

- 6. Inleiding
- 9. Chinese etiquette & gebruiken
- 11. Chinese kooktechnieken
- 14. Onderhoud en inbranden van de wok

## VOORGERECHTEN & SOEPEN

- 18. Vegetarische miniloempia's
- 19. Krokant zeewier
- 22. Toastjes met gamba's en sesamzaad
- 23. Kipsaté
- 25. Zoete Chinese spareribs met barbecue-saus
- 26. Krokante, aromatische eend met hoisin-saus en pannenkoeken
- 28. Klassieke loempia's
- 29. Spareribs met vijfkruidenpoeder
- 31. Krokant gefrituurde wontons
- 32. Zoet-pittige krokante kippenvleugeltjes
- 34. Kip yuk sung
- 37. Kip-maïssoep
- 38. Pittige pekingsoep
- 40. Noedelsoep met kip
- 41. Kippensoep met champignons
- 42. Wontonsoep

## KIP & EEND

- 46. Kip met honing en citroen
- 49. Kip met zoete gember en ananas
- 50. Kip met paddenstoelen
- 52. Kip met cashewnoten
- 54. Kip met strochampignons
- 55. Kip met ananas
- 57. Kip met pittige hoisinsaus
- 58. Zoetzure kipballetjes
- 61. Chinese kipcurry

- 62. Krokante kipreepjes met zout en zwarte peper
- 64. Chinese geroosterde eend of gans
- 65. Geroosterde eend met taugé en Chinese barbecuesaus
- 67. Geroosterde eend met shiitakes
- 68. Geroosterde eend met pruimensaus
- 70. 'Wandering dragon'

## ZEEVRUCHTEN

- 74. Sichuan gamba's
- 76. Dronken gamba's met gemengde groenten
- 77. Gamba's met tomaten
- 79. Foeyonghai met gamba's
- 80. Gamba's met gember en lente-ui
- 81. Gamba's kung po
- 82. Gamba's met satésaus
- 84. Pittige inktvis met paprika en ui

## RUND & VARKEN

- 88. Ossenhaas, groene paprika en zwarte-bonensaus
- 91. Krokante runderreepjes met chilipepers
- 92. Ossenhaas met oestersaus
- 93. Kantonese ossenhaas
- 94. Ossenhaas met O.K.-saus
- 97. Ossenhaas met zwarte peper, groene paprika en ui
- 98. Tjaptjoi met char siu
- 100. Char siu met taugé en barbecuesaus
- 102. Zoetzuur varkensvlees op Kantonese wijze
- 105. Chinees geroosterd varkensvlees
- 106. Krokant buikspek
- 108. 'Happy family'

## GROENTEN

- 112. Boeddhistische groenteschotel
- 115. Chinese broccoli in knoflooksaus
- 116. Roergebakken paksoi
- 117. Shiitakes met oestersaus
- 118. Gemengde Chinese paddenstoelen
- 120. Krokant gebakken tofu in een pittige, zure saus
- 122. Krokante Sichuan tofu met zout en chilipeper
- 125. Tofu met shiitakes

## RJST & NOEDEL

- 128. Perfect gestoomde rijst
- 129. Gebakken rijst met ei
- 130. Yangzhou gebakken rijst
- 132. Chow mein
- 133. Chow mein met kip
- 135. Chow mein met char siu
- 136. Chow mein met gemengde Chinese groenten
- 137. Chow mein Singapore
- 138. Mihoen Singapore

## BROODJES & ZOETIGHEDEN

- 143. Gestoomde broodjes
- 144. Chinese custardtaartjes
- 147. Pandan chiffon cake
- 148. Chinese gefrituurde appel met karamel
- 151. Bananenbeignets
- 151. Ijskoffiethee
- 152. Basisvoorraad
- 156. Register
- 160. Dankwoord



26.



58.



91.



135.

maar aardappelzetmeel kan ook). Voeg het aan het eind van het gaarproces aan een gerecht toe om de saus te binden.

