

BASISBOEK

Thailand

TOM KIME

FOTOGRAFIE DOOR LISA LINDER



BECHT
Haarlem



Inhoud

8

Inleiding

12

Vorraadkast

20

15 onmisbare kruiden en specerijen

23

Fingerfood

52

Salades

82

Vlees en gevogelte

115

Vis en zeevruchten

151

Curry's en soepen

174

Rijst, noedels en bijgerechten

198

Desserts en drankjes

221

Basisrecepten

250

Menu-ideeën

252

Register

Thais eten***

is **spannend** en geeft je **energie**. Het laat je tong tintelen van opwinding. Je kunt je de eerste keer dat je Thais at vast nog herinneren. Als je eenmaal écht lekker Thais eten hebt geproefd, wil je alleen maar meer. Misschien komt dit wel door de chilipepers, die verslavend zijn en je een **goed gevoel** geven.

Vaak wordt gedacht dat de exotische geheimen van de Thaise keuken moeilijk onder de knie te krijgen zijn, zeker voor de thuiskok. Daarom kiezen we meestal voor goedkope afhaalmaaltijden, die er soms best lekker uitzien maar uiteindelijk toch altijd tegenvallen. Gelukkig is het bereiden van authentieke Thaise maaltijden eigenlijk relatief eenvoudig. Er komen wat voorbereidingen bij kijken, maar het koken zelf is niet moeilijk. Het draait maar om één ding; de smaakbalans. In het Thais wordt dit **rot chart** genoemd. *Rot* betekent 'smaak' en *chart* staat voor 'samengebracht' of 'in evenwicht' – deze harmonie van smaken is het ultieme doel bij Thais koken.

De Thaise keuken kent vier smaakgroepen: pittig, zoet, zuur en zout.

- **Pittig** komt bijvoorbeeld van pepers en specerijen, zoals verse en gedroogde chilipeper, hele en gemalen peper, gedroogde en verse kruiden, gember, knoflook, verse laos en geelwortel.
- Het tegenovergestelde van pittig is **zoet**. Dit is afkomstig van suiker, palmsuiker, vruchten of honing maar ook van geroosterde kokos of santen. Wat complexere zoete ingrediënten zijn garnalen en krab, langzaam geroosterd varkensvlees of eend.
- Limoen- en citroensap en rijstazijn zijn **zuur**, net als tamarinde, citroengras en limoenblaadjes, die een complexe, subtiele zure smaak toevoegen.
- **Zout** is in de Thaise keuken afkomstig van vissaus, sojasaus, geroosterde noten, gezouten, gerookte vis en gedroogde garnalen.

Al deze smaken moeten in elke hap en in elk gerecht met elkaar in balans zijn. Dit kan je bereiken door tijdens het gehele kookproces te blijven proeven. Dat klinkt eenvoudig, of niet? Toch proeven de meeste koks niet vaak genoeg. Neem eens een hap uit een watermeloen, pers er wat limoensap over en neem nog een hap – hij smaakt nu heel anders. Bestrooi met zout en extra limoensap en neem nog een hap; nu komen we echt op gang. Ten slotte bestrooi je de watermeloen met wat chilivlokken of zwarte peper. Smaakt goed? Met wat zout, limoensap en peper heb je een gewone watermeloen buitengewoon lekker gemaakt en voor een smaakexplosie op je tong gezorgd. Dat is Thais koken. Heb je het eenmaal geprobeerd, dan is er geen weg meer terug.

TOM KIME



12 dingen die je in Thailand gedaan moet hebben

1. Maak een ritje op een olifant in de jungle van Chiang Mai en help hem bij zijn bad in de rivier. Probeer ook wat *kai yang*: kip zoals ze die in Isaan klaarmaken, met citroengras en zwarte peper.

2. Verwen jezelf met een Thaise massage bij de massageschool in Wat Pho, de tempel van de liggende Boeddha, in Bangkok. Eet een paar Thaise visburgertjes of bananenkockjes bij een van de stalletjes voor de tempel.

