

INDISCHE- EN CHINESE KOOKBOEK



Uitgave: Koninklijke Marine

INDISCHE- EN CHINESE KEUKEN

Inhoud

De cultuur van de Indische en Chinese keuken
Rijst en Rijstsoorten
Keuren bij aankoop, bewaren en bijproducten
De moderne wijze van rijst verbouwen, zoals dat gebeurt in Amerika
Rijstbereiding
Specerijen en kruiden
De klapper of kokosnoot en recepten met klapper
De sojaboon of Kacang Kedelee en recepten met de sojaboon producten
De pinda of Kacang Tanah en recepten met pinda's
De Katjang Idjoe, de boontjes waar men Taugé van maakt en recepten
De samenstelling van een rijsttafel
Sambalan recepten
Sajoer en Soto recepten
Vleesgerechten
Kipgerechten
Visgerechten
Eiergerechten
Groentegerechten
Atjars
Chinese en Indo-Europese gerechten
Lijst van Maleise benamingen en woorden

INDISCHE- EN CHINESE KEUKEN

De cultuur van de Indische en Chinese keuken

Rijst is een belangrijke voedingsoort waarover reeds in de Chinese geschriften van ongeveer 3000 jaar voor Christus werd gesproken. Vanuit China verwerfde de rijst bekendheid in de overige Aziatische landen en van daaruit naar Griekenland (ten tijde van Alexander de Grote), Spanje, Italië en in latere jaren geheel Europa en de andere werelddelen. Nu, in de 20ste eeuw, wordt rijst verbouwd in China, Japan, Siam, India, Italië, Spanje, Indonesië, Suriname, Afrika, Amerika en nog vele andere tropische en sub-tropische landen. Door de vaart op het voormalige Nederlands-Indië genoot de rijst in Nederland reeds in de 16de eeuw bekendheid, maar pas na de tweede wereldoorlog en de periode die vooraf ging aan het zelfstandig worden van het huidige Indonesië kregen de rijst en ook de Oosterse gerechten hier algemene bekendheid en zijn er in Nederland en ook in andere Europese landen, vele Chinese en Indonesische restaurants geopend.

RIJST

De Plant

De rijst is een graansoort die in de tropen en de subtropen groeit en in vele landen van Azië het hoofdvoedsel is. In de Indische archipel wordt de moerasrijst het meest verbouwd op de rijstvelden, de zogenaamde sawah's. Deze velden zijn door kleine dijkes van elkaar gescheiden en kunnen bevoedigd of drooggelegd worden. Als de grond goed doorweekt is, wordt het land met een tussenpoos van drie weken geploegd en daarna geëgd (met een soort hark). Op kleine kweekbedden wordt de rijst uitgezaaid. Na 30 dagen worden de plantjes in keurige rijen op het rijstveld geplant, telkens 3 plantjes bij elkaar in een kuiltje. Zodra de bloei is begonnen worden er kleine wachthuisjes (gubuks) op palen gebouwd, waar de vogelwachter gedurende het rijp worden van de rijst de wacht houdt en de vogels verjaagt. Het oogsten gebeurt door vrouwen die met een klein mesje (ani-ani) aar voor aar afsnijden. De aren worden in bussels gebonden en opgeslagen in de gemeenschappelijke dorpschuur of lumbung. Voordat de rijst geoogst wordt laat men de sawah helemaal droog lopen. Na de oogst wordt het veld opnieuw bewerkt voor een droog gewas. Als tweede gewas plant men ketele pohon, kacang tanah, kacang kedelee, ketimun of widjen. Als de geoogste rijst goed droog is wordt ze gedorst, de ruwe korrels worden van het stro gescheiden. Het overgebleven stro heet merang. De nu verkregen ruwe rijst, dus nog in kafjes, heet padi. Door pellen wordt de korrel van de doppen (kafjes) ontdaan. Het pellen kan machinaal in de rijstpellerijen of met behulp van een rijstblok en een rijststamper gebeuren.

Iedere ongepelde rijstkorrel bestaat uit de volgende onderdelen:

1. Het meellichaam: dit is het binnenste en grootste gedeelte.
2. Het zilervlies: dit is een grauwig of gekleurd vlies dat om het meellichaam zit.
3. De kafjes of doppen, die buiten om het lichaam en het zilervlies zitten.
4. De naald: een scherpe, rechtopstaande haar aan de bovenkant van de korrel.

In de desa stampen men de padi in een rijstblok (lumpang), met twee houten stampers tot beras. Dit werk gebeurt, evenals het oogsten, door vrouwen. Zij kunnen soms zo stam pen dat er door verschillende toonhoogten een melodietje ontstaat. Na het stampen worden de kafjes en de korrels van elkaar gescheiden.

Gabah = de ongebolsterde rijst;

Dedek = rijstekafje;

Empok = gemalen rijstekafje,

Dedek kasar = grove dedek;

Dedek luntih = fijne dedek (fijngestampt of gemalen).

Dedek kasar wordt gebruikt voor kippenvoer,

Dedek luntih is gekookt ook geschikt voor menselijke consumptie.

Desarijst bestaat uit doffe, roomkleurige korrels waarvan er vele gebroken zijn. In de rijstpellerijen wordt de rijst machinaal gepeld, gewand (wegblazen van de kafjes), het zilervlies eraf geslepen

en de korrel tenslotte gepolijst en geglansd met speksteenpoeder en blanke stroop. Door deze laatste bewerking krijgt men een mooi glanzende korrel die tevens omgeven is door een beschermende laag. Doordat het zilervlies, dat snel ranzig wordende oliën bevat, geheel weggeslepen is, is fabrieksrijst veel langer houdbaar dan desarijst, doch minder voedzaam (zie hieronder).

Voedingswaarde

100 gram zilervliesrijst of beras wuluh bevat :

geen vitamine A
8 gram eiwit
100 -150 I.E. vitamine B 1
2 ½ gram vet
geen vitamine C
73 gram koolhydraten

100 gram geslepen rijst bevat :

geen vitamine A
7 gram eiwit
10 I.E. vitam ine B 1
0,3 gram vet
geen vitamine C
78 gram koolhydraten

Ketan of kleefrijst : ongeveer als rijst

100 gram rijstmeel bevat :

geen vitamine A
6 gram eiwit
25 -100 I.E. vitamine B1
1 gram vet
geen vitamine C
85 gram koolhydraten

100 gram rijstzemelen (dedek en katul) bevat :

geen vitamine A
11 gram eiwit
500 gram vitamine B 1
7 gram vet
geen vitamine C
38 gram koolhydraten

I.E. = internationale eenheden; de standaardmaat voor vita mines

Door het hoge koolhydratengehalte is rijst een zeer voedzaam voedingsmiddel, dat bovendien licht verteerbaar is. Rijst is echter arm aan vitaminen, vitaminen A en C ontbreken geheel. Zilervliesrijst is rijk aan vitamine B1, in tegenstelling tot geslepen rijst; immers bij deze laatste is het aan vitamine B1 zo belangrijke zilervlies verwijderd.

Een tekort aan vitamine B1 veroorzaakt Beri-Beri, een vreselijke ziekte, die met gebrek aan eetlust begint, sterke vermagering, gevoelloosheid en verlammingen kunnen volgen als niet spoedig extra vitaminen worden toegediend. Bij de natte Beri-Beri ontstaan plaatselijke opeenhopingen van vocht in het weefsel (oedeem). Om deze ziekte te genezen moet vitamine B1-rijk voedsel worden gegeven; dit zijn vooral de kacang hijau, die dan ook algemeen tegen Beri-Beri gegeven wordt, groene groenten en peulvruchten.

Waar rijst hoofdvoedsel is, is het dus belangrijk dat men zilervliesrijst eet, of fabrieksrijst aangevuld met vitamine B1 houdende voedingsmiddelen. Komen er echter veelvuldig peulvruchten (kacang Hijau, Kacang Kedelee, Tempe), Kacang Tanah en groenten op het weekmenu voor, dan kan men gerust elke dag fabrieksrijst eten. De verder ontbrekende vitaminen kan men aanvullen door lombok-gerechten en groenten.

Rijst is arm aan eiwitten. Iedere dag verliest het lichaam eiwitten, die onvoorwaardelijk aangevuld moeten worden, daar anders vermagering en slecht functioneren van de organen optreden. Rijst moet daarom steeds gegeten worden in combinatie met eiwithoudende voedingsmiddelen zo als vis, een eiergerecht, vlees, kip, pindas of peulvruchten.

De manier van koken van rijst heeft invloed op het gehalte aan vitamine B 1 in de rijst. Door het koken in de dendeng worden met stoomwater vitaminen weggegooid. Het is daarom beter de rijst op te zetten in een gewone pan, met tweemaal zoveel water als beras en op een matig vuur gaar te koken. Bij deze zogenaamde liwetmethode wordt geen water weggegooid en blijven alle nuttige stoffen in de rijst.

Rijstsoorten

Er zijn vele rijstsoorten. Voor de huisvrouw zijn deze te verdelen in twee gemakkelijk te herkennen groepen. Zo onderscheiden we de droogkokende en de papkokende rijst.

DROOGKOKENDE RIJST heeft men nodig voor de rijsttafel, nasi goreng en/of nasi kuning. Zij is te herkennen aan een grote, langwerpige, doorschijnende korrel. Javarijst is een prima droogkokende rijstsoort.

PAPKOKENDE RIJST wordt bij het koken week en is daarom alleen geschikt voor pappen, schoteltjes en puddingen, zoals citroenrijst. Zij is te herkennen aan kleinere, dikke, ronde, glazige korrel, die ook wel ondoorschijnende kan zijn (bij sommige soorten).

JAPANRIJST heeft glazige korrels, **BIRMARIJST** heeft een ondoorschijnende korrel. **RODE RIJST** behoort tot de droogkokende rijstsoorten. De rode kleur heeft zij te danken aan het bij deze soort gekleurde zilvervlies. Vanwege het minder fraaie uiterlijk is zij goedkoper dan de witte rijst; ze heeft echter dezelfde smaak en dezelfde voedingswaarde als witte zilvervliesrijst.

KLEEFRIJST of **KETAN** lijkt in veel op de droogkokende rijstsoorten, zij verschilt hierin van deze, doordat ketankorrels niet glazig zijn maar doorschijnend en wit. Ketan gaat bij koken over in een kleverige massa, doordat zij meer oplosbare koolhydraten (dextrine) bevat. Deze rijstsoort wordt daarom ook alleen voor lekkernijen en bepaalde pappen gebruikt. Er bestaat zwarte en witte ketan.

ZILVERVLIESRIJST of **BERAS WULUH** is meestal Javarijst; doordat zij in de desa gedorst en gepeld is en niet gepolijst en geglansd, is zij grauw van kleur. Dit wordt hoofdzakelijk door het zilvervlies veroorzaakt, doch dit vlies is rijk aan vitamine B1.

Keuren bij aankoop

Bij het aankopen dient men op volgende punten te letten:

1. Gewicht: rijst wordt per liter verkocht. Als gewichtsmaat rekent men in Indonesie ook wel met de kattie. 1 kattie = 617 gram. Men moet voor een uitgebreide rijsttafel 100 gram per persoon en voor een eenvoudige rijsttafel 200 gram per persoon rekenen.

2. Soort: droogkokende, papkokende, ketan of gebroken rijst moeten van elkaar in prijs verschillen.

3. Gepolijste of zilvervliesrijst is een belangrijk onderscheid in verband met de houdbaarheid en de voedingswaarde.

De keuze is bovendien afhankelijk van de omstandigheid of men genoeg vitamine B 1-houdende voedingsmiddelen als aanvulling krijgt.