### **Banket**

De meeste recepten in dit boek zijn geschikt voor 2 tot 4 personen. Als je een maaltijd voor de hele familie of voor een grote groep mensen wilt koken, kun je de ingrediënten gewoon vermenigvuldigen om het aantal porties te verhogen. Kijk wel uit met het toevoegen van zout; begin eerst met de hoeveelheid zout die in het recept staat aangegeven en voeg dan naar smaak zout toe tegen het eind van het gaarproces.

## **KOOKGEREI**

### **Wok**

Een veelzijdige pan met ronde bodem die zijn oorsprong in China heeft. De wok wordt met name in Zuid-China gebruikt, waar het het meestgebruikte kookgerei is.

Een wok mag naar mijn mening niet ontbreken in je keuken. Met deze eenvoudige maar uniek ontworpen pan kun je zo ongeveer alles. Koop een diepe wok, die je voor talloze Chinese kooktechnieken kunt gebruiken, waaronder roerbakken, stomen, sauteren, frituren, pocheren, koken, smoren, schroeien en stoven.

### **Messen**

In de Chinese keuken kun je eigenlijk niet zonder een Chinees koksmees en een hakmes. Voor beginners is het koksmees perfect; het is lichtgewicht en ideaal voor alledaags gebruik omdat je er alles mee kunt snijden, van groenten tot vlees zonder botten.

### **Snijplank**

Loop een Chinees huis binnen en je zult een grote, zware, houten snijplank vinden. Die verschuift veel minder dan een plastic snijplank, maar met beide kun je uit de voeten. Was de snijplank na gebruik af met heel heet water en gebruik azijn en citroensap om de plank van tijd tot tijd goed te reinigen.

### **Soeplepel**

Een komvormige lepel van metaal met een lange steel die al eeuwenlang door Chinese koks wordt gebruikt. Het is het perfecte hulpmiddel om voedsel door een heel hete wok te bewegen. Als je wok een antiaanbaklaag heeft, raad ik je aan om in plaats van een metalen soeplepel een grote houten lepel te gebruiken, want metaal kan de anti-aanbaklaag beschadigen.

### **Chinees spatel**

Een spatel met een lange steel in de vorm van een platte schep, die wordt gebruikt om de ingrediënten tijdens het roerbakken in de wok te keren en te husselen.

### **Bamboe stoommandje**

Het bamboe stoommandje, duizenden jaren geleden ontwikkeld in China, is een praktisch kookgerei dat je vaak zult gebruiken. Je kunt er voedsel in verschillende lagen in stomen en het is zo ontworpen dat het mooi in je wok past.

### **Lange eetstokjes**

De Chinezen gebruiken eetstokjes om mee te eten, maar ook houten eetstokjes tijdens het koken, vooral als ze een wok gebruiken.



# KROKANTE, AROMATISCHE EEND MET HOISINSAUS EN PANNENKOEKEN

Iedereen, en dan bedoel ik ook echt iedereen, is DOL op dit gerecht; het is het ideale gerecht om te delen met familie en vrienden.



10 MINUTEN



1-2 UUR



4 TOT 6 PERSONEN



2 UUR +

4 lente-uitjes, gehalveerd  
een stukje verse gemberwortel,  
ongeschild, in plakjes  
1 l kippenbouillon  
120 ml Chinese rijstwijn  
120 ml donkere sojasaus  
100 g ruwe rietsuiker  
1½ el Chinees vijfkruidenpoeder  
2 steranijs  
1 tl kruidnagels  
3 kaneelstokjes  
½ el zout  
4 eendenbouten (of neem een hele  
eend in kwarten gesneden)

## Voor erbij

1 pakje Chinese pannenkoekjes  
(gemiddeld 10 pannenkoekjes per  
pakje, toko)  
2 lente-uitjes, in dunne reepjes  
1 komkommer, in dunne reepjes  
60 ml hoisinsaus

Voeg de lente-ui, de gemberwortel, de kippenbouillon, de rijstwijn, de sojasaus, de rietsuiker, het Chinees vijfkruidenpoeder, de steranijs, de kruidnagels, de kaneelstokjes en het zout toe aan een grote pan en roer goed door elkaar. Voeg de eendenbouten toe en masseer de marinade in het vel. Laat minimaal 2 uur, maar het liefst een hele nacht, met het deksel op de pan in de koelkast marineren.

