

De Grand Prix Keuken

Smaakvolle Recepten voor Raceweekends

De Grand Prix Keuken

Smaakvolle Recepten voor Raceweekends

Ries van Kuijk

Schrijver: Ries van Kuijk
Coverontwerp: Ries van Kuijk
ISBN: 9789464925371
© Ries van Kuijk

Inleiding

Welkom terug in de wereld van heerlijke smaken en spannende races met "De Grand Prix Keuken 2024." In dit vervolg op ons eerdere boek, nemen we je opnieuw mee op een culinaire reis rond de wereld, waarbij we de opwinding van de Formule 1-races combineren met de rijke smaken en tradities van de verschillende Grand Prix-locaties.

Het seizoen van 2024 brengt ons maar liefst 24 races en daarbij ook 24 menu's, elk geïnspireerd door de gastvrije keukens van de Grand Prix-landen. Als fervente fans van de Formule 1 realiseren we ons dat deze sport niet alleen draait om motorgeluiden en razendsnelle bolides. Het is ook een viering van diversiteit, eenheid en de verbluffende culturele rijkdom van de landen waar de races plaatsvinden.

De Formule 1 is de ultieme internationale autosport, waarbij fans van over de hele wereld zich verenigen om hun favoriete teams en coureurs aan te moedigen. Het is een voorbeeld hoe de wereld, ondanks haar verschillen, op sommige momenten samenkomt om te genieten van menselijke prestaties op het hoogste niveau. Maar het is ook een kans om de rijke geschiedenis, het erfgoed en de smaken van elk gastland te ontdekken.

In "De Grand Prix Keuken 2024" zul je wederom een scala aan heerlijke recepten ontdekken, geïnspireerd door de keukens van de Grand Prix-locaties. Van de pittige gerechten in Saoedi-Arabië tot de verfijnde lekkernijen in Japan, elk recept is zorgvuldig samengesteld om je smaakpapillen te verwennen en je een voorproefje te geven van de authentieke culinaire ervaringen die deze landen te bieden hebben.

Dit boek is niet alleen een uitnodiging om nieuwe gerechten te proberen, maar ook een kans om de verhalen achter deze smaken te ontdekken. Het vertelt over de geschiedenis van elk gerecht, de ingrediënten die deel uitmaken van de lokale cultuur, en de mensen die deze culinaire schatten generaties lang hebben gekoesterd.

Of je nu een doorgewinterde Formule 1-fan bent die de races nauwlettend volgt, een enthousiaste thuiskok die graag nieuwe recepten uitprobeert, of gewoon iemand die houdt van de geneugten van de internationale keuken, "De Grand Prix Keuken 2024" biedt voor elk wat wils. Het is een uitnodiging om opnieuw

plaats te nemen op je favoriete kijkplek, de televisie aan te zetten en je smaakpapillen mee te nemen op een wereldwijde culinaire tour terwijl je geniet van de opwindende races.

We hopen dat dit boek je zal inspireren om nieuwe smaken te ontdekken, gerechten te delen met vrienden en familie, en te genieten van de races op een unieke en smaakvolle manier. Dus bereid je voor om opnieuw te genieten van het brullende geluid van de motoren, de adrenaline van de bochten en de heerlijke smaken van "De Grand Prix Keuken 2024."

Veel kookplezier en geniet van de races!

A handwritten signature in black ink, reading 'Ries'. The letter 'R' is large and stylized, with a horizontal bar extending to the right. The 'i' is small and has a dot. The 'e' is also small and has a horizontal bar extending to the right.

De Formule 1 kalender van 2024

<i>#</i>	<i>Grand Prix</i>	<i>Circuit</i>	<i>Datum</i>
1	GP Bahrein	Bahrain International Circuit	2 mrt
2	GP Saoedi-Arabië	Jeddah Corniche Circuit	9 mrt
3	GP Australië	Albert Park	24 mrt
4	GP Japan	Suzuka	7 apr
5	GP China	Shanghai International Circuit	21 apr
6	GP Miami	Miami International Autodrome	5 mei
7	GP Emilia-Romagna	Imola	19 mei
8	GP Monaco	Circuit de Monaco	26 mei
9	GP Canada	Circuit Gilles Villeneuve	9 jun
10	GP Spanje	Circuit de Catalunya	23 jun
11	GP Oostenrijk	Red Bull Ring	30 jun
12	GP Groot-Brittannië	Silverstone	7 jul
13	GP Hongarije	Hungaroring	21 jul
14	GP België	Spa-Francorchamps	28 jul
15	GP Nederland	Circuit Zandvoort	25 aug
16	GP Italië	Autodromo Nazionale Monza	1 sept
17	GP Azerbeidzjan	Baku City Circuit	15 sept
18	GP Singapore	Marina Bay Street Circuit	22 sept
19	GP Verenigde Staten	Circuit of the Americas	20 okt
20	GP Mexico	Autodromo Hermanos Rodriguez	27 okt
21	GP Brazilië	Interlagos	3 nov
22	GP Las Vegas	Las Vegas Street Circuit	23 nov
23	GP Qatar	Losail International Circuit	1 dec
24	GP Abu Dhabi	Yas Marina Circuit	8 dec

