

# 2005 september

CCR Rijnmond · Herfst

---

**SOEP** Tom Kha Kai soep

---

## Tom Kha Kai soep

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
kippenbouillon	750	ml
kokend water	500	ml
kokosmelk (1 blik)	400	ml
laos, gemalen	2	tl
citroengras	1	stengel
djeroek poeroet	4	blad
pepertjes, groen, in ringetjes	2	stuks
vissaus, ietsje minder mag ook	4	el
limoenen, sap	2	stuks
kipfilet, in reepjes	200	g
lente ui	4	stuks
koriander	1	bosje

Breng bouillon, water en melk aan de kook. Voeg laos, citroengras, de blaadjes djeroek, peperringetjes, vissaus en limoen toe. Laat 10 min trekken. Zeef het mengsel. Doe de kip erbij met de lente ui en laat 5 min zachtjes stoven. Bestrooi met koriander en dien op.

## Jhinga til Tinka

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
garnalen (groot, ongepeld)	12	stuks
sesamzaad	3	el
fijne vermicelli	75	g
plantaardige olie om in te frituren		
knoflook, fijngesneden	1	teen
rood chillipoeder	0.25	tl
citroen, rasp en sap	0.5	stuks
yoghurt	1.5	el
gemberwortel, fijngesneden	0.5	el
parmezaanse kaas (geraspt)	15	g
tijm	0.5	tl
room	1	el
besan, geroosterd (kikkererwtenmeel)	0.5	el
kardemompoeder	0.25	tl
zout	0.5	tl

Pel de garnalen en verwijder de zwarte draad aan de rug. Vermeng alle ingrediënten voor de marinade in een kom. Wentel de garnalen erdoor en marineer 30 min op een koele plaats. Vermeng het sesamzaad met de vermicelli voor de buitenlaag op en bord. Zorg dat de vermicelli in kleine stukjes is gebroken. Neem de garnalen uit de marinade en bedek ze royaal met het vermicellimengsel, druk het met de vingers aan zodat het blijft zitten. Laat de garnalen 5 min rusten. Verhit de olie in een frituurpan tot 180 °C. Frituur de garnalen met steeds een paar tegelijk 2-3 min tot de buitenlaag goudbruin en knapperig is. Garneer de krabsalade ermee.

## Salade de Caranguejos

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
plantaardige olie	4	el
mosterdzaad	4.5	tl
kerrieblaadjes, fijngesneden	30	stuks
gemberwortel, fijngesneden	3	tl
chilipeper, groen, fijngesneden	1.5	tl
ui, fijngesneden	300	g
krabvlees, wit, uiteengerafeld	900	g
kurkuma, gemalen	3	tl
zout, of naar smaak	1.5	tl
kokosmelk	9	el
geraspte kokos	3	el
korianderblaadjes	3	tl

Verhit de olie in een wok, bak het mosterdzaad erin tot het gaat springen in de pan, doe de kerrieblaadjes erbij en roerbak een minuut of twee. Bak de gember en groene chilipeper 2 min mee. Doe de gesneden ui in de pan en smoor hem glazig. Voeg het krabvlees toe en schep het een paar sec om, doe er dan kurkuma en zout bij. Roerbak 2 min, roer de kokosmelk, het geraspte kokos en de gesneden koriander door de krab. Neem de pan van het vuur en laat alles afkoelen. Schep de koude salade in een ring op het bord en verwijder de ring voorzichtig. Garneer elke portie met een garnaal in een vermicelli-jasje, een takje koriander en de chutney.

## Aam aur Krishna Kamal chutney

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
passievruchten, gehalveerd	2	stuk
knoflook, fijngesneden	1	teen
chilipeper, groen, van steeltje ontdaan	1	stuks
limoen, rasp en sap	1	stuk
kokosmelk	100	ml
palmsuiker of ruwe rietsuiker	1	tl
zout	0.5	tl
mangovruchtvlees, onrijp, grof gesneden	100	g
muntblaadjes, fijngesneden	2	el

Schep het passievruchtenvruchtvlees in een zeefje boven een kommetje en druk er met de bolle kant van een lepel het sap uit; gooi de pitjes weg. Pureer het passievruchtensap met de overige ingrediënten in een blender glad. Bewaar de chutney in een afgedekt kommetje op een koele plaats.

## Tenga

Ingrediënt	Hoeveelheid	Eenheid
rode-snapper of anders roodbaars	750	g
plantaardige olie	100	ml
steranijs	1	stuks
venkelzaad of anijszaad	1	tl
uien, fijngesnipperd	2	stuks
gemalen kurkuma	1.5	tl
chillpoeder, rood	1	tl
venkelzaad, gemalen	0.5	tl
zout, of naar smaak	0.5	tl
palmsuiker of jaggery	1	el
bamboescheuten, in plakken	100	g
citroenblaadjes	3	stuks
citroensap	2	el
tomaat, groot in plakken	1	stuks
korianderblaadjes, fijngesneden	1	el

Verdeel de vis in 12 stukken en leg ze in een lage schaal. Vermeng alle ingrediënten voor de marinade en wrijf deze in de stukken vis. Marineer ze 30 min op een koele plaats. Verhit de olie in een grote koekenpan, leg de stukken vis erin en bak ze aan beide zijden lichtbruin. Leg de vis op een bord en houd hem apart. Rooster de steranijs en venkelzaad in de achtergebleven olie in de pan en laat ze knetteren. Voeg de uien toe en fruit ze lichtbruin. Doe de gemalen specerijen een minuut om en voeg dan het zout, de suiker en de bamboe scheuten toe. Doe de citroenblaadjes, het citroensap en 200 cl water in de pan, breng alles aan de kook en laat het enkele minuten zachtjes sudderen. Leg de stukken vis in de saus en schep de plakken tomaat erdoor. Laat de vis in 7-8 min gaar stoven en schep de gesneden koriander erdoor.