Haal het deksel na het marineren van de pan, zet de pan op hoog vuur en breng aan de kook. Zet het vuur laag en laat 1 tot 2 uur met het deksel op de pan zachtjes koken; let er daarbij op dat het niet droog kookt en voeg indien nodig wat water toe.

Haal de eendenbouten uit de pan en laat ze afkoelen op een rooster. Verwarm de oven voor tot 220 °C.

Leg de eendenbouten op een bakplaat en rooster ze 15 tot 20 minuten in de oven, tot het vel lekker krokant is.

Stoom de pannenkoekjes tegen het einde van de baktijd van de eend 6 minuten (of zoals aangegeven op de verpakking).

Haal de eend uit de oven en haal het vlees met twee vorken uit elkaar. Serveer direct met de warme pannenkoekjes, de lente-ui, de komkommer en de hoisinsaus en laat ieder zijn eigen pannenkoekjes vullen en oprollen.



# KIP MET CASHEWNOTEN

Als je Chinese gerechten maakt, is het altijd belangrijk om na te denken over de smaken en texturen van de ingrediënten. Malse kip, sappige babymais en zoute, krokante cashewnoten komen prachtig samen in dit gerecht.



5 MINUTEN



7 MINUTEN



2 PERSONEN

- 1 el arachideolie
- 3 teentjes knoflook, geperst
- ½ tl fijngehakte verse gemberwortel
- 2 kipfilets, in plakjes
- 1 ui, grofgesnipperd
- 1 wortel, in kleine blokjes
- 40 g waterkastanjes uit blik (o.a. toko), in plakjes
- 30 g bamboescheuten uit blik
- 3 babymaiskolven, in stukjes
- 2 el oestersaus
- 1 el donkere sojasaus
- 80 ml kippenbouillon
- ¼ tl zout
- ¼ tl witte peper
- 1 el maïszetmeel gemengd met 2 el water
- 30 g gezouten, geroosterde cashewnoten
- 1 tl sesamololie

Verhit een wok op middelhoog vuur, voeg de arachideolie, de knoflook en de gember toe en bak ongeveer 30 seconden, tot de aroma's vrijkomen. Schep de kip erdoor en roerbak 2 minuten. Voeg dan de ui, de wortel, de waterkastanjes, de bamboescheuten en de babymais toe en roerbak nog 2 minuten. Schenk de oestersaus, de sojasaus en de kippenbouillon erbij en voeg het zout en de peper toe. Roer goed, breng aan de kook, zet het vuur lager en laat 2 minuten zachtjes koken.

Schenk het maïszetmeelpapje al roerend in de wok om de saus te binden. Haal van het vuur, voeg de cashewnoten en de sesamololie toe en meng goed. Schep de kip in een schaal en serveer.





## GEROOSTERDE EEND MET SHIITAKES

Chinese geroosterde eend is nog altijd mijn favoriete gerecht. Als ik bij een Chinees restaurant ga eten, bestel ik altijd de eend: aan dit gerecht kun je merken of het een goed restaurant is! De Chinezen roosteren al 4.000 jaar vlees, dus we hebben wel wat ervaring.



5 MINUTEN



7 MINUTEN



2 PERSONEN

50 g gedroogde shiitakes (o.a. toko),  
geweekt in heet water en uitgelekt  
1 el arachideolie  
1 el fijngehakte knoflook  
½ tl fijngehakte verse gemberwortel  
300 g Chinese geroosterde eend  
(zie pag. 64), zonder bot en in  
stukjes  
1 el donkere sojasaus  
2 el oestersaus  
1 tl suiker  
¼ tl zout  
¼ tl witte peper  
80 ml kippenbouillon  
1 el maïszetmeel gemengd met  
2 el water  
1 tl sesamololie

Als je weinig tijd hebt, kun je voor dit recept ook prima voorgedaarde eendenborstfilet uit de supermarkt gebruiken. Het zal dan echter niet dezelfde authentieke smaak hebben, dus het is de moeite waard om alles helemaal zelf te maken.

