

INHOUD



6

Inleiding

9

Soorten rijst om te bereiden

16

Salades & bowls

42

Soepen & snacks

66

Hoofdgerechten

122

Bijgerechten

148

Desserts & zoetigheid

172

Register

SESAMRIJST MET



AVOCADO & ZALM IN KOM

Probeer de plakjes avocado als een bloem op het gerecht te leggen; lukt dat niet, dan mogen losse plakjes natuurlijk ook.



VOOR 2 personen



DUURT 40 minuten

150 g kortkorrelige zilvervliesrijst
1 el sesamzaad, geroosterd
100 g edamame (groene sojabonen) (indien nodig ontdooid)
1 avocado
1 warmgerookte zalmfilet (ca. 90 g)
handvol verse koriander, grof gehakt
zout
Voor de dressing
1 el sesamolielie
1 el sojasaus
1 el mirin
½ volle tl geraspte gemberwortel
scheutje honing

Kook de rijst in gezouten water volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet hem af, spreid hem uit over een bakplaat en laat hem afkoelen. Meng ondertussen de ingrediënten voor de dressing in een kleine kom.

Doe de rijst in een kom, roer de dressing, het grootste deel van het sesamzaad en de edamame erdoor. Verdeel de rijst over vier kommen.

Halveer de avocado en verwijder de pit en schil. Leg een halve avocado op het snijvlak op een snijplank en snijd er in de breedte dunne plakjes van. Laat de plakjes rechtop staan en waaier ze uit, zodat er een rij van plakjes ontstaat. Begin bij een uiteinde en krul de rij voorzichtig in de vorm van een roos; leg deze op de rijst.

Scheur de zalm in stukken en verdeel deze samen met de koriander en het resterende sesamzaad over de rijst.



ARANCINI MET



FONTINA, PROSCIUTTO & SALIE

Deze heerlijke snacks, letterlijk vertaald 'kleine sinaasappels', komen oorspronkelijk uit Sicilië, maar zijn nu in heel Italië te vinden. Verschillende regio's hebben hun eigen varianten van het recept, maar traditioneel werden ze gevuld met *ragù*. Het hoogtepunt van deze versie is het hart van gesmolten kaas.



VOOR 12 grote arancini



DUURT ca. 1 uur, plus koelen

mespunt saffraandraadjes
7,5 dl hete groentebouillon
25 g boter
250 g arboriorijst
50 g versgeraspte Parmezaanse kaas
zeer fijn geraspte schil van ½ citroen
10 grote saliebladeren, fijngehakt
plantaardige olie, voor het frituren

zout

Voor de vulling

75 g fontina, in 12 blokjes
3 plakken prosciutto, in 12 stukken

Voor de korst

3 el bloem met zout en peper
2 eieren, losgeklopt
85 g panko (Japans paneermeel)

Laat de saffraandraadjes 10 minuten in de bouillon liggen. Smelt de boter in een pan, voeg de rijst en ½ theelepel zout toe en roer tot alle rijst met boter is bedekt. Schenk 5 dl bouillon in de pan en breng hem aan de kook. Laat de rijst 18-20 minuten al roerend koken, tot hij de bouillon heeft geabsorbeerd en beetgaar is. Voeg indien nodig wat meer bouillon toe. Strooi de kaas en citroenrasp erover en laat de rijst even staan. Voeg de salie toe en schep alles door elkaar. Schep de rijst op een platte schaal, spreid hem uit en laat hem afkoelen. Laat de rijst dan opstijven in de koelkast.

Verdeel de rijst in twaalf porties en maak er balletjes in. Maak met uw wijsvinger een gat in het midden van elk balletje en stop er een blokje fontina en stukje prosciutto in. Maak er weer balletjes van. Wentel de balletjes door de bloem, door het ei en tot slot door de panko.

Verhit de olie in een pan tot 170 °C. Frituur de balletjes in porties 6-8 minuten; draai ze regelmatig om en zorg dat de olie tussendoor steeds weer op temperatuur komt. Laat de arancini uitlekken op keukenpapier, bestrooi ze met wat zout en laat ze voor het serveren afkoelen.



HONGKONGSE



RIJSTSCHOTEL UIT KLEIPOT

Bij dit eenpansgerecht gaat het vooral om de krokante bodem. Als u geen kleipot (een ongeglazuurde aardewerken schaal) heeft, kunt u ook een ovenschaal of pan met dikke bodem gebruiken.



VOOR 4 personen



DUURT 50 minuten, plus weken

300 g sushirijst
2 el shaoxingwijn
3 el geroosterdesesamolie
3 el sojasaus
1 tl kristalsuiker
1 el maizena
stukje gemberwortel ter grootte van een duim, geschild, de helft geraspt en de helft in dunne reepjes
500 g kippendijen, zonder vel en bot, in stukken
25 g gedroogde shiitakes
¼ tl zout
1½ tl szechuanpeperkorrels, licht gekneusd
5 lente-uien, in schuine stukjes
3 teentjes knoflook, in plakjes

Week de rijst 30 minuten in koud water. Meng de wijn, 2 theelepels sesamolie, 1 eetlepel sojasaus, de suiker, maizena en geraspte gember in een kom. Doe de kip erbij en schep die goed om. Dek de kom af en zet hem in de koelkast.

Breng 4,5 dl water aan de kook in een aardewerken pot met deksel. Doe de shiitakes erin, leg het deksel erop en laat ze 10 minuten op laag vuur koken. Haal ze eruit. Doe de uitgelekte rijst in het water met 1 theelepel sesamolie en het zout. Breng aan de kook, zet het vuur laag, leg het deksel op de pot en laat het geheel 25 minuten sudderen, tot de rijst gaar is en er aan de onderkant een korst is ontstaan. Neem de pot van het vuur.

Verhit ondertussen 1 eetlepel olie in een wok of grote koekenpan op hoog vuur. Roerbak de kip en de marinade circa 10 minuten en schraap regelmatig met een houten lepel over de bodem. Doe de shiitakes en szechuanpeperkorrels erbij en bak ze 3-4 minuten mee, tot de kip gaar is. Leg de kip op de rijst. Laat alles in de afgedekte pot nog 10 minuten stomen. Veeg de wok of koekenpan schoon en verhit 1 eetlepel olie. Roerbak de gemberplakjes goudbruin; voeg de lente-ui en knoflook toe en bak ze knapperig. Schenk de resterende sojasaus erbij en schep het mengsel op de rijst.



