapen, de wortelen, de bloemkool en snij ze in tamelijk grote stukken.
2. Was de koriander en pluk de blaadjes eraf.
3. Snij het vlees van de bout en bak al het vlees aan alle kanten bruin in een grote pan in een weinig braadboter + olijfolie. Tijdens het bakken kruiden met pezo.
4. Voeg de paprika's, rapen, en wortelen (en kikkererwten) bij het vlees (bloemkool niet).
5. Giet het tomatensap erbij.
6. Pers de look en voeg erbij.
7. Zet het deksel op de pot en laat gaar stoven (ca. 1,5 u)
8. Leg dan de bloemkool op de stoverij en plaats het deksel terug. Laat de bloemkool ca. 15 min meestoven.
9. Breng 450 ml water aan de kook.
10. Doe de couscous in een vuurvaste schotel. Meng nu de couscous met 2 eetlepels olijfolie.
11. Giet het water over de couscous en laat 5 minuten zwellen.
12. Snij de uien in stukjes en smoor ze samen met de rozijnen in een pannetje met wat olie.
13. Verdeel het mengsel uien/rozijnen over de couscous en schik de blaadjes koriander erop.

Tajine van kip

- 2 kippenborsten (in 12 stukken kappen)
- 200 ml water
- ½ klp peper
- saffraan
- 100 g boter
- 1 ui (geraspt)
- ½ stokje kaneel
- peterselie (gehakt)
- 2 elp citroensap
- paprikapoeder

Beslag:

- 6 eieren
- 1 msp kaneel
- 1 msp peper
- 1 msp komijn
- zout

1. Leg de stukken kip in een pot en giet er het water op.
2. Voeg er de boter, de geraspte ui, het halve stokje kaneel, de saffraan en de peper toe.
3. Stoof de stukken kip gaar (deksel op de pot).
4. Als de kip gaar is het citroensap en de peterselie toevoegen.
5. Laat een weinig inkoken. Kruiden met zout.
6. Verwijder het stokje kaneel.
7. Laat enigszins afkoelen.

8. Maak een beslag door de eieren te klutsen en voeg zout, peper, komijn en gemalen kaneel toe. Zet opzij.

9. Warm de stukken kip terug op met in de saus in een tajine.
10. Bestrooi met paprikapoeder en giet het eiermengsel erover.
11. Plaats de tajine in een verwarmede oven gedurende 10 à 15 min (onder deksel).
12. Dien op met couscous.

Muntthee (voor 1 liter)

- 5 klp groene thee
- 1 bosje verse munt
- 75 g suiker
- kokend water

1. Doe de groene thee samen met de verse munt in een pot.
2. Schenk er 1 l kokend water op.
3. Voeg de suiker erbij en laat 3 minuten trekken.
4. Zeef de thee en dien heet op.

Rusland

Blini's (ca. 16 stuks van dia. 9 cm)

- 120 g tarwebloem
- 100 g boekweitmeel (kan ook een meergranen meel zijn)
- 6 g gist (droog)
- 1 klp suiker
- 350 ml melk (lauw)
- 2 eieren (gesplitst)
- 2 elp olie
- zout

1. Meel en bloem in een kom doen, een kuiltje maken en de droge gist in het kuiltje doen.
2. Eén koffielepel suiker bij de gist doen.
3. Een beetje van de lauwe melk toevoegen en met een koffielepel de gist, de suiker en een weinig meel mengen tot er een papje ontstaat in het kuiltje. Het papje afdekken met meel en 10 min. laten rusten.
4. De rest van de melk beetje bij beetje toevoegen en tot een homogeen beslag mengen.
5. Eidooiers loskloppen met de olie en onder het beslag mengen.
6. De eiwitten samen met een mespuntje zout stijfkloppen en onder het beslag spatelen.
7. Het beslag ca. 30 min laten rijzen.
8. Blini's bakken in kleine pannetjes (ca. 9 cm diameter) en warm houden.
9. Beleggen met garnituur en serveren.

Tips:

- Het klassieke beleg voor blini's is: zure room met gerookte zalm en kaviaar. Eventueel een weinig rauwkostsalade als extra garnituur. Ook andere garnituren zijn mogelijk zoals: gerookte paling, garnalen, gebakken paddenstoelen... allemaal in combinatie met een sausje (licht geslagen room met een weinig platte kaas gemengd en gekruid met pezo).
- Blini's kunnen ook als dessert geserveerd worden met suiker of belegd met fruit en afgewerkt met slagroom. Maak het beslag dan uitsluitend van witte bloem en voeg er 50 g suiker aan toe.

Russische salade

- 4 aardappelen (gekookt en in blokjes gesneden)
- 200 g wortelen (gekookt en in blokjes gesneden)
- 1 kleine selderijknol (gekookt en in blokjes gesneden)
- 2 appels (in blokjes gesneden)
- 2 zure augurken (in blokjes gesneden)
- 1 klein blikje doperwtjes
- pezo
- mayonaise
- suiker
- azijn
- 2 eieren (hardgekookt)
- mosterd
- 1 rode biet (gekookt en in plakjes gesneden)
- peterselie (gehakt)

1. Meng voorzichtig de in blokjes gesneden groente met de appelblokjes, de blokjes augurk en de doperwtjes. Breng op smaak met pezo.
2. Meng een beetje mayonaise met azijn en suiker en meng dit onder de salade.
3. Verwijder de eidooiers uit de gehalveerde eieren en meng ze met mayonaise en mosterd.
4. Spuit dit mengsel terug in de halve eieren.
5. Schik de salade op een groot bord en leg er de plakjes rode biet rond.
6. Bestrooi met gehakte peterselie.

Borsjtsj (ca. 3,8 l)

- 150 g rode bieten (in julienne)
- 150 g rode bieten (blokjes van 5 x 5mm)
- 3 elp azijn
- 200 ml water
- 2 klp suiker
- 2,5 l water (of blanke fond)
- 1 ui (gesnipperd)
- 1 prei (in ringen)
- 3 wortelen (in plakjes)
- 350 g savooikool (chiffonade)
- 50 g venkel (eventueel, in blokjes)
- 1 msp basilicum
- vetstof
- 50 g bloem
- pezo
- 150 ml room (of zure room)
- 3 elp peterselie (fijngehakt)

1. De julienne van rode bieten marinieren in de azijn met de suiker en 200 ml water.
2. Stoof de ui goudgeel in de vetstof. Bestrooi met de bloem en maak een roux.
3. Leng aan met het water (of de blanke fond).
4. Voeg de blokjes rode biet toe alsook de prei, de wortelen, de venkel, de savooikool en de basilicum.
5. Laat ca. 20 min. zachtjes koken.
6. Mix de soep.
7. Voeg de gemarineerde julienne van bietjes en de marinade bij de soep en breng terug aan de kook. Laat nog 10 min. zachtjes koken.
8. Breng op smaak met pezo.
9. Werk af met zure room en gehakte peterselie.

Tips:

- Als men rode bieten gebruikt uit conserven (glas) moeten deze niet gemarineerd worden. Voeg ook het sap bij de soep. Voeg eventueel een weinig extra suiker toe.
- Men kan ook de soep niet mixen.
- Eventueel kunnen er blokjes gaar rundvlees, lardons en/of stukjes rookworst aan de soep toegevoegd worden.

Piroshki (ca. 30 stuks)

- 250 g bloem
- 45 ml melk
- 40 g boter
- 1 klein ei
- 6 g gist (droge)
- 4 g zout
- 1 extra ei (geklutst om het deeg in te strijken)

1. Bloem in een kom doen, een kuiltje maken en de droge gist in het kuiltje doen.
2. De melk toevoegen en met een koffielepel de gist en een weinig bloem mengen tot er een papje ontstaat in het kuiltje. Het papje afdekken met bloem en 5 min. laten rusten.
3. Het geklutst ei en de boter toevoegen.
4. Alles mengen tot een homogene massa.
5. Zout toevoegen en onder het deeg mengen.
6. Laat het deeg 20 min rusten op een warme plaats (in een plastic zak).
7. Maak ondertussen de vulling (zie “Tips”).
8. Rol het deeg uit op een bebloemd werkvlak tot een lap van 2 mm dikte. Steek rondjes uit het deeg van 8 cm diameter en leg ze op een ingevette bakplaat.
9. Breng met 2 koffielepels hoopjes van de vulling op de uitgestoken rondjes.
10. Strijk de randen van de deeggrondjes in met geklutst ei.
11. Plooi de deeggrondjes dicht tot halve maantjes en druk met een vork de randen op elkaar.
12. Prik met een tandenstoker enkele gaatjes in de halve maantjes.
13. Strijk de pasteitjes in met geklutst ei.
14. Bak de pasteitjes gedurende ca. 15 min in een oven op 200°C.
15. Warm of koud serveren.

Tips:

- Soorten vullingen:

Vleesvulling:

- 1 elp olie
- 150 g gemengd gehakt
- 1 hargekookt ei (gepeld)
- 1 kl ui (gesnipperd)
- pezo

Koolvulling:

- 1 elp olie
- 250 g savooikool (in smalle reepjes, gaargestoofd in de olie en de suiker)
- 1 klp suiker
- pezo

Champignonvulling:

- 1 elp olie
- 200 g champignons (in plakjes en gestoofd in de olie met de ui)
- 1 kl ui (gesnipperd)
- 1 klp peterselie (gesnipperd)
- 2 elp zure room
- pezo

Steak Stroganoff

- 600 g biefstuk (in reepjes gesneden)
- 2 uien (in lange snippers)
- 400 g champignons (in plakjes)
- 2 augurken (in brunoise)
- 2 elp tomatenpuree
- 2 klp suiker
- 2 klp mosterd
- 300 ml room
- cognac (of wodka)
- vetstof
- paprikapoeder
- pezo

1. Ui en champignons samen kort aanbakken in de vetstof.
2. Augurken, tomatenpuree, suiker, mosterd en room toevoegen. Breng aan de kook en laat gedurende enkele minuten zachtjes koken.
3. Bak ondertussen in een andere pan de biefstukreepjes onder voortdurend omscheppen in hete vetstof. Kruiden met pezo en paprikapoeder.
4. Voeg de saus en het vlees bij elkaar.
5. Déglaceer de pan van het vlees en voeg dit bij het gerecht.
6. Afsmaken met pezo en cognac.
7. Serveren met rijst. Werk het bord af met een rauw groentegarnituur.

Crème Malakoff (ca. 7 personen)

- 1 l melk
- 120 g kristalsuiker
- 60 g maïszetmeel
- 100 g boter
- 100 g broyage (50 g gemalen amandelen + 50 g poedersuiker)
- vanille (enkele druppels essence)
- 200 ml slagroom (+ 20 g suiker)
- koffiesiroop
- geroosterde amandelschilfers (of gekonfijte sinaasappelzeste)

1. Breek het maïszetmeel in een weinig koude melk.
2. Kook de rest van de melk met de kristalsuiker en de vanille.
3. Voeg het gebroken maïszetmeel bij de kokende melk en laat terug even doorkoken.
4. Laat de aldus bekomen romige pudding volledig afkoelen.
5. Roer de boter romig.
6. Roer de broyage onder de boter.
7. Roer de roompudding stelselmatig onder de boterroom. Vul fluitglazen met de crème. Laat minstens 2 uur opstijven in de koelkast.
8. Klop de slagroom stijf met een weinig suiker en de koffiessence.
9. Werk de glazen af met de mokkaslagroom en enkele amandelschilfers.