Snijd grote shiitakes in kwarten. Verhit een wok op middelhoog vuur, voeg de arachideolie, de knoflook en de gember toe en roerbak ongeveer 30 seconden, tot de aroma's vrijkomen. Schep de shiitakes erdoor en roerbak 1 minuut. Voeg dan de eend toe en roerbak nog 1 minuut.

Meng de sojasaus, de oestersaus, de suiker, het zout en de peper door het shiitakemengsel en schenk de kippenbouillon erbij. Breng aan de kook, zet het vuur lager en laat 2 minuten zachtjes koken. Voeg het maïszetmeelpapje al roerend toe, tot de saus de gewenste consistentie heeft. Haal de pan van het vuur en roer de sesamololie erdoor. Schep het gerecht in een serveerschotel en serveer direct.



## OSSENHAAS MET ZWARTE PEPER, GROENE PAPRIKA EN UI

Dit gerecht werd in het restaurant altijd op een sissend bord geserveerd. We hadden zware, gietijzeren borden in de vorm van een rund, die we verhitten tot ze bijna roodgloeïend waren. Deze werden op houten serveerplanken geplaatst, waarna rookpluimen de keuken vulden. We schepten het vlees met zijn rijke saus op het bord, zodat het siste en spatte, en de lucht werd gevuld met een aromatische, heerlijk geurende rook.



10 MINUTEN



5 MINUTEN



4 PERSONEN



2 UUR +

2 tl zwarte peperkorrels  
450 g ossenhaas, op de draad in plakjes  
2 el oestersaus  
1 el Chinese rijstwijn  
2 tl lichte sojasaus  
een scheutje sesamololie  
2 tl maïszetmeel, plus 1 el gemengd met 2 el water  
1½ el arachideolie  
2 teentjes knoflook, in dunne plakjes  
1 kleine groene paprika, zaadlijsten verwijderd en in blokjes  
1 kleine ui, gesnipperd  
120 ml kippen- of groentebouillon

Wrijf de peperkorrels grof in een vijzel; niet te fijn, maar je wilt geen hele korrels. Voeg de ossenhaas, driekwart van de peper, de oestersaus, de rijstwijn, de sojasaus, de sesamololie en de theelepels maïszetmeel toe aan een grote kom. Meng goed zodat het vlees is bedekt en laat 2 uur of een hele nacht in de koelkast marineren en mals worden. (Dit is niet essentieel, maar het maakt wel een groot verschil.)

Verhit zodra je het vlees wilt gaan bakken de wok op hoog vuur. Voeg zodra de wok begint te roken de arachideolie en de gemarineerde ossenhaas toe. Laat de marinade in de kom zitten voor later gebruik. Roerbak tot de ossenhaas bruin is. Voeg dan de knoflook, de groene paprika en de ui toe en roerbak nog 2 minuten. Schenk de rest van de marinade en de bouillon in de wok en breng aan de kook. Schenk dan het maïszetmeelpapje bij de saus en roer voortdurend tot de saus is gebonden. Schep direct op een bord, bestrooi met de rest van de zwarte peper en serveer.

## TJAPTJOI MET CHAR SIU

Er doen veel verhalen de ronde over de oorsprong van de eenvoudige *tjaptjoi*. Een van die verhalen beweert dat het gerecht is uitgevonden door een Chinese Amerikaan die in de 19e eeuw aan de Amerikaanse transcontinentale spoorlijn werkte. Wanneer en door wie het ook gemaakt is, je zult het op de menukaart van bijna elk Chinees restaurant vinden. Het snuffje peper is essentieel, omdat het de smaak van het gerecht volledig verandert.



10 MINUTEN



8 MINUTEN



2 PERSONEN

1 el arachideolie  
200 g *char siu* (Chinees geroosterd varkensvlees, zie pag. 105)  
1 kleine ui, in dunne halve ringen  
2 handenvol taugé  
1 kleine wortel, in flinterdunne plakjes  
een snuffje zout  
een snuffje suiker  
60 ml water  
2 lente-uitjes, gehalveerd en in dunne ringetjes  
½ el donkere sojasaus  
een snuffje witte peper  
1 el maïszetmeel gemengd met 2 el water  
1 tl sesamololie

Verhit de olie in een wok met antiaanbaklaag en bak hierin het varkensvlees 2 minuten. Voeg de ui toe en roerbak 1 minuut. Schep dan de taugé, de wortel, het zout en de suiker erdoor. Schenk het water in de wok en breng aan de kook. Voeg nu de lente-ui, de sojasaus en de witte peper toe en meng goed op hoog vuur. Breng indien nodig verder op smaak. Schenk zoveel van het maïszetmeel-papje erbij dat de saus zal binden en blijf voortdurend roeren. Haal de wok van het vuur, roer de sesamololie erdoor en serveer direct.