**Kozhi Velai Kazhambu**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
kipfilets	750	g
tuinbonen, gedopt	100	g
kokosmelk	6.5	dl
gementerjuliënne	30	g
plantaardige olie (specerijenpasta)	3	tl
ui, groot, in plakken	1.5	stuks
gementerwortel, fijngesneden	30	g
knoflookteentjes, fijngesneden	15	g
kaneel	1	stokje
kruidnagels	3	stuks
kardemompeulen, groen	3	stuks
venkelzaad	1.5	tl
chilipepers, groen	12	stuks
korianderzaad	1.5	tl
cashewnoten	50	g
yoghurt	150	cl
fijngesneden korianderblaadjes	3	el
limoen, rasp en sap	1.5	stuks
plantaardige olie (kruiden)	3	el
laurierblad	1.5	stuks
steranijs	1.5	stuks
uien, in dunne plakken	3	stuks

Snijd de kipfilets in reepjes van circa 2,5 cm breed en doe ze in een lage schaal. Verhit voor de specerijenpasta de olie in een braadpan en doe er ui, gember, knoflook, specerijen, fijngesneden pepers en cashewnoten in. Smoor alles omscheppend tot de uien glazig zijn. Laat alles afkoelen, pureer het met de yoghurt in een blender tot een pasta. Verdeel deze specerijenpasta over de stukjes kip, en zet de schaal afgedekt 30 min op een koele plaats. Verhit voor de kruiden de olie in een schone braadpan. Doe er de laurier en de overige hele specerijen in en schep alles een minuut of twee om. Voeg de uien toe en smoor ze glazig. Voeg de tuinbonen en de stukjes kip toe en roerbak alles 3-5 min. Doe de kokosmelk en de gementerjuliënne bij de kip en breng de inhoud van de pan tegen de kook aan. Laat het gerecht op laag vuur 12-15 min sudderen tot de kip gaar is. Neem de pan van het vuur en roer de gesneden koriander, het limoenraspsel en -sap door de curry.

**Tadka Dal**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
splitlinzen of chana dal	600	g
zout	2	tl
kurkuma gemalen	2	tl
olie plantaardige	2	el
knoflook	2	tl
chilipoeder rood	2	tl
tomaten, middelgrote fijngesneden	4	stuks
koriander	12	takjes
limoen	3	stuks
gefrituurde ui (kant en klaar)	3	el

Doe de splitlinzen of dal in een pan met het zout, de kurkuma en 1 liter water. Breng het aan de kook, draai het vuur laag en kook de linzen in 15-20 min gaar. Verhit voor de kruidenrij de olie in een diepe pan en fruit de knoflook erin. Voeg het chilipoeder toe en bak 1 min. Doe de tomaten erbij en laat ze 3-4 min stoven, doe er dan de gare linzen bij. Laat ze 10-15 min op laag vuur sudderen. Serveer de dal heet.

**OVERIG** Naan

---

**Naan**

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
naan voorgebakken	12	stuks

12 stuks Naan voorgebakken. (eventueel 6 stuks als je naan erg groot is) Bak de naan af volgens de voorschriften.

## Gajjar Ka Halwa

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
worteltjes	1000	g
volle melk	2	l
kristalsuiker	200	g
ghee of boter	100	g
kardemompoeder	1	el
meloenpitten, geroosterd	0.5	el
rozijnen, 10 min geweld in warm water, uitgelekt	1	el
munt		
pistachenootjes	2	el

Schrap en rasp de worteltjes; zet opzij. Giet de melk in een hapjespan, breng aan de kook en laat hem regelmatig roerend tot 400 ml inkoken; dat duurt ongeveer 60 min. Doe de geraspte wortel in de melk en breng weer aan de kook. Draai het vuur laag en laat de pap onder regelmatig roeren circa 60 min koken tot alle melk is verdampt. Roer de suiker erdoor en verwarm de massa tot deze is opgenomen. Laat nog regelmatig roerend koken tot de wortel vrij droog is. Roer de ghee erdoor en bak alles 20-25 min. Roer het kardemompoeder, meloenpitjes en rozijnen door de wortelmassa en neem de pan van het vuur. Schep de halwa in licht ingevette uitsteekvormpjes van 4-5 cm doorsnee op bordjes. Strijk de bovenkant glad en til de vormpjes voorzichtig op. Schep op elke portie een lepel basundi en garneer met een takje munt. Strooi rondom gehakte pistachenootjes. Serveer warm.

## DESSERT

 Basundi

### Basundi

Ingredient	Hoeveelheid	Eenheid
volle melk	1000	cl
suiker	75	g
kardemom poeder	0.25	tl
saffraan draadjes	5	stuks

Doe de volle melk in een hapjespan. Breng aan de kook en laat hem 1,5 uur regelmatig roerend zachtjes koken tot er nog 1/3 over is. Voeg 75 g suiker toe en kook nog 3-5 min tot de suiker is opgelost. Voeg 0,5 tl kardemompoeder en de saffraandraadjes toe. Serveer koud.