Spanje

Tapas met copita's (hapjes met kleine glaasjes sherry)

Een Spaans menu of feest is ondenkbaar zonder de tapas. Tapa betekent dekseltje. Dit dekseltje diende aanvankelijk om op het glaasje sherry te zetten zodat er geen ongewenste dingen (waaronder vliegen) in de sherry terecht zouden komen. Dit dekseltje was natuurlijk een uiterst geschikte plaats om kleine hapjes op te leggen. Zo zijn de tapas ontstaan. Wie tapas zegt denkt dan ook direct aan de talrijke lekkere en hartige hapjes die bij het aperitief (meestal een copita = glaasje sherry) worden gegeven. De tapas zijn geen ingewikkelde bereidingen maar eerlijke en heerlijke fundamentele ingrediënten uit de Spaanse keuken die op een eenvoudige wijze zijn klaargemaakt.

- 1) Gemarineerde inktvisringen
- 2) Gemarineerde ansjovisfilets
- 3) Champignons met look en peterselie
- 4) Plakjes chorizo (pikante Spaanse worst)
- 5) Olijven
- 6) Gezouten amandelen
- 7) Spaanse tortilla (dikke omelet met aardappelen)
- 8) Gefrituurde inktvisringen
- 9) Vleesballetjes in tomatensaus
- 10) Manchego (schapenkaas)
- 11) Plakjes rauwe ham (Serrano of Iberico)

Gemarineerde calamares

- 500 g calamares (in ringen gesneden)
- ½ ui (fijn gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 100 ml olijfolie
- 50 ml witte wijnazijn
- pezo

1. Kook de inktvisringen gaar in gezouten water (gedurende ca. 30 min).
2. Laat de calamares afkoelen en meng ze met de olijfolie, wijnazijn, ui en look.
3. Kruiden met pezo en gedurende enkele uren laten marineren.

Spaanse tortilla (voor een pan van ca. 24 cm diam.)

- 600 g aardappelen (gekookt en in plakjes gesneden)
- 250 g ui (in halve ringen)
- 250 g groene paprika (in reepjes, eventueel rode + groene paprika)
- 125 g chorizo (in plakjes)
- 7 eieren
- 4 elp olijfolie
- pezo

1. De ui en paprika gedurende enkele minuten fruiten in de olijfolie in een ovenvaste pan.
2. De chorizo toevoegen en even laten meebakken.
3. Ondertussen de oven op 160°C voorverwarmen.
4. In een grote kom de eieren klutsen en op smaak brengen met pezo.
5. De aardappelschijfjes toevoegen en mengen.
6. De gefruite ui, paprika en chorizo toevoegen en onder de aardappelen mengen.
7. Alles terug in de pan doen en eventjes op het vuur zetten tot het ei begint te stollen.
8. Verder in de oven gedurende ca. 30 min bakken.
9. Uit de oven halen en laten afkoelen.
10. Serveer eventueel met plakjes chorizo en/of gemengde sla.

Zarzuela (recept 1)

- 800 g zeevruchten (gambas, gekookte inktvisringen, venusschelpen, gekookte mosselen, langoustines, garnalen ...)
- 400 g zeevisfilet (zeeduivel, zeepaling ... in stukjes)
- 100 g gerookte ham (kleine stukjes)
- olijfolie
- 1 ui (gesnipperd)
- 4 tomaten (gepeld, ontpit en in blokjes gesneden)
- 2 tn look (geperst)
- 2 laurierbladen
- 400 ml visbouillon
- 200 ml witte wijn
- saffraan
- zwarte peper
- zout
- 1 elp gehakte peterselie
- 2 elp citroensap
- 2 elp gemalen amandelen
- 3 elp cognac

1. De ui, de look en de gerookte ham aanfruiten in olijfolie.
2. Tomaten en peterselie toevoegen en mee aanfruiten.
3. Witte wijn, het citroensap, de laurierbladen en de saffraan toevoegen, de hittebron temperen en onder deksel tot aan het kookpunt brengen.
4. De blokjes zeevis toevoegen en overgieten met de visbouillon (alles moet juist onder staan).
5. Met het deksel op de pan alles zachtjes laten gaarstoven (ca. 10 min).
6. De zeevruchten toevoegen en onder de zarzuela mengen. Op smaak brengen met peper en zout.
7. De zarzuela overscheppen in een aardewerk schaal en overgieten met de cognac.
8. In de oven alles even gratineren (ca. 5 min).
9. Uit de oven halen en bestrooien met de gemalen amandelen.

Tips:

- Kan opgediend worden met croutons gebakken in olijfolie of met gekookte rijst.
- Soms worden er in de zarzuela een paar druppels absint gedaan.

Zarzuela (recept 2)

- 300 g zeeduivelfilet (in stukjes)
- 300 g zeepaling (of doornhaai, in stukjes)
- 200 g calamares (in dikke ringen)
- 4 gamba's
- 4 langoestinen
- 8 mosselen
- 12 venusschelpen
- 1 ui (gesnipperd)
- 5 tomaten (gepeld en ontpit)
- 2 tn look (geperst)
- saffraan
- paprikapoeder
- zwarte peper
- zout
- 1 elp gehakte peterselie
- 2 elp citroensap
- olijfolie

1. De zeeduivel en de zeepaling gedurende ca. 30 min. marineren in enkele eetlepels olijfolie met citroensap, 1 teentje geperste look en zwarte peper en zout.
2. De ringen calamares in ½ l water met zout gaarkoken.
3. De vis in olijfolie lichtjes aanbakken.
4. De vis uit de pan verwijderen en in een aardewerk kom leggen.
5. In de pan waar de vis werd gebakken de ui fruiten.
6. De tomaten toevoegen en gaarstoven.
7. Paprikapoeder en saffraan toevoegen. Alles op de vis leggen. Kruiden met pezo.
8. De gaargekookte calamares samen met het kookvocht bij de vis gieten.
9. De mosselen, de venusschelpen de gamba's en de langoestinen bovenop het gerecht leggen.
10. Plaats de aardewerk kom in een voorverwarmede oven gedurende 15 à 20 min.

Gevulde vissoep

- 400 g visfilet (kabelhauw, zeepaling, zeewolf, ... in blokjes)
- 150 g rauwe ham (lardons)
- 150 g roze garnalen (niet te klein, gepeld)
- 200 g mosselen (gekookt)
- 1 grote ui (gesnipperd)
- 3 tomaten (geconcaseerd)
- 75 g doperwten
- 4 elp rijst
- 1,5 l visbouillon
- 1 elp gehakte peterselie
- olijfolie
- pezo

1. De ham fruiten in olijfolie.
2. Ui toevoegen en even meefruiten.
3. Rijst toevoegen en even meefruiten.
4. Tomaten en bouillon toevoegen en aan de kook brengen. Het vuur temperen en 5 min. zachtjes laten koken.
5. De blokjes visfilet toevoegen en 10 min. zachtjes laten koken.
6. Mosselen, garnalen en doperwten toevoegen en nogmaals 5 min. zachtjes laten koken.
7. Op smaak brengen met pezo en van het vuur nemen.
8. Peterselie toevoegen en opdienen.

Pikant gebakken aardappelen

- 500 g aardappelblokjes (gekookt)
- 2 tn look (geperst)
- 1 klp paprikapoeder
- 1 msp cayennepeper
- zout
- olijfolie

1. Bak de aardappelblokjes rondom lichtbruin in de olijfolie.
2. Knoflook, paprikapoeder en cayennepeper toevoegen en enkele min. mee roerbakken.
3. Op smaak brengen met zout.

Tip:

- Eventueel kunnen er blokjes chorizo meegebakken worden. Laat dan de cayennepeper achterwege.

Aardappelen in peterseliesaus

- 500 g aardappel (in plakjes)
- ½ ui (gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 200 ml bouillon
- 3 elp gehakte peterselie
- pezo
- olijfolie

1. Bak de plakjes aardappel aan beide kanten lichtbruin in de olijfolie.
2. Voeg ui en look toe en fruit even mee.
3. Bouillon en peterselie toevoegen en aan de kook brengen.
4. Kruiden met pezo.
5. Deksel op de pan zetten en op een zacht vuur de aardappelen gaarkoken.
6. De aardappelen warm serveren in de saus.

Gamba's met knoflook

- 12 gamba's (ongepeld)
- 150 ml olijfolie
- 1 ui (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 150 ml witte wijn (of 50 ml citroensap)
- zout
- 1 elp gehakte peterselie
- chilipeper (vers, gedroogd of chilisaus)

1. Verhit de olijfolie en bak er de gamba's in aan 1 zijde.
2. Draai de gamba's om en kruid ze met zout.
3. Voeg de gesnipperde ui, de geperste look en de chilipeper erbij. Laat even fruiten.
4. Temper de hittebron en stoof de garnalen (onder deksel) gaar.
5. Besprenkel met witte wijn. Strooi er de gehakte peterselie over.
6. Serveer zo warm mogelijk in de pan.

Paella (8 personen)

- 500 g rijst
- 100 ml olijfolie
- 3 tn look (gepeld en gekneusd)
- 1 braadkip (ontveld en in stukken)
- 250 g varkenslapjes (in blokjes)
- 150 g ui (gesnipperd)
- 1 rode paprika (in brunoise)
- 1 groene paprika (in brunoise)
- 1 gele paprika (in brunoise)
- pezo
- kurkuma
- 250 ml witte wijn
- 500 ml kippenbouillon (heet)
- 450 ml gepelde tomaten
- 16 scampi
- 16 mosselen
- 100 g kokkels
- 150 g kabeljauw (in blokjes)
- 100 g calamares (in ringen)
- 50 g doperwten (gekookt)

1. De kip en het varkensvlees mooi bruin aanbakken in de olie. Kruiden met pezo.
2. Ui, paprika en look toevoegen en onder deksel 10 min. laten stoven.
3. De gewassen rijst toevoegen en roerbakken tot de rijst een glazig uitzicht krijgt.
4. Kurkuma op de rijst strooien en eronder mengen.
5. Wijn, hete bouillon en tomaten toevoegen. Gedurende 10 min. zachtjes laten koken onder deksel (eventueel in de oven).
6. De vis toevoegen en nogmaals 10 min. onder deksel laten garen.
7. Erwtjes eronder mengen en de mosselen en scampi mooi schikken.
8. Opdienen in de pan.

Sinaasappelflan (voor ca. 6 personen)

- 6 eieren
- 120 g suiker
- 300 ml sinaasappelsap (vers geperst)
- 400 ml melk
- 20 g maïszetmeel
- ½ klp sinaasappelschil (geraspt)
- 1 elp sinaasappellikeur

1. Verwarm de melk.
2. Klop de eieren samen met de suiker.
3. Voeg onder voortdurend roeren de melk bij de eieren.
4. Voeg nu beetje bij beetje het sinaasappelsap toe.
5. Roer de sinaasappelrasp en de -likeur door het beslag.
6. Schenk het beslag in vuurvaste potjes.
7. Plaats ze au bain-marie en bak de flans gedurende ca. 35 min. in een voorverwarmde oven van 175°C.
8. Laat de flans volledig afkoelen.
9. Serveer in de potjes of stort ze uit op bordjes en werk af met een toefje slagroom en een weinig garnituur.