3. Drink een Mai Tai-cocktail op het strand van Phuket. Geniet van het uitzicht en eet een gegrild visje met kurkuma of neem een kom kruidige gefrituurde inktvis.

4. Ga naar een Thaise kickboksvedstrijd en drink een Singha-biertje. Een echte kick krijg je van een Thaise roerbak met rundvlees, chilipeper en een zoetzuur uiensausje.

5. Geniet van heerlijk streetfood terwijl je een rondvaart maakt langs de historische drijvende markten van Amphawa. Voel je een echte Thai en probeer een pittig-zure groene-mangosalade.

6. Ga naar de jungle en eet een junglecurry terwijl je van de omgeving geniet. Dit gerecht, oorspronkelijk uit het noorden van het land, bevat geen kokosmelk en is dus flink pittig. Vroeger werd de curry bereid met wild zwijn. Houd je niet van heel pittig, probeer dan een rode curry met gekaramelliseerde kip.

7. Koop voor een paar dollar een Chanel-tas of een Rolex op de nachtmarkt en stil je trek met banaan-kokospannenkoekeken of zoete, krokante spareribs.

8. Ontdek het levendige Bangkok terwijl je je laat rondfietsen in een fietstaxi. Probeer gebakken Hakka-noedels met varkensvlees.

9. Ga op zoek naar een idyllisch strand. Laat al die toeristen die Maya Bay bezoeken, waar *The Beach* is opgenomen, hun gang gaan en vind je eigen stukje paradijs. Of neem gewoon een ananas-munt-gembercocktail, doe je ogen dicht en droom even weg.

10. Volg een workshop Thais koken in een koninklijk paleis en leer hoe je pittige bouillon maakt met kruidige viskockjes.

11. Relax in een hangmat op een eiland en drink met een rietje uit een verse kokosnoot, of probeer eens een kokospuddinkje: eenvoudig en exotisch.

12. Fiets door de velden en pluk bij een peperplantage je eigen specerijen bij elkaar. Geniet van knapperig gebakken visjes met Thaise kruiden of geurige kipvleugeltjes met laos.



Vers ingrediënten, noten en zaden

CITROENGRAS

Citroengras (sereh) heeft eenzelfde citrusmaak als citroen en limoen, maar zonder het zure en bittere van deze vruchten. Koop verse stengels die onderaan dikker zijn en een nagenoeg witte kleur hebben. Verwijder voor gebruik de harde buitenste bladeren. Snijd de stengel met een scherp mes in heel dunne ringetjes. Je kunt citroengras rauw eten in een salade en als garnering, of pureren en meebakken in een currypasta. Je kunt de stengel na het fijnsnijden ook invriezen en later direct vanuit de vriezer toevoegen.

GEMBER

Gember staat bekend om zijn buitengewone culinaire en geneeskrachtige eigenschappen. Kies jonge, dikke stukken. De schil kan je fijnsnijden of kneuzen en aan soep en currypasta's toevoegen. De geschilde gember kan rauw door salades, als garnering of als kruid worden gebruikt.

KORIANDERWORTEL

Dit klinkt misschien exotisch, maar je vindt deze wortels precies waar je ze zou verwachten: onder aan een bosje koriander. Als je zelf koriander in de tuin of op het balkon hebt staan, trek deze er dan uit alsof het worteltjes zijn – snijd de steeltjes niet af. De wortels geven een intense smaak aan pasta's, marinades en dressings. Je kunt ze in goede Aziatische winkels zelfs in zakjes kopen. Snijd ze fijn of kneus ze en gebruik ze rauw of gekookt. Als je ze niet kunt vinden, dan gebruik je het onderste deel van koriandersteeltjes en snijd je deze fijn.

THAISE BASILICUM

Thaise basilicum heeft donkergroene blaadjes, die wat puntiger zijn dan die van 'gewone' basilicum en vaak een paarse gloed hebben. Ze hebben een kenmerkende, sterke citrusachtige anijssmaak. Probeer het vers te kopen want gedroogd of ingevroren is het minder lekker. Het is verkrijgbaar bij Aziatische winkels maar als je het niet kunt vinden, kun je ook gewone basilicum gebruiken.