# KROKANT GEBAKKEN TOFU IN EEN PITTIGE, ZURE SAUS

Chinees eten wordt van oudsher ingedeeld in vijf smaken: zout, pittig, zuur, zoet en bitter. Er is een spreekwoord dat zegt: 'Men moet leren om de smaken op harmonieuze wijze met elkaar te combineren om de Chinese kookkunst echt te beheersen.' Deze krokante tofu in een scherpe, pittige saus is een snel en simpel gerecht waar je smaakpapillen van gaan zingen.



10 MINUTEN



10 MINUTEN



2 PERSONEN

1 el sesamzaad  
2 el arachideolie  
225 g stevige tofu, in blokjes van 2 cm  
2 lente-uitjes, in dunne ringetjes  
1 tl sesamololie

## Voor de saus

2 el Chinese rijstwijn  
1½ el donkere sojasaus  
2 el rijstazijn  
160 ml groentebouillon  
1 el tomatenpuree  
2 tl chiliconensaus (*doubanjiang*, o.a. toko)  
½ tl witte peper  
2 tl suiker

Maak de wok met keukenpapier goed droog voordat je begint. Verhit de wok op laag tot middelhoog vuur, voeg de sesamzaadjes toe en rooster ze 2 tot 3 minuten, tot de zaadjes goudbruin zijn. Schep ze op een bord en laat afkoelen.

Verhit de arachideolie in de wok op middelhoog vuur en bak hierin de tofu in 2 tot 3 minuten aan alle kanten goudbruin. De tofu moet vanbuiten krokant maar vanbinnen nog zacht zijn. Laat uitlekken op een bord bekleed met keukenpapier.

Voeg alle ingrediënten voor de saus toe aan de wok op middelhoog vuur. Breng de saus aan de kook, zet het vuur lager en laat 3 tot 5 minuten zachtjes koken. Roer de tofu door de saus en wacht tot deze warm is.

Schep het gerecht in een serveerschaal, strooi de lente-ui en de geroosterde sesamzaadjes erover en besprenkel met de sesamololie. Serveer heet.







## GESTOOMDE BROODJES

De geschiedenis van Chinese gestoomde broodjes gaat terug tot de Oostelijke Zhou-dynastie (770-255 v.Chr.). Volgens geschiedkundigen betekende *mantou*, de oorspronkelijke naam voor de broodjes, 'hoofd van een barbaar'. Deze gestoomde, zachte witte broodjes worden vaak met Chinese thee geserveerd.



1 UUR EN 15 MINUTEN



9 MINUTEN



6 STUKS

120 ml warme volle melk  
10 g fijne suiker  
5 g gedroogde gist  
200 g bloem, plus extra om te  
bestuiven  
5 g bakpoeder  
½ tl olijfolie

### Voor de vulling

80 g *char siu* (Chinees geroosterd  
varkensvlees, zie pag. 105)  
½ el suiker  
1 el hoisinsaus  
1 el gelebonensaus (*taotjo*, o.a. toko)  
1 tl Chinees vijfkruidenpoeder  
2-3 el water  
natuurlijke rode voedingskleurstof  
½ el plantaardige olie

Meet de melk in een maatbeker af en voeg de suiker en de gist toe. Roer door en laat 5 minuten staan. Meng in een grote mengkom de bloem met het bakpoeder. Maak in het midden een kuiltje, schenk het gistmengsel erin en meng goed. Kneed in ongeveer 5 minuten tot een samenhangend deeg.

Wrijf de bovenkant van het deeg licht in met de olijfolie en laat afgedekt met een vochtige doek of plasticfolie 30 minuten in de kom rijzen, tot het deeg in omvang is verdubbeld.