Thailand

Curry pasta's

Rode curry pasta

- 6 gedroogde rode pepertjes
- 1 rood sjalotje (in stukjes gesneden)
- 2 teentjes look
- 1 klp garnalenpasta
- 3 zwarte peperkorrels
- 2 klp korianderzaad
- 1 klp komijn
- 1 klp gemalen citroenschil (of sereh)
- 2 klp paprikapoeder
- 1 klp kha (optioneel, = gemberachtig)
- 1 klp zout
- olie

1. Verwijder de zaden van de pepertjes en drenk ze in koud water.
2. Rooster de komijn en de korianderzaadjes in een pan (droog). Laat ze afkoelen.
3. Doe alle ingrediënten in een foodprocessor en mix fijn (ca. 20 sec).
4. Voeg olie toe tot je een mooie pasta bekomt.

Tip:

- Is de pasta te droog, voeg dan een beetje meer olie toe. Is de pasta echter te nat geworden voeg dan wat extra paprikapoeder en zout toe.

Groene curry pasta

- 6 groene verse pepertjes
- 1 sjalotje (in stukjes gesneden)
- 2 teentjes look
- 2 el fijngehakte verse koriander
- 1 klp garnalenpasta
- 6 witte peperkorrels
- 2 klp korianderzaad
- 1 klp komijn
- 1 klp gedroogd citroengras
- 1 klp gemalen citroenschil (of sereh)
- 1 klp kha (optioneel)
- 1 klp zout
- olie

1. Verwijder de zaden uit de pepertjes en snij ze in stukjes.
2. Doe alle ingrediënten in een foodprocessor en mix fijn (ca. 20 sec).
3. Voeg olie toe tot je een mooie pasta bekomt.

Tip:

- Is de pasta te droog, voeg dan een beetje meer olie toe. Is de pasta echter te nat geworden voeg dan wat extra sereh en een beetje kurkuma en zout toe.

Gele curry pasta

- 6 gedroogde rode pepertjes
- 1 rood sjalotje (in stukjes gesneden)
- 2 teentjes look
- 2 klp korianderzaad
- 1 klp komijn
- 1 el citroengras (gehakt)
- 1 klp mosterdzaad (gemalen)
- 1/2 klp kaneel (gemalen)
- 1/2 klp kruidnagel (gemalen)
- 2 klp kurkuma
- 1 klp zout
- olie

1. Verwijder de zaden van de pepertjes en drenk ze in koud water.
2. Rooster de komijn en de korianderzaadjes in een pan (droog). Laat ze afkoelen.
3. Doe alle ingrediënten in een foodprocessor en mix fijn (ca. 20 sec).
4. Voeg olie toe tot je een mooie pasta bekommt.

Tip:

- Is de pasta te droog, voeg dan een beetje meer olie toe. Is de pasta echter te nat geworden voeg dan wat extra kurkuma, gedroogde sereh en zout toe.

Masman curry pasta

- 6 gedroogde rode pepertjes
- 1 el kha
- 1 rood sjalotje (in stukjes gesneden)
- 4 teentjes look (in stukjes gesneden)
- 2 el korianderzaad
- 2 el komijn
- 1 klp citroengras (gehakt-)
- 1/2 klp kaneel (gemalen-)
- 1/2 klp kruidnagel (gemalen-)
- 5 kardemom zaden
- 1 klp garnalenpasta
- 1 klp zout
- 2 el olie

1. Verwijder de zaden van de pepertjes en drenk ze in koud water.
2. Rooster de komijn en de korianderzaadjes in een pan (droog). Laat ze afkoelen.
3. Bruin de sjalot en de look in een weinig olie. Zet apart.
4. Doe de pepertjes samen met alle overige specerijen in een pan (zout en garnalenpasta niet). Op zacht vuur laten sudderen tot licht bruin. Plet tot een pasta.
5. Voeg zout, ui en look toe. Daarna de garnalenpasta.
6. In een andere pan verwarm je de 2 eetlepels olie. Bak de pasta hierin gedurende 3 minuten. Voeg de 5 kardemomzaden toe.
7. Laat afkoelen en bewaar goed afgesloten.

Geroosterde rode curry pasta

- 6 gedroogde rode pepertjes (zaadjes verwijderen)
- 1 rode ui (gesnipperd)
- 4 teentjes look (gesnipperd)
- 1 el garnalenpasta
- 1 el gedroogde garnalen
- 1 el suiker
- 1 el vissaus (nampla)
- 5 el olie

Methode 1:

1. Wrijf in een vijzel de pepertjes, ui, look en garnalenpasta tot en papje.
2. Verhit de olie in een pan (wok) en voeg het kruidenpapje erbij. Roerbak het papje tot er een pasta is ontstaan.
3. Voeg nu de suiker, vissaus en de gedroogde garnalen toe. Schep alles onderen en roerbak nog enkele minuten tot de pasta bruin is.

Methode 2:

1. Verpak in aluminium de pepertjes, ui en look en de garnalenpasta.
2. Plaats rechtstreeks op de vlam en laat aan elke zijde 2 min. roosteren.
3. Verhit de olie in een pan (wok) en voeg de geroosterde massa erbij alsook de gedroogde garnalen.
4. Roerbak tot de pasta bruin is.
5. Voeg nu de suiker en de vissaus toe. Schep alles onderen en roerbak nog even.

Knoflookpasta

- 6 teentjes knoflook
- 2 el verse fijngehakte koriander
- 1 klp vers gemalen zwarte peper

1. Reinig de knoflook.
2. Wrijf alle ingrediënten fijn in een vijzel tot je een pasta hebt.

Toast met garnalen en varkensvlees (aperitiefhapje ca. 24 stuks)

- 150 g gemalen varkensvlees
- 150 g gepelde garnalen (gemalen)
- 1 el gehakte lente-uitjes
- 1 el gehakte korianderblaadjes (of -wortel)
- 1 el nampla
- 1 teentje look
- 1/2 klp zout
- 1/2 klp peper
- 1 ei
- 6 sneden brood (2 dagen oud)

1. Meng alle ingrediënten in een kom (behalve brood).
2. Korsten van het brood verwijderen en rondjes uitsteken van 5cm diam.
3. Besmeer de rondjes met het vlees-vis mengsel.
4. Frituur in hete olie met de besmeerde zijde naar onder gedurende 1 minuut, draai om en bak nog 1 minuut.
5. Laat uitlekken op keukenpapier en serveer met "pruimensaus".

Pruimensaus

- 5 gedroogde pruimen (ontpit)
- 75 ml siroop (28° Baumé)

1. Pruimen in stukjes snijden, in een pannetje doen en onder water zetten.
2. Zachtjes laten koken tot de pruimen mals zijn (eventueel nog een beetje water toevoegen).
3. Siroop toevoegen en laten inkoken tot gewenste dikte.

Mieng lao (aperitiefhapje)

- 100 g gemalen varkensvlees
- 2 el gesnipperde rode ui
- 2 el look (geperst)
- 1 el gemalen gemberwortel
- 2 el gemalen pinda's
- 1 el gemalen gedroogde garnalen
- 1 el nampla
- 1 el suiker
- 1 el citroensap
- 10 sneden (toast-) brood
- gepekeld slabladeren
- rode chili's
- korianderblaadjes

1. Roerbak het vlees in zo weinig mogelijk vetstof. Doe het in een bolkom en zet opzij.
2. Bak de look en de ui op lage temp. tot ze knapperig zijn.
3. Meng het vlees met de ui, look, gedroogde garnalen, pinda's, gember, suiker, vissaus en citroensap.
4. Verwijder de korst van het brood. Steek er rondjes uit van 4cm diam.
5. Frituur de broodronddjes tot ze goudbruin zijn. Laat uitlekken op keukenpapier.
6. Wikkel een beetje van het mengsel in een stuk gepekeld blad en leg op de broodronddjes. Werk af met korianderblaadjes en rode chili's.
7. Steek eventueel vast met een tandestoker.

Dumpling

- 1 pakje wantan vellen
- 100 g gemalen varkensvlees
- 2 el bamboescheuten (brunoise)
- 1 el gesnipperde uien
- 1/2 klp lookpoeder
- 1 el nampla
- 1 klp koriander
- 1 el gemalen gedroogde garnalen
- 1 ei
- 2 hardgekookte eigelen (fijn gesneden)
- 2 el soja saus
- 1 msp peper
- 1 msp zout

1. Meng het varkensvlees, bamboescheuten, uien, gedroogde garnalen, lookpoeder, nampla, koriander, peper, zout en 1 ei.
2. Leg 1 klp van het mengsel op elk wantan-vel. Leg in een zeer klein kopje en plooi de hoeken naar boven. Knip de eindjes af.
3. Bestrooi met de fijngesneden eidooiers.
4. Stoom ongeveer gedurende 10 min.
5. Serveer warm met sojasaus.

Ma hoh (aperitiefhapje)

- 100 g gemalen varkensvlees
- 2 el gesnipperde rode ui
- 2 el look (geperst)
- 1 el gemalen gemberwortel
- 2 el gemalen pinda's
- 1 el gemalen gedroogde garnalen
- 1 el nampla
- 1 el suiker
- 1 el citroensap
- 1 grote ananas
- rode chili's
- korianderblaadjes

1. Roerbak het vlees in zo weinig mogelijk vetstof. Doe het in een bolkom en zet opzij.
2. Bak de look en de ui op lage temp. tot ze knapperig zijn.
3. Meng het vlees met de ui, look, gedroogde garnalen, pinda's, gember, suiker, vissaus en citroensap.
4. Snij de ananas in stukken van 4cm x 4cm.
5. Leg een klp van het mengsel op de ananasplakjes en werk af met korianderblaadjes en rode chili's.

Komkommersla

- 15 ml azijn
- 20 g suiker
- 30 ml heet water
- 1/4 klp zout
- 1 komkommer (geschild en in plakjes)
- 1 kleine rode ui (in dunne plakjes)
- 1 rood pepertje

1. Schik in een kom de komkommer, rode ui en peper in lagen.
2. Meng de azijn, suiker, zout en heet water tot de suiker is opgelost. Laat afkoelen en giet over de komkommer.

Salade van selderij en rundsvlees

- 200 g jonge witte selder (enkel stelen, in blokjes gesneden)
- 200 g reepjes rundfilet
- 2 rode uien (diagonaal versneden)
- 1 klp gemalen chilli-peper (of chili-saus)
- zout
- 1 el nampla
- 2 el citroensap
- 2 el olie
- 1 msp MSG

1. Bak (of frituur) de helft van de ui en zet opzij.
2. Bak het vlees à point (medium).
3. Doe het vlees in een kom en voeg de selder erbij, de rauwe ui, citroensap en de vissaus. Voeg eventueel 1 msp MSG toe.
4. Leg op een dienblad en verdeel de gebakken ui bovenop en bestrooi met de gemalen chili-peper.

Tom yam kung (zure garnalensoep, 6 personen)

- 24 scampi's (maat 22)
- 2 makrut bladeren (optioneel)
- 4 lente-uitjes grof versneden (schuin)
- 3 à 4 el vissaus (nampla)
- 3 à 4 el citroensap
- 1 el rode curry-pasta
- 2 el gehakte koriander
- 300 g champignons (als ze groot zijn, in 4 snijden)
- 500 ml cocosmelk
- 1000 ml water

1. Was, pel en chatreer de scampi's.
2. Breng het water samen met de cocosmelk aan de kook en voeg de curry-pasta erbij. Laat gedurende 3 minuten zachtjes koken.
3. Voeg de champignons, de scampi's, het citroensap en de nampla toe en dek de pan af. Laat 5 min zachtjes koken.
4. Voeg nu in deze volgorde toe: de makrut bladeren, de gehakte lente-uitjes en de koriander.
5. Dien heet op.