4. Houdbaarheid: goed bewaard is gepolijste rijst jarenlang houdbaar. Zilvervliesrijst is ongeschikt om op te slaan.

5. Zuiverheid: rijst met veel stof, steentjes of kafjes is zwaarder dan schone rijst, dus onvoordelig en bovendien onsmakelijk.

6. Ongedierte: in rijst kan de rijstklender voorkomen. Dit is een kleine, roodbruine snuitkever, 2 ½ tot 3 ½ mm lang. De larve vreet het binnenste van de rijstkorrel op.

Bewaren

Rijst moet koel, luchtig en droog bewaard worden en zo dat de muizen er niet bij kunnen. Kleine hoeveelheden doet men in katoenen zakjes, grote hoeveelheden in jute zakken. Voor het inslaan van grote hoeveelheden rijst, die lang houdbaar moet zijn, neemt men gepolijste fabrieksrijst. Doordat het

zilvervlies verwijdt erd is en iedere korrel omhuld is met een polijstmiddel, is deze rijst jarenlang te bewaren. Voorraden moeten geregeld nagezien worden op be derf en rijstklender. Rijst waarin klender wordt gevonden wordt een paar uur, uitgespreid op tetampah's, in de volle zon gedroogd. De torretjes kruipen dan uit de rijst naar een schaduwrijke plek.

Bijprodukten

RIJSTEMEEL of TEPUNG BERAS wordt gebruikt voor het vervaardigen van inlandse lekkernijen. RIJSTSTIJFSEL of KANDJI kan heel goed rauw gebruikt worden.

GLANSSTIJFSEL (= rijststijfsel vermengd met een glansaanbrengend middel): boorden en manchetten worden met deze rauwe stijfsel gesteven.

ARAK: Batavia-Arak wordt gemaakt uit gegiste rijst en rietsuiker -melasse.

MERANG is rijststro zonder aren -Merang Sapu is rijststro met aren, men maakt er stofbezems van.

KATUL is het zilvervliesafslippsel van de rijstpellerijen. Het is rijk aan vitamine B 1 en daarom een heel gezond

voedingsmiddel. 100 gram katul bevat 500 I.E. vitamine B 1 + 11 gram eitwit + 7 gram vet + 38 gram koolhydraten. Katul kan gebruikt worden i.p.v. paneermeel.

Over de KAFJES spraken we al eerder.

MENIR is gebroken rijst; ze wordt gebruikt voor soepen, pappen en veevoeder.

De moderne wijze van rijst verbouwen, zoals dat gebeurt in Amerika

Waar de werkkrachten belangrijk duurder zijn, past men de methode van het per vliegtuig uitzaaien van voorgekiemde rijst toe. De groei en het rijpen gebeurt in het water, waarbij de stengel voor ongeveer de helft onder water staat. Het water laat men voor de oogst wegvloeien. Is het gewas door zon en wind gedroogd, dan wordt het gemaaid en gedorst en als ongepelde rijst opgeslagen in droogkamers. De aldus verkregen rijst, die nog in de dop is, wordt nu verwerkt tot:

1. Ongepelde rijst, die wel gedopt, maar niet van het zilvervlies is ontdaan, de zogenaamde 'rode rijst';
2. Gepelde rijst, die na gedopt te zijn is geslepen, het zogenaamde zilvervlies wordt daarbij verwijderd. De rijst wordt daarom vitamine-arm (vitamine B) en kan bij eenzijdig, op rijst aangewezen voeding, oorzaak zijn van het optreden van Beri-Beri, een algehele achteruitgang van het lichaam door vitamine B-gebrek;

3. Gepelde en geslepen rijst die daarna gepolijst wordt;

4. Afleiding van rijst zoals :

Rijstgries: grof gemalen rijst, oorspronkelijk wit van kleur, meestal bijgekleurd tot geel.

Rijststrooimeel: fijn gemalen rijst, in bakkerij als strooimeel gebruikt.

Rijstbloem: fijn gemalen, gebilde rijst, bvb. kindermeel.

Rijstvlokken: gestoomde, geplette rijstkorrels, gebruikt voor pap.

Door bijzondere bereiding verkrijgt men gevitaminiseerde rijst (bvb Lassie rijst)

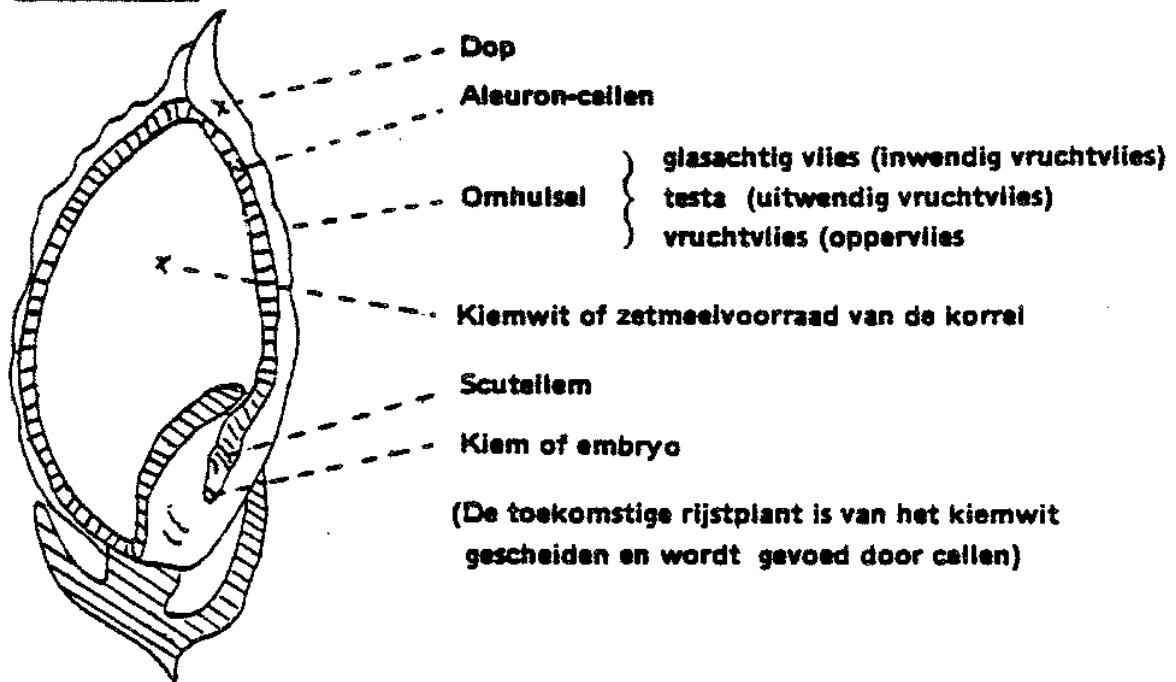
5. Stijfsel en Huidpoeder: het afval bij deze bewerking wordt als veevoer benut.

Soorten

Java - Surinaamse - Siam zijn o.a. harde, droogkokende

Japanse - Burma zijn zachte, voor kleefrijst (pap)

VOEDINGSWAARDE



Voedingswaarde

Rijst bevat een belangrijke hoeveelheid zetmeel, die gemakkelijk gaar te koken is. Het zilvervlies is rijk aan vitaminen uit de B groep; door het slijpen wordt de rijst vitamine-arm.

De voedingswaarde van 100 gram rijst is o.a. (geslepen) eiwitten, vet, koolhydraten en kalk.

Toepassing

Rijst kan gebruikt worden ter vervanging van aardappelen bij het hoofdgerecht. Rijst kan ook gebruikt worden bij de verwerking van restjes, o.a. vlees, groenten en vis, onder toevoeging van o.a. kerrie of andere specerijen, die de restant verwerking een pikante smaak geven. Deze zijn zeer geschikt voor een warm hapje bij de broodmaaltijd. Een maaltijd waarin rijst sterk naar voren treedt is de gebruikelijke Indonesische rijsttafel, evenals de Nasi Goreng. Rijst wordt tevens als bindmiddel of als vulling in soepen gebruikt. Ook wordt rijst in de Europese landen gebruikt in de meer en minder ingewikkelde zoete nagerechten.

RIJSTBEREIDING

Rijst koken

Men rekent 150 gram (of 1½ kopje ongekookte rijst) per persoon.

Beneden de 100 gram zet men de rijst met 2 maal zoveel water op als droge rijst; boven de 100 gram met anderhalf maal zoveel water. De rijst één maal wassen. Meermalen wassen geeft verlies aan vitamines. De gewassen rijst met het benodigde water (zonder zout) in een goedsluitende pan opzetten, snel aan de kook brengen, de vlam temperen en zonder het deksel op te tillen een half uur op een lage vlam laten staan. Het deksel van de pan doen, de rijst even laten uitdampen, in een schotel over doen en met een rijstlepel de rijst goed van elkaar los maken. 100 gram ongekookte rijst geeft ongeveer 300 gram gare rijst.

Rijst stomen

De huisvrouw stoomt in een speciale stoompan, welke uit een pan en een geperforeerde binnenpan bestaat, of een pan en hierin een gewoon metalen vergiet. De goed gewassen rijst (150 gram per persoon) wordt met 2 cm water boven de rijst opgezet en 5 minuten gekookt. Hierna wordt de rijst in een geperforeerde pan gestort (deze is in de bijbehorende pan gezet) en met zoveel kokend water overgoten tot de onderkant van de gaatjespan 5 cm boven het water hangt. Het deksel op de pan doen en de rijst 20 -30 minuten met gesloten deksel laten stomen.

Rijst in de hooikist

Voordelen van deze manier zijn: men bespaart brandstof en de rijst kan nooit te droog koken en/of aanbranden.

150 gram rijst (rauw) per persoon een maal wassen, met 1 ½ maal zoveel water opzetten en 10 minuten koken.

Vlug overbrengen in de hooikist en hierin anderhalf uur laten staan.

Voor het opdienen de rijst goed los scheppen zodat ze mooi rul wordt.

SPECERIJEN EN KRUIDEN

Bewaren :

Specerijen en kruiden worden in verse en gedroogde toestand in de Indische keuken veel gebruikt. Gedroogde en fijngemalen kruiden moeten in goed afgesloten bussen of potten bewaard worden, om verlies van de geur en eventueel bederf door schimmelen tegen te gaan. Bij inkoop moet men er op letten dat de specerijen niet muf, beschimmeld of aangevreten zijn (wormstekige nootmuskaat). Ongemalen specerijen houden hun geur langer en blijven ook langer goed dan het gemalen product. Dit koopt men het liefst bij een vertrouwd adres, omdat het vervalsen door mengen met andere poeders voor een leek niet te constateren is.

Specerijen die bij de bereiding van een rijsttafel kunnen worden gebruikt zijn:

Bawang putih - knoflook (letterlijk : wit uitje)
Rode lombok (cabe) - chilipeper
Jahe - gember
Trassie - garnalen of vis (gebroid)
Laos - wortelstok van gemberachtige plant
Jinten - komijn
Sereh - citroengras
Asam - tamarinde
Peteh - stinkboon (grootte van tuinboon)
Ketumbar - koreander
Kemiri - nootsoort (rijk aan olie)
Kencur wortelsoort
Kecap (Ketjap) saus gemaakt van sojabonen
Pala nootmuskaat
Merica (meritja) peper
Kayu manis kaneel

Cengkeh kruidnagel
Kunyit Kurkuma
Daun salam Indonesisch laurierblad
Daun jeruk blad van een soort citroenboom
Jeruk purut klein soort limoen

Asam

het samengeperste vruchtvlees (met pit) van de tamarinde

Het heeft een mild zure smaak en wordt in de Indonesische keuken gebruikt om er het vlees mee in te wrijven waardoor het malser wordt. Toepassing: los een stukje asam van ongeveer 2 cm op in enkele lepels heet wat er. Laat dit enige uren staan en zeef het daarna. Het asamwater is dan klaar voor gebruik. Asam kan ook (in plakjes) gedroogd worden en is in potten verkrijgbaar onder de benaming "keukentamarinde"

Asam wordt in Indonesie gebruikt voor enigzins zure gerechten. De mild zure smaak maakt asam bijzonder geschikt als smaakmaker in gebak en vruchtensiropen. Meestal staat in de gerechten wel omschreven hoe u het moet gebruiken (gedroogd of anders)

Asam-water:

Week 1 pakje asem in 1 dl lauw water. Wrijf met de vingers de vezels van de pit en zeef daarna het vocht.

