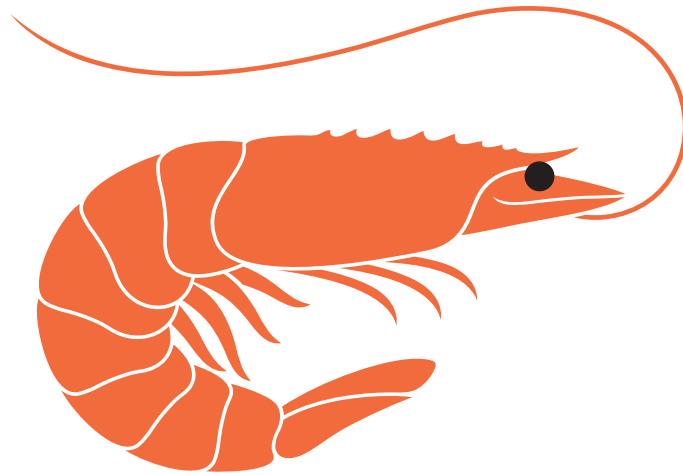


'Uitzonderlijk goed geschreven en authentieke recepten.'

THE NEW YORK TIMES

Groot Aziatisch kookboek

CHARMAINE SOLOMON

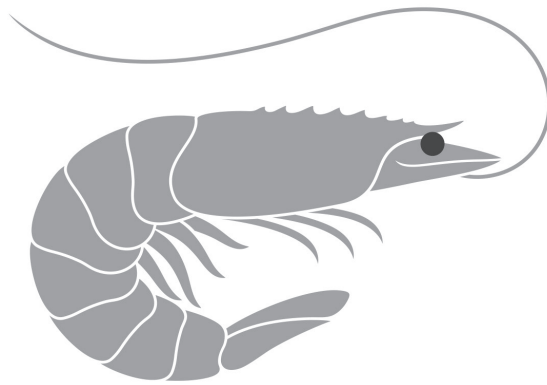


➤ CULINAIRE KLASSIEKERS ➤



Groot Aziatisch kookboek

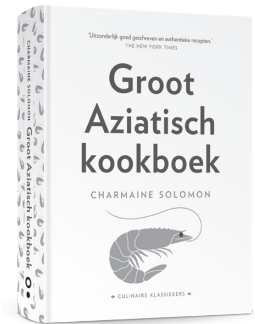
CHARMAINE SOLOMON



KOSM•S

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Verkrijgbaar in de reeks Culinaire klassiekers

**BEB VUYK****Groot Indonesisch kookboek**
ISBN 978 90 439 3152 6**PAUL BOCUSE****De nieuwe Franse keuken**
ISBN 978 90 439 3153 3**MARCELLA HAZAN****De klassieke Italiaanse keuken**
ISBN 978 90 439 3150 2**CHARMAINE SOLOMON****Groot Aziatisch kookboek**
ISBN 978 90 439 3151 9Oorspronkelijke titel: *The complete Asian Cookbook*

Uitgegeven door Lansdowne Publishing Pty Ltd, Sydney, Australië

Second revised edition 2002

© tekst 1976, 1992, 2002 Charmaine Solomon

© 1976, 1992, 2002 Lansdowne Publishing

Voor de Nederlandstalige editie

© 2003, 2016, 2023 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Titel: *Groot Aziatisch kookboek*

Vertaling: Constance Eenschooten

Omslagontwerp: b'IJ Barbara

Vormgeving: Studio Michelangela

Derde druk, 2023

ISBN 978 90 439 3151 9

NUR 440

Alle rechten voorbehouden. *All rights reserved.*

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaandeschriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Kosmos Uitgevers vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan.

Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

Inhoud



7	Woord vooraf
9	Voorwoord bij de 1e druk
11	Inleiding
12	Gezond eten
13	Rijst
15	Kokosmelk
16	Verse pepers – wees voorzichtig
17	Uien
18	Kipstukken voor curry
18	Kip trancheren op Chinese wijze
18	Vis in mooie stukken snijden
18	Ananas schoonmaken
19	Ten geleide bij de herziene uitgave
22	Maten en gewichten
22	Keukenmachine en blender
23	India & Pakistan
107	Sri Lanka
157	Indonesië
203	Maleisië
223	Singapore
247	Myanmar (Birma)
279	Thailand
305	Cambodja & Laos
315	Vietnam
331	Filippijnen
353	China
415	Korea
433	Japan
461	Verklarende woordenlijst
485	Register
509	Verantwoording

Voorwoord bij de 1e druk



Goed koken is een kunstzinnige uitdaging. In mijn jeugd heb ik het geluk gehad, dankzij de fantastische en toegewijde koks om mij heen – moeder, grootmoeders, tantes – aan den lijve te ondervinden dat het een van de meest dankbare manieren is om creatief bezig te zijn én anderen te plezieren. En bovendien nog leuk is ook!