Snijd intussen voor de vulling het vlees in blokjes van 5 mm. Meng de rest van de ingrediënten voor de vulling (behalve de plantaardige olie) in een kom en zet deze saus apart. Verhit de olie in een wok en bak het varkensvlees ongeveer 30 seconden. Voeg de saus toe en roer 2 tot 3 minuten flink door. Schep de vulling in de kom en laat afkoelen.

Leg het deeg op een met bloem bestoven werkvlak en kneed de luchtballen uit het deeg. Zorg dat het werkvlak met bloem bestoven blijft. Rol het deeg met je handen tot een lange worst en verdeel in 6 gelijke porties. Vorm elke portie deeg met je vingers tot een platte cirkel van 7 cm. Schep een eetlepel vulling in het midden van elke deegcirkel, breng de randen van het deeg naar elkaar toe zodat je een rond pakketje krijgt en draai om het pakketje af te sluiten.

Leg de gevulde deegballetjes op geperforeerd bakpapier in een stoommandje met deksel, dek af met een vochtige doek en laat nog eens 30 minuten rijzen.

Zet daarna het stoommandje boven een pan kokend water en stoom de broodjes 9 minuten. Serveer de broodjes heet.

Wil je ongevulde broodjes maken? Leg de porties deeg dan direct in een bekleed stoommandje en volg verder de instructies zoals bij de gevulde broodjes. Andere populaire vullingen zijn lotuszaadpasta (o.a. toko), custard en rodebonenpasta (o.a. toko): niet heel zoet maar wel erg lekker!

# CHINESE CUSTARDTAARTJES

Deze taartjes worden meestal aan het begin van de maaltijd met Chinese thee geserveerd. Twee keer zo zoet als de Britse custardtaartjes maar zo lekker dat je er nog eentje, en nog eentje wilt.



45 MINUTEN



30 MINUTEN



8 TOT 12 STUKS

## Voor het deeg

225 g bloem, plus extra om te bestuiven  
30 g poedersuiker  
60 g gezouten boter, koud en geraspt  
65 g reuzel (vraag het je slager), koud en geraspt  
1 ei, losgeklopt  
½ tl vanille-extract

## Voor de custardvulling

50 g fijne suiker  
150 ml heet water  
2 eieren  
5 el koffiemelk  
½ tl vanille-extract

Zeef de bloem en de poedersuiker in een grote mengkom. Voeg de geraspte boter en de reuzel toe en wrijf met je vingers de droge ingrediënten tot fijne kruimels.

Voeg het ei en het vanille-extract toe en roer met een mes door elkaar, tot er een bal ontstaat. Wikkel het deeg in plasticfolie en laat 30 minuten in de koelkast rusten.

Verwarm de oven voor tot 200 °C.

Maak de custardvulling. Meng hiervoor de fijne suiker met het hete water in een kom tot de suiker volledig is opgelost. Klop de eieren met de koffiemelk in een grote kom los. Voeg het suikerwater en het vanille-extract toe en meng goed. Schenk het eimengsel door een fijne zeef in een maatbeker om eventueel schuim te verwijderen. Zet apart.

Rol het deeg op een licht met bloem bestoven werkvlak uit tot een lap van 5 mm dik (rol het deeg niet langer uit dan nodig is) en steek met een koekjesuitsteker 12 cirkels uit die iets groter zijn dan de holtes van een muffinblik. Druk de deegcirkels met je duimen voorzichtig in de holtes van een muffinblik voor 12 muffins; begin daarbij op de bodem en ga dan langs de zijkanten omhoog om egale taartvormpjes te maken.

Schenk het eimengsel voorzichtig in de taartvormpjes, maar schenk ze niet te vol.

Zet het muffinblik op het rooster in het midden van de oven en bak de taartjes 10 tot 15 minuten, tot de randjes licht gekleurd zijn. Verlaag de oventemperatuur naar 150 °C en bak ze nog 10 tot 15 minuten, tot de custard gaar is.

Warm zijn ze heerlijk, maar ze zijn een dag of twee houdbaar in de koelkast. (Als je ze zo lang kunt weerstaan!)