Cabé of Lombok (chilipeper)

Cabe is er in vele soorten die ieder hun eigen model vruchten hebben. De Lombok setan of Cabé Rawit is klein, groen van kleur, heel scherp en wordt zowel vers als gedroogd verkocht. Onder "Lombok" verstaat men meestal de lange, rode lombok, die minder scherp van kleur is en die veel gebruikt wordt voor het maken van sambal ulek. Paprika is een Hongaarse soort.

Het verschil tussen de groene en de rode lombok is dat de rode rijp, en dus scherper is, terwijl de groene nog niet rijp en daardoor zachter van smaak is. Een goede vervanging voor lomboks vormen sommige sambals waarvan de basis uit lombok bestaat.

Lomboks komen voor in vele gerechten en geven er de pikante smaak aan. In Indonesie worden ze meestal cabe genoemd en komen ze in 3 variëteiten voor: cabe merah (rood), cabe hijau (groen) en de kleinste maar tevens de 'heetste' van de drie is cabe rawit.

Cengkeh (kruidnagel)

Cengkeh (kruidnagels) zijn de gedroogde bloemknoppen van de kruidnagelbloem. De knoppen worden geplukt als de geur het sterkst is en worden daarna in de zon gedroogd. Een kruidnagel bestaat uit een onderk elk (het steeltje), vier kelk- en vier kroonblaadjes. Een goede kruidnagel zinkt of blijft rechtop staan in het water; kruidnagelen die weinig olie bevatten staan scheef in het water. Bij goede kruidnagelen komt bij het indrukken van de vingernagel in de onderkelk de olie tevoorschijn. Juist de kruidnagelolie is het die de geur geeft.

Ambonianagelen, die een brede onderkelk hebben, zijn de beste, daarna volgen de Zanzibar- en de Madagaskarnagelen.

In kleine hoeveelheden gebruiken in gerechten want het is een bijzonder sterk kruid.

Daun (Daoen) (blad)

In Indonesie worden dikwijls de bladen van een plant als smaakmaker gebruikt. Meestal worden ze meegekookt, soms ook wel gefruit. Ze zijn te koop in de betere toko en soms ook in supermarkten of markten. Als u ze vers kunt kopen is dit altijd te prefereren boven de gedroogde vorm.

Enkele van de meest gebruikte zijn:

daun jeruk purut: geeft een enigzins citroenachtige smaak aan een gerecht

daun salam: te gebruiken zoals een laurierblad
daun sereh: ondanks wat de naam zou doen vermoeden (citroengras) heeft het een heel eigen smaak, niet te vergelijken met het citroenblad
Daun Bawang / Prei
Daun Jintan
Daun Kemangi
Kemangiblaadjes worden gebruikt om gerechten mee te versieren. Te vergelijken met het gebruik van peterselie.
Daun pandan wangi
Daun selderie (selderijblad)

Gula Jawa

Javaanse rietsuiker, afkomstig van de arenpalm

Wordt bereid uit suikerriet en uit kokos. Het is in blokken, staven, plakken en in vleuibare vorm te koop. Voor gebruik raspen of smelten. Kan eventueel door bruine basterdsuiker vervangen worden. Veel gebruikt als zoetmaker.

Jahe - Gember

de wortelstok van de gemberplant. Ze komt vers, als stukjes wortelstok, in schijfjes en daarna gedroogd, in poedervorm of gekonfijt in de handel. Verse wortelstok is te herkennen aan de geur. Van de wortelstok kunnen schijfjes gesneden worden die na gebruik in gerechten weer verwijderd moeten worden. De wortelstokken kunnen in de diepvries bewaard worden.

Uiterlijk: Een grillig gevormde wortelstok, waarvan de 'vingers' rond zijn. Er kunnen kleine, ronde, beginnende uitlopers op de wortelstok van de gember ontstaan. De wortelstok is aan de buitenkant geel tot grijslichtbruin gekleurd en glimt wat mat. Het vruchtvlees is bij doorsnijden licht geel van kleur met af en toe een blauwachtige plekje erin.

Landen van herkomst:

Afkomstig uit alle tropische gebieden. Brazilië, Midden-Amerika, Hawaï en Azië.

Aanvoer: Het hele jaar rond.

Smaak: Kruidige, zeer aromatische smaak.

Naripen: Gember rijpt niet na en kan direct gebruikt worden.

Aansnijden: Sniijdt een schijfje van de gemberwortel en verwijder het schilletje. U kunt eventueel de schoongemaakte gember ook raspen voordat u dit in een gerecht doet.

Bijzonderheden: Verse gember bevat een eiwitsplitsend enzym, het zingibaine. Vlees dat bereid wordt met verse gember wordt malser. Een nadeel van dit eiwitsplitsend enzym is dat het niet in gelatinegerechten gebruikt kan worden, omdat de bindende werking dan wordt afgebroken. De stoffen die in gember zitten, zorgen ervoor dat de spijsvertering gunstig beïnvloed wordt. Verse gember is minder scherp van smaak dan de geconfijte of gedroogde gember, maar moet niet in te grote hoeveelheden worden gebruikt, omdat de gembersmaak dan gaat overheersen.

Jeruk (djeroek)

algemene benaming voor citrusvruchten groot en klein. De schil wordt meestal als confiture gebruikt. In Indonesië kan men vele soorten vinden die elk hun eigen toepassing hebben in de keuken.

Jeruk Purut

Citrusvrucht (limoen) die enigzins lijkt op een kleine (groene) citroen. Zowel het vruchtvlees als het blad (daun) ervan kunnen worden gebruikt. U kunt het vervangen door citroensap. De blaadjes worden eerst afgespoeld en dan met de gerechten meegestoofd. Verwijderen voor het opdienen.

Jinten (komijn)

het gedroogde zaad van de komijnplant. Het komt gedroogd in de handel en heeft kleine, langwerpige smalle korrels. Een nogal sterk kruiden u mag er dan ook niet te veel van gebruiken. In Indonesische gerechten worden bijna altijd gebruik gemaakt van jinten putih (witte jinten)

Kayu manis (kaneel)

de gedroogde binnenbast van de kaneelboomtakken. De bast wordt, nadat de kurk- en schorslaag eraf geschraapt zijn, in de zon gelegd. Ceylonkaneel, de beste kwaliteit, is lichtbruin van kleur met lichte strepen in de lengterichting en heeft een glad oppervlak. Meestal zijn er enige pijpjes in elkaar gerold.

Padang-of Javakaneel is roodbruin, heel zoet van smaak en heeft een veel dikkere bast dan de Ceylonkaneel, omdat de schorslaag niet verwijderd is. De pijpen worden dan ook niet in elkaar geschoven zoals bij de Ceylonkaneel.

Chinese kaneel is te herkennen aan een dikke kurklaag en komt in kleine stukken gebroken in de handel. Kaneelpoeder is fijn gemalen kaneel.

Kecap (Ketjap) (sojabonensaus)

Sojabonen zijn de basis van kecap. Hieraan toegevoegde kruiden bepalen de smaak van de afzonderlijke soorten. Kecap kan heel erg zoet (manis), minder zoet (sedang) en zout (asin) zijn. De kecap manis wordt het meest gebruikt. Chinese sojasaus is bitter tot licht-zuur.

Trassie (Gefermenteerde gemalen garnalen)

Trassie wordt uitsluitend in kleine hoeveelheden toegepast. Het heeft een doordringende geur die iets minder sterk is in het voorgebakken product dat ook te koop wordt aangeboden. De smaak is in sterke mate bepalende voor het gerecht. Goed afgesloten in een potje bewaren.

Kemiri

de vrucht van de kemiriboom, waarvan de zwarte pitten als kemiri in de handel komen. Het kiemwit wordt fijn gewreven en gebruikt in sayurs en sambalans.

Sterk-smakende noot die gepeld te koop wordt aangeboden. Ze dient fijngewreven, gemalen of geraspt te worden. U kunt ze eventueel ook eerst poffen op een zacht vuur waarbij u een pan met dikke bodem gebruikt. De noten hebben de grootte van een hazelnoot en geven een zeer sterke smaak aan gerechten.

Kencur

Sterk kruid waarvan u zeker de aangegeven hoeveelheden niet mag overschrijden. Heeft een zeer sterke, doordringende smaak en geur waardoor elk gerecht waarin dit kruid voorkomt een heel eigen karakter krijgt. Te koop in poedervorm, maar ook als knolletjes of in gedroogde vorm.

Ketumbar (koriander)

de vrucht van de korianderplant. De kogelvormige vruchtjes komen gedroogd in de handel en lijken veel op witte peper. De korrels zijn echter iets groter, ruw van oppervlak, iets donkerder en veel gemakkelijker stuk te wrijven, waarbij men meteen de specifieke geur ruikt.

Wordt bijna altijd in combinatie met jinten gebruikt. Het is een enigzins zoet kruid.

Kunyit (kurkuma)

de wortelstok van de kurkumaplant en komt gedroogd en gemalen tot een heldergeel poeder of als verse wortelstok in de handel. Het dient als kleurmiddel van spijzen en voor de samenstelling van kerriepoeder. Het is een van de belangrijkste smaakmakers in gerechten waarin het gebruikt wordt. Pas op voor de gele kleur want... u krijgt ze NIET meer uit uw kleding !!!

Laos of Lengkuas

gedroogde wortelstok van een gemberachtige plant. Het wordt verkocht als stukjes wortelstok of in schijfjes gesneden en daarna gedroogd. Van de verse laos schilt u de wortelstok. Het binnenste kunt u fijnhakken of uitpersen in een knoflookpersje. Als u een stukje van de wortelstok gebruikt moet het voor het opdienen weer worden verwijderd. Er zijn 2 soorten laos en in de keuken wordt meestal de zogenaamde 'witte' laos gebruikt. Vooral in sayurs zijn schijfjes boven poeder te prefereren maar in sambal gorengs wordt meestal poedervorm gebruikt.

Merica (Meritja - peper)

afkomstig van de peperstruik, een klimplant waarvan de trossen bij elkaar zitten.

Door plukken en drogen van de onrijpe vruchtjes krijgt men rimpelige, zwarte, sterksmakende korrels, de zogenaamde zwarte peper. Hoe harder en hoe minder gerimpeld de korrels zijn, hoe beter de kwaliteit is.

Witte peperkorrels zijn rijp geplukt, geschild en daarna gedroogd. Ze zijn fijner en minder sterk van smaak dan de zwarte peper. Doordat ze geschild zijn hebben ze een glad oppervlak. Gemalen witte peper is grijswit; gemalen zwarte peper is grauw van kleur. Bij inkoop dient men er op te letten dat korrel en poeder goed droog zijn, daar ze anders spoedig beschimmelen.

Zwarte Lampungpeper en witte Bataviapeper zijn de beste kwaliteiten.

