



VEGETARISCHE SAOTOSOEP

TIJDENS EEN KOOKWORKSHOP HADDEN WE DE BEKENDE JAVAANS-SURINAAMSE SAOTOSOEP GEMAAKT, MAAR DAN DE VEGETARISCHE VARIANT. DEZE SOEP VIEL ZO IN DE SMAAK DAT WE VONDEN DAT HIJ IN ONS TWEDE KOOKBOEK MOEST KOMEN. HET LEUKE IS DAT JE ZELF JE INGREDIËNTEN KUNT KIEZEN. WIJ HADDEN DE BOUILLON ZELF GEMAAKT EN DE SOEP MET HARDGEKOOKTE EIEREN GESERVEERD IN KOMMETJES. OP DE TAFEL STONDEN DE BAKJES MET DE VERSCHILLENDE INGREDIËNTEN DIE JE BIJ DE SAOTO KUNT DOEN, WAARONDER OOK EEN BAKJE RIJST VOOR DE LIEFHEBBERS.

1½ UUR
VOOR 4 PERSONEN

INGREDIËNTEN

1 GROTE UI
3 TENEN KNOFLOOK
8 TAKJES SELDERIJ
3 L WATER
1 STENGEL CITROENGRAS, GEKNEUSD
6 PIMENTKORRELS
1 SALAMBLAADJE
1 EL KERRIEPOEDER (MASALA)
4 STUKJES GEKNEUSDE LAOSWORTEL (À 1 CM)
3 GROENTEBOUILLONBLOKJES
1 TL ZOUT
1 TL WITTE PEPER
4 EIEREN
200 G WITTE SURINAAMSE RIJST
(HELE KORREL)
150 G GEBAKKEN VERMICELLI
SCHEUTJE OLIJFOLIE
50 G FRIETCHIPS
300 G TAUGÉ
50 G GEBAKKEN UITJES
1 SPAANSE PEPER (OF MADAME JEANETTE)
125 ML SOJASAU

EXTRA NODIG

SOEPAN
WOKPAN

De naam saotosoep zegt het al, het is een zout en pittig soepje, waar bouillonblokjes aan toegevoegd worden. Dat hoeft echt niet veel te zijn, omdat het vol met andere kruiden zit. Wij gaan vaak voor een groentebouillon zonder alle toevoegingen die in gewone bouillonblokjes zitten. Die is ook gewoon in blokjes te koop bij elke natuurvoedingswinkel of we maken hem zelf (zie p. 171).

BEREIDING

Pel de ui en knoflook en snijd ze in kleine stukjes. Hak de selderij en houd 1 takje gesneden selderij apart. Breng een soeppan met het water aan de kook en voeg de knoflook, de ui, het citroengras, de pimentkorrels, het salamblaadje, het kerriepoeder, de laos en het apart gehouden gehakte selderijtakje toe. Breng op smaak met de bouillon, zout en witte peper en laat de soep ongeveer 1 uur koken.

Breng intussen drie pannen aan de kook. Kook de eieren hard, spoel ze dan af onder koud stromend water en pel ze. Kook in de tweede pan de rijst volgens de instructies op de verpakking. Kook de vermicelli in de derde pan volgens de instructies op de verpakking en bak hem daarna nog even kort op in een wokpan met het scheutje olijfolie.

Doe de selderij, vermicelli, frietchips, rijst, taugé en gebakken uitjes in aparte kommetjes. Snijd de Spaanse peper in stukjes en verwijder de pitjes. Doe de sojasaus ook in een kommetje en pers de Spaanse peper erboven uit. Snijd de hardgekookte eieren in de lengte doormidden. Neem vier soepkommen, leg in elk twee halve eieren en schenk de bouillon erover. Serveer en laat iedereen zelf zijn eigen soep samenstellen met de ingrediënten uit de verschillende kommetjes.





GEVULDE KIP

MET SOPROPO

TIJDENS ONS JAARLIJKSE KERSTDINER STEELT DEZE GEVULDE DAME DE CULINAIRE SHOW. HET IS EEN OVERHEERLIJKE VARIANT OP DE GEVULDE KALKOEN. DOOR DE BIJZONDERE VULLING VAN ONDER ANDERE KIPPENLEVER, SOPROPO, HAM, NOOTMUSKAAT EN CITROEN EN NOG VEEL MEER EXOTISCHE SMAAKMAKERS KRIJGT DEZE KIP WEL EEN BIJZONDER PROMINENTE PLAATS OP ONZE MENUKAART.