Ik ontdekte dat er geen mysterie schuilt in goed koken, geen toverspreuken of magische ingrediënten, maar dat je alleen een dosis gezonde interesse in lekker eten en plezierig tafelen nodig hebt. Daarnaast is een betrouwbaar kookboek een grote hulp. Ik ben dol op koken, maar maak liever niet dag in dag uit dezelfde gerechten klaar. Voor mij ligt de uitdaging in het creëren van nieuwe gerechten, het bedenken van variaties op oude en bekende thema's en het uitproberen van buitenlandse recepten. Ik hoop dat dit voor u ook geldt. Het serveren van dergelijke maaltijden aan familie en vrienden vormt een gedeelde ervaring en een warme herinnering.

Het is mijn bedoeling geweest met dit boek enthousiaste koks de mogelijkheid te geven de keukens van Azië te ontdekken en te bewijzen dat echte oosterse gerechten in de westerse keuken klaargemaakt kunnen worden. Maar omdat we het moeten stellen zonder de alom aanwezige bedienden in veel Aziatische huishoudens, die het meeste, zo niet al het werk doen (inclusief de afwas!), heb ik de recepten getest en nog eens getest opdat ze wel hun traditionele smaak en karakter behouden, maar met veel minder tijd en inspanning bereid kunnen worden.

Voedsel overschrijdt uiteraard geografische en politieke grenzen en de scheidingslijn tussen de ene culinaire traditie en de andere is vaak vaag. In eerste instantie dacht ik dit boek 'De keuken van Zuidoost-Azië' als titel te geven, maar dat zou (per definitie) India, Korea, Japan, China en Sri Lanka uitgesloten hebben; 'Oriëntaalse keuken' zou China en Japan gesuggereerd hebben, maar geen India; 'Het Verre Oosten' leek India en Sri Lanka uit te sluiten, en is bovendien een Europese beleving. Vandaar dat mijn keuze op 'Aziatisch' is gevallen. Enigszins eigennuttig wordt de lijn getrokken aan het westen van het Indische subcontinent, waardoor de interessante keukens van Afghanistan, Iran en Turkije niet aan bod komen, maar de lijn moest toch ergens getrokken worden!

Vanuit het oogpunt van gemak, en niet uit politieke onwetendheid of bevooroordeelde, heb ik de gerechten uit India, Pakistan, Bangladesh en Kashmir in één hoofdstuk ondergebracht. Het hoofdstuk over China stoelt zwaar op mijn eigen ervaringen in HongKong, maar naast de wereldberoemde Kantonese keuken krijgen ook de gerechten uit andere provincies van het vasteland volop aandacht. Veel van de fantastische Chinese gerechten uit Singapore komen ook in Hong Kong voor en om niet in herhaling te vervallen, besteed ik bijzondere aandacht aan de nonja-gerechten van dat eiland. Veel gerechten uit Maleisië en Indonesië komen overeen of lijken op elkaar, dus ook hier heb ik weer een keuze proberen te maken uit gerechten die voor beide landen het meest representatief zijn – wanneer u een favoriet recept niet in het hoofdstuk over Maleisië kunt vinden, probeer dan Indonesië, en omgekeerd.

Voor diegenen onder u die minder bekend zijn met sommige van de ingrediënten en technieken die in de recepten in dit boek gebruikt worden, geven de inleidingen van de hoofdstukken handige informatie, zowel algemeen als specifiek. Naast praktische informatie over de benodigde ingrediënten en het keukengerei proberen de inleidingen ook iets van de kleur en de smaak van elk land dat op deze culinaire reis wordt aangedaan, op te roepen. Vanaf bladzijde 461 begint een uitgebreide alfabetische verklarende woordenlijst om het u gemakkelijker te maken.

Ik hoop dat u door het gebruik van dit boek zult delen in het plezier dat ik beleefde bij de samenstelling ervan. Begin vanavond nog en dineer met een van de Aziatische keukens van uw keuze. Plezier en een hele nieuwe wereld van koken – plus een vleugje avontuur! – staan u te wachten.

Charmaine Solomon

Inleiding



Net zoals Frankrijk stevige plattelandsgerechten kent naast een subtiele *haute cuisine*, heeft ook Azië een keur aan culinaire heerlijkheden die eenvoudig kunnen zijn of complex, heerlijk, scherp, mild, uitdagend en verslavend! Niet alle Aziatische gerechten zijn exotisch of buitensporig. Vele (zoals noedel- en rijstgerechten) zijn net zo gewoon als de pasta en de aardappelen van het Westen. Daarnaast zullen veel van de ingrediënten bekend waren voor hen die regelmatig in de keuken staan. De belangrijkste verschillen zijn op dezelfde manier ontstaan als overal elders in de wereld: door het gebruik van de beschikbare ingrediënten. Zo vertrouwt men op sommige specerijen en kruiden die in het Westen minder bekend zijn (gember en kardemom bijvoorbeeld); op bijproducten van de sojaboon; op eiwitrijke vis-sauzen en op garnalenpasta's.

Aan sommige van de ingrediënten moet u misschien wennen. Maar op het moment dat u zich overgeeft en het idee van rauwe vis accepteert, of versgepureerde peperpasta of gedroogd zeewier, zult u merken dat deze (en andere) ingrediënten even lekker zijn – en zeker zo fascinerend – als die welke u in uw *haute cuisine*-gerechten gebruikt.