Als je zomaar een keukenkastje opent zul je vast wel een busje peper aantreffen. Peper, heel gewoon denk je, peper, dat zoiets ooit zo waardevol geweest is. Onbegrijpelijk. Peper was zo'n 500 jaar geleden een hele dure specerij. In Nederland was het nergens te vinden. Peper groeit aan een peperstruik. De peperstruik is een klimplant die langs jonge bomen omhoog klimt. De besjes van de peperstruik worden geplukt zolang ze groen zijn. De besjes worden gedroogd en zo krijg je dan zwarte peper. Deze peperstruik was alleen maar in Indonesië te vinden. En toen de mensen er in Nederland achter kwamen hoe lekker het was om het eten met peper te bereiden wilde iedereen het heerlijke kruid in huis hebben. De VOC heeft er van alles aan gedaan om zoveel mogelijk peper te krijgen. De prijs van peper was hoog, heel hoog. Je kent vast wel de uitspraak "het is peperduur", nu weet je waar dat vandaan komt. Nog steeds komt onze peper uit Indonesië, hoewel er inmiddels ook pepervarianten uit andere landen te krijgen zijn.

Pala (nootmuskaat)

is de gedroogde pit van de nootmuskaatvrucht. Deze bestaat uit een lichtgele bolster en een grote pit, die omgeven is door een harde dop, waaromheen als een netwerk de foelie zit.

Vruchtvlies en foelie worden voorzichtig verwijderd en de pitten gedroogd totdat ze bij schudden rammelen. De dop slaat men dan stuk en de noot komt tevoorschijn.

De noten worden naar grootte gesorteerd en eventueel nog met een mengsel van kalk en zout bewerkt, ter bescherming tegen insecten. Vaak worden de noten ook in de dop verhandeld. De beste noten zijn Bandanoten. Bij inkoop moet men er op letten dat de noten glad van oppervlak zijn en niet wormstekig. Rimpelige en kleine noten zijn van mindere kwaliteit dan gladde en grote.

Een kruid waarvan niet te veel mag gebruikt worden omdat het anders de smaak van het gerecht, wegens overheersing, kan bederven. Mits in juiste dosering geeft het een bijzonder lekkere smaak aan de gerechten.

Foelie

is de gedroogde zaadrok van de nootmuskaatpit. Nadat ze voorzichtig van de pit afgehaald is wordt de foelie in de zon gedroogd en platgedrukt. De lichtoranjekleurige foelie is duurder dan de donkerder gekleurde.

Pandan

Zwaardvormig groen blad van de gelijknamige heester (wordt wegens geur en/of kleur in gerechten gebruikt).

Pandan is een klein plantje met een bijzonder geurig blad. Het kan meegekookt worden in verschillende gerechten en geeft daaraan dan een eigen karakter. Ook in rijst wordt het soms meegekookt en geeft dan de bekende pandan-rijst.

Santen (klapper-of kokosmelk)

Kokosmelk of santen wordt gemaakt door geraspte kokos met water te vermengen en dit vervolgens uit te knijpen of uit te persen. U kunt zelf kokosmelk maken met behulp van een zeef-of kaasdoek, waardoor u het vocht perst maar het is een tijdrovende bezigheid. Kant-en-klare blokken santen zijn eenvoudig te verwerken en lang houdbaar (in de koelkast). Daarnaast zijn er ook uitstekende blikjes Santen te koop in de diverse toko's

Het gebruik van santen kan nogal verschillen... soms moet u het oplossen in heet water, bij andere bereidingen moet u het dan weer in blokjes als ingrediënt gebruiken.

Algemene stelregel: 1 blok santen is voldoende voor 1 liter water. Eenmaal aangelengd is santen niet lang meer houdbaar.

Sereh (citroengras)

grassoort die de geur van citroen heeft. Het wordt vers of gedroogd op de pasar verkocht. Verse stengeltjes moeten altijd uit het gerecht gehaald worden alvorens het op te dienen. Van poeder mag u slecht heel weinig gebruiken want de smaak gaat heel snel overheersen. Sprietten kunnen in de koelkast bewaard worden.

De klapper of kokosnoot

De Plant

De klapper groeit in de kuststreken. De stam kan wel 25 meter lang worden en is geringd door de littekens van afgevallen bladeren. De bloem wordt omgeven door een groot, lederachtig schutblad, de bloeischede of kulit majang; deze valt direct na het zich openen af. De klapper is een steenvrucht met drie vruchtwanden. De middelste is steenhard, donkerbruin van kleur en heet batok. Hierin zitten drie dunnere plekken om de kiemplant door te kunnen laten.

De buitenste wand (sabut of sepet) is een 4 cm dikke vezellaag. De binnenste vruchtwand is dun, lichtgrijs en glanzend. De kern van de noot is bij onrijpe klappers bijna geheel vloeibaar. Bij oudere vruchten zet zich tegen de vruchtwand een 10 tot 15 mm dikke laag kiemwit af; binnenin blijft het klapperwater (air kelapa). De tumbang of kentos is een sponsachtige bol in een ontkiemende klapper; de kentos dient om de olie uit het kiemwit om te zetten in suiker, dat als voedsel voor de kiem dient. Het kiemwit en het vocht zijn de eetbare gedeelten uit de klapper. Nadat de vrucht ontbolsterd en de harde vruchtwand stukgeslagen is komt het kiemwit tevoorschijn. Bij volwassen vruchten is dit 1 cm dik en zo stevig dat men het gemakkelijk kan raspen en in stukken breken kan. Voor de export wordt dit zeer vetrijke kiemwit gedroogd en onder de benaming kopra verzonden. Bij jonge vruchten (kelapa muda) is het kiemwit zacht en dun, zo zacht dat men het met een lepel uit de schaal moet schrapen.

Volwassen en jonge vruchten komen onder verschillende benamingen in de handel (zie onder soorten) en worden ook verschillend gebruikt. Klapperwater noemt men het kiemwater van de klapper. Dit is helder, zoet van smaak en steriel. Wanneer men geen gekookt water of goed drinkbaar water bij de hand heeft kan men veilig zijn dorst lessen met klapperwater. Klappermelk of santen is geen natuurproduct; het wordt verkregen door klapperraspsel met water te vermengen en daarna uit te persen of uit te knijpen. Klappermelk heeft vele eigenschappen met melk gemeen, zoals de kleur, het schiften en zuur worden. Santen kentof tebal is dikke klappermelk ofwel klappermelk die ontstaan is na eenmaal uitknijpen. Santen is dunne klappermelk ofwel de klappermelk die men krijgt als het raspsel voor de tweede keer met water vermengd en uitgeknepen wordt. Een klapper geeft ¼ liter dikke santen en ¼ liter dunne santen. Santen wordt in veel zoete en pittige gerechten gebruikt.

Voedingswaarde

Door zijn hoge vetgehalte heeft het kiemwit een grote voedingswaarde.

100 gram kiemwit bevat:

10 gram vitamine A - 4 gram eiwit - 10 -20 I.E. vitamine B 1 - 43 gram vet - geen vitamine C - 5 gram koolhydraten

We zien dat het vruchtvlees van de klapper zeer rijk aan vet en erg arm aan vitamine is. Door zijn hoge vetgehalte is het kiemwit een zeer voedzaam voedingsmiddel.

Soorten

Doordat er verschillende benamingen zijn voor de verschillende stadia van rijpheid van de klapper, zou men gaan denken dat men steeds met een andere soort te maken heeft. Dit is echter niet zo.

Kelapa Beloeloe is een heel jonge klapper
Kelapa Tjinkir is een iets oudere klapper
Kelapa Degan is een halfvolwassen klapper
Kelapa Tua is een volwassen klapper (tua = oud)

De kelapa Degan is nog groenig van kleur, de kelapa tua (voor santen) heeft een bruine opperhuid. De kelapa kopyor is een kleine gele klapper die gebruikt wordt voor speciale gerechten, zoals bvb Es (ijs) kopyor.

Keuren bij aankoop

Door ruiken (ranzig?), kijken (schimmel?) en proeven (ranzig?) kan men beoordelen in welke staat het te koop aangeboden product verkeert. Het beoordelen van de verschillende leeftijden van klapper kan men beter aan een geroutineerde koper overlaten. Na enige tijd (en oefening) zal men het zelf ook kunnen zien.

Bewaren

Stukken ongedroogd kiemwit schimmelen snel en worden spoedig zuur. Klappermelk wordt heel gauw zuur, ze kan niet langer dan 1 dag bewaard worden. Klappermelk uit de desa wordt spoedig ranzig. Moet men olie opslaan, dan kan men hiervoor het beste fabrieksklapperolie nemen. Ze moet in donkere flessen bewaard worden. Verse klapperolie is het best van smaak. Ranzig smakende olie, die bovendien een onaangename reuk heeft, kan men verbeteren door ze te verhitten tot er een blauwe damp afkomt en er dan een korst brood, een pisangschil of een stuk houtskool in mee te bakken. Daarna laat men de olie afkoken. Tenslotte wordt ze gezeefd door een trechter waarin een watje of een stukje tekenpapier gelegd is en in een fles gegoten. Kiemwit kan alleen gesuikerd, gebraden (serundeng), ingemaakt in blik of gedroogd bewaard worden. Gesuikerd, gedroogd of gebraden moet het in stopflessen met een vetvrij papier om het deksel bewaard worden.

Bijproducten

Van de kokospalm kan men behalve vruchten ook de stam en de bladeren gebruiken. De VEZELS (sepet) worden gebruikt voor het vlechten van matten en tapijten. De SCHAAL (batok) dient voor het vervaardigen van siervoorwerpen, allerlei soorten keukenlepels, waterscheppen, enz.

De BLADEREN (atap) dienen als dakbedekking. Jonge witte bladeren worden gebruikt voor het versieren van erepoorten, het vlechten van ketupatmandjes en bvb speelgoed. De bladnerven dienen voor het maken van een bepaald soort bezem (sapu Lidi), of in kleine stukjes gesneden voor het vaststeken van voorwerpen, bij wijze van spelden.

De STAM ligt vaak als brug over een riviertje.

Klapperolie wordt op de fabriek geperst uit kopra of in de desa gemaakt door geraspte klapper met water te koken. De op het water drijvende olie wordt dan eraf geschept. De fabriek levert olie die, door een speciale behandeling, niet spoedig ranzig wordt. De op de pasar verkochte desa-olie is meestal sterk van smaak. "Desicated coconut" is gedroogde, geraspte klapper.

Klappersuiker (gula kelapa) wordt bereid uit het sap van de bloeiwijze.

Klappergerechten

KLAPPERMELK OF SANTEN

Een oude klapper wordt geraspt en daarna uitgeknepen. Het vocht dat eruitkomt, heet dikke santen of santen kendal. Deze santen is zeer olierijk en wordt gebruikt voor sambalans en een enkele keer voor een saus. Wordt het klapperraspsel met water vermengd en daarna uitgeknepen, dan krijgt men santen entjer of dunne santen. Deze wordt veel gebruikt voor sajoers, pappen en sauzen.

KLAPPERPUDDING (1)

750 gram of 3/4 liter dikke santen
200 gram jonge uitgekraabde klapper
50 gram maizena of 1/2 stang agar-agar
50 gram suiker
1 ei

De santen aan de kook brengen. De maizena met wat achtergehouden santen, de eierdooier en de suiker tot een glad papje roeren en in een stenen of geëmailleerde kom doen. De kokende santen voorzichtig al kloppende met een garde toevoegen en nog even 5 minuten op een zacht vuur door

laten koken. Het met wat suiker stijfgeklopte eiwit wordt luchtig door de massa geroerd. de klapper wordt toegevoegd en met giet de pudding in een met water omspoelde vorm, waarin ze moet afkoelen.

KLAPPERPUDDING (2)

1 liter melk of dunne santen
75 gram maizena
1 1/2 kopje geraspte klapper
60 gram suiker
1 mespuntje zout
1 of 2 eieren

De melk of santen koken. Maizena, suiker, eieren, geraspte klapper en wat vocht door elkaar roeren. Hier al kloppende met een garde de santen of melk bijvoegen, nog even opkoken en in een natgemaakte puddingvorm laten afkoelen. Presenteren met goela-djawa saus of vanillesaus.