LIMOENBLAADJES

Dit zijn de donkere, glanzende blaadjes van de kaffirlimoenboom. Ze geven een verbazingwekkend sterke geur af als je ze breekt of scheurt. Je kunt ze gedroogd kopen maar als je ze vers invriest, behouden ze hun kleur en smaak beter. Als je ze niet kunt vinden, kun je geraspte limoenschil gebruiken: dat geeft ook een citrusaroma en -smaak, zonder zuur te zijn. Zo snijd je het limoenblad in reepjes: snijd de hoofdnerf eruit, rol beide helften strak op en snijd ze in heel dunne ringetjes.

CHILIPEPER

Chilipeper speelt een belangrijke rol in de Thaise keuken, omdat de pittige smaak ervan de andere smaken in balans brengt. Chilipepers variëren in scherpheid, dus proef ze voordat je ze toevoegt aan de pan. Je kunt altijd extra toevoegen als dat nodig is, maar een gerecht minder pittig maken is veel moeilijker. Rawit chilipepers zijn het heetst. Gedroogde chili is daarnaast heter dan verse. Bij veel recepten worden lange, rode chilipepers gebruikt, fijngesneden en zonder pitjes – hiermee kun je iets beter bepalen hoe pittig een gerecht wordt. Als je gerecht toch te heet is, kun je het temperen met iets zoets of neutraals zoals kokosroom, palmsuiker of vruchten.

KNOFLOOK

Knoflook wordt veel gebruikt in de Thaise keuken, maar als je er allergisch voor bent, kun je de knoflook eenvoudig vervangen door extra gember, korianderwortel of chilipeper. Als knoflook in een dressing of pasta zit, wordt deze rauw gebruikt. Daarom is een vijzel onmisbaar voor de Thaise kok. Je kunt de teentjes met een snuffje zout tot een pasta kneuzen, zodat er geen stukken knoflook in de salade terecht komen. Rauwe knoflook is scherp van smaak, maar als je het kookt of bakt krijgt het een zoete en volle smaak.

GEDOPTERDE PINDA'S

In veel Thaise gerechten worden geroosterde pinda's gebruikt. Bij Aziatische winkels kun je ongezoeten pinda's met of zonder vliesje kopen. Rooster ze op middelhoog vuur in een droge koekenpan of in een matig hete oven goudbruin. Zorg dat ze niet te donker worden, want dan krijgen ze een bittere smaak. Laat afkoelen en hak of stamp fijn. Houd altijd rekening met pinda-allergieën als je eters krijgt.

CASHEWNOTEN

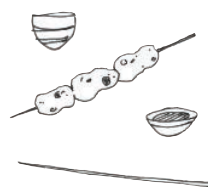
Koop ongezoeten, rauwe cashewnoten. Rooster ze in een droge pan tot ze goudbruin zijn. Als je Thais kookt voor iemand met een notenallergie kun je met geroosterde rijst (zie blz. 17) toch een knapperige touch aan je gerecht geven.

SESAMZAAD

Zaden geven extra textuur aan Thaise gerechten. Rooster ze in een matig hete oven of in een droge koekenpan tot ze goudbruin en knapperig zijn.



Voorraadkast



voor 6 personen

•••••
(24 stuks)

voorbereiding

10 minuten

afkoelen

30 minuten

bereiding

10 minuten

vers

500 g witvisfilet (kabeljauw,
koolvis, leng)

2 tenen knoflook

2 korianderwortels, gewassen,
fijngesneden

4 sjalotten, gesnipperd

4 lange rode chilipepers,
gehalveerd, pitjes verwijderd,
fijngesneden

4 cm verse gember, geschild,
geraspt

60 g sperziebonen, in kleine
stukjes

5 limoenblaadjes, fijngesneden

1 komkommer, in kleine blokjes
blaadjes van 4 takjes koriander,
grofgesneden

sap van 1 limoen

voorraadkast

1 theelepel zout

1 eetlepel vissaus

75 ml rijstazijn

2 eetlepels fijne kristalsuiker

2 eetlepels geroosterde,
grofgehakte pinda's

plantaardige olie, om in te
frituren

Thaise visburgertjes met ingemaakte komkommer

Dit heerlijke streetfood is perfect om je gasten
bij binnenkomst mee te verwelkomen.