De inleidingen bij elk hoofdstuk geven u inzicht in wat u kunt verwachten over minder bekende ingrediënten. Bijna zonder uitzondering zijn alle ingrediënten tegenwoordig in het Westen goed verkrijgbaar; in het uitzonderlijke geval dat dit niet zo zal zijn, of wanneer ze niet op voorraad zouden zijn, wordt bijna altijd een bruikbaar alternatief gegeven. Diegenen van u die reeds bekend zijn met een of meerdere Aziatische keukens, zullen naar ik hoop de recepten interessant en uitdagend vinden en zich geroepen voelen om ook minder bekende keukens te gaan ontdekken. Voor degenen die voor het eerst kennis maken met de keukens of voor hen die Aziatische gerechten alleen uit restaurantbezoek kennen, heb ik nauwgezet de bereidingsstappen zorgvuldig en duidelijk genoteerd. De recepten zijn, soms met een kleine aanpassing, dezelfde als die in Aziatische huishoudens worden gebruikt waar vaak minder keukenapparatuur – zoals koelkast, fornuis, keukenmachine en mixer – aanwezig is dan in westerse keukens. Er is dan ook geen enkele aanleiding om bang te zijn Aziatische gerechten te bereiden wanneer u een goed geoutilleerde keuken heeft.

In de volgende bladzijden wordt bijzondere aandacht besteed aan het gebruik van olie, de beste manier om rijst te koken (en te kopen), de bereiding van kokosmelk, het omgaan met verse pepers en nog diverse andere tips die van toepassing zijn op veel van de recepten.

Een opmerking over spelling en uitspraak: bij de meeste landen wordt de naam van het gerecht in de belangrijkste of meest gebruikte taal of dialect van dat land gegeven, gevolgd door de Nederlandse vertaling. Wat betreft China is de Kantonese keuken uit de Guangdong-provincie in het Westen het meest bekend. De Filippijnse namen worden voornamelijk in Tagalog gegeven, hoewel er ook wat Spaanse namen zijn. De Indiase namen zijn voornamelijk in Hindi (maar wees niet verbaasd ook Engelse woorden te zien, net als in Nederland en Indonesië zijn over en weer woorden in de twee talen overgenomen).

Maleisië en Indonesië kregen jaren geleden een eenduidige spelling waarbij de 'ch' uit Maleisië en de 'tj' uit Indonesië werden vervangen door de letter 'c' – zo werd het *blacan* in

plaats van *blachan* en *cumi-cumi* in plaats van *tjumi-tjumi*; de letter ‘oe’ in Indonesië werd ‘u’ – oelek werd zo *ulek*; en ‘dj’ werd ‘j’ – waardoor het *bajak* werd in plaats van *badjak*.

In het algemeen is de letter ‘a’ in Aziatische woorden een korte zachte ‘a’ (als in van, nooit als in baan); de ‘u’ klinkt meer als ‘oe’; en de letters ‘th’ meer als een ‘t’ die zachtjes de mond wordt uitgestoten en niet zoals de Engelse ‘th’.

De uitspraak van de Birmese namen kan verwarrend zijn. Onthoud alleen dat de letters ‘ky’ een uitspraak hebben die ligt tussen ‘tsj’ en ‘j’, op die manier klinkt *kyazan* als ‘tsjahzan’ en *kyetha* als ‘tsjetha’. De letter ‘k’ midden in een woord wordt niet uitgesproken; terwijl de letters ‘t’ en ‘ke’ aan het einde van een woord de voorafgaande klinker afknippen: *lethoke* klinkt als ‘letho’ en *gin thoke* als ‘jin tho’.

Ik gebruik vaak naast de Nederlandse naam ook de lokale namen van een ingrediënt; zo noem ik ‘gedroogde garnalenpasta’ ook *blaccan* (Maleisië), *trassi* (Indonesië), *ngapi* (Myanmar) en *kapi* (Thailand). Vanaf bladzijde 461 vindt u een verklarende woordenlijst.

In dit boek hebben we er voor gekozen om de Nederlandse spelling aan te houden.

Gezond eten

Het meeste Aziatische voedsel is gezond. Zo is bijvoorbeeld bewezen dat de Japanse voeding tegen hart- en vaatziekten, overgewicht en jicht beschermt. Met Chinese gerechten, vooral die welke gestoomd en geroerbakt zijn, kan zowel het lichaamsgewicht als het cholesterolgehalte verlaagd worden. Zelfs de gekruide gerechten uit India en Zuidoost-Azië zijn heilzaam. Veel van de kruiden en ingrediënten zoals knoflook en gember hebben aantoonbare positieve gezondheidsaspecten.

Echter, met de hedendaagse nadruk op het juiste lichaamsgewicht heb ik in de recepten aanpassingen gemaakt in hoeveelheid en type vet. Het blijkt mogelijk om heel goede resultaten te behalen met bijna de helft minder aan vet dan voor traditionele gerechten gebruikelijk is.