SEROENDENG

1/2 liter geraspte klapper
2 lepels klappermelk
100 gram geschilde gebakken pinda's
1 theelepel ketoembar
1/2 theelepel djinten
stukje citroenschil
1/2 theelepel assemwater
zout
1 of 2 theelepels goela djawa

De kruiden fijnwrijven en met de goela djawa en een paar lepels olie in de wadjan fruiten. Daarna geraspte klapper, wet water, klappermelk en citroenschil toevoegen. Alles braden tot de seroendeng goudbruin van kleur is. Nu de pinda's nog even meebakken en daarna de wadjan van het vuur nemen. Seroendeng is, goed afgesloten, lang te bewaren.

Kacang Kedelee of Soyaboon

De Plant

De Kedelee of soyaboon is een eenjarig struikje van 80 cm hoogte dat als tweede gewas op de sawah's en ook wel eens op galengans (dijkjes) wordt geplant. Als tweede gewas is het belangrijk omdat het stikstof in de grond brengt.

Na vier maanden wordt er geoogst; het struikje wordt uit de grond getrokken, op het veld te drogen gelegd en als de struikjes goed droog zijn volgt het dorsen, waardoor de boontjes uit de peulen vrijkomen.

De Indonesier kookt de hele plant en eet de zaden uit de peulen. De kedeleeboon wordt echter meestal als meel, of verwerkt tot tahu en tempe, in de handel gebracht.

Voedingswaarde

100 gram kedeleebonen bevatten:

30 -70 I.E. vitamine A - 40 gram eiwitten - 40 -100 I.E. vitamine B 1 - 16 gram vet - 4 mg vitamine C
15 gram koolhydraten

De kedeleeboon is dus rijk aan bouw-en beschermende stoffen, stoffen die belangrijk zijn voor de gezondheid. Vooral het hoge gehalte aan vitamine B1 maakt de kedeleeboon tot een uitmuntend voedsel.

Een bezwaar is echter dat de kedeleeboon zwaar verteerbaar is, waarom hij dan ook verwerkt wordt tot meel, tempe en tahoe, welke producten ook rijk zijn aan vitamine B 1.

100 gram tahu (of soyakaas) bevat :
geen vitamine A - 5 gram eiwit - 15 -35 I.E. vitamine B 1 - 4 gram vet - geen vitamine C
6 gram koolhydraten

100 gram tempe (soyakoekjes) bevat :
geen vitamine A - 20 gram eiwit - 15 -35 I.E. vitamine B 1 - 4 gram vet - geen vitamine C
5 gram koolhydraten

100 gram kedeleemeel bevat:
geen vitamine A - 40 gram eiwit - 80 I.E. vitamine B 1 - 20 gram vet - geen vitamine C
24 gram koolhydraten

100 gram tauge kacang kedeleemeel bevat:
geen vitamine A - 9 gram eiwit - 10 I.E. vitamine B 1 - 2,6 gram vet - 10 mg vitamine C
3 gram koolhydraten

Bijproducten

Tahu

Tahu of soyakaas komt als sponzige, vochtige, bruinachtige blokjes in de handel. Het is een goedkoop en gezond voedingsmiddel waarvan vele smakelijke gerechten te maken zijn.

Bereiding

Geweekte, witte kedeleebonen worden tot een brij vermalen en vermengd met water in een blik opgevangen. Een gedeelte van de vloeistof laat men verzuren, de niet verzuurde vloeistof wordt hiermede vermengd. Door een soort stremmingsproces wordt de brij stijf. De vaste massa wordt in lagen gesneden, die daarna geperst worden om het overtollige vocht te verwijderen. Door de tahu te drogen en te bakken wordt ze gemakkelijker en beter houdbaar.

Tempé

Tempé Kedeleemeel zijn dunne koekjes. Het is een zeer goedkoop en zeer gezond voedingsmiddel, rijk aan eiwitten en vitamine B 1, stoffen die beide zeer belangrijk zijn voor de opbouw en instandhouding van het lichaam.

Bereiding

Witte sojabonen worden gekookt en afgekoeld en wordt er een stuk tempé toegevoegd. De massa wordt in een dikte van enkele centimeter op pisangbladeren uitgespreid. In het bijgevoegde stuk tempé zit een schimmel die nu doorwoekert door de hele laag. De dikke celwand van de kedeleeboon versuikert, het eiwit komt vrij, zodat het nu ontstane smakelijke product bovendien veel lichter verteerbaar geworden. Tempé wordt verkocht in plakken van ca. 35 gram.

Evenals van tahu zijn er van tempe vele smakelijke gerechten te bereiden. Kedeleemeel bevat naar verhouding tot tarwemeel weinig koolhydraten (tarwemeel 72%, kedeleemeel 24%), daarom bakt men er wel brood van voor suikerzieken. Om dit meel te bereiden moet men de boontjes lichtbruin roosteren, tot het schilletje knapt. Het schilletje verwijderen en de boontjes malen tot meel.

Tahu recepten

Tahu als macaroni (voorgerecht)

Tahu (12 blokjes) in reepjes snijden, in ruim water koken en als een macaroni-gerecht klaarmaken. Bijvoorbeeld met tomatensaus, met gehaktballetjes en kaas, enz.

Tahu als bami (voorgerecht)

Tahu (12 blokjes) in reepjes snijden, in ruim water gaarkoken en verder opdienen met de ingrediënten die men bij bami gebruikt.

Tahu in plaats van vlees (bij rijsttafel)
300 gram fijngehakte tahu (8 blokjes)
100 gram fijngehakte garnalen
1 teentje knoflook
zout en peper
reuzel

Tahu, garnalen, knoflook, peper en zout met elkaar vermengen, er balletjes van maken en deze in de reuzel bruin bakken.

Voor het sausje:

1/4 liter water c.q. bouillon
2 teentjes knoflook
fijngesneden daun bawang (bosuitjes)
1 theelepel maizena
ketjap naar smaak

De daun bawang met de fijngesneden knoflook in de reuzel fruiten, het water of de bouillon toevoegen, binden met de maizena en op smaak brengen met peper, zout en ketjap.

Tahu-groentengerecht

200 gram peulen
100 gram wortels
100 gram kool

Saus en balletjes van het recept als aangegeven in 'tahu in plaats van vlees'. De groenten gaar koken, vermengen met een sausje en de tahuballetjes toevoegen. Deze ragout met droge rijst serveren.

Tahu-pannekoek (voorgerecht)

Tahu fijnwrijven met zout, gehakte peterselie, daun bawang (bosuitjes) en de helft van een losgeklopt ei. Hiervan een pannekoek bakken. De koek is makkelijk te keren als men er een deel van het losgeklopte ei opsmeert. Presenteren al of niet met een zoetzure tomatensaus.

Gebakken tahu met taugé

Ingredienten:

6 plakken tahu
1 diep bord taugé
6 uitjes
selderie

Bereidingswijze:

De tahu in zout water weken, diagonaalsgewijs doorsnijden en in hete olie bakken. De taugé 1 minuut in kokend water dompelen, laten afkoelen en in een dikke krans om de tahoe leggen.

Het sausje waarmee de tahoe en taugé wordt overgoten maakt men van:

2 dl slaolie
3 teentjes knoflook
zout
trassi
1/2 lepel fijngehakte sereh
1/2 lepel Gula Jawa

Al deze ingredienten fijnwrijven en de olie toevoegen. Tenslotte garneert men het gerecht met de fijngehakte selderie en de bruine gebakken uitjes.

Gebakken gevulde Tahoe
Scheepsbel April 1971

Ingredienten:

2 stukken of blokken tahoe
2 1/2 ons rundergehakt
4 sjalotjes

1 teentje knoflook
wat takjes selderij
1 ei (nr 2)
1/2 eetlepel ketjap
zout en citroensap naar smaak

Bereidingswijze:

Elk blok tahoe in 5 plakken (ongeveer 3 cm dikte) snijden en de plakken schuin doormidden snijden. Elk deel heel voorzichtig uithollen en de uitgenomen tahoe fijn prakken en met het gehakt mengen. De sjalotjes, knoflook en selderij heel fijn snijden. Het ei in een schaal klutsen en daarna het gehakt en alle ingrediënten er bij doen en alles goed mengen. De uitgeholde stukken tahoe met het mengsel vullen en iets aandrukken. De gevulde tahoe in ruim olie in een bakpan of frituurpan of wadjan lichtbruin bakken. Het vuur mag niet te groot zijn want anders is de tahoe bruin gebakken en het gehakt binnenin nog niet gaar. Bij deze gevulde tahoe kunt u een sausje geven van ketjap, sambal, citroensap, wat zout en 1/2 theelepel suiker... wat eten we dan weer gezond en lekker!

Tempé recepten

Gebakken Tempé (1)

Tempé een uur in zout weken, afdrogen, in niet te grote stukken snijden en in frituurvet bruin bakken.

Gebakken Tempé (2)

Ingrediënten:

1 grote plak Tempé
1 theelepel Gula Jawa
1 eetlepel asemwater
1 theelepel zout
1 theelepel ketumbar
1 theelepel gehakte sereh

Bereidingswijze:

Al deze ingrediënten fijnwrijven en hierin de tempe, in kleine stukken gesneden, een uur weken. Hierna de tempe afdrogen en bruin bakken in frituurolie.

Kedeleebrood

Ingrediënten:

3 koppen kedeleemeel
1 1/2 eetlepel maizena
1 kopje water
1 theelepel zout
1 ei

Bereidingswijze:

Van deze ingrediënten een deeg kneden. Meel, zout en mais droog door elkaar mengen, een kuiltje in het meel maken, water toevoegen en alles goed door elkaar kneden.

Een warme puddingvorm of een trommeltje, dat goed afgesloten kan worden, invetten en bestrooien met griesmeel of paneermeel en voor 3/4 vullen met het deeg.

Het brood anderhalf uur 'au bain marie' laten koken, uit de vorm laten glijden als het nog warm is (anders wordt het klef door gecondenseerde waterdamp) en laten afkoelen op een broodplank of taartrooster.

De Pinda of Kacang Tanah

De Plant

Pinda's zijn de vruchten van een in de tropen en subtropen groeiend struikje (*Arachis hypogaea*). Het gewas wordt als tweede gewas na de rijst of het suikerriet verbouwd. Na de bloei buigen de bloeistengels zich naar de grond en de vrucht rijpt in de aarde.

Na een maand of drie (sommige soorten iets langer), als de bladeren geel worden, trekt men het hele plantje uit de grond en laat het op het veld liggen tot de noten geel zijn.

Het schillen gebeurt door de noten op een hoop te gooien en er met stokken op te slaan.

Door schillen en nootjes samen in grote manden te schudden, komen de lichtere schillen ovenop te liggen zodat ze er gemakkelijk uitgewipt kunnen worden en alleen de nootjes overblijven.

Deze worden dan verkocht om gekookt of gebakken gegeten te worden. Gebrande pindas, zoals we ze in Europa kennen, verkrijgt men door pinda's met schil en al te roosteren.

Voedingswaarde

100 gram gepelde verse pinda's of kacang tanah bevat:

60 I.E. vitamine A - 25 -32 gram eiwit - 300 I.E. vitamine B 1 - 40 -50 gram vet - geen vitamine C
10 -20 gram koolhydraten

100 gram gepelde en geroosterde kacang tanah bevat:

geen vitamine A - 27 gram eiwit - 133 I.E. vitamine B 1 - 44 gram vet - geen vitamine C
14 gram koolhydraten

Als we de verse en geroosterde kacang tanah met elkaar vergelijken, zien we dat door het drogen en roosteren groot vitamineverlies optreedt en wel van de zo belangrijke vitaminen A en B 1. Door het stomen van de rauwe kacang blijft de samenstelling vrijwel gelijk aan die van ongestoomde kacang tanah. Verse kacang tanah is dus gezonder dan de gedroogde. De kacang tanah is rijk aan het zo onmisbare eiwit en aan vet. Deze beide stoffen maken de pinda tot een zeer voedzaam voedingsmiddel, dat bovendien ook gezond is, vooral voor kinderen. Men moet echter oppassen voor te veel vanwege de laxerende werking van kacang tanah.