Tip:

- Als je de tom yam kung pikanter wil hebben voeg dan 3 gekneusde groene chili's erbij.

Tom yam kai (pikante kippesoep)

- 1750 ml kippebouillon
- 250 ml tomatensap
- 250 g champignons (geborsteld en in schijfjes)
- 1 klp rode curry-pasta
- 2 tn look (gepeld)
- 20 blaadjes koriander (gewassen en grof versneden)
- 3 halve kipfilets (gepocheerd en in plakjes gesneden)
- 4 elp nampla (vissaus)
- 4 elp olie
- 1 klp nam prik (chili saus)

1. Kippebouillon aan de kook brengen.
2. In de wok de olie verhitten en de rode curry-pasta en de geperste look opbakken.
3. Champignons toevoegen en gedurende 2 min. opbakken.
4. Tomatensap toevoegen en aan de kook brengen.
5. Kippebouillon toevoegen en terug aan de kook brengen.
6. De plakjes kip, nampla en nam prik toevoegen.
7. De koriander over de borden verdelen en de hete soep erop gieten.

Kip-saté (ca. 10 satés)

- 2 kippenborsten
- 1 el verse gember
- 2 teentjes look
- 1 el kerriepoeder
- 1 el korianderpoeder
- 1 klp zout
- 2 el olie
- 3 el melk
- 100 ml cocosmelk

1. Fileer de kippenborsten en snij het vlees in reepjes van ca. 2,5 cm.
2. Doe de overige ingrediënten bij elkaar (behalve de cocosmelk) en meng goed.
3. Marineer de stukjes kip min. 2 uur in de marinade.
4. Steek de stukjes kip op de stokjes (niet volledig volsteken!) en rooster ze op houtskool (of onder de ovengrill). Besprenkel tijdens het roosteren met cocosmelk.
5. Serveer ze warm met satésaus.

Satésaus

- 1 klp rode curry-pasta
- 1 klp geroosterde curry pasta
- 1 klp suiker
- 3 el pindakaas
- 300 ml cocosmelk
- 1/2 el citroensap
- 1/2 klp zout

1. Breng de cocosmelk aan de kook.
2. Voeg de 2 soorten curry's erbij en laat ze oplossen.
3. Voeg pindakaas, suiker, zout en citroensap toe. Laat even indikken.

Varkenscurry van het platteland

- 600 g varkensvlees (in reepjes van 5cm gesneden)
- 3 klp rode curry pasta
- 500 g verse paddestoelen (gehalveerd)
- 100 g kool (gehakt)
- 200 g prinsessenboontjes (in stukken van 4cm)
- 1 rode paprika (in reepjes gesneden)
- 1 groene paprika (in reepjes gesneden)
- 4 el nampla
- 2 klp suiker
- 1 el krachai (= gemberachtig)
- 1 el tomatenpuree
- 10 blaadjes munt
- 150 ml olie

1. Drenk de gesneden groenten 15 min. in koud water.
2. Verwarm de olie in een pan en voeg er de rode curry pasta bij.
3. Voeg het vlees, de nampla en de tomatenpuree toe en roerbak 5 min.
4. Haal de groeten uit het water en voeg ze bij het vlees. Roerbak 3 min.
5. Besprenkel met de suiker en hef deze onder de rest.
6. Garneer met muntblaadjes en dien heet op.

Scampi-curry met cocosmelk

- 500 g scampi's (maat 21/25, gepeld en gechatreerd)
- 300 ml cocosmelk
- 250 g champignons (in plakjes)
- 150 g bamboescheuten (in plakjes)
- 1 à 2 tn look (geperst)
- 1/2 klp chili-saus (eventueel)
- 2 elp olie
- 2 lente-uitjes (of bieslook)
- nampla (vissaus)
- aardappelzetmeel (gebroken in water)

1. Olie verhitten. Look en scampi's toevoegen. Gedurende ca. 3 min. laten bakken.
2. Champignons toevoegen en nogmaals ca. 3 min roerbakken.
3. Cocosmelk toevoegen en aan de kook brengen.
4. Op smaak brengen met vissaus en chilisaus.
5. Eventueel binden met aardappelzetmeel.
6. Lente-uitjes toevoegen en vuur afzetten.

Zoet-zure kippevleugels

- 12 kippevleugels
- 1 grote ui (in 8 stukken gesneden)
- 1 groene paprika (in 8 stukken gesneden)
- 2 tomaten (pitten verwijderen en in 8 stukken snijden)
- 2 el olie
- 100 g verse ananasstukjes

Zoetzure saus: (ca. 200 ml)

- 40 ml azijn
- 5 ml citroensap
- 60 g suiker
- 90 ml water
- 1 klp zout
- 2 el ketchup
- aardappelzetmeel

Beslag:

- 50 g tarwebloem
- 15 g aardappelzetmeel
- 3 g klp zout
- 1/2 ei
- 50 ml water
- 10 ml olie

1. Maak de zoetzure saus.
2. Maak het beslag.
3. Ontvel de kippevleugels. Verwijder het kleine beentje en stroop al het vlees naar de top van het grote beentje.
4. Doop de kippevleugels in het beslag en bak ze mooi goudbruin.
5. Verhit in een pan 2 el olie. Roerbak de ui en groene paprika gedurende 2 minuten. Voeg de zoetzure saus toe en meng voorzichtig. Voeg de tomatenstukjes en de ananas erbij. Zet het vuur af.
6. Schik de kippevleugels op een bord en schep de zoetzure groenten erover.

Bananen-bollen

- 6 bananen (niet te rijp)
- 1 ei (losgeklopt)
- 2 el suiker
- 25 g maïszetmeel
- 75 g bloem (gezeefd)
- 1 klp bakpoeder
- 1/2 klp zout
- 100 ml melk
- 1 el gesmolten boter
- honing
- citroensap (eventueel)

1. Voeg bij elkaar: bloem, maïszetmeel, bakpoeder, zout, en suiker.
2. Voeg al roerend de boter, de eieren en de melk erbij.
3. Pel de bananen en snij ze in stukken van 4 cm lang.
4. Doop de stukken banaan in het beslag en laat gedurende 3 minuten frituren (olie op 180°C).
5. Laat uitlekken op keukenpapier en serveer met honing (al of niet met een beetje citroensap erbij).

Sanhkaya

- 200 ml cocosroom (blik)
- 100 ml palmsuiker (of bruine suiker)
- 4 eieren
- 25 g witte suiker
- 14 g maïszetmeel
- 7 g rijstemeel
- geraspte cocos

1. Klop de eieren met de palmsuiker, de witte suiker, het rijstemeel, en het maïszetmeel tot de suiker is opgelost.
2. Voeg de cocosroom erbij en meng goed.
3. Doe de "pudding" in vormpjes en laat ze afgedekt stomen gedurende ca. 30 min.

Tip:

- In een taartvorm is de stoomtijd afhankelijk van de hoeveelheid te stomen pudding. Voor een hoeveelheid die 3x zoveel is als in bovenstaand recept (12 desserts) moet men rekenen op ca. 80 min stoomtijd.

Gemarineerde sinaasappels

- 4 sinaasappels
- 90 ml nam chuam (= siroop van 28° Baumé)
- 1 elp cointreau
- 4 blaadjes munt (in fijne chiffonade)

1. Sinaasappels schillen à vif en de partjes eruit halen.
2. Siroop en cointreau mengen en over de sinaasappels schenken. Laat gedurende ca. 2 uren marineren.
3. De partjes op een bord schikken en overgieten met de marinade.
4. Afwerken met een weinig sliertjes munt.

Turkije

Gefrituurde bloemkool met yoghurtsaus (als hapje)

- 1 bloemkool (in roosjes)

Beslag:

- 200 g bloem
- 200 ml water
- 1 klp bakpoeder
- 2 eieren
- pezo

Yoghurtsaus:

- 250 g yoghurt
- 1 à 2 tn look (geperst)
- 1 elp olijfolie
- 1 elp dille (gehakt)
- pezo

1. Kook of stoom de bloemkoolroosjes beetgaar en laat ze volledig afkoelen.
2. Maak een frituurbeslag met de voorziene ingrediënten.
3. Klop in een kommetje de yoghurt met de andere ingrediënten tot een sausje.
4. Doop de bloemkoolroosjes in het beslag en frituur ze op 180°C bruin en krokant.
5. Laat de gefrituurde roosjes uitlekken op papier en serveer ze met de yoghurtsaus.

Yoghurtsoep met balletjes (ca. 4,5 l)

- 3 l runderbouillon
- 110 g bloem
- 90 g vetstof
- 1 elp paprikapoeder
- 125 g rijst
- 750 g yoghurt
- zout
- cayennepeper

Gehaktballetjes:

- 300 g lamsgehakt
- ½ ei
- ½ snede wit brood
- ½ elp gehakte peterselie
- ¼ ui (fijngemalen)
- 2 tn look (geperst)
- 1 elp munt
- 1 msp gemalen komijn
- pezo

De gehaktballetjes:

1. Doe het gehakt in een kom.
2. Snij de korsten van het brood en week het even in warm water. Knijp het goed uit en voeg het bij het gehakt.
3. Voeg het ei, de ui, de look, de munt en de peterselie bij het gehakt.
4. Kruid het geheel met pezo en komijn en kneed goed door elkaar. Voeg indien nodig wat paneermeel toe.
5. Rol balletjes van het gehakt.

6. Maak met de vetstof, de bloem en de paprikapoeder een roux.
7. Leng de roux aan met de runderbouillon.
8. Voeg de rijst toe en laat deze gaar worden in de bouillon.
9. Voeg de gehaktballetjes bij de soep en laat ze op een zacht vuur gaar worden.
10. Breng de soep op smaak met zout en cayennepeper.
11. Klop de yoghurt los in een kom.
12. Giet onder voortdurend roeren de soep door de yoghurt.
13. Controleer de smaak van de soep en serveer dadelijk.
14. Laat de soep door en door warm worden maar laat ze niet meer koken.

Koolrolletjes gevuld met lamsvlees

- 400 g lamsgehakt
- 100 g gekookte rijst
- 1 ui (fijn gesnipperd)
- 1 tn look (geperst)
- 1 tomaat (geconcaseerd)
- 20 g rozijnen
- 1 elp fijngehakte peterselie
- 1 elp fijngehakte dille
- pezo
- 8 koolbladeren (van savooikool)
- 750 ml lamsbouillon

1. Blancheer de koolbladeren enkele min. in kokend water.
2. Spoel de bladeren af onder koud stromend water en snij de dikke nerf plat.
3. Meng in een kom het gehakt, de gekookte rijst, de look, de gesnipperde ui, de rozijnen, de gehakte peterselie en de dille met een weinig zout en peper tot een homogene massa.
4. Dep de koolbladeren droog en leg een hoopje gehakt op het midden van een blad. Vorm er een mooi pakje van. Leg het slot naar beneden (eventueel kunnen de koolrolletjes vastgebonden worden met keukengaren).
5. Vorm met de overige bladeren en het gehakt nog 7 pakjes.
6. Doe de lamsbouillon in een kookpot en leg er de koolrolletjes in. Stoof de gevulde koolrolletjes gaar onder deksel gedurende ca. 30 min.
7. Dien de koolrolletjes op met gekookte rijst en tomaten-knoflooksaus.