Voor Noord-India is ghee, of geklaarde boter, het belangrijkste vet om mee te bakken. Het kan zonder koeling bewaard worden, omdat het om puur botervet gaat waaruit alle melkeiwitten zijn verwijderd. Ghee is belangrijk, zowel vanwege de smaak, als vanwege het feit dat het tot hoge temperatuur verhit kan worden zonder te verbranden. Ik gebruik het voor de smaak, maar vervang een deel met een lichte oliesoort.

In sommige recepten is het niet mogelijk een alternatief te gebruiken zonder het eindresultaat geweld aan te doen – bijvoorbeeld bij Indiase zoete lekkernijen als *nan khatai*. Gebruik daarom in deze recepten geen margarine want dat geeft niet het gewenste resultaat. Bovendien wordt er maar zo weinig van gebruikt, dat de kans klein is dat gezondheid of spijsvertering hiervan te lijden hebben, tenzij u natuurlijk alle voorzichtigheid en zelfbeheersing verliest!

In de gerechten uit Thailand, de Filippijnen en enkele andere Zuidoost-Aziatische landen wordt reuzel gebruikt. Ik vervang dat door een lichte plantaardige olie. De smaak wordt wel iets anders, maar het gerecht ligt ook niet meer zo zwaar op de maag.

Kokosolie, dat in Sri Lanka, Maleisië en andere kokosverbouwende landen bijna exclusief wordt gebruikt, behoort tot de verzadigde vetten. De smaak is uniek, maar als u problemen met uw gezondheid heeft kunt u het vervangen door maïs-, saffloer- of zonnebloemolie.

De in de receptuur aangegeven hoeveelheden kokosmelk kunnen worden verminderd door voor de helft halfvolle melk te gebruiken.

Alle recepten kunnen zonder verlies van smaak aangepast worden voor vetarme diëten aangezien de exotische smaak voor het grootste deel afkomstig is van de kruiden, specerijen en sauzen.

Rijst

Rijst, een van de oudst bekende graansoorten ter wereld en volksvoedsel nummer één voor meer dan de helft van de wereldbevolking, vormt het belangrijkste onderdeel van de dagelijkse voeding in heel Azië.

Er bestaan duizenden rijstsoorten, en landbouwkundige wetenschappers die met onderzoek en ontwikkeling bezig zijn naar nieuwe soorten met een hoger rendement, kunnen verschillen opnoemen die zelfs de meest enthousiaste rijsteters ontgaan. Maar vanuit het oogpunt van de Aziatische consument heeft rijst eigenschappen die de westelijke aardbewoner niet kent: kleur, geur, smaak en structuur.

De gemiddelde Aziat kan geblinddoekt, slechts aan de hand van de geur van een kom gekookte rijst, aangeven om welke soort het gaat.

Rijsthandelaren zijn zo getraind op het onderscheiden van de verschillende soorten rijst dat zij een paar korrels in de hand opwarmen, door een met duim en wijsvinger gemaakt gat ruiken en weten om welke soort het gaat, hoe oud hij is en misschien zelfs waar hij verbouwd werd. Oude rijst staat in hoger aanzien dan jonge rijst, omdat deze meestal droger en lossier kookt, zelfs wanneer de kok per ongeluk te veel water heeft toegevoegd. Over het algemeen worden de witte gepolijste korrels – ongeacht of ze lang en dun of kort en dik zijn (veel kleiner dan wat wij als kortkorrelige rijst kennen) – als de beste beschouwd.

In niet elk Aziatisch land wordt rijst op dezelfde wijze gewaardeerd. In India en Pakistan, Sri Lanka en Myanmar houdt men van droge rijst. De lange dunne korrels vindt men het lekkerst en de rijst wordt met zout gekookt. De grootste zonde die een kok kan begaan is vergeten zout bij de rijst te doen.

In Maleisië, Indonesië, Thailand en Vietnam geeft men de voorkeur aan droge rijst die zonder zout is gekookt.

Verder naar het Oosten komen de middelgrote en kleinere soorten meer aan bod. In Laos, Cambodja, China, Korea en Japan is het belangrijk dat rijst goed gekookt is, zonder droog te zijn. Men wil glanzende parelwitte korrels die los zijn maar toch enigszins aan elkaar plakken, zodat ze gemakkelijk met eetstokjes opgepakt kunnen worden. Ook hier is zout uit den boze. De Laotianen wijken af van alle andere rijsteters omdat ze de voorkeur geven aan kleefrijst, die in de meeste andere landen alleen gebruikt wordt voor zoete gerechten of in blad verpakte snacks.

In de Tweede Wereldoorlog, toen er weinig populaire rijstsoorten voorhanden waren, was de rijst die op rantsoen verkrijgbaar was uiterst onpopulair vanwege het sterke (hoewel niet onplezierige) aroma. ‘Kom nu!’ zei men, ‘Hoe kunnen we dit eten? Dit is rijst die we vroeger aan de honden voerden.’