90 MINUTEN
VOOR 4 PERSONEN

INGREDIËNTEN

1 EL KOKOSOLIE
100 G KIPPENLEVER, SCHOONGEMAAKT
1 MIDDELGROTE SOPROPO
1 EL ZOUT
100 G HAM
100 G CHAMPIGNONS
1 STUKJE GEMBERWORTEL (À 4 CM)
1 EL OLIJFOLIE
500 G HALF-OM-HALFGEHAKT
1 TL SAMBAL
½ TL NOOTMUSKAAT
1 TL WITTE PEPER
½ TL KANEEL
1 BRAADKUIKEN
1 CITROEN
5 EL KETJAP

EXTRA NODIG

BRAADPAN
KEUKENTOUW
OVENSCHAAL

BEREIDING

Verhit de kokosolie in een braadpan en bak de kippenlevers in ongeveer 15 minuten gaar. Neem ze uit de pan en snijd ze heel fijn.

Was de sopropo onder koud stromend water en snijd hem in de lengte doormidden. Verwijder de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in halve maantjes. Doe de sopropomaantjes in een kom met water en voeg het zout toe (hierdoor worden ze minder bitter). Laat ze 10 minuten in het zoute water staan en spoel de maantjes daarna grondig af. Laat ze uitlekken.

Snijd de ham en champignons in stukjes. Hak de gember fijn. Verhit de olijfolie in een grote koekenpan en bak het gehakt rul. Voeg de ham, champignons en uitgelekte sopropo toe en meng goed. Doe de sambal, nootmuskaat, witte peper, gember en kaneel erbij en schep alles nog eens goed om.

Verwarm de oven voor op 220 °C. Spoel het braadkuiken af onder koud stromend water. Knijp de hele citroen uit en maak het kuiken schoon met de uitgeknepen citroen, inclusief schil. Vul de buikholte van het kuiken met het gehaktmengsel en bind hem dicht met keukentouw. Giet een beetje olijfolie in een ovenschaal en leg het braadkuiken erin.

Zet de ovenschaal in het midden van de voorverwarmde oven en braad het kuiken in ongeveer 75 minuten gaar. Bestrijk het vel om het kwartier in met zijn eigen vet en besprenkel ook telkens met een eetlepel ketjap. Zo krijg je gegarandeerd een heerlijk knapperig korstje!





TIP
Heerlijk met verse vruchten en een beetje poedersuiker.

CASSAVE-PANNENKOEKJES

MET KOKOS

DEZE CASSAVEPANNENKOEKJES HEBBEN WIJ VOOR HET EERST IN SURINAME GEGETEN BIJ HET ONTBIJT. WE WERDEN WAKKER VAN DE GEUR VAN VERS KOKOS EN VANILLE – DAT WAS ZO HEERLIJK! WE ZATEN MET EEN GROOT GLAS KOKOSMELK OP HET ERF VAN ONZE FAMILIE IN DE TROPISCHE ZON TE GENIETEN VAN DEZE PANNENKOEKJES.

IN HET WEEKEND MAKEN WE VAKER CASSAVEPANNENKOEKJES VOOR HET ONTBIJT EN LUNCH. ALS ZE NIET ALLEMAAL OPGAAN, DAN ZIJN ZE DE VOLGENDE DAG OOK NOG LEKKER BIJ HET ONTBIJT. CASSAVEMEEL IS GLUTENVRIJ.

30-45 MINUTEN
VOOR 4 PERSONEN

INGREDIËNTEN

300 ML MELK (NAAR KEUZE), PLUS EXTRA (OPTIONEEL)
1 TL FIJNE KRISTALSUIKER (OF HONING)
200 G KOKOS, GEMALEN
½ EL KOKOSOLIE, GESMOLTEN (OF OLIJFOLIE)
250 ML CASSAVEMEEL
1 TL BAKPOEDER
MERG VAN 1 VANILLESTOKJE
2 TL KANEEL
SNUFJE ZOUT
KOKOSOLIE, OM IN TE BAKKEN

EXTRA NODIG

BLENDER
ZEEF
KOEKENPAN MET ANTIAANBAKLAAG

BEREIDING

Doe 150 ml melk, de suiker, het gemalen kokos en de kokosolie in de blender en mix tot een glad beslag.