GP Bahrein - Bahrain International Circuit

In het hart van het adembenemende Bahrein, waar de zonsondergangen de horizon in vuur en vlam zetten, schittert het Bahrain International Circuit als een juweel in de woestijn. Dit moderne circuit, gelegen in Sakhir, Bahrein, heeft sinds 2004 een speciale plaats in het hart van Formule 1-fans over de hele wereld veroverd.

Het Bahrain International Circuit is veel meer dan alleen een racebaan; het is een episch toneel voor snelheid, techniek en passie. Met zijn uitdagende lay-out, gekenmerkt door snelle rechte stukken die overgaan in technische bochten, daagt het de coureurs uit tot het uiterste van hun kunnen. Maar het circuit biedt meer dan alleen race-actie; het biedt een blik in de toekomst van de Formule 1.

Een van de meest iconische momenten in de geschiedenis van dit circuit was dat Bahrein had de eer om in 2004 de eerste Formule 1-wedstrijd te zijn die gehouden werd in het Midden-Oosten, en dit markeerde een keerpunt in de sport. Vanaf 2014 is Bahrein een nachtrace

Het Bahrain International Circuit heeft ook een speciale buitenste configuratie die gebruikt werd voor de Grand Prix van Sakhir in 2020. Deze kortere lay-out zorgde voor een snelle en intense race, met een uniek podium waarbij Sergio Perez zijn eerst F1 Grand Prix won, Esteban Ocon als tweede finishte en Lance Stroll als op het podium stond.

Dus, terwijl je jezelf onderdompelt in de race-actie, ontdek dan ook de culinaire schatten van Bahrein. Want net zoals het circuit de grenzen van snelheid verlegt, zo brengt ook de Bahreinse keuken je smaakpapillen naar nieuwe hoogten. Speciaal voor deze race hebben we de volgende recepten samengesteld.

Hummus met Pita brood

Hummus is een iconisch gerecht dat zijn oorsprong vindt in de Midden-Oosterse keuken. Het is een romige, op kikkererwten gebaseerde dip met een subtiele knoflook- en citroensmaak. Geserveerd met warme, zachte pita broodjes, is hummus een heerlijk voorgerecht dat perfect past bij GP Bahrein.

Ingrediënten:

- ⊗ 400 gram kikkererwten (uit blik of zelf gekookt)
- ⊗ 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- ⊗ 3 eetlepels tahin (sesampasta)
- ⊗ 3 eetlepels olijfolie
- ⊗ Het sap van 1 citroen
- ⊗ Zout naar smaak
- ⊗ Paprikapoeder (optioneel)
- ⊗ Verse peterselie en extra olijfolie voor garnering
- ⊗ Pita brood voor het serveren

Instructies:

- ⊗ Spoel de kikkererwten goed af onder koud water en laat ze uitlekken.
- ⊗ Doe de kikkererwten, fijngehakte knoflook, tahin, olijfolie, citroensap en een snufje zout in een keukenmachine of blender.
- ⊗ Mix de ingrediënten tot een gladde en romige hummus. Voeg indien nodig een beetje water toe om de gewenste consistentie te bereiken.
- ⊗ Proef en pas de smaak aan door meer zout of citroensap toe te voegen, indien nodig.
- ⊗ Schep de hummus in een serveerschaal, besprenkel met olijfolie, bestrooi met paprikapoeder (optioneel), en garneer met verse peterselie.
- ⊗ Serveer de hummus met warme pita broodjes.

Shawarma (met platbrood en saus)

Shawarma is een populaire streetfoodgerecht in Bahrein en vele andere landen in het Midden-Oosten. Het bestaat uit dun gesneden reepjes gegrild lamsvlees of kip, gekruid met exotische specerijen en kruiden. Shawarma wordt geserveerd met platbrood en diverse groenten, en het is een smaakvolle, hartige traktatie die de zintuigen prikkelt.