Heel kleine kinderen moeten we liever geen noten geven omdat ze die in de neus of oren kunnen stoppen, terwijl zeer dikwijls een pinda in het verkeerde keelgat terecht komt en in de bronchiën gevaarlijke verstoppingen veroorzaakt door opzwellend. Men geeft aan kleine kinderen daarom liever pindakaas.

Soorten

De meest voorkomende soorten in Indonesië zijn de kacang tanah en de kacang holle (of Afrika of Bengalah). In Europa zijn het de Valencianootjes en de Chinese nootjes die in de handel zijn. Valencianootjes bevatten drie of vier pitjes, de Chinese twee pitjes.

Bewaren

Gebakken of gesuikerd (bvb Ting-Ting) of in de bast gebrand, zijn pinda's (mits droog) in goed gesloten trommels of stopflessen lang te bewaren.

Pindakaas (zie recept verder), met een laagje olie bedekt en in een potje bewaard, is zeer houdbaar.

Bijproducten

AARDNOTENKOEKEN zijn koeken gemaakt van geperste pinda's, zij dienen als veevoeder.

SLAOLIE (*) is een mengsel van verschillende oliën, grotendeels olie die uit pinda's geperst is (arachideolie). Slaolie kan zeer hoog verhit worden zonder dat een onaangename reuk of smaak optreedt en is zeer geschikt om te dienen als frituurvet of bakolie.

DELFRITE is geharde arachideolie. Het wordt in plakken in de handel gebracht en voor hetzelfde doel gebruikt als slaolie.

(*) De Javaan perst ook olie uit de kacang tanah (arachideolie). De uitgeperste noten worden verwerkt tot ontjom. Ontjom is een toespijs bij de rijst, gemaakt van de uitgeperste noten. Net als tempe laat men er een schimmel door trekken (rose), waarna de ontjom verkocht wordt in stukjes welke gekookt, gebakken of rauw gegeten kunnen worden.

Pinda (Kacang Tanah) recepten

Pindakaas

Ingredienten:

500 gram gebrande pindas
1 theelepel sambal ulek
zout
1 1/2 eetlepel suiker

Bereidingswijze:

De gebrande pindas 3 keer malen en daarna vermengen met de lombok, het zout en de suiker.

Gebakken Pinda's

Rauwe pindas worden op een matig vuur in een droge wadjan onder voortdurende roeren gedroogd. De velletjes zijn dan gemakkelijk te verwijderen, waarna de pindas, al of niet met wat vet, lichtbruin gebakken worden.

Pindakoekjes

Ingredienten:

500 gram gemalen gebrande pindas
200 gram poedersuiker
3 eiwitten
iets zout

Bereidingswijze:

De eiwitten met een gedeelte van de poedersuiker loskloppen. Poedersuiker, zout en gemalen pindas toevoegen en alles goed door elkaar mengen. Van dit mengsel op een bakblik bergjes maken en in een heel matige oven lichtbruin bakken.

Gula Kacang - Gesuikerde pinda's

Ingredienten:

500 gram gebrande pindas
300 gram Gula Jawa

Bereidingswijze:

De Gula Jawa 'au bain marie' laten smelten, pinda's toevoegen en van deze brij op een bakblik bergjes vormen. Als ze droog zijn, zijn ze tevens versuikerd.

Ting-Ting

Ingredienten:

500 gram gebrande en gepelde pindas
500 gram suiker (melis)

Bereidingswijze:

Doe de suiker in een wadjan en verwarm ze tot ze lichtbruin is. Voeg de pindas toe en giet de massa uit op een beboterd bakblik of een stuk beboterd vetvrij papier. Met een ingeoliede fles of deegrol de laag glad rollen tot ze ongeveer 1 cm dik is. Met een geolied mes uit de nog warme laag repen snijden ter lengte en breedte van een chocoladereep.

Seroendeng
Scheepsbel Maart 1972

Ingredienten:

1/2 pond kokos
4 stuks sjalotjes
1 teentje knoflook
1 theelepel laospoeder
2 theelepels ketoembar (lijkt op peperkorrels)
1 theelepel djinten
4 stuks juruk perut blaadjes
zout, citroensap en suiker naar smaak
2 ons pindas

Bereidingswijze:

De uien en de knoflook heel fijn snijden. De ketoembar heel fijn stampen tot poeder. De kokos vochtig maken met wat kokend water. Nu de vochtige kokos met alle ingredienten, behalve de pindas, in een diepe braadpan scheppen en op een kleine vlam lichtbruin bakken, steeds roeren en scheppen en er voor zorgen dat het niet aanbrandt.

Pas als de kokos wat lichtbruin gekleurd is mag u ongeveer 2 eetlepels olie bij doen en verder bruin bakken. Is het gerecht klaar, dan pas de gebakken pindas er bij doen en alles goed mengen. Het gerecht mag wat zoetig smaken. Het recept is heel eenvoudig maar vergt wel veel geduld bij het klaarmaken want het moet beslist op een klein vuur want kokos brandt gauw aan.

Katjang Idjoe, de boontjes waar men Taugé van maakt

De plant

De kacang idjoe is een klein struikje dat dikwijls als tweede gewas na de rijst op de drooggelegde sawah's wordt geplant. Aan dit struikje komen kleine peulvruchten, waarin ronde hardgroene erwtjes zitten.

Voedingswaarde

100 gram kacang idjoe bevat:

150 -400 I.E. vitamine A - 19 -23 gram eiwit - 150 -400 I.E. vitamine B 1 - 0,2 -2 gram vet -
9 mg vitamine C - 40 -60 gram koolhydraten

De erwtjes zijn dus zeer rijk aan vitamine B 1. Ze worden dan ook gebruikt als geneesmiddel tegen Beri-Beri.

Katjang Idjoe recepten

Kacang idjoe soep

Ingredienten:

2 1/2 liter water
500 gram kacang idjoe
400 gram vlees
zout
selderie
prei

Bereidingswijze:

De kacang idjoe wassen. Het vlees met de kacang idjoe gaar koken in de aangegeven hoeveelheid water, ongeveer 30 minuten. De kacang idjoe zeven, de kleingesneden groenten en het zout toevoegen en de soep koken tot de groenten gaar zijn en de soep gebonden is. Het vlees klein snijden en weer aan de soep toevoegen.

Kacang idjoe thee (tegen beri-beri)

In plaats van thee is het heel gezond om iedere dag een kopje kacang idjoe aftreksel te drinken. Men neemt hiervoor:

Ingredienten:

1 liter water
100 gram kacang idjoe
1 stukje gember
suiker

Bereidingswijze:

De kacang idjoe opzetten met het water en de gember en koken tot de kacang idjoe gaar is. Het gezeefde vocht presenteren in theekopjes en suiker toevoegen.

Taugé 1

In een mandje strooit men laag om laag kacang hijau en zand. Met een vochtige moltondeken bedekt, wordt het mandje in de zon gezet, terwijl men door het begieten het zand goed vochtig houdt. Na twee of drie dagen is de kacang hijau gekiemd. De tauge (dit is de gekiemde kacang hijau) goed wassen zodat er geen zand tussen blijft zitten.

Taugé 2

Kacang hijau tussen een vochtige molton of flanellen doek leggen en op een lauwwarme plaats enkele dagen laten liggen. Na enige dagen is de kacang hijau gekiemd.

Kacang idjoe toetje

Ingredienten:

gekookte kacang idjoe
geraspte klapper
Gula Jawa

Bereidingswijze:

De kacang idjoe vermengen met de geraspte klapper en presenteren met een dikke Gula Jawa-stroop. Gula Jawa stroop maakt men door enkele stukken Gula Jawa 'au bain marie' te verwarmen (zodanig een klein beetje water toevoegen) en de stroop daarna te zeven.

Sla van Taugé

Ingredienten:

tauge
slaolie
citroensap
peper
zout
een paar hardgekookte eieren

Bereidingswijze:

De eieren fijnprakken en er met slaolie, citroensap, peper en zout een slausausje van maken. De tauge even in kokend water dompelen en laten afkoelen, fijnsnijden en vermengen met het sausje.

Gado-Gado

Ingredienten:

2 hardgekookte eieren
1 schoteltje gesneden kool
een paar soorten bladgroenten
1 komkommer
gebakken stukjes tempe (ongeveer 150 gr)
2 schoteltjes tauge

4 rode uitjes (bawang merah)
kleine ronde kroepoek (blindji)

Bereidingswijze:

De eieren pellen en in partjes snijden. Alle bladgroenten even in kokend water dompelen en laten afkoelen. De komkommer in dunne schijfjes snijden. De kroepoek bakken. Uitjes snijden en bakken.

Men kan op 2 manieren verdergaan:

1. De groenten worden laag om laag in een schotel geschikt en overgoten met gado-gado-saus (zie recept verder). Ter garnering schikt men de schijfjes hardgekookt ei, kleine kroepoeks en de gebakken stukjes tempe eromheen en overstrooit het geheel met de bruin gebakken uitjes.

2. De groentesoorten in een cirkelvorm op een schaal schikken, zo dat de cirkel verdeeld wordt in segmenten met verschillende soorten groenten er in. Ter garnering de schijfjes ei, de stukjes tempe, de kroepoeks en de bruin gebakken uitjes er omheen en overheen schikken en de saus apart geven.

Gado-Gado saus

Ingredienten:

200 gram pindas of pindakaas
2 dl kokend water
citroensap
sambal
zout
suiker
trassi

Bereidingswijze:

Gebakken pindas 3 maal draaien, daarna vermengen met het water en even opkoken. Zonodig wat water toevoegen. Daarna de saus op smaak brengen met de andere ingredienten.

NB : De in de recepten voorkomende hoeveelheden als theelepels, dessertlepel en eetlepel moeten zijn afgestrekten.

DE RIJSTTAFEL

Samenstelling

Een rijsttafel bestaat uit drooggekookte rijst, waarbij verschillende bijgerechten gegeven worden. Een eenvoudige rijsttafel bestaat uit :

1. Rijst
2. een Sayur (groenteschotel)
3. Sambal Ulek, een andere Sambal en een Sambal Goreng
4. een kipgerecht (b.v. ayam abon-abon) of vleesgerecht (b.v. babi kecap) of visgerecht
5. gebakken Krupuk en Pisang Goreng (gebakken banaan)
6. Serundeng en gebakken pinda's (kacang tanah)
7. Rauwe komkommer, aan schijven gesneden
8. zure uitjes of acar biet of een andere acar
9. als nagerecht: verse vruchten of een frisse agar-agar vruchtenpudding

Men kan een rijsttafel uitbreiden door meer sayurs, meer sambalans, meer vleesgerechten (b.v. sate) erbij te geven.

Het dekken van de tafel

Rijst wordt gegeten uit een diep bord, met een lepel en vork. Een mes wordt wel bijgedekt maar dit dient alleen om een bepaald gerecht even klein te snijden, men eet er niet mee.

Er wordt dus als volgt gedekt:

Een groot plat bord, hierop een soepbord
Links van het bord een vork
Rechts van het bord een lepel en een mes
Links een klein bordje waarop krupuk, kacang enz. kunnen worden gelegd
Rechts bovenaan een waterglas
Links opzij een vingerkom
Het servet als het ongebruikt is op het bord
Het grote platte bord dient alleen maar als onderzetter voor het diepe bord
Pudding en vruchten worden van gewone dessertbordjes gegeten

Als dranken bij de rijsttafel komen in aanmerking: ijswater, spuitwater, bier

Het opdienen

De rijst wordt opgediend in een grote open kom, voor het op tafel brengen de rijst vooral goed los maken.