Gegarneerde rijst

- 300 g rijst (gewassen)
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- 60 g pijnboompitten (gewassen)
- 40 g krenten (gewassen)
- 125 g lamslever (in plakjes)
- 450 ml runderbouillon (of water)
- ½ klp yenibahar (eventueel)
- vetstof (olijfolie)
- pezo

1. Fruit de pijnboompitten en de ui met een eetlepel vetstof in een koekenpan.
2. Als de pijnboompitten goudbruin zijn voegt men de plakjes lever erbij. Laat 3 min. bakken.
3. Roer de krenten en de kruiden erdoor en giet dan de bouillon erbij.
4. Bak in een andere pan de gewassen rijst met een weinig vetstof tot de rijst glazig wordt.
5. Voeg de inhoud van de eerste pan bij de rijst en roer alles goed door elkaar.
6. Laat de rijst onder deksel zachtjes koken tot al het vocht is opgenomen.
7. Zet het vuur af en laat de rijst staan tot deze gaar is (het deksel blijft op de pot).

Tomaten-knoflooksaus

- 4 tn look (geperst)
- 1 prei (in ringen)
- 500 g geconcaseerde tomaten
- 200 ml runder- of lamsbouillon
- 35 g tomatenpuree
- 2 elp fijngehakte peterselie
- 2 klp suiker (eventueel)
- olijfolie

1. Fruit de look en de prei in de olijfolie.
2. Voeg de stukjes tomaat erbij en fruit ze even mee.
3. Voeg de bouillon en de tomatenpuree toe en laat de saus enigszins inkoken.
4. Breng de saus op smaak met pezo (en eventueel een weinig suiker). Roer de peterselie erdoor.

Baklava (ca. 8 personen)

- 450 g bladerdeeg (eventueel diepvries)
- 100 g gesmolten boter
- 150 g amandelen (gehakt)
- 150 g walnoten (gehakt)
- 75 g pistaches (gehakt)
- 250 ml honing
- 3 elp water
- 1 elp citroensap
- 2 elp sinaasappelsap
- stijfgeklopte slagroom (eventueel)

1. Rol het bladerdeeg dun uit (2 mm).
2. Verdeel de lap deeg in 8 rechthoekige stukken.
3. Beboter een rechthoekige bakvorm met een weinig gesmolten boter.
4. Leg 4 van de 8 vellen deeg in de vorm waarbij telkens tussen 2 vellen rijkelijk gesmolten boter wordt gestreken.
5. Strooi nu gelijkmatig de gehakte noten over het 4^{de} vel deeg.
6. Leg de overige 4 vellen deeg op de noten. Strijk steeds gesmolten boter tussen 2 vellen .
7. Snij het geheel in vierkantjes en verdeel de rest van de boter over de baklava.
8. Bak de baklava gedurende ca. 30 min. in een voorverwarmde oven op 175°C.
9. Schakel de oventemperatuur terug tot 150°C en bak de baklava nog ca. 15 min. tot hij lichtbruin en gaar is.
10. Verwarm de honing samen met het citroen- en sinaasappelsap en 3 elp water.
11. Schenk het honingmengsel over de nog lauwwarme baklava en laat gedurende de nacht op een koele plaats rusten.
12. Serveer eventueel met stijfgeklopte room.

Vietnam

Zoet-zure saus (voor ca. 12 personen)

- 200 ml water
- 135 g suiker
- 100 ml azijn
- 30 ml vissaus
- 90 g ketchup (of 45g tomatenpuree)
- aardappelzetmeel

1. Breng alle ingrediënten aan de kook (behalve het aardappelzetmeel) en klop met een klopper tot een gladde saus.
2. Binden met wat in water gebroken aardappelzetmeel.

Tip:

- Men kan er ook een zoetzure groentesaus van maken. Hiervoor heb je nodig:
 - 1 rode paprika
 - 1 groene paprika
 - 1 ui
 - 1 tomaat
 - 3 schijven ananas

Snij de groenten en de ananas in grove stukken (de pitten uit de tomaat verwijderen). Bak ze kort aan op een hevig vuur (behalve tomaat en ananas) in een beetje olie. Voeg de zoetzure saus erbij en dan de tomaat en de ananas. Breng terug aan de kook en zet dan dadelijk het vuur weer af.

Gefrituurde scampi

- 50 scampi (= 1 kg scampi maat 26)
- 100 g bloem
- 1 klp bakpoeder
- 100 ml water
- pezocay
- suiker
- ve-tsin

1. Scampi pellen en staartje laten zitten.
2. Bloem, bakpoeder en water tot een glad beslag mengen.
3. Beslag kruiden met pezocay, ve-tsin en suiker.
4. Scampi kruiden met een weinig zout.
5. Neem de scampi bij hun staart en doop ze in het beslag.
6. Laat ze in de hete frituurolie zakken en bak ze knapperig goudgeel.

Gevulde lychees (ca. 12 stuks)

- 1 blik lychees (of 12 verse lychees)
- 60 g zalm (vers, gaargestoomd of uit blik)
- 30 ml slagroom
- ½ klp citroensap
- 1 msp mosterd
- 1 sn kerriepoeder
- ½ klp peterselie
- ½ klp bieslook
- 20 g gerookte zalm
- peper
- dille

1. Laat de lychees uitlekken en dep ze droog met keukenpapier.
2. Plet de zalm fijn.
3. Klop de slagroom stijf.
4. Hak de peterselie en bieslook fijn.
5. Roer de fijngehakte kruiden, de slagroom, het citroensap, de mosterd, en de kerriepoeder onder de zalm. Kruid eventueel met peper.
6. Snij de gerookte zalm in reepjes van ca. 3 cm bij 0,5 cm.
7. Vul de lychees met de zalmmousse.
8. Draai van de reepjes gerookte zalm kleine roosjes en zet ze op de gevulde lychees.
9. Versier met een plukje dille.
10. Leg de hapjes in petits-fours vormpjes.

Loempiadeeg

Methode 1: (klassieke wijze)

- 150 g bloem
- 1 theelepel zout (4 g)
- 1 ei (van 50 g)
- ca. 2 elp ijskoud water

1. Maak van de bloem, het ei, het zout en het water een soepel deeg.
2. Zet het deeg afgedekt weg op een koele plaats gedurende een half uur.
3. Verdeel het dan in 2 of 4 stukken en rol het uit tot lappen van 1 mm dikte of dunner (tafel met bloem bestrooien).
4. Snij het in vierkanten van de gewenste grootte. Verzamel de afsnijdsels, rol het uit en maak er nog meer vierkanten van.
5. Leg de deegvellen op elkaar telkens met en weinig bloem tussen de vellen om aaneenklevende te voorkomen. Dek het stapeltje af met een vochtige doek tegen het uitdrogen tot aan het moment van gebruik.

Tips :

- Het deeg is geschikt voor loempia's en wan-tans.
- Men kan eindeloos variëren met de vullingen.
- Zorg dat er niet te veel lucht in de loempia zit, anders zal hij teveel opblazen tijdens het frituren.
- Dit zelfgemaakt loempiadeeg kan perfect ingevroren worden.
- Uiteraard is het deeg verkrijgbaar in Aziatische winkels (vers of diepvries).

Methode 2:

- 125 g bloem
- 1 klp zout (6 g)
- 1 ei (van 50 g)
- 300 ml water
- vetstof (bakmargarine of olie)

1. Maak van de bloem, het ei, het zout en het water een glad flensjesbeslag.
2. Verhit wat vetstof in een koekenpan en bak op een zacht vuur van het beslag dunne flensjes (slechts aan 1 zijde bakken, het is meer drogen dan bakken).
3. Laat de flensjes afkoelen.
4. Verdeel de vulling over de ongebakken zijde van het flensje en plooi dicht tot een loempia. Kleef de randen vast met een weinig water of geklutst ei.
5. Bak de loempia's mooi bruin in hete frituurolie.

Vietnamese loempia's (warm, gefrituurd - ca. 60 stuks)

- 900 g gekruid varkensgehakt
- 250 g krabvlees
- 3 eieren
- 150 g ajuin
- 350 g wortelen
- 200 g engelenhaar (extra fijne deegwaren van groene bonen)
- 200 g soja scheuten
- 25 g suiker
- 12 g zout (2,5 klp)
- 1 klp ve-tsin
- 2 klp peper
- 30 blaadjes (1 pak phillodeeg - dun loempiadeeg, 25 x 25 cm)

1. Wortelen en uien fijnmalen en overtollig sap uitknijpen.
2. Engelenhaar weken in ruim koud water. Dan met een schaar fijnknippen.
3. Doe alles in een grote kom en meng de eieren en de specerijen onder de overige ingrediënten.
4. Snij de ontdooide velletjes phillodeeg overhoeks in twee.
5. Breng wat van de vulling op het driehoekig velletje deeg en rol op tot een kleine loempia. Met een beetje geklutst ei de loempia dichtkleven.
6. Bak de ze in frituurolie van 180°C.

Tips:

- Als men de loempia's half zo groot maakt heeft men aperitiefhapjes.
- Men kan de loempia's perfect invriezen.

Wan-tans (ca. 60 stuks)

- 1 pakje wan-tan velletjes (diepvries)
- 15 rauwe scampi (maat 26/30, diepvries)
- 200 g gepelde roze garnalen
- 200 g visfilet (kabeljauw, zeewolf ...)
- 1 kl ui (gesnipperd)
- 1 eiwit
- pezocay
- suiker
- sesamolie (enkele druppels)
- ve-tsin

1. Ontdooi de velletjes deeg.
2. Ontdooi de scampi, pel ze en maal ze fijn samen met de visfilet, de garnalen, de uisnippers en het eiwit.
3. De farce kruiden met pezocay, suiker, sesamolie en ve-tsin. Meng goed door elkaar. Doe in een velletje deeg een koffielepel visfarce, breng op de 4 hoekpunten een beetje eidooier, plooi de hoekpunten naar elkaar en knijp ze vast.
4. Breng water aan de kook in een stoompan en stoom de wan-tans gaar gedurende 5 à 8 min.
5. De wan-tans zijn klaar voor gebruik. Wil men ze echter frituren, dan moet men ze eerst volledig laten afkoelen.

Tips:

- Men kan de wan-tans volledig laten afkoelen en invriezen. Nadat ze terug ontdooid zijn kan men ze terug warm stomen (om in de soep te doen) of frituren (als voorgerecht of aperitiefhapje).
- Vergeet de stoompan niet in te oliën vooraleer de pakjes te stomen.