Ingrediënten:

- ⊗ 500 gram mager lamsvlees of kipfilet, in dunne reepjes gesneden
- ⊗ 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- ⊗ 2 theelepels gemalen komijn
- ⊗ 2 theelepels gemalen paprikapoeder
- ⊗ 1 theelepel gemalen koriander
- ⊗ 1/2 theelepel gemalen kaneel
- ⊗ Zout en peper naar smaak
- ⊗ 2 eetlepels olijfolie
- ⊗ Platbrood (bijvoorbeeld pita of naanbrood) voor het serveren
- ⊗ Sla, tomaat, ui en saus naar keuze (bijvoorbeeld knoflooksaus of tahinsaus) voor de garnituur

Instructies:

- ⊗ Meng de fijngehakte knoflook, komijn, paprikapoeder, koriander, kaneel, zout, peper en olijfolie in een kom.
- ⊗ Marineer de reepjes lamsvlees of kip in het kruidenmengsel en laat het minstens 30 minuten marinieren.
- ⊗ Verhit een grillpan of barbecue en grill de gemarineerde vleesreepjes tot ze gaar en goudbruin zijn, ongeveer 5-7 minuten per kant.
- ⊗ Verwarm het platbrood volgens de instructies op de verpakking.
- ⊗ Serveer de gegrilde vleesreepjes in het platbrood en voeg naar keuze sla, tomaat, ui en saus toe.
- ⊗ Vouw het platbrood dicht en serveer de Shawarma direct.

Mahalabiya

Mahalabiya is een traditioneel dessert dat vaak wordt genoten in Bahrein en andere Midden-Oosterse landen. Het is een romige, melkachtige pudding met een delicate smaak van rozenwater en oranjebloesemwater. Mahalabiya is verfrissend en licht zoet, waardoor het een perfecte afsluiting is van het GP Bahrein-menu.

Ingrediënten:

- ⊗ 1 liter volle melk
- ⊗ 100 gram maïzena
- ⊗ 150 gram suiker
- ⊗ 1 theelepel rozenwater
- ⊗ 1 eetlepel oranjebloesemwater
- ⊗ Een handvol gehakte pistachenoten voor garnering

Instructies:

- ⊗ Meng de maïzena met een beetje melk om een gladde pasta te maken.
- ⊗ Verwarm de overige melk in een pan op middelhoog vuur en voeg suiker toe. Roer goed tot de suiker is opgelost.
- ⊗ Giet de maïzenapasta geleidelijk in de verwarmde melk terwijl je continu roert.
- ⊗ Blijf roeren op laag vuur tot het mengsel dikker wordt en de consistentie van vla bereikt.
- ⊗ Haal de pan van het vuur en voeg rozenwater en oranjebloesemwater toe. Roer goed.
- ⊗ Giet de Mahalabiya in individuele kommetjes en laat ze afkoelen tot kamertemperatuur. Zet ze vervolgens minstens 2 uur in de koelkast om op te stijven.
- ⊗ Garneer met gehakte pistachenoten voor het opdienen.

GP Saoedi-Arabië - Jeddah Corniche Circuit:

In de bruisende stad Jeddah, Saoedi-Arabië, aan de betoverende kustlijn van de Rode Zee, komt het Jeddah Corniche Circuit tot leven als een waar spektakel. Als nieuwkomer op de Formule 1-kalender, in 2021 geïntroduceerd, heeft dit stratencircuit al snel de harten van racieliefhebbers over de hele wereld veroverd.

Het Jeddah Corniche Circuit is geen gewone racebaan; het is een verbluffende arena waar snelheid, techniek en passie samenkomen. Met zijn unieke lay-out, gekenmerkt door razendsnelle rechte stukken die uitmonden in uitdagende bochten, test het de vaardigheden van coureurs tot het uiterste. Maar dit circuit biedt meer dan alleen razendsnelle actie; het biedt een blik op de toekomst van de Formule 1.

Een van de meest opmerkelijke kenmerken van dit circuit is dat dit het snelste stratencircuit in de geschiedenis van de Formule 1 is. Coureurs brullen over het asfalt met verwachte gemiddelde snelheden van meer dan 250 km/u, wat elke race tot een adembenemend spektakel maakt. Het circuit herbergt ook enkele van de meest uitdagende bochten, waaronder de beruchte "Triple Left," een reeks van drie opeenvolgende linkerbochten die coureurs tot het uiterste dwingen.