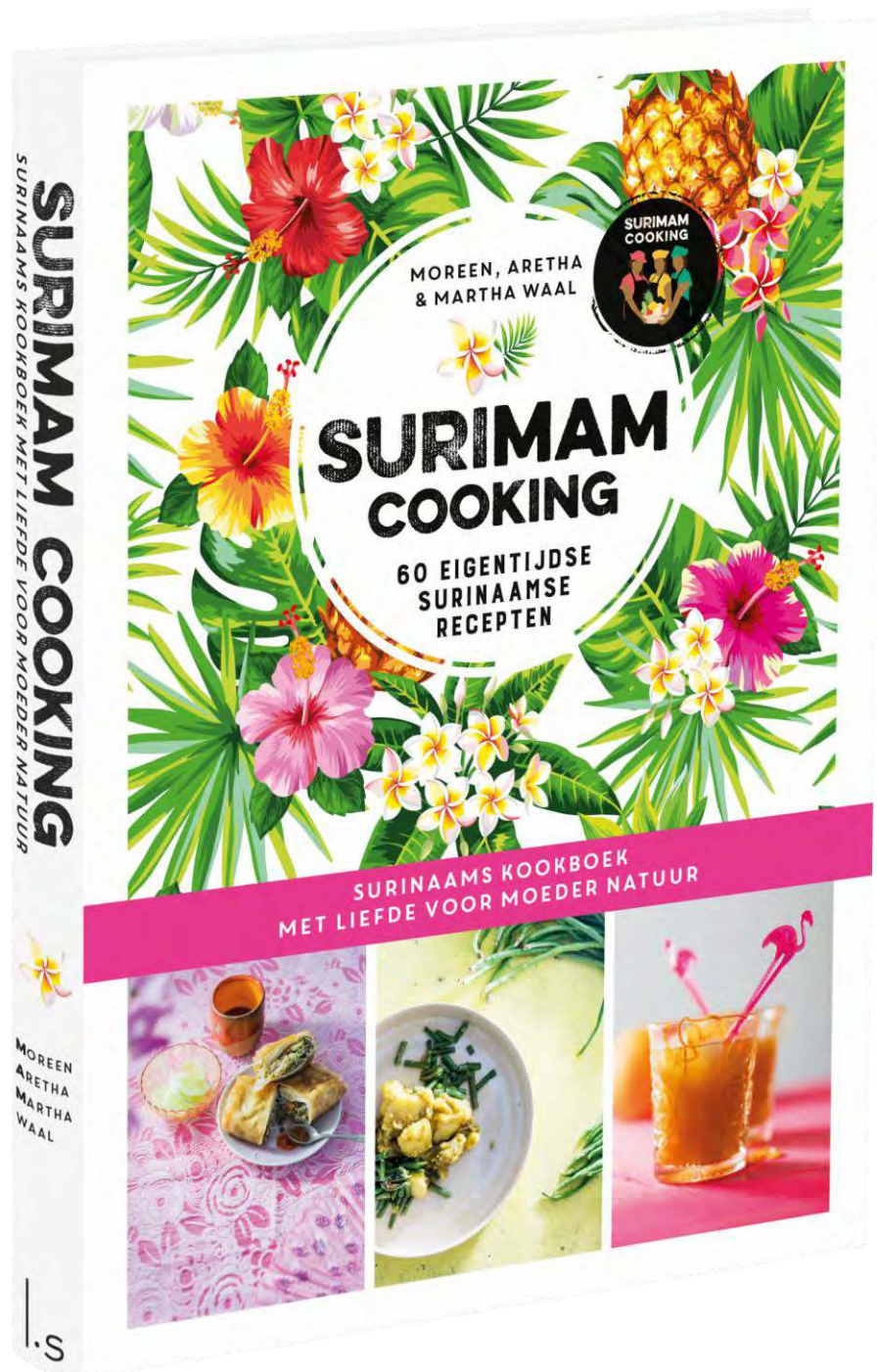
Zeef het cassavemeel. Voeg het meel al kloppend en beetje bij beetje samen met het bakpoeder, het merg van het vanillestokje en de kaneel, plus het zout toe aan het beslag. Doe nu de rest van de melk erbij en mix tot een mooi glad beslag. Als het mengsel nog iets te dik is, voeg dan een extra scheutje melk toe.

Verhit een beetje olie in een koekenpan met antiaanbaklaag. Schenk wat van het beslag in de pan en bak de pannenkoek aan beide kanten mooi goudbruin. Herhaal tot het beslag op is en houd de pannenkoeken zolang warm tussen twee borden. Je hoeft niet elke keer olie toe te voegen; wij bakken meestal een paar pannenkoeken per scheutje olie.



Deze recepten komen uit:

SurimAM Cooking 2
van Moreen, Aretha & Martha Waal



[Meer info](#)