Gefrituurd pakje (ca. 45 stuks)

- 400 g ongezouten spek
- 250 g scampi (maat 32/36)
- 45 scampi (maat 21/25)
- 5 wortelen
- 1 ui (gesnipperd)
- 120 g fijne mie (engelenhaar)
- 10 zwarte zwammen (gedroogde)
- 4 flinke klp maïszetmeel
- 90 wan-tan velletjes (2 pakjes, diepvries)
- ½ klp peper
- ½ klp suiker
- 1 ½ klp zout

1. Week de zwammen gedurende ½ uur in koud water.
2. Schil de wortelen en rasp ze in slierten.
3. Ontdoe het spek van de zwoerden en het overtollige vet en maal het fijn.
4. Pel de kleine scampi en maal ze fijn.
5. Haal de zwammen uit het water en laat ze goed uitlekken. Snij ze in reepjes.
6. Week het engelenhaar in koud water. Knip het met een schaar in stukjes.
7. Meng nu de zwammen, de wortelen, de ui, het spek, de scampi en het engelenhaar goed door elkaar.
8. Kruid het mengsel met pezo, ve-tsin en suiker.
9. Leg 2 wan-tan velletjes half op elkaar. Doe een eetlepel van de vulling in het midden van de velletjes en verdeel het een beetje. Leg hierop 1 grote scampi en vouw het deeg dicht tot een rechthoekig pakje.
10. Stoom de pakjes gedurende ca. 10 min in de stoompan. Laat ze afkoelen.
11. Frituur de pakjes gedurende ca. 4 min. in hete frituurolie.

Tips:

- De afgekoelde, gestoomde pakjes, kunnen ingevroren worden.
- Vergeet de stoompan niet in te oliën vooraleer de pakjes te stomen.

Lenterolletjes (koude Vietnamese loempia's - 20 stuks)

- 180 g rijstmie
- 20 vellen rijstpapier
- 200 g spekreepjes
- sla (in stukjes getrokken)
- verse koriander
- verse munt (julienne)
- komkommer (geschild, in staafjes gesneden)

Vissaus:

- 1 tn knoflook (geperst)
- 60 ml vissaus
- 80 g pinda's (geplet in de vijzel)
- 60 ml citroensap
- 10 g kristalsuiker
- 180 ml water

Vorbereiding:

1. Breng water aan de kook. Zet het vuur af. Doe de mie in het water. Laat 3 minuten trekken. Neem de mie uit het water en koel af onder koud stromend water. Laat goed uitlekken.
2. Bak de spekreepjes in een weinig olie. Laat afkoelen.

Bereiding:

3. Week een vel rijstpapier in een ruime kom met water.
4. Neem het vel eruit (na ca. 1 minuut, afhankelijk van de kwaliteit van het rijstpapier), en leg het op tafel.
5. Neem een beetje mie en leg ongeveer op het midden van het vel.
6. Leg hierop enkele stukjes spek, enkele blaadjes koriander, een sliertje munt, een stukje sla, een reepje komkommer.
7. Rol nu het vel rijstpapier voorzichtig op rond de vulling en plooi de buitenkanten naar binnen zodanig dat je een mooi loempiaatje krijgt.

De saus:

8. Pers het teentje look uit in een kommetje.
9. Voeg er de vissaus, het citroensap, het water en de kristalsuiker bij. Roer om de suiker op te lossen en daarna de gemalen pinda's toevoegen. Als men de saus te zout vindt kan men nog een beetje water toevoegen.

Gemengde salade met kip

- 100 g kippenvlees (gaar)
- 200 g witte kool (geschaafd)
- 150 g wortelen (geraspt)
- 100 g komkommer (julienne)
- verse koriander (gehakt)
- 100 g gemalen pinda's (geroosterd)
- suiker

Marinade:

- vissaus
- water
- citroensap

1. De kool en de wortelen enkele uren in de marinade leggen.
2. De komkommer met suiker bestrooien en enige tijd laten staan.
3. De groenten laten uitlekken.
4. Groenten, kip en koriander mengen.
5. Bestrooien met de gemalen pinda's.

Gemengde salade met kip en garnalen

- 100 g sojascheuten (wassen -> 1 min. blancheren)
- 100 g bamboescheuten (uit blik, in reepjes gesneden)
- 1 kleine ui (gesnipperd)
- ½ komkommer (in blokjes gesneden)
- 1 schijf ananas (in blokjes gesneden)
- 100 g hesp (in reepjes gesneden)
- 200 g kippenfilet (gestoomd en in blokjes gesneden)
- 50 g gepelde roze garnalen (geroosterd en gemalen)
- 50 g pinda's (geroosterd)
- 1 elp sesamzaad (geroosterd)

De saus:

- 5 elp olie
- 1 elp azijn
- 1 elp vissaus
- 1 tn knoflook (geperst)
- 1 klp suiker
- pezo

1. De ingrediënten bij elkaar doen (behalve pinda's en sesamzaad) en mengen.
2. De ingrediënten voor de saus bij elkaar doen, mengen en eventjes laten staan. Pinda's en sesamzaad eronder mengen.
3. Juist voor het opdienen de saus over de salade gieten en eronder scheppen.

Kip-koolsalade (ca. 6 personen)

- 200 g kippenfilet
- 1 ui (in dunne ringen gesneden)
- 45 g azijn
- 15 g vissaus
- 25 g suiker
- pezo
- 100 g savooikool (in dunne repen gesneden)
- 2 elp fijngehakte peterselie

1. Kip stomen en kruiden.
2. Ui, azijn, vissaus en suiker mengen en laten marineren (min. 30 min.)
3. Kip mengen met savooikool en marinade met ui eronder scheppen.
4. Bestrooien met peterselie en mengen.

Krabsoep met asperges (ca. 1,5 l)

- 1 l kippenbouillon
- 120 g krabvlees
- 250 g asperges (uit blik)
- 2 eieren
- aardappelzetmeel
- verse koriander (grof versneden)
- lente-uitjes (gesnipperd)
- pezo

1. Breng de kippenbouillon aan de kook.
2. Snij de asperges in stukken en doe ze bij de bouillon.
3. Voeg het krabvlees erbij.
4. Kluts de eieren. Giet de geklutste eieren door een zeef in de soep terwijl je in de soep roert.
5. Bind de soep met aardappelzetmeel op de gewenste dikte.
6. Voeg op het laatst de koriander en lente-uitjes toe (niet laten meekoken.)

Kippensoep met wan-tans (ca. 3,5 l)

- 3 l kippenbouillon
- verse koriander (grof gehakt)
- 24 wantans
- peper, zout en ve-tsin
- sesamolie
- gedroogde uisnippers

1. Breng de kippenbouillon aan de kook.
2. De wantans 5 à 8 min. stomen in een stoompan.
3. Zet soepkommetjes klaar en doe 2 wan-tans in elk kommetje.
4. Breng de kippebouillon op smaak met zout en ve-tsin.
5. Giet de hete kippebouillon op de wan-tans.
6. Doe in elk kommetje een klp grof gehakte koriander, een koffielepel gedroogde uien en 2 à 3 druppels sesamolie.
7. Doe in ieder kommetje een beetje peper.

Tip:

- Men kan ook deze kippensoep maken zonder wan-tans. Voeg dan stukjes kip in de soep.

Gesudderde zeevis met ananas

- 1 kg zeevisfilet (zeewolf, staartvis, botervis...)
- 8 schijven ananas (verse-)
- 2 uien (niet te groot)
- 25 g suiker
- 1 à 2 elp vissaus
- pezo
- arachideolie

1. Snij de vis in stukken. Bak hem licht bruin in de olie aan alle kanten en kruid met pezo.
2. Verwijder de vis uit de pan en bak nu de geëminceerde uien tot ze ook licht bruin zijn.
3. Voeg de in stukjes gesneden ananas toe alsook de suiker en laat 2 minuten mee bakken (suddereren).
4. Schep de helft van het ui-ananas mengsel uit de pan en leg er de vis op. Leg de andere helft van het ui-ananas mengsel op de vis.
5. Laat alles gedurende 4 min. sudderen.
6. Breng op smaak met de vissaus.

Gevulde calamares

- 8 calamares (11 stuks per kg)
- 100 g scampi (gepeld en gemalen)
- 100 g spek (gemalen)
- 50 g engelenhaar (in koud water geweekt)
- 20 g erwtjes (diepvries)
- 1 ei
- 2 gedroogde champignons (in water geweekt en fijn gesneden)
- pezocay
- ve-tsin
- 1 elp vissaus
- bieslook (of lente-uitjes)

1. Verwijder de balein uit de calamares.
2. 6 hele calamares opzij houden.
3. 2 calamares grof versnijden.
4. Alle ingrediënten goed mengen en de hele calamares voor 2/3 vullen.
5. De gevulde calamares stomen gedurende ca. 20 min.
6. Juist voor het opdienen frituren in olie (180°C).
7. In fijne plakken snijden en bestrooien met bieslook.

Tip:

- Vulling per calamares is ca. 75 g.

Garnalen in karamelsaus

- 250 g gepelde scampi (maat 21/25)
- 15 g suiker
- 30 g vissaus
- 30 g karamelsaus
- 30 g citroensap
- 2 tn look
- peper
- 1 elp olie
- pijpajuin

1. Olie verhitten en de look laten bruinen.
2. Scampi kort aanbakken.
3. Suiker, vissaus, caramelsaus, citroensap en peper toevoegen.
4. Ca. 4 min. laten sudderen.
5. De saus eventueel binden met aardappelzetmeel juist vóór het opdienen.
6. Afwerken met gesnipperde pijpajuin.

Tip:

- Kan ook opgediend worden met een snede geroosterd brood en salade.

Visblokjes in pikante saus

- 750 g stevige zeevis
- 1 ei
- bloem
- pezo
- olie

De saus:

- 1 ui
- 1 prei
- 1 wortel
- 2 tn look
- 1 rode paprika
- 1 groene paprika
- 2 elp geraspte gember
- 5 elp ketchup
- 100 g suiker
- 150 ml water
- 75 ml azijn
- 2 elp chilisaus
- 2 elp vissaus

1. Maak een zoetzure saus van de suiker, water, vissaus, azijn en ketchup.
2. Prei in dunne ringen snijden.
3. Ui, wortel en paprika's in dunne repen snijden.
4. Look fijnsnijden.
5. Al de groenten kort opbakken in olie.
6. De zoetzure saus toevoegen en het geheel op smaak brengen met chilisaus en verse gember. Even laten sudderen.
7. De vis in blokjes snijden en kruiden met pezo.
8. De visblokjes door het losgeklopte ei halen en daarna door de bloem.
9. Bak de visblokjes in hete frituurolie en leg ze daarna op de zoetzure groentesaus.

Kip met gember, citroengras en gebakken rijst

- 400 g geparfumeerde rijst (kleefrijst)
- 600 ml water
- 40 g pikante droge worst (brunoise)
- 60 g diepvrieserwtjes
- 60 g wortelen (brunoise)
- 1 ei
- 1 tn knoflook (geperst)
- 2 elp olie (arachide-)
- ve-tsin
- 1 braadkip
- 50 g vetstof
- 15 g gemberwortel (gemalen)
- 25 g citroengras (gemalen)
- pezo

Vorbereiding:

1. Kook de rijst bijna gaar en laat goed afkoelen.
2. Hak de kip in moten en haal de kleine beentjes eruit.

Bereiding:

2. Bak de kip in de vetstof gaar. Kruiden met zout, peper, gemberwortel en citroengras.
3. Verwarm in een pan 2 elp olie. Bak er de blokjes worst en wortel in. Voeg de look erbij.
4. Voeg de rijst erbij en roer voortdurend in de pan.
5. Erwtjes toevoegen.
6. Als het geheel bijna klaar is een ei onder de rijst roeren.
7. Op smaak brengen met ve-tsin en zout.