1. Pureer eerst de vis een paar seconden in een keukenmachine of blender – behoud wel wat textuur dus pureer de vis niet helemaal fijn.

2. Vermaal in de vijzel de knoflook, korianderwortels, 1 van de sjalotten, 3 chilipepers, de gember en ½ theelepel zout tot een gladde pasta. Doe met de gepureerde vis, vissaus, sperziebonen en limoenblaadjes in een kom. Meng met je handen alles door elkaar; kneed hierbij het mengsel goed.

3. Bewerk het mengsel volgens de beschrijving op blz. 47.

4. Vet je handen licht in met olie, rol 24 kleine balletjes van het vismengsel en leg ze op een met olie ingevette bakplaat. Zet 30 minuten in de koelkast.

5. Maak intussen de ingemaakte komkommer. Verwarm de rijstazijn, suiker en de rest van het zout in een niet-poreuze pan tot de suiker smelt. Laat 1 minuut sudderen en haal de pan van het vuur om af te koelen. Voeg daarna de komkommer, de rest van de sjalotten en de laatste chilipeper toe en schep alles voorzichtig om. Voeg het limoensap, de koriander en de pinda's toe. Zet weg.

6. Voor je de burgertjes frituurt, druk je de balletjes plat tot ze ongeveer 5 cm in doorsnede zijn en 1 cm dik. Bak ze volgens de beschrijving op blz. 47. Laat ze op keukenpapier uitlekken en serveer met de ingemaakte komkommer.





Aziatische noedelsalade

met gebraden eend en sesamzaad

voor 6 personen

•••••
(24 stuks)

weken

10 minuten

voorbereiding

10 minuten

bereiding

5 minuten

vers

4 cm verse gember, geschild,
geraspt

1 eetlepel zoete chilisaus (zie
blz. 238)

sap van 2 limoenen

1 komkommer, in de lengte
gehalveerd, zaadlijsten eruit
geschraapt, diagonaal in halve
maantjes gesneden

3 lente-uitjes, fijngesneden

blaadjes van 3 takjes basilicum

blaadjes van 3 takjes koriander

½ gebraden eend (van een
Chinees restaurant of Aziatische
supermarkt), fijngesneden

specerijen

versgemalen zwarte peper

voorraadkast

300 g dunne glasnoedels (wa sun
noedels) of rijstnoedels

2 eetlepels lichte sojasaus

1 eetlepel sesamololie

2 eetlepels geroosterd sesamzaad

zout

Gebraden eend is zoet en rijk van smaak. Toch zorgt de limoen in dit gerecht ervoor dat het juist een heel frisse salade wordt.

1. Week de noedels 10 minuten in een kom koud water zodat ze zacht worden. Giet af, doe ze in een pan met licht gezouten, kokend water en kook in ongeveer 4 minuten al dente. Giet af en laat onder koud stromend water afkoelen.

2. Maak de dressing door de gember, zoete chilisaus, het limoensap, de sojasaus en sesamololie in een schaalje door elkaar te roeren.

3. Meng in een grote kom de noedels met de komkommer en lente-uitjes en voeg een beetje zout en flink wat zwarte peper toe.

4. Scheur de verse kruiden vlak voor het opdienen in stukjes en meng ze erdoor. Bestrooi de salade met het geroosterde sesamzaad. Proef en pas eventueel de smaakbalans aan. Besprenkel met de dressing en serveer de noedelsalade met het eendenvlees.