Terwijl de raceauto's met duizelingwekkende snelheden over het Jeddah Corniche Circuit razen, nodigen we je uit om ook de Saoedische keuken te ontdekken. Net zoals het circuit de grenzen van snelheid verlegt, zo brengt ook de Saoedische keuken je smaakpapillen naar nieuwe hoogten. Speciaal voor deze race hebben we de volgende recepten samengesteld.

Samboosa

Samboosa, ook bekend als samosa, zijn heerlijke, driehoekige hapjes gevuld met vlees of groenten. Ze zijn een populaire lekkernij in Bahrein en veel andere delen van de wereld.

Ingrediënten voor de vulling (vlees):

- ⊗ 250 gram rundergehakt of kippengehakt
- ⊗ 1 ui, fijngehakt
- ⊗ 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- ⊗ 1 theelepel gemalen komijn
- ⊗ 1 theelepel gemalen koriander
- ⊗ 1/2 theelepel gemalen kurkuma
- ⊗ Zout en peper naar smaak
- ⊗ Olijfolie voor het bakken

Ingrediënten voor de vulling (groenten):

- ⊗ 2 aardappelen, geschild en in kleine blokjes gesneden
- ⊗ 1 wortel, in kleine blokjes gesneden
- ⊗ 1 ui, fijngehakt
- ⊗ 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- ⊗ 1 theelepel gemalen komijn
- ⊗ 1 theelepel gemalen koriander
- ⊗ 1/2 theelepel gemalen kurkuma
- ⊗ Zout en peper naar smaak
- ⊗ Olijfolie voor het bakken

Voor het deeg:

Kant-en-klaar samboosadeeg (verkrijgbaar in sommige supermarkten) of zelfgemaakt deeg.

Instructies:

- ⊗ Verhit een beetje olijfolie in een pan. Voeg de gehakte ui en knoflook toe en fruit deze tot ze zacht en lichtbruin zijn.
- ⊗ Voeg de specerijen (komijn, koriander, kurkuma) toe en bak ze kort mee tot ze geurig zijn.
- ⊗ Voeg het gehakt (of de groenten) toe en bak tot het gaar is. Breng op smaak met zout en peper.
- ⊗ Laat het vlees- of groentemengsel afkoelen.
- ⊗ Snijd het samboosadeeg in gelijke driehoekige vellen.
- ⊗ Leg een lepel van het vlees- of groentemengsel in het midden van elk deegvel.
- ⊗ Vouw de vellen dubbel tot een driehoek en druk de randen goed dicht met wat water.
- ⊗ Verhit olie in een diepe pan en frituur de samboosa's tot ze goudbruin en knapperig zijn.
- ⊗ Laat ze uitlekken op keukenpapier en serveer ze warm.

Mandi

Mandi is een heerlijk gerecht van langzaam gegaard vlees geserveerd met rijst en kruiden. Het is een traditioneel Arabisch gerecht dat bekendstaat om zijn rijke smaken.

Ingrediënten:

- ⊗ 500 gram lamsschouder of kip, in stukken gesneden
- ⊗ 2 kopjes basmatirijst
- ⊗ 2 uien, fijngehakt
- ⊗ 4 teentjes knoflook, fijngehakt
- ⊗ 2 eetlepels mandi-kruidenmix (verkrijgbaar in sommige supermarkten of zelfgemaakt)
- ⊗ Zout naar smaak
- ⊗ 2 eetlepels ghee (geklaarde boter)
- ⊗ 4 kopjes water

Instructies:

- ⊗ Verhit de ghee in een grote pan met dikke bodem. Bak de uien en knoflook tot ze goudbruin zijn.
- ⊗ Voeg de mandi-kruidenmix toe en bak kort mee tot ze geurig zijn.
- ⊗ Voeg het vlees toe en bak tot het bruin is aan alle kanten.
- ⊗ Voeg het water toe en breng aan de kook. Laat het vervolgens sudderen op laag vuur tot het vlees gaar en mals is (ongeveer 1-2 uur, afhankelijk van het vlees).
- ⊗ Verwijder het vlees uit de bouillon en houd het warm.
- ⊗ Was de rijst grondig en voeg deze toe aan de bouillon. Voeg zout toe naar smaak.
- ⊗ Kook de rijst in de bouillon tot deze gaar is en alle vloeistof is opgenomen.
- ⊗ Serveer de rijst op een grote schaal en leg het gegaarde vlees er bovenop.