Gemarineerde varkensribben

- 2 kg varkensribben

De marinade:

- 6 elp vloeibare honing
- 3 elp tomatenketchup (of tomatenpuree)
- 2 elp oosterse vissaus (eventueel worcestersaus)
- 2 elp sojasaus (donkere)
- 1 elp citroensap
- ½ klp vijfkruidenpoeder (Chinese specialiteit, mengeling van: steranijs, venkelzaad, Szechuanpeper, kaneel en kruidnagel)
- 5 g aardappelzetmeel
- 1 tn look (geperst)
- 2 klp chilisaus (te vervangen door cayennepeper)
- 9 g zout
- peper uit de molen

1. Het aardappelzetmeel mengen met het 5-kruidenpoeder en het citroensap eronder mengen.
2. De overige ingrediënten toevoegen en alles mengen tot een homogene massa.

Ribben uit de oven:

- Laat de ribben enkele uren marineren in de koelkast. Gedurende 40 min. bakken in de oven (omkeren na 20 min.) en dadelijk serveren.

Ribben op de barbecue:

- De ribben enkele uren marineren in de koelkast. Vervolgens in een voorverwarmde oven op 220°C bakken gedurende 40 min. (na 20 min. omkeren). Laten afkoelen. Opwarmen op de barbecue (voorzichtig voor het verbranden).

Lycheemousse (ca. 1120 ml)

- 275 g lychees (vers of uit blik)
- 60 g griessuiker
- 2 eiwitten
- 300 ml room
- 80 ml lycheesap (of 80 ml suikersiroop als je verse lychees neemt)
- 10 g gelatine
- muntblaadjes

1. Laat de gelatine weken in koud water.
2. Laat de lychees uitlekken (sap bijhouden) en hak ze fijn. Laat enkele hele lychees over om te versieren.
3. Klop de room halfstijf.
4. Klop de eiwitten stijf met de suiker (tot zilverglans).
5. Los de gelatine op in het verwarmd lycheesap (of de suikersiroop).
6. Spatel het sap onder de lychees, dit onder de stijfgeklopte eiwitten. Spatel dan de stijfgeklopte room eronder.
7. Vul glazen met het dessert.
8. Min. 2 uur goed koelen.
9. Afwerken met hele lychees, munt en eventueel marasquinkrieken. Serveer desgewenst met kokossaas.

Tips:

- Neem 15 g gelatine als het dessert in ringen wordt gedaan om daarna uit te storten.
- Kokossaas:
 - voor ½ l (ca. 8 desserts)
 - 500 ml kokosmelk of kokoscrème.
 - 50 ml siroop (28° Baumé)

Kokosmelk en siroop samen aan de kook brengen en laten inkoken tot gewenste dikte, of binden met 15 g maïzena.

Kokosmelk maakt men door ½ l melk te laten koken (trekken) met 100 g geraspte gedroogde kokos (kokos toevoegen als melk kookt). Zeven.

Zuid-Amerika

Pina colada (long drink)

- 1 deel ananassap
- 1 deel cocosmelk
- 1 deel witte rum
- ½ deel room
- ijsschilfers
- 1 maraschinokers + 1 schijfje limoen voor het garnituur

1. Meng alle ingrediënten en zet ze enkele uren in de koelkast.
2. Vul de glazen en doe er ijsschilfers bij.
3. Steek op een lange prikker de kers en het schijfje limoen.
4. Serveer met een breed rietje.

Tomaten-ansjovis salade (ca. 1 kg)

- 8 tomaten
- 50 g ansjovis
- 200 g uiringen

1. Tomaten in partjes of plakken snijden.
2. Op een schotel schikken met de uiringen ertussen.
3. Op regelmatige afstand ansjovisfilets op de tomaten leggen.

Chileense barbecuesaus (voor ca. 1,5 l saus = 20 personen)

- 1 l tomatensap
- 2 tomaten (geconcasseerd)
- 2 ajuinen (gesnipperd)
- 1 pakje verse koriander (fijngehakt)
- 3 teentjes knoflook (geperst)
- 5 elp slaolie
- 2 elp azijn
- 1 klp sambal
- 1 klp zout

1. Giet het tomatensap in een grote kom.
2. Voeg de look, de stukjes tomaat, de gesnipperde uien en de fijngehakte koriander erbij.
3. Voeg nu de olie, azijn, sambal en het zout erbij en roer alles goed door elkaar.

Tip:

- Dit is een uitstekende saus om bij geroosterd af gebraden vlees te eten. Daar ze koud bereid is bevat ze vele vitaminen en is tevens een uitstekende hulp bij het verteringsproces. In de koelkast blijft ze ca. 3 dagen houdbaar.

Chilisaus (ca. 1 l)

- ½ l gezeefde tomaten
- ½ l gepelde tomaten
- 1 ui (gesnipperd)
- tabasco (of een ander chiliconcentraat)
- pezo

1. Alle ingrediënten samenvoegen, aan de kook brengen en ca. 5 min. laten koken.
2. Op smaak brengen met pezo.

Tip:

- Deze saus kan koud enkele dagen bewaard worden in de koelkast.

Tarwetortillas (ca. 15 stuks)

- 500 g tarwebloem
- 100 g vetstof
- ca. 200 ml warm water
- 10 g zout

1. De vetstof onder de bloem verkruimelen.
2. Zout toevoegen.
3. Zoveel water eronder mengen tot er een soepel deeg ontstaat.
4. Weeg 15 bolletjes deeg af (ca. 50 g per stuk).
5. Rol de bolletjes deeg uit tot ronde deeglapjes van ca. 15 cm doormeter.
6. Verwarm een pan met dikke bodem en bak de tortillas in de droge pan (aan beide zijden) tot ze lichtbruin gespikkeld zijn.
7. Hou de tortillas warm onder een theedoek tot verder gebruik.

Maissoep

- 2 l kippenbouillon
- 570 g zachte maïs (420 g + 150 g, uitgelekt)
- 1 ui (gesnipperd)
- ½ l gezeefde tomaten
- 1 klp oregano (gedroogde)
- 200 ml room
- pezo

1. De kippenbouillon aan de kook brengen samen met 420 g maïs.
2. Tomatensap, ui en oregano toevoegen. Terug aan de kook brengen en ca. 5 min. zachtjes laten koken. Mixen.
3. De rest van de maïs toevoegen en terug aan de kook brengen. Het vuur afzetten.
4. Room toevoegen en op smaak brengen met pezo.

Jambalaya (6 personen)

- 360 g rijst
- 550 ml kippenbouillon
- 400 g kippenvlees (gaar en in stukjes)
- 250 g rauwe ham (in blokjes)
- 300 g ananas (in stukjes)
- 1 tomaat (ontveld, in stukjes en ontpit)
- 2 eieren (roerbakken en in reepjes)
- 1 ui (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- pezocay
- olijfolie

1. Ui met look aanstoven in olijfolie.
2. Rijst, tomaten en bouillon toevoegen, aan de kook brengen en de rijst op zacht vuur gaarkoken.
3. In een andere pan de ham onder deksel zachtjes bakken in wat vetstof.
4. Als de rijst gaar is, de ham, de kip, de eireepjes en de ananas toevoegen.
5. Sterk afkruiden met pezocay.

Tip:

- Soms worden er ook garnalen, paprika's of oesters toegevoegd.

Chili con carne

(6 personen)

- 500 g rundergehakt
- 750 g rode bonen (uit blik, uitgelekt gewicht)
- 2 rode paprika (in blokjes gesneden)
- 1 groene paprika (in dunne ringen gesneden)
- 1000 ml gezeefde tomaten (gepasseerde tomaten of tomatenblokjes)
- 1 ui (gesnipperd)
- 4 tn look (geperst)
- 25 g bittere chocolade (in stukjes gebroken)
- 1 klp komijn
- olijfolie
- zout
- cayennepeper (eventueel tabasco of chilisaus)
- runderbouillon (blokje)

1. Stoof de gesnipperde ui en de look samen met de blokjes paprika in een grote pot.
2. Bak het rundergehakt korrelig in een weinig vetstof in een braadpan.
3. Voeg het gehakt bij de gestoofde groenten.
4. Voeg de gezeefde tomaten toe.
5. Laat de bonen uitlekken en voeg toe.
6. De komijn en de bouillon toevoegen.
7. Laat het gerecht sudderen tot het zachtjes kookt.
8. Breng de chili op smaak met zout en cayennepeper.
9. De chocolade in stukjes breken en onder de chili mengen tot hij gesmolten is.
10. Schep op elk bord een hoopje chili con carne en leg er een dunne ring groene paprika op.
11. Serveren met rijst.

Tips:

- Je kunt ook gedroogde rode bonen gebruiken. Laat ze dan eerst een nacht weken in koud water vooraleer ze bij de chili te voegen.
- Werk het bord af met wat sla en een halve tomaat.

Geflambeerde bananen

- 4 bananen (niet te rijp)
- 40 g boter
- 50 g bruine suiker
- 150 ml sinaasappelsap (2 sinaasappels)
- 2 elp citroensap (1 citroen)
- 2 elp koffielikeur
- 50 ml rum
- vanille-ijs
- enkele blaadjes munt

1. Boter, bruine suiker, sinaasappelsap en citroensap aan de kook brengen en enigszins laten indikken.
2. Roer de koffielikeur door de saus.
3. Bananen pellen, overlans doorsnijden en opwarmen in de saus (ca. 3 min).
4. Leg 2 halve bananen op een bord en overgiet met de saus.
5. Leg er 1 of 2 bolletjes vanille-ijs erbij.
6. Werk af met enkele blaadjes munt.
7. Verwarm de rum in een pollepel, steek hem aan en giet hem over de bananen.

Enchiladas met pittig rundvlees (8 stuks)

- 8 tortillas
- 350 g rundvlees (in reepjes gesneden)
- 1 ui (gesnipperd)
- 2 tn look (geperst)
- 75 ml runderbouillon
- 25 g rozijnen
- ¼ klp nagelgruis
- ¼ klp anijspoeder
- ½ l chilisaus (warm)
- pezo
- 75 g geraspte kaas
- 75 ml zure room
- 2 elp peterselie (gehakt)

1. Rundvlees aanbakken in wat vetstof. Uit de pan nemen en de ui en look even aanstoven.
2. Rundvlees terug toevoegen samen met het nagelgruis, gemalen anijs, bouillon, rozijnen, en 50 ml van de chilisaus. Even doorwarmen en daarna enigszins laten afkoelen.
3. De tortillas in de warme chilisaus dopen, een weinig vulling erop leggen en oprollen. De gevulde tortillas met de naad naar beneden in een vuurvaste ovenschotel (lasagnepan) leggen.
4. Schep de rest van de chilisaus over de tortillas en bestrooi met geraspte kaas.
5. Bak de enchiladas in een voorverwarmde oven van 220°C gedurende ca. 25 min. tot de kaas begint te kleuren.
6. Schenk de zure room vlak voor het serveren over de enchiladas en bestrooi met gehakte peterselie.

Zuid-Afrika

Somer visslaai (voorgerecht 4 personen)

- sardienen (blik, 340 g bruto)
- 40 g mayonaise
- 40 g blatjang (soort chutney, zie recept)
- 100 g ananas (in blokjes)
- 1 banaan (in schijven)
- kropsla (in chiffonade)

1. Prak de vis fijn in de helft van de olie.
2. Meng de mayonaise en de blatjang onder de vis.
3. Meng de blokjes ananas en de schijfjes banaan eronder.
4. Serveer de vissalade op een bedje fijngesneden sla.
5. Werk af met paprikapoeder, en blokjes ananas.