Siamese kip

met gember, koriander, knoflook
en witte peper

voor 4-6 personen

•••••

voorbereiding

20 minuten

bereiding

10 minuten

vers

400 g kipdijfilet, in stukjes van
2-3 cm

3 korianderwortels, gewassen,
fijngesneden (of gebruik
het onderste deel van
koriandersteeljes, gewassen en
fijngesneden)

4 cm verse gember, geschild,
geraspt

3 tenen knoflook

blaadjes van ½ bosje koriander

specerijen

20 witte peperkorrels

1 eetlepel korianderzaad

½ theelepel kurkuma

1 eetlepel komijnzaad

voorraadkast

2 eetlepels lichte sojasaus

snufje zout

houten spiesjes, minstens

30 minuten in koud water
geweekt

De chilipeper werd pas in de Thaise keuken in gebruik genomen nadat de Spanjaarden en Portugezen in de zestiende eeuw eeuw in Zuid-Amerika waren geweest. Thaise gerechten waarin witte peper wordt gebruikt, stammen uit de tijd voor de chilipepers en zijn dus erg oud.

1. Marineer de kip in de lichte sojasaus terwijl je de rest van de ingrediënten klaar maakt.

2. Maal de korianderwortels met het zout en de peperkorrels fijn in een vijzel. Voeg de gember, knoflook en de specerijen toe en blijf malen tot alles goed gemengd is en je een grove pasta hebt.

3. Voeg de specerijenpasta toe aan de kip en wrijf deze er rondom mee in. Rijg aan elke spies 3 stukjes vlees.

4. Verhit de barbecue of grillpan tot deze heet is. Gril de spiesjes 2 minuten aan elke kant en dan nog 3-4 minuten tot ze gaar zijn; keer ze af en toe om. Of bak ze 5 minuten af in een op 200 °C/ gasstand 6 voorverwarmde oven.

5. Garneer met koriander en serveer direct, eventueel met een groene mangosalade.



Dit recept is ook lekker met de wildsmaak van kwartel. Ander wild dat je voor dit gerecht zou kunnen gebruiken zijn fazant, tamme of wilde duif.



6 keer chilipeper

1 Gegrilde garnalen met zout en chilipeper

Rooster 1 eetlepel korianderzaad, 2 theelepels venkelzaad, 5 stuks steranijs en 1 pijpje kaneel 2-3 minuten tot ze gaan geuren.

Maal de specerijen redelijk fijn in de vijzel (of in een specerijmolen), samen met ½ theelepel zwarte peperkorrels en een snuf chilivlokken. Bestrooi 400 g rauwe, gepelde garnalen met 3 theelepels van de specerijenmix en een snuf zeezoutvlokken.

Verwarm de barbecue of grill voor tot deze heet is. Gril de garnalen 2 minuten aan elke kant tot ze gaar zijn.

Pers 1 limoen uit over de garnalen en garneer met korianderblaadjes.

2 Garnalen en koriander met chilipeper en tamarinde

Verhit een scheutje plantaardige olie in een pan en bak hierin 2 fijngesneden groene chilipepers zonder pitjes en 1 eetlepel geraspte gember.

Bak ongeveer 2 minuten tot ze geuren.

Voeg 50 g tamarindepasta toe met 2 eetlepels lichte sojasaus.

Haal de pan van het vuur en voeg het sap van 2 limoenen toe.

Gril of bak 300 g grote, rauwe, gepelde garnalen ongeveer 2 minuten aan elke kant.

Besprenkel de garnalen met de chilipeper-tamarindedressing en voeg de blaadjes van 3 takjes koriander en munt toe.

3 Gegrild varkensvlees met watermeloen, limoen en chilivlokken

Bestrooi 1 varkenshaasje met zout en peper en rooster 12-15 minuten onder de hete grill tot het vlees goudbruin en gaar is; laat 5 minuten rusten.

Snijd een halve watermeloen in blokjes.

Scheur de blaadjes van 3 takjes munt in stukjes en meng deze in een kom met de watermeloen.

Voeg flink wat zout toe. Snijd het vlees in reepjes van 5 mm dik. Doe ze bij de watermeloen in de kom.