Ja heus, vroeger werden in elk huisgezin vaak ten minste drie verschillende soorten rijst gekocht: rijst voor de heer en zijn gezin, meestal wit en gepolijst; voor de bedienden was

er ongepolijste rijst die door de rijken veracht werd, hoewel onderzoek heeft laten zien dat die rijst veel gezonder is; en rijst voor de dieren, een goedkope variant met een geur die als onplezierig ervaren werd.

Echter, elke soort rijst wordt met een aan eerbied grenzend respect behandeld. De rijst-oogst is immers een kwestie van leven en dood in de dichtbevolkte landen van Azië. Ik weet nog dat ik als kind ooit de vergissing beging op een grote houten kist of 'rijstdoos' te klimmen waarin de rijstvoorraad van een maand opgeslagen lag. En ik herinner me ook dat mijn ayah (kindermeisje), die me bijna nooit een standje gaf, me boos te kennen gaf daar vanaf te komen en het juiste respect voor de rijst te tonen. Rijst speelt een belangrijke plaats in religieuze ceremoniën, staat symbool voor rijkdom en vruchtbaarheid, en speelt in diverse bijgeloven een rol.

Zelfs de westerse wereld heeft sommige van de symbolen rond rijst overgenomen, zoals het gooien van rijst bij huwelijken. Maar de keuze die de westerse rijsteter moet maken, is relatief simpel. Rijst wordt of in kleinverpakking of in grootverpakking verkocht en er bestaat witte gepolijste rijst – langkorrelig, middelkorrelig en kortkorrelig en ongepolijste of natuurrijst – middelkorrelig en langkorrelig. De aromatische *basmati*-rijst uit Bangladesh wordt bij velen zeer gewaardeerd. In sommige delen van India staat deze rijst bekend als *Dehra Dun*-rijst. De beter bekende *patna*-rijst heeft wel dezelfde mooie lange korrels als *basmati*-rijst, maar niet het heerlijke aroma en is goedkoper dan *basmati*-rijst. In gerechten waar specerijen en smaakmakers aan de rijst worden toegevoegd en meegekookt, kan elke soort langkorrelige rijst gebruikt worden.

Voor elk recept in dit boek wordt de meest passende rijst gegeven, maar als algemene regel kunt u aanhouden dat middelkorrelige of kortkorrelige rijst een wat kleveriger effect geeft en langkorrelige rijst mooi droog is.

De rijst wel of niet wassen. Onder Aziatische koks zal wel nooit overeenstemming komen over de vraag of rijst voor het koken wel of niet gewassen moet worden. Sommigen geven er de voorkeur aan de rijst enige malen te wassen en dan een tijdje te laten weken, terwijl andere goede koks volhouden dat het wassen van rijst dom en verspillend is, omdat daarmee ook vitamines en andere voedingsstoffen weggespoeld worden.

In kleine hoeveelheden voorverpakte rijst hoeft meestal niet gewassen te worden, maar grootverpakkingen van rijst kunnen vuil bevatten en die rijst moet uitgezocht worden om dat vuil te verwijderen en moet daarna grondig gewassen worden.

Rijst die voor het toevoegen van het vocht gebakken wordt, moet na het wassen uitgelekt en gedroogd worden. Reken daarvoor 30-60 minuten. Rijst die gestoomd wordt moet eerst circa 8 uur weken. Rijst die op normale wijze gekookt wordt kan, al of niet gewassen en uitgelekt, direct in de pan.

De perfecte kookmethode voor rijst. Hoewel er in elk rijstrecept aanwijzingen gegeven worden volgt hier de algemene regel met betrekking tot de hoeveelheid rijst en vocht. Gebruik voor het afmeten van zowel het vocht als de rijst een maatbeker of litermaat van 250 ml inhoud ofwel een 'kop'.

Langkorrelige rijst: 2 koppen water voor de eerste kop rijst, en vervolgens 1½ kop water voor elke volgende kop rijst.

1 kop rijst – 2 koppen water

2 koppen rijst – 3½ kop water

3 koppen rijst – 5 koppen water

... enzovoorts.

Middelkorrelige of kortkorrelige rijst: 1½

kop water voor de eerste kop rijst, en vervolgens 1 kop water voor elke volgende kop rijst.

1 kop rijst – 1½ kop water

2 koppen rijst – 2½ kop water

3 koppen rijst – 3½ kop water

Breng de rijst met het water op hoog vuur snel aan de kook, temper het vuur zo laag mogelijk, doe een goedsluitend deksel op de pan en kook de rijst 20 minuten. Neem de pan van het vuur, verwijder het deksel en laat de stoom enkele minuten ontsnappen alvorens de rijst met een vork los te roeren. Schep de rijst met een schuimspaan in een schaal, want een houten lepel zal de korrels pletten.

U zult merken dat langkorrelige rijst veel meer water opneemt dan middelkorrelige of kortkorrelige rijst, daarom kunnen ze in recepten niet met elkaar verwisseld worden.