De sayur gaat in een dekschaal.

Het vlees-, kip- of visgerecht gaat op een vleesschaal.

Bij een "lopende tafel" gebruikt men ook wel dessertbordjes.

Sambals en zuren b.v. in een hors d'oeuvre schaal of op kleine vleesschaaltjes. Voor de zuren is een apart zuurstel altijd heel geschikt.

SAMBALAN RECEPTEN

Sambalans zijn te verdelen in:

Rauwe sambalans – Een mengsel van kruiden met verse groenten of vruchten vermengd.

Sambal goreng – Waarvan het hoofdbestanddeel wordt gevormd door vlees, vis of eieren, die met kruiden worden gebakken.

Boeboeks – Bestaande uit gedroogde vis of vlees, die met de kruiden worden geroosterd en fijngestampt.

Rauwe sambalans (grondrecept)

Ingrediënten:

1 theelepel gebrande trassi

3 eetlepels asemwater

1 theelepel sambal ulek

1 theelepel zout

fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes, enz.)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven in de cobek en vermengen met het hoofdbestanddeel.

Sambal bawang

Ingrediënten:

1 theelepel gebrande trassi

3 eetlepels asemwater

1 theelepel sambal ulek

1 theelepel zout

gebakken of rauwe uien

Bereiding:

De kruiden fijnwrijven in de cobek en vermengen met de uien (gebakken of rauw).

Sambal ketimun petis

Ingrediënten:

1 theelepel gebrande trassi

3 eetlepels asemwater

1 theelepel sambal ulek

1 theelepel zout

Beetje suiker, petis en gehakte ketimun (komkommer)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven in de cobek en vermengen met de ketimun.

Sambal Kemirie

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi

3 eetlepels asemwater

1 theelepel sambal ulek

3 geroosterde kemiries

rawit

1 theelepel zout

fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes,..)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen met de cabe rawit en 3 geroosterde kemiries.

Sambal katjang

Ingrediënten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels asemwater
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout

Bereidingswijze:

Geroosterde katjang en 2 eetlepels suiker

Sambal Tomaat

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels asemwater
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout
tomaat
fijngesneden groenten (ui, komkommer, radijsjes,..)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen met de tomaat.

Sambal Lobak

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels asemwater
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout
wat schijfjes lobak (soesterknollen)
fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes,..)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen met de schijfjes lobak.

Sambal djereuk nipis

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels juruk nipis
fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes,..)
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen.

Sambal Mangga Moeda

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels asemwater
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout
wat geraspte jonge mango
fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes,..)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen met de geraspte jonge mango.

Sambal Manis

Ingredienten:

1 theelepel gebrande trassi
3 eetlepels asemwater
1 theelepel sambal ulek
1 theelepel zout
wat Gula Jawa
fijngesneden groenten (ui, komkommer, tomaat, radijsjes,...)

Bereidingswijze:

De kruiden fijnwrijven en vermengen met de Gula Jawa.

Sambal Goreng (grondrecept)

Ingredienten:

vlees, lever, vis of ei
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve het juruk perut blad, fijnwrijven en met het hoofdbestanddeel 10 minuten opbakken. Juruk Perut blad en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Ati

Ingredienten:

gekookte lever
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve het juruk perut blad, fijnwrijven en met de gekookte lever 10 minuten opbakken. Juruk perut blad en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Ebbie

Ingredienten:

ebbie (gedroogde garnalen)
4 kemiris
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve de juruk perut blaadjes, fijnwrijven en met de ebbie 10 minuten opbakken. Juruk perut blaadjes en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Lombok

Ingredienten:

10 lomboks (ontpit en fijngesneden)
1 eetlepel suiker
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve de juruk perut blaadjes, fijnwrijven en met de lomboks en de suiker 10 minuten opbakken. Juruk perut blaadjes en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Tahoe

Ingredienten:

fijngesneden tahoe
1 theelepel Jahe
2 eetlepels fijngesneden selderie
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve de juruk perut blaadjes, fijnwrijven en met de Jahe, selderie en tahoe 10 minuten opbakken. Juruk perut blaadjes en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Kentang

Ingredienten:

reepjes (rauwe) aardappel
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 jeruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve de jeruk perut blaadjes, fijnwrijven en met de reepjes rauwe aardappel 10 minuten opbakken. Jeruk perut blaadjes en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Tempe

Ingredienten:

reepjes tempe
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 jeruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve de jeruk perut blaadjes, fijnwrijven en met de reepjes tempe 10 minuten opbakken. Jeruk perut blaadjes en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Dadar

Ingredienten:

reepjes omelet
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 jeruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve het jeruk perut blad, fijnwrijven en met de reepjes omelet 10 minuten opbakken. Jeruk perut blad en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Dendeng

Ingredienten:

4 stukjes goed geklopte en uit elkaar gerafelde dendeng (gedroogd rundvlees)
5 a 10 lomboks
5 uitjes
5 schijfjes laos
5 teentjes knoflook
1 theelepel trassi
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
gula Jawa

Bereidingswijze:

Alle kruiden, behalve het juruk perut blad, fijnwrijven en met de dendeng 10 minuten opbakken. Juruk perut blad en asemwater toevoegen en zo lang laten koken tot de olie bovenop komt drijven en al het vocht verdampt is.

Sambal Goreng Terie (1)

Ingredienten:

3 eetlepels fijngesneden ui
1 eetlepel fijngesneden lombok
wat juruk water
200 gram ikan terie
boter of olie
2 dl santen

Bereidingswijze:

De uien en de lomboks fijnwrijven en met de ikan terie (kleine gedroogde visjes) bruin bakken. Asem en jurukwater toevoegen als de vis bijna droog is gebraden. Daarna santen toevoegen en droog laten koken tot het water verdampt is en de olie bovenop komt drijven.

Sambal Goreng Terie (2)

Ingredienten:

een paar scharren (gedroogde schollen)
6 a 8 teentjes knoflook
8 spaanse pepers
trassi
lengkuas
temu kunyit
kencur
1 1/2 ons boter
2 dl melk
enige blaadjes juruk perut
scheut sojasaus

Bereidingswijze:

Men neemt hiervoor scharren (gedroogde scholletjes). Laat een rooster boven een glimmend cokes- of houtskoolvuur heet worden. Leg de scharren erop en rooster ze lichtbruin. Haal dan de vis van de graat en hak of stamp ze zeer fijn. Vervolgens hakt men zeer fijn de knoflook, spaanse pepers, trassi, lengkuas, temu kunyit en een stukje kencur en doet het bij de vis. Fruit dit alles in 1 1/2 ons boter, doe er dan 2 dl melk bij en laat langzaam koken totdat de saus gebonden is. Men kan er nog enige blaadjes juruk perut en ook een scheut sojasaus bij doen.

Sambal Goreng Kering van Dendeng

Ingredienten:

1/2 kattie Dendeng (= 3 ons) (gedroogd rundvlees)
5 rode uien
3 teentjes knoflook
2 lomboks
2 schijfjes laos
1/4 theelepel suiker
asemwater
zout naar smaak
trassi

Bereidingswijze:

De dendeng in kleine, korte reepjes snijden en krokant bakken in klapperolie. De bumbus fijnsnijden en elk afzonderlijk lichtbruin bakken. Neem nu een schone wadjan met 1 eetlepel klapperolie, laat deze goed warm worden en doe hierin het asemwater met de suiker en de trassi. Als het droog begint te worden doet men de gebraden dendeng met de bumbus er bij. Wees voorzichtig opdat het niet aanbrandt.

Sambal Goreng Udang

Ingredienten:

150 gram garnalen
5 gekookte lomboks
3 bawang merah (rode uien)
2 bawang putih (knoflook)
2 schijfjes laos
1/2 theelepel trassi
1/2 theekopje santen
asemwater en zout naar smaak

Bereidingswijze:

De garnalen (udang) worden gepeld en met zout ingewreven. De bumbus maakt men fijn en fruit ze in wat klapperolie. Doe daarna de garnalen, het asemwater en de santen erin. Laat de massa doorkoken tot de saus dik wordt of de olie er uit komt. Voor de smaak kan men pete en/of daun juruk perut er in doen.

Sambal Goreng Ati Ayam

Ingredienten:

150 gram kippeliver
5 gekookte lomboks
3 bawang merah (rode uien)
2 bawang putih (knoflook)
2 schijfjes laos
2 juruk perut blaadjes
2 eetlepels asemwater
1 kopje santen

Bereidingswijze:

De kippelivertjes worden met zout ingewreven. De bumbus (kruiden) maakt men fijn en fruit ze in wat klapperolie. Doe daarna de kippelivertjes, het asemwater en de santen er in. Laat de massa doorkoken tot de saus dik wordt of de olie er uit komt.
Voor de smaak kan men pete en/of daun juruk-perut er in doen.

Sambal Goreng Van Vlees

Ingredienten:

150 gram vlees
5 gekookte lomboks
3 bawang merah (rode uien)
2 bawang putih (knoflook)
2 schijfjes laos
1/2 theelepel trassi
1/2 theekopje santen
asemwater en zout naar smaak

Bereidingswijze:

Het vlees wordt met zout ingewreven. De bumbus maakt men fijn en fruit ze in wat klapperolie. Doe daarna het vlees, het asemwater en de santen er in. Laat de massa doorkoken tot de saus dik wordt of de olie er uit komt. Voor de smaak kan men pete en/of daun juruk perut er in doen.

Sambal Bajak

Ingredienten:

10 rode lomboks
5 rode uien
1/4 theelepel trassi
1 vingerlengte sereh
suiker
asemwater en zout naar smaak
1 1/2 eetlepel klapperolie

Bereidingswijze:

De lomboks zonder pitten fijnmaken met de uien, de trassi en het zout. Fruit nu de sambal in 1 1/2 eetlepel warme klapperolie met de sereh samen en voeg op het laatste de suiker en het asemwater toe. Men kan er ook een eetlepel dikke santen in doen en dan de sambal opkoken tot de olie er uit komt.

Sambal Goreng Dadar Telor

Ingredienten:

3 eieren
3 rode lomboks
4 rode uien
3 teentjes knoflook
een stukje laos
1 theelepel trassi
1/2 theekopje santen
zout naar smaak

Bereidingswijze:

Van eieren maakt men een dadar (omelet) en snijd ze in reepjes. De bumbus worden fijngemaakt. Fruit ze in 1 1/2 eetlepel klapperolie en voeg hierbij de santen en de dadar.

Sambal Babi

Ingredienten:

varkensfricandeau
10 a 12 spaanse pepers
1 1/2 ons ui
1 teentje knoflook
1/2 dl ketjap
2 theelepels gemberpoeder
zout naar smaak

Bereidingswijze:

Zet een stuk varkensfricandeau 1 dag in azijn. Doe het daarna in een pan met 10 a 12 gehakte spaanse pepers, 1 1/2 ons ui, 1 knoflook, 1/2 dl ketjap en zout. Voeg er twee theelepels gemberpoeder en wat water bij en laat het langzaam gedekt gaar smoren.

Sambal Badjak

Ingredienten:

1 kg rundvlees
15 a 20 spaanse pepers
lengkuas
trassi
15 a 20 kemiris
3/4 liter klappermelk
tamarinde of citroensap
yankeekruiden

Bereidingswijze:

Braad 1 kg grote dobbelstenen rundvlees in reuzel. Hak of stamp 15 a 20 spaanse pepers, lengkuas, trassi en 15 a 20 kemiris fijn. Doe het bij het vlees en laat alles even aanbraden. Doe het daarna in een pan met ruim 3/4 liter klappermelk, een stukje tamarinde of wat citroensap, een theelepel yankeekruiden en zout en laat het langzaam koken, zo nu en dan omschudden, totdat het vlees gaar en de saus gebonden is.