Bestrooi het vlees met ¼ theelepel chilivlokken – doe niet te zuinig met het zout en de chilivlokken. Voeg het sap van 2 limoenen toe.

Meng alles door elkaar, proef en pas eventueel de smaakbalans aan – zorg ervoor dat je de hete chilipeper, zoete watermeloen en wat zout en zuur proeft.

4 Gegrilde groenechilipeperdip

Rooster 4 grote, hele, groene chilipepers, 4 ongepelde teentjes knoflook en 4 ongepelde sjalotten onder een hete grill tot ze vanbuiten zwart en vanbinnen zacht zijn.

Trek de zwarte schil van de afgekoelde chilipepers, knoflook en sjalotten en maal ze samen fijn in de vijzel.

Pers er 1 limoen boven uit en meng het met 1 eetlepel vissaus tot een pasta. Proef en pas eventueel de smaakbalans aan.

Serveer met een paar hardgekookte eieren, stukjes komkommer of als bijgerecht bij gegrild vlees.

5 Knapperige kipburgertjes met groene chilipeper

Snijd 300 g kipfilet in blokjes van 2-3 mm. Meng 2 theelepels lichte sojasaus, 1 theelepel oestersaus en 1 losgeklopt ei in een kom door elkaar en voeg de kip toe.

Maal in de vijzel 2 hete groene rawit chilipepers fijn met 1 teen knoflook en 1 eetlepel geraspte gember. Voeg toe aan de kip en schep door elkaar.

Meng 3 fijngesneden lente-uitjes en de blaadjes van 3 takjes basilicum en koriander door elkaar en voeg toe aan de kip. Neem de inhoud van de kom in je handen en gooi het vlees er hard in terug. Doe dit ongeveer 5 minuten om het vlees mals te maken.

Verhit wat plantaardige olie in een pan met dikke bodem. Laat kleine lepeltjes van het mengsel in de hete olie vallen en bak 3-4 minuten tot ze goudbruin en krokant zijn. Bak in kleine porties tegelijk zodat de olie heet blijft.

6 Gekruide pompoen met honing en chilipeper

Snijd een flespompoen in blokjes van 3 cm en besprenkel met 2 eetlepels plantaardige olie.

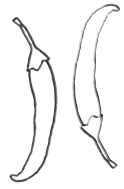
Bestrooi met wat zout, ½ theelepel gemalen koriander, ½ theelepel gemalen komijn, ½ theelepel kaneel en een snufje cayennepeper.

Verdeel de pompoenstukjes over een bakplaat en zet deze 25 minuten in een op 200 °C/gasstand 6 voorverwarmde oven tot de pompoen bruine randjes heeft.

Verhit een scheutje plantaardige olie in een pan en bak 2 fijngesneden rode chilipepers, 1 eetlepel geraspte gember, de rasp van 1 sinaasappel, een snufje zout en 2 eetlepels honing tot alles mooi bruin en gekaramelliseerd is. Pers er een limoen boven uit.

Schenk het mengsel over de gare pompoen en garneer met partjes limoen en in stukjes gescheurd korianderblad.





voor 4-6 personen



voorbereiding
10 minuten

bereiding
10 minuten

vers

1 portie groene currypasta (zie blz. 224)

2 stengels citroengras, buitenste harde bladeren verwijderd, rest fijngesneden

150 g sperziebonen, afgehaald (of peultjes of groene asperges)

sap van 2 limoenen

sap van 1 sinaasappel

500 g grote rauwe garnalen, gepeld, darmkanaal verwijderd

blaadjes van 3 takjes koriander

blaadjes van 2 takjes Thaise basilicum

2 lange groene chilipepers, pitjes verwijderd, fijngesneden

3 lente-uitjes, fijngesneden

voorraadkast

300 ml kokosroom

1 eetlepel tamarindepasta

1 eetlepel vissaus

Thaise groene curry met garnalen

De beste manier om een heerlijke curry te bereiden? Maak een flinke hoeveelheid currypasta en vries deze in kleinere porties in. Zo zet je op ieder moment in no-time een fantastische curry op tafel.