Kokosmelk

Ik heb veel mensen de heldere vloeistof die zich in een kokosnoot bevindt ‘kokosmelk’ horen noemen, ik heb het zelfs in boeken gelezen. Dus, met het risico mensen die beter weten te vervelen, is het belangrijk hier vast te stellen wat kokosmelk precies is. Het is de melkachtige vloeistof die wordt verkregen uit het geraspte vruchtvlees van een volwassen, verse kokosnoot. De melk kan zelf gemaakt worden van vers kokosvruchtvlees, van aangelengde ingedikte kokosmelk (*creamed coconut*), van poeder voor kokosmelk (*santen*) of kant-en-klaar in blik gekocht worden.

Kokosmelk is een van de belangrijkste ingrediënten in de keuken van bijna elk Aziatisch land en wordt gebruikt in soepen, curry's, vlees- of visstoofpotten en diverse soorten nagerechten. Kokosmelk heeft een bijzondere smaak en geeft gerechten een volheid waar ze niet zonder kunnen. Kokosmelk kan dus niet weggelaten worden, maar gelukkig is hij tegenwoordig overal in verschillende vormen verkrijgbaar. Een verse kokosnoot is niet langer noodzakelijk.

Voor ik met koken begin maak ik altijd eerst alle kokosmelk klaar die ik nodig zal hebben. Ik beveel deze methode nadrukkelijk aan omdat u dan niet plotseling midden in een recept voor het blok gezet wordt.

Er zijn twee soorten kokosmelk van verse kokos. De eerste persing is ‘dikke melk’ en de tweede is ‘dunne melk’. Indien in het recept alleen kokosmelk wordt aangegeven, gebruikt u een mengsel van beide. Alleen wanneer er specifiek om gevraagd wordt, gebruikt u de dikke of de dunne melk, die soms op verschillende momenten aan het gerecht worden

Vietnam



Hoewel de Vietnamese keuken tot op zekere hoogte is beïnvloed door de keuken van China, heeft de Vietnamese keuken toch een heel eigen karakter en smaak.

In plaats van sojasaus wordt vissaus (*nuoc mam*) gebruikt, die tijdens de bereiding wordt toegevoegd. *Nuoc mam* is sterker van smaak dan andere Zuidoost-Aziatische vissauzen; wanneer hij niet verkrijgbaar is, kan als alternatief wat pasta van gedroogde garnalen door Chinese vissaus worden geroerd. *Nuoc cham* (saus met als basis *nuoc mam*), dat als bijgerecht bij bijna alles geserveerd wordt, is een sausje gemaakt van de vissaus met toevoeging van verse pepers, knoflook, suiker, limoen- of citroensap en azijn. De smaak is scherper en meer uitgesproken en kent in de Chinese keuken geen enkel vergelijk.

Toen ik deze saus serveerde aan Vietnamese studenten ver van huis, waren ze daar erg blij mee, maar ze stelden voor meer knoflook te gebruiken. Ik laat het aan u, als kok, om zelf de beslissing te nemen hoeveel knoflook u wilt gebruiken. Er is verschil tussen het wonen in een land waar iedereen van harte van hetzelfde voedsel geniet of het eten van dat voedsel in de westerse omgeving waar collega's rond de vergadertafel de avond tevoren veel minder gekruide gerechten hebben gegeten. Je kunt zo snel aan populariteit inboeten! Maar wanneer u tijdens het weekend met andere enthousiastelingen wil feesten met Aziatische gerechten, daag ik u uit die op Aziatische wijze te kruiden.

Dat kan uiteraard ook in een Vietnamees restaurant, maar kies dan wel een restaurant dat ook door Vietnamezen wordt bezocht, zo weet u zeker dat daar authentieke Vietnamese gerechten met de juiste smaken van Vietnam worden geserveerd.

Men zegt dat de beste Vietnamese restaurants in Parijs en Noumea zijn, maar in Sydney vond ik ook een goed restaurant. Tijdens een bezoek ontmoette ik de jonge en enthousiaste staf van Vietnamese studenten onder de bezielende leiding van Le Thang Tien, die naar Australië kwam om ingenieur te worden. Tien heeft zichzelf leren koken. Toen hij jaren geleden van huis wegging miste hij de gerechten zo erg dat hij uit zijn hoofd heeft geprobeerd de smaken en structuren van thuis te reconstrueren. Hij was daarin zo succesvol dat hij nu een eigen restaurant heeft. Het is er altijd druk en zodra een tafeltje vrijkomt staan daar al weer nieuwe gasten voor klaar. Het eten is Vietnamees in karakter, maar veel minder pittig. Maar wanneer je van pittig houdt, hoef je dat de bediening maar te vertellen en zij brengen je ogenblikkelijk glimlachend een schaalje fijngestampde verse pepers.

Tien en zijn goed geïnformeerde neef en assistent Hien vonden het heerlijk om over de Vietnamese keuken te praten en zijn zo vriendelijk geweest de recepttitels van dit hoofdstuk te vertalen.

De Vietnamese keuken stoelt op rijst en noedels, maar men is in de loop der jaren ook het Franse stokbrood lekker gaan vinden en samen met Vietnamees rundvlees maakt men daarmee enigszins ongewone, maar verrukkelijke sandwiches.