Blatjang

Recept 1:

- 1 kg abrikozen (verse)
- 180 ml azijn
- 3 g gember
- 5 g zout
- 1 ui
- 500 g bruine suiker
- 5 g gemengde specerijen
- 2 g chilipepertjes

1. Cutter de abrikozen samen met de ui fijn.
2. Meng al de specerijen met de azijn.
3. Meng alles onder elkaar en laat zachtjes koken gedurende 3 à 4 uur.
4. Warm bottelen.

Recept 2:

- 200 g abrikozen (gedroogde)
- 175 ml azijn
- 100 ml water
- 3 g gember
- 5 g zout
- 1 ui
- 100 g bruine suiker
- 5 g gemengde specerijen
- 2 g chilipepertjes

5. Cutter de abrikozen samen met de ui fijn.
6. Meng al de specerijen met de azijn.
7. Meng alles onder elkaar en laat zachtjes koken gedurende 30 min.
8. Warm bottelen.

Skaappotjie

- 30 ml maïsolie
- 1 kg schaapschenkels
- 1 ui (gesnipperd)
- 3 kl aardappels (in kwarten)
- 250 g jonge worteltjes (geschild en heel gelaten)
- 250 g courgettes (in dikke schijven gesneden)
- 200 g bloemkool (in roosjes)
- 100 g erwten (diepvries)
- 100 g tomatenpuree
- 375 ml water
- 200 ml bruine fond
- 6 zwarte peperkorrels (geplet)
- 4 laurierbladen
- 20 g bloem (eventueel)
- 10 g suiker
- zout

1. Bak het vlees in de olie mooi bruin (aan alle kanten).
2. Verwijder het vlees uit de pan en stoof er de ui in (goudgeel).
3. Leg het vlees in een cocotte samen met de gestoofde ui.
4. Meng de tomatenpuree, de suiker en het water met elkaar en voeg dit bij het vlees.
5. Zet het deksel op de cocotte en laat het vlees ca. 1 uur pruttelen.
6. Voeg de laurier, de peperkorrels en het zout erbij en laat nog 30 min. pruttelen.
7. Leg de groenten in lagen op het vlees: worteltjes, aardappels, bloemkool, courgettes en erwtjes.
8. Laat nogmaals 1 uur pruttelen.
9. Voeg nu de bruine fond toe. Eventueel binden met bloem (gebroken in een weinig water).
10. Laat nog enkele minuten pruttelen.
11. Breng eventueel verder op smaak.
12. Dien op met gekookte rijst.

Dadelpotpoeding

Saus:

- 500 ml water
- 250 g suiker
- 250 g krenten
- 30 g citroenrasp
- 25 ml cognac

Beslag:

- 500 g boter
- 300 g suiker
- 1 ei
- 250 ml melk
- 10 g bakpoeder
- 500 g bloem
- 10 g gemberpoeder
- 5 g kaneelpoeder
- 2 g zout
- 250 g dadels (brunoise)
- 30 g gedroogde abrikozen (brunoise)

1. Meng de ingrediënten voor de saus met elkaar en verwarm ze in een cocotte.
2. Roer de boter romig samen met de suiker.
3. Kluts het ei goed en roer dit onder de boter.
4. Meng de melk met het bakpoeder.
5. Meng de bloem met de gember, kaneel en zout.
6. Roer de melk en de bloem beurtelings door het botermengsel tot een homogene massa.
7. Roer de brunoise van dadels en abrikozen door het beslag.
8. Schep het beslag in de cocotte bij de warme saus. Dek af met een deksel en bak de pudding in een matig warme oven (180°C) gedurende 1 uur.
9. Dien warm op met een bolletje ijs.

Index

Index

A

Aardappelen in de schil, 19
Aardappelen in peterseliesaus, 92
Aardappelen pikant gebakken, 91
Aardappelkoekjes, 35
Amandelpudding, 31
Atjar tjampoer, 45

B

Baklava, 113
Bananenbollen, 107
Bananentaart, 14
Babi pangang, 48
Blatjang, 138
Blini's, 81
Bolo de bananas, 14
Bolo de maracuja, 15
Bonen (gekookte-), 8
Bonensalade, 20
Borsjtsj, 83

C

Caipirinha, 9
Calamares (gevulde-), 125
Canneloni met kip, 55
Chileense barbecuesaus, 131
Chili con carne, 134
Chop soy, 31
Ciabatta, 51
Courgettesoep, 17
Couscous, 78
Coxinhas, 10
Creme de nozes, 15
Creme Malakoff, 85
Croquetes de frango, 13
Currypasta (groene-), 96
Currypasta (gele-), 97
Currypasta (masman-), 97
Currypasta (rode-), 96, 98

D

Dadelpotpoeding, 140
Dadels (gevulde-), 76
Deegflapjes (gevulde-), 12
Deeg voor loempia's, 116
Dim Sum, 26

Dumpling, 100

E

Enchiladas met rundvlees, 136

F

Farofa, 7, 8
Focaccia, 50

G

Gado Gado, 46
Gamba's met knoflook, 92
Garnalenballetjessoep, 67
Garnalen in karamelsaus, 125
Gebak van passievruchten, 15
Gebakken rijst (Chinese-), 29
Gebakken varkensvlees, 72
Gebakken vis met paddenstoelen, 30
Geflambeerde bananen, 135
Gefrituurde bloemkool, 110
Gefrituurde scampi, 115
Gefrituurde spieringen, 35
Gefrituurd pakje, 120
Gele currypasta, 97
Gemarineerd konijn, 19
Gemarineerde ansjovisfilets, 76
Gemarineerde calamares, 88
Gemarineerde sinaasappels, 108
Gemarineerde varkensribben, 128
Gemengde salade, 122
Gestoofd kalfsvlees met uien, 37
Gesudderde zeevis met ananas, 124
Gevulde calamares, 125
Gevulde lychees, 116
Gevulde vissoep, 91
Glazuur voor yakitori, 66
Griekse zomersalade, 32
Groene currypasta, 96
Groentecurry, 43

H

Harira, 77

I

Ijsroom met sinaasappelsaus, 38
Indiase kippensoep, 40

J

Jambalaya, 133

K

Kaasbroodjes, 9
Kalfsvlees met uien, 37
Kipburgertjes met teriyakisaus, 72
Kip met citroen, 34
Kip met gember en citroengras, 127
Kip-koolsalade, 123
Kipkroketjes, 13
Kippensoep met spinazie, 27
Kippensoep met wan-tans, 124
Kippenvleugels zoet-zuur, 106
Kipsalade, 28
Kipsaté, 103
Knoflookpasta, 98
Koftacurry, 42
Komkommersalade, 33, 101
Konijn (gemarineerd-), 19
Koolrolletjes gevuld met lamsvlees, 112
Koude Vietnamese loempia's, 121
Krabsoep met asperges, 123

L

Lasagne, 54
Lenterolletjes, 121
Linzensoep, 18
Loempiadeeg, 117
Lycheemousse, 129

M

Maïsssoep, 132
Malakoffroom, 84
Mah hoh, 101
Mangomousse, 43
Marinade voor rundvlees, 66
Marinade voor teriyaki, 65
Masman currypasta, 97
Mieng lao, 100
Miso-soep met tofu, 67
Moqueca de frutos do mar, 12
Muntthee, 79

N

Naan, 40
Nasi goreng, 47

Notencreme, 15

O

P

Paella, 93
Panettone, 61
Pao de queijo, 9
Passievruchtentaart, 15
Pastel, 11
Pikant gebakken aardappelen, 91
Pina colada, 131
Pindasaus, 45
Piroshki, 84
Pizzadeeg, 52
Pizza, 53
Pizza met peren, 59
Pruimensaus, 99

Q

R

Rijst (gebakken-), 29
Rijst (gegarneerde-), 112
Rijstkoekjes met aardbeien, 74
Rijstpap met kaneel en citroen, 21
Rijst met mosselen, 35
Rijst voor sushi, 69
Rode currypasta, 96, 98
Rundvleescurry met rozijnen, 41
Rundvleesrolletjes, 73
Russische salade, 82

S

Salades

- bonensalade, 20
- feestelijke salade, 13
- gemengde salade, 122
- Griekse zomersalade, 33
- kipsalade met pinda's, 28
- kip-koolsalade, 123
- komkommersalade, 33, 101
- Russische salade, 82
- salada de palmito, 10
- salade van bonen, 20
- salade van kropsla, 34
- salade van palmhart, 10
- salade van selderij en rundvlees, 102

- somer visslaai, 138
- tropical salad, 12
- tomaten-ansjovis salade, 131

Sanhkaya, 107

Sashimi, 71

Satésaus, 103

Satsumajiru, 67

Sausen

- barbecuesaus (Chileense-), 131
- chilisau, 132
- pindasau, 45
- pruimensau, 99
- satésau, 104
- sesamsau, 65
- soja-gembersau, 65
- sukiyakisau, 65
- teriyakisau, 66
- tomatensau, 36
- tomaten-knoflooksau, 113
- tonkatsusau, 66
- zoet-zuur saus, 25, 106, 115

Scampicurry met cocosmelk, 105

Schape ragout met couscous, 78

Sesamsau, 65

Sinaasappelflan, 94

Skaappotjie, 139

Slasoep, 52

Smyrnaworstjes, 36

Soepen

- borsjtsj, 83
- courgettesoep, 17
- Indiase kippensoep, 40
- kippensoep met spinazie, 27
- kippensoep met wan-tans, 124
- krabsoep met asperges, 123
- linzensoep, 18
- maissoep, 132
- misosoep met tofu, 67
- pikante kippensoep, 103
- satsumajiru, 66
- slasoep, 52
- soep met garnalenballetjes, 68
- soep voor de ramadan, 77
- Szechuansoep, 27
- tomatensoep met kip, 28
- vissoep, 91
- zarzuela, 89, 90
- zure garnalensoep, 102

Soja-gembersau, 65

Somer visslaai, 138

Spaanse tortilla, 88

Spaghetti bolognese, 57

Spaghetti milanaise, 56

Steak Stroganoff, 85

Stifado, 37

Sukiyaki (saus voor -), 65

Sushi, 70

Sushirijst, 68

Szechuansoep, 27

T

Tajine van kip, 79

Tapas, 87

Teriyaki (saus voor -), 66

Tempura, 69

Tiramisu, 58

Toast met garnalen en varkensvlees, 99

Tropical salad, 12

Tomaten-ansjovissalade, 131

Tomaten-knoflooksau, 113

Tomatensoep met kip, 28

Tom yam kai, 103

Tom yam kung, 102

Tonkatsusau, 66

Tortillas (tarwe-), 132

Tzatziki, 33

U

V

Vanilleflan, 21

Varkenscurry, 104

Varkensvlees met noedels, 72

Varkensvlees zoet-zuur, 29

Venetiaanse koffieroom, 60

Vietnamese loempia's (koude-), 121

Vietnamese loempia's (warme-), 118

Visblokjes in pikante saus, 126

Viscurry uit Bombay, 41

Vis met ananas, 124

Vis met Chinese paddenstoelen, 30

W

Wan-tans, 119

Y

Yakitori, 71

Yoghurtsoep met balletjes, 111

Z

Zarzuela, 89, 90

Zoet-zure kippenvleugels, 106

Zoet-zuur saus, 25, 106, 115

Zoet-zuur varkensvlees, 29