1. Verhit de currypasta in een pan op middelhoog vuur tot deze begint te stomen. Schenk de helft van de kokosroom erbij en breng aan de kook (je kunt later eventueel extra room toevoegen).

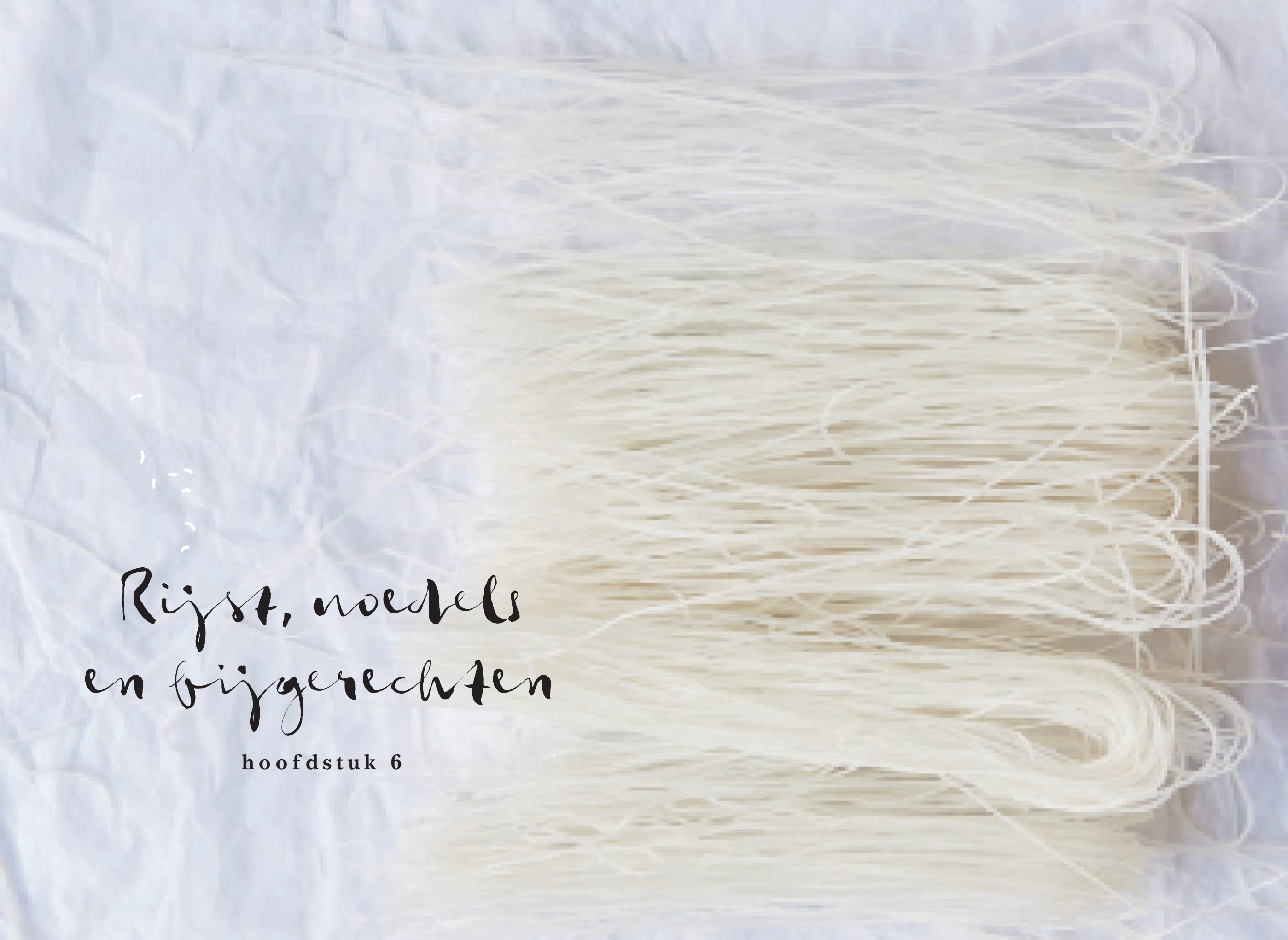
2. Voeg de helft van het citroengras toe en laat op laag vuur zacht sudderen; roer af en toe om te voorkomen dat de curry aanbrandt. Voeg als dat nodig is wat water toe.