Het ontbijt in Vietnam bestaat meestal uit noedelsoep. Die is in westerse ogen nogal intimerend vanwege de grote hoeveelheden verse koriander, knoflook en *nuoc mam*. Voor de overige maaltijden wordt rijst met diverse gerechten van vlees, gevogelte of vis geserveerd.

- 2 koppen middelkorrelige rijst
- 2 eetlepels arachideolie of reuzel
- 1³/₄ kop heet water

Com chien

‘GEBRADEN’ RIJST

Met de juiste hoeveelheid water wordt de kortkorrelige of middelkorrelige rijst in dit recept lekker droog en los en zijn de korrels stevig. Indien langkorrelige rijst wordt gebruikt, is 2¹/₂ kop water nodig voor eenzelfde resultaat, want langkorrelige rijst absorbeert meer vocht.

Was de rijst eventueel en laat hem uitlekken tot hij droog is. Smelt de olie of reuzel in een braadpan en bak de rijst al roerend met een metalen lepel 10-15 minuten of tot hij goudgeel en gaar begint te worden. Doe het hete water erbij, breng het aan de kook en temper het vuur tot heel laag. Doe het deksel op de pan en laat de rijst 20 minuten zachtjes doorkoken. Serveer hem met nuoc cham en bijgerechten.

6 personen

- 1 hele vis van 1 kg of 750 g gefileerde stevige witte vis
- 90 g cellofaanoedels
- 8 gedroogde Chinese paddenstoelen
- 1 wortel
- 3 dunne plakjes verse gember
- 1 groot teentje knoflook, gepeld
- 125 g gaar varkensvlees, in dunne plakjes
- 2 eetlepels lichte sojasaus
- ¹/₂ theelepel zout
- ¹/₂ theelepel gemalen zwarte peper
- 2 eetlepels vissaus
- 6 eetlepels kokosmelk
- 2 eetlepels gehakte verse korianderblaadjes
- 2 eetlepels dunne ringetjes bosui

Ca hap

GESTOOMDE VIS

Spoel een hele schoongemaakte vis af en maak de buikholte schoon met keukenpapier dat in grofkorrelig zout is gedoopt. Kerf met een scherp mes de vis diagonaal tot bijna op de graat in. Dep de vis droog en doe hem in een ovenvaste schaal.

Week de noedels en de paddenstoelen afzonderlijk 30 minuten in heet water. Laat de noedels uitlekken en knip ze in stukjes. Knijp de paddenstoelen uit, gooi de steeltjes weg en snijd de hoedjes in reepjes. Schrap de wortel en snijd hem in luciferdunne reepjes. Snijd de gember ook in dunne reepjes en rasp de knoflook fijn. Meng al deze ingrediënten in een kom met het varkensvlees, de sojasaus, het zout, de peper en de vissaus. Bestrijk de vis ermee en stoom die 30 minuten of tot hij gaar is. Reken voor visfilets 15-20 minuten. Schenk de kokosmelk erover, garneer met de koriander en bosui en serveer de vis direct met gekookte rijst.

4 personen

- 3 Chinese viskoekjes (zie Verklarende woordenlijst)
- ¹/₂ Chinese kool
- 1 eetlepel olie
- 1 teentje knoflook, uitgeperst
- 1 theelepel fijngeraspte verse gember
- 1 eetlepel lichte sojasaus
- 1 theelepel zout
- 4 theelepels oestersaus

Ca vo vien xao cai be trang

VISKOEKJES MET CHINESE KOOL

Snijd de viskoekjes in dunne plakjes. Was de kool, laat hem uitlekken en snijd hem in repen van 2,5 cm breed. Verhit de olie in een wok en bak de knoflook en gember enkele seconden op laag vuur, schep de kool erdoor en roerbak die 1 minuut. Roer er de sojasaus door met het zout en de oestersaus. Doe de bouillon erbij, breng alles aan de kook, leg de plakjes viskoekjes erin en laat die door en door warm worden. Schuif alles naar een kant van de pan, roer de met wat water tot een glad papje geroerde

4 eetlepels bouillon of water
1 theelepel maïzena

maïzena door het uitgelopen vocht onder in de pan en bind dat al roerend. Meng alle ingrediënten door elkaar en serveer het gerecht direct met gekookte rijst.

3-4 personen

4 eieren
1 theelepel zout
½ theelepel gemalen zwarte peper
125 g krabvlees, vers, diepgevroren, of uit blik
olie voor het bakken
2 bosuitjes, in ringetjes
eventueel 1 verse rode peper, in ringetjes
2 theelepels vissaus

Trung chien voi cua

OMELET MET KRAB

Klop de eieren los met het zout en de peper. Verwijder eventueel kraakbeen uit de krab. Verhit 1 eetlepel olie in een koekenpan, bak de bosuitjes en verse peper 1 minuut, roer er de krab door en bak alles nog een minuut of twee. Giet de vissaus erbij. Schep het mengsel op een bord en laat het afkoelen. Verhit weer 1 eetlepel olie in de pan en schenk het eimengsel erin, roer telkens het gestolde ei naar het midden van de pan tot de bodem gestold is en de bovenkant romig. Schep het krabmengsel op een helft en klap de omelet dubbel. Leg de omelet op een voorverwarmd bord en geef er naar wens nuoc cham bij.