Sambal Katjang

Ingredienten:

20 jonge snijbonen of 40 jonge sperziebonen
3 groene en 3 rode spaanse pepers
100 gram sjalotten
8 teentjes knoflook
trassi
1/2 liter melk
sereh
lengkuas

Bereidingswijze:

Snijd 20 jonge snijbonen of 40 jonge sperziebonen, 100 gram sjalotten, 8 teentjes knoflook, 3 groene en 3 rode spaanse pepers fijn en fruit dit alles in boter of reuzel. Roer er dan een stukje fijngemaakte trassi, lengkuas en sereh doorheen. Laat het nog wat fruiten, voeg er 1/2 liter melk bij en kook het langzaam tot de boontjes gaar zijn.

Sambal Kapri

Ingredienten:

200 gram ui of sjalotten
8 afgekookte chilipepers
7 teentjes knoflook
trassi
lengkuas
boter of reuzel
halve witte kool
1/2 liter melk
1 eetlepel soya

Bereidingswijze:

Snijd de ui, knoflook, trassi, lengkuas en chilipepers fijn en fruit in de boter of reuzel. Doe er dan een fijngesneden halve witte kool en daarna 1/2 liter melk bij. Laat het vervolgens langzaam koken en doe er een lepel soja bij.

Sambal Goddok

Ingredienten:

kleingesneden witte kool, peultjes of sperzieboontjes, doperwtten, bloemkool
handje garnalen, stukjes gedroogde vis, dendeng
een paar chilipepers
50 gram uien of sjalotten
trassi of lengkuas
melk

Bereidingswijze:

Kook kleingesneden witte kool, peultjes of sperzieboontjes, doperwtjes en bloemkool half gaar in water en zout. Giet ze daarna af, laat ze uitlekken, doe ze in een pan met melk zodat de groenten goed onderliggen, voeg er een handje garnalen, stukjes gedroogde vis en dendeng, wat fijngesneden chilipeper, 50 gram uien of sjalotten en een stukje trassi of lengkuas bij en laat alles gezamenlijk langzaam koken tot de groenten gaar zijn en de kool gebonden is.

Sambal Ati-Ati

Ingredienten:

enige kippenmagen en -levertjes
100 gram sjalotten
5 teentjes knoflook
trassi
lengkuas
15 gesneden chilipepers
100 gram boter
1/2 liter melk

Bereidingswijze:

Men neemt hiervoor enige kippenmagen en -levers die men vooruit bij een poelier bestelt. Was ze goed en zie goed toe dat de gallen en gele plekken goed uit de levers gesneden zijn, anders wordt de sambal bitter. Kook ze in water en zout gaar, spoel ze dan af in koud water, laat ze uitlekken en snijd ze aan kleine stukjes. Ondertussen heeft men 100 gram sjalotten, 5 teentjes knoflook, een stukje trassi, een stukje lengkuas en 15 gesneden chilipepers in 1 ons boter gefruit. Doe er een weinig zout en 1/2 liter of meer melk bij en laat het gezamenlijk langzaam stoven tot de saus gebonden is. Doe er dan een weinig citroensap bij.

Sambal Daging

Ingredienten:

250 gram vlees
1 eetlepel gesneden ui
5 teentjes knoflook
4 schijfjes laos
1 theelepel trassi
2 lomboks
1 theelepel zout
een weinig suiker
boter of olie
2 juruk perut blaadjes
2 salambaadjes
1 theelepel trassiwater
1 eetlepel asemwater

Bereidingswijze:

Snijd 250 gram vlees aan kleine stukjes. Stamp 1 eetlepel gesneden ui, 5 teentjes knoflook, 4 schijfjes laos, 1 theelepel trassi en 2 lomboks met 1 theelepel zout, een weinig suiker en boter of klapperolie fijn. Braad dit op en voeg er daarna het vlees alsmede 2 fijngesneden juruk perut blaadjes en 2 salamblaadjes bij. Doe er vervolgens 1 eetlepel trassiwater en 1 eetlepel asemwater bij en braad het zolang tot de olie er uit komt en de sambal een lichtbruine kleur heeft.

Sambal Goreng Telor

Ingredienten:

4 hardgekookte eieren
2 eetlepels fijngesneden ui
4 teentjes knoflook
5 uitgehaalde kemiris
1/2 eetlepel gesneden sereh
5 schijfjes laos
1 theelepel rauwe trassi
suiker en zout
boter of klapperolie
1 eetlepel asem- of jurukwater
1/2 kopje santen
2 lomboks

Bereidingswijze:

Snijd 4 hardgekookte eieren in vieren en leg ze op een schaalte. Stamp de fijngesneden uien, knoflook, kemiris, sereh, laos, rauwe trassi, suiker en zout fijn in de vijzel. Fruit dit mengsel in boter of klapperolie, voeg 1 eetlepel asem- of jurukwater bij en laat het koken. Voeg er dan 1/2 kopje santen en 2 fijngesneden lomboks bij en kook het tot een gebonden papje.

Sambal Goreng van Runderlever Scheepsbel Februari 1971

Ingredienten:

1 pond runderlever
5 sjalotjes
1 teentje knoflook
1 grote eetlepel sambal oelek
1 eierlepel laospoeder
2 a 3 salamblaadjes
2 juruk perut blaadjes
1/2 theelepel suiker
1 kopje kokosmelk (*) of 1 kopje half melk/half room

Bereidingswijze:

De lever in dikke plakken snijden; uien en knoflook heel fijnsnijden. In een braadpan of wadjan wat olie doen (circa 2 eetlepels) en hierin de uien, knoflook, sambal, laos en de blaadjes fruiten. Dan de lever en citroensap erbij doen, goed mengen en even doorbakken, dan de kokosmelk, suiker en zout erbij mengen en even doorbakken, dan de kokosmelk, suiker en zout erbij doen en meteen goed mengen en scheppen om schiften te voorkomen. Het gerecht verder op een zacht vuurtje laten koken totdat de lever gaar is, daarbij af en toe weer scheppen en roeren. Is de lever nog niet zacht genoeg en de saus ingekookt, dan kunt u er water bij doen.

(*) Kokosmelk wordt als volgt gemaakt: 1 ons kokos met circa 2 kopjes water aan de kook brengen, op de spaarvlam circa 5 minuten laten inkoken en dan laten afkoelen. Daarna de kokos is een zeef uitpersen waarna de uitgeperste kokos kan worden weggegooid.

Sambal Goreng van Kip
Scheepsbel Augustus 1971

Ingredienten:

1 kip (circa 1000 gram)
5 grote tomaten
5 sjalotten
1 teentje knoflook
1 volle theelepel Jahe poeder
1 theelepel laospoeder
1 serehwortel
1 eetlepel sambal oelek
zoet en citroensap naar smaak

Bereidingswijze:

De kip in stukken snijden, goed wassen en laten uitlekken. De tomaten in stukken snijden, uien en knoflook heel fijn snijden. In een braadpan wat olie of margarine doen en hierin de uien en knoflook heel licht fruiten, dan de sambal, kruiden en tomaten erbij en verder even doorfruiten. Daarna de stukken kip erin doen, alles goed mengen, het deksel erop doen en verder gaar stoven, af en toe wel in de pan roeren om aankoeken te voorkomen. Is 't vocht opgedroogd en de kip is nog niet gaar, dan kunt u er wat water bij doen en verder gaar stoven.

Sambal Goreng Telor
Scheepsbel September 1970

Ingredienten:

6 eieren nr 2 (hardgekookt en pellen)
1 ui of 6 sjalotten (fijnsnijden)
1 teentje knoflook (fijnsnijden)
1 eierlepel sambal oelek
4 a 5 tomaten (in stukjes snijden)
1 eierlepel (vol) laospoeder
3 salamblaadjes
1 theelepel suiker
citraensap, zout naar smaak
1 kopje melk

Bereidingswijze:

In wat olie of margarine de fijngesneden uien en knoflook heel licht fruiten, sambal ulek, laos, tomaten, salamblaadjes, citroensap, suiker en zout bij doen, goed roeren en even laten doorkoken. Daarna de melk bij doen en flink roeren of scheppen om schiften te voorkomen. Het moet een gladde saus worden. De gepelde eieren er in doen en ongeveer 5 minuten meekoken, alsmaar scheppen en roeren. Verder op eigen smaak afmaken, u kunt bvb ook een maggi-blokje er in doen en als er geen tomaten zijn, dan kunt u ook een klein blikje tomatenpuree nemen (ik geef voorkeur aan verse tomaten). De saus mag iets inkoken, bij het opdienen de eieren in twee helften snijden en daaroverheen de saus gieten. Bij gebrek aan citroensap kunt u gewoon azijn nemen (ongeveer 1 eetlepel). Houdt u van heet eten dan neemt u meer sambal ulek.

SAJOER-RECEPTEN

Sajoers zijn te verdelen in:

De sajoer – Een geurige kruidensoep met veel groenten erin zonder vlees of vis.

De sajoer piendang – Een sajoer met vlees of vis.

De sajoer toemis – Een sajoer waarvan de kruiden eerst gefruut worden in olie of vet.

Sayur Lodeh (1)

Ingredienten:

500 gram groenten (kool, boontjes, jonge mais, kacang panjang,...)

6 kemiris

1/2 liter water

1 teentje knoflook

1 flinke mespunt trassi

2 fijngevreven rode uitjes

sambal ulek

Bereidingswijze:

De kemiris met de kruiden fijnstampen en met de groenten in een halve liter water gaar koken. De sambal oelek vlak voor het opdoen er aan toevoegen.

Sayur Lodeh (2)

Neem een handvol jonge prinsesseboontjes, evenveel jonge peultjes, wat aan zeer kleine stukjes gesneden bloemkool en een stuk witte of savoyekool aan snippers. Hak 6 a 8 afgekookte spaanse pepers met 100 gram sjalotten, 5 teentjes knoflook en een stukje trassi fijn en fruit het in 250 gram boter. Doe er dan de groenten bij en zet het al roerend op het vuur, totdat de groenten wat geslonken zijn. Voeg er dan 3/4 of 1 liter melk en zout bij en laat het langzaam koken, nu en dan omschuddend, totdat de groenten gaar zijn. Men kan er wat soya bij doen.

Sayur Lombok

Ingredienten:

200 gram tahu

50 gram tempe

50 gram lombok hijau

50 gram lombok rawit

50 gram daun bawang

tetellah (soepvlees)

5 rode uien

3 teentjes knoflook

1 theelepel trasi

1 stukje kencur

4 rode lomboks

2 eetlepels asemwater

zout naar smaak

Bereidingswijze:

Het vlees wordt eerst zacht gekookt. De tahu, tempe, lombok hijau en daun bawang in stukjes snijden. De bumbus fijnstampen, daarna in 2 eetlepels klapperolie fruiten. Voeg hierbij het gekookte vlees met de bouillon, de santen en de ingredienten en laat de sayur nog een kwartier koken. Het is smakelijker als men de tahoe en tempe eerst halfgaar in klapperolie braadt.

Pindang Kunyit

Ingredienten:

300 gram soepvlees

1/2 liter water

2 1/2 cm kunyit of 1 theelepel

2 schijfjes laos

2 lomboks

2 daun salam

zout

Bereidingswijze:

Het vlees in blokjes snijden en met de kruiden en het vocht gaar koken.

Pindang Ayam (1)

Ingredienten:

1 kleine kip
1/2 liter water
2 theelepels ketumbar
1 thee­lepel jinten
1 fijngesneden grote ui
1 eetlepel