3. Voeg de sperziebonen toe en kook 2 minuten mee. Laat de saus nog 3 minuten inkoken.

4. Roer de tamarindepasta, het sap van een van de limoenen, het sinaasappelsap en de vissaus erdoor. Doe de garnalen erbij en laat het geheel rustig sudderen.

5. Snijd de verse kruiden grof en roer een derde ervan door de saus. Proef de saus en pas eventueel de smaakbalans aan: deze moet pittig, zuur, zout en zoet zijn. Garneer de curry met de rest van het citroengras, de kruiden, groene chilipepers en lente-uitjes. Serveer met rijst of noedels.





Rijst, noedels
en bijgerechten

hoofdstuk 6



voor 4-6 personen



voorbereiding
15 minuten

bereiding
15-18 minuten

vers

500 g gefileerde kippendijen
zonder vel, in blokjes van 3 cm
2 tenen knoflook, fijngesneden
2 rode chilipepers, pitjes
verwijderd, fijngesneden
3 korianderwortels, gewassen,
fijngesneden
4 cm verse gember, geschild,
geraspt
200 ml verse kippenbouillon
3 lente-uitjes, fijngesneden
sap van 2 limoenen
blaadjes van 2 takjes munt
blaadjes van 3 takjes koriander

specerijen

1 theelepel kaneel
1 theelepel gemalen koriander
1 theelepel kurkuma
½ theelepel gemalen kardemom
versgemalen zwarte peper

voorraadkast

2 eetlepels plantaardige olie
100 g basmatirijst
2 eetlepels lichte sojasaus

Gestoomde kip met rijst, kurkuma en specerijen

Dit is eigenlijk een pilav, aangezien de kip en de rijst samen worden gekookt. Een heel eenvoudig gerecht dat ideaal is voor de hele familie.

1. Verhit de plantaardige olie in een pan met dikke bodem op middelhoog vuur. Voeg de kip toe en bak 4-5 minuten tot de stukjes goudbruin zijn. Doe de knoflook, chilipepers, korianderwortels en gember erbij en bak 1 minuut mee tot ze gaan geuren. Zorg ervoor dat ze niet aanbranden.

2. Voeg de rijst toe en roer goed door zodat de rijst met de kruiden bedekt wordt. Schenk de kippenbouillon en sojasaus erbij en leg het deksel op de pan. Laat 10-12 minuten zacht sudderen tot de rijst gaar is en al het vocht opgenomen is.

3. Meng de lente-uitjes, het limoensap en de in stukjes gescheurde munt en koriander erdoor en serveer.



Je kunt dit gerecht ook met vis of zeevruchten klaarmaken. Voeg deze dan later in het kookproces toe, omdat het minder lang duurt voordat ze gaar zijn.





voor 4-6 personen



bereiding
5 minuten

vers

2 limoenen

½ ananas, geschild, in blokjes

blaadjes van 3 takjes munt, plus
extra als garnering

4 cm verse gember, geschild,
geraspt

1 glas ijsblokjes

specerijen

½ theelepel versgemalen zwarte
peper

voorraadkast

snufje zout

Ananas, limoen en muntgranita

Serveer als een verkoelend drankje of meng er
een scheutje wodka, tequila of gin door.

1. Snijd met een scherp mes het groene en witte deel van de schil
van de limoenen en snijd het vruchtvlees in stukjes.

2. Doe alle ingrediënten in een keukenmachine of blender en
pulseer tot je een granita hebt. Garneer met muntblaadjes en
serveer meteen.