6-8 personen

6 gedroogde Chinese paddenstoelen
10 gedroogde leliebloemen
250 g varkensgehakt
50 g cellofaannoedels
1 teentje knoflook, uitgeperst
3 bosuitjes, in ringetjes
1 theelepel zout
1 eetlepel vissaus
½ theelepel gemalen zwarte peper
500 g verse pijlinktvisjes
arachideolie voor het bakken

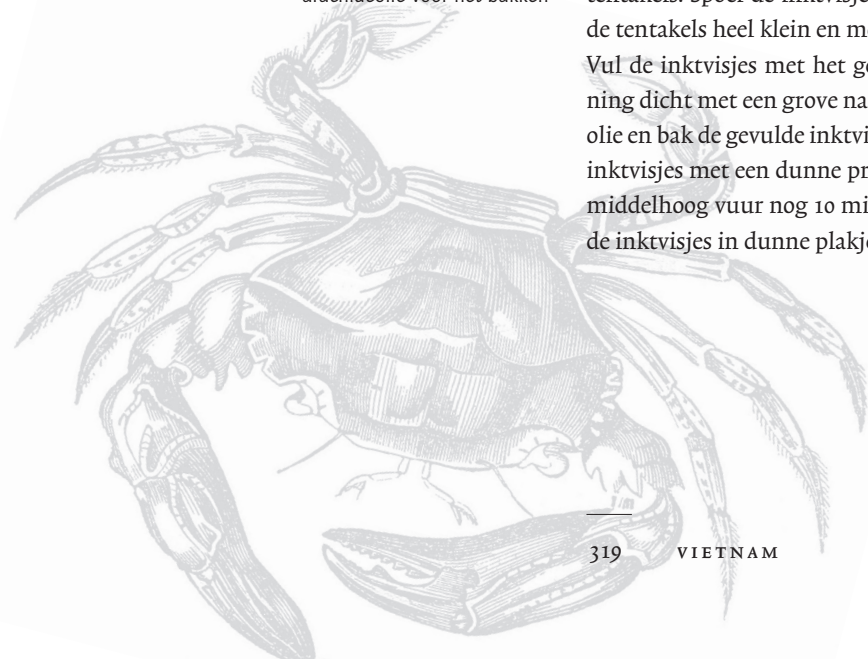
Muc don thit

PIJLINKTVIS GEVULD MET VARKENSVLEES

Week de paddenstoelen en leliebloemen afzonderlijk 30 minuten in heet water. Gooi de steeltjes van de paddenstoelen weg, evenals alle harde delen van de bloemen. Snijd de rest klein en doe die bij het gehakt. Week de cellofaannoedels 20 minuten in heet water, knip ze klein en doe ze bij het gehakt. Breng het gehakt op smaak met de knoflook, de bosuitjes, het zout, de peper en de vissaus en meng het er met de handen goed door.

Maak de pijlinktvisjes schoon, verwijder kop en inktzak en bewaar de tentakels. Spoel de inktvisjes van binnen en buiten goed schoon. Snijd de tentakels heel klein en meng ze door het gehakt.

Vul de inktvisjes met het gehakt en druk het stevig aan. Naai de opening dicht met een grove naald en draad. Verhit in een wok 3-4 eetlepels olie en bak de gevulde inktvisjes 5 minuten op middelhoog vuur. Prik de inktvisjes met een dunne prikker rondom enkele malen in en bak ze op middelhoog vuur nog 10 minuten (of langer indien ze groot zijn). Snijd de inktvisjes in dunne plakjes en leg die op een bedje van sla.



Het *Groot Aziatisch kookboek* van Charmaine Solomon is dé culinaire klassieker over de verschillende Aziatische keukens. Dit verzamelwerk van Solomon, de autoriteit op dit gebied, is het enige relevante boek waarin al deze keukens aan bod komen. Van India, Pakistan, Maleisië en Thailand tot China en Japan: meer dan 500 pagina's met recepten, uitleg over basisingrediënten en kookgewoontes uit deze landen.

‘Het kookboekenequivalent van een groot warenhuis: authentieke recepten uit elk land van uitzonderlijke kwaliteit.’

Delicious

‘Met dit boek kan iedereen de diversiteit van de Aziatische keukens leren kennen en koken.’

Jonah Freud, De Kookboekhandel

Het *Groot Aziatisch kookboek* maakt deel uit van de serie Culinaire Klassiekers, standaardwerken van gerenommeerde auteurs die in geen keuken mogen ontbreken. In deze reeks verschenen ook *De klassieke Italiaanse keuken* van Marcella Hazan, het *Groot Indonesisch kookboek* van Beb Vuyk en *De nieuwe Franse keuken* van Paul Bocuse.



**KOS
M•S**

NUR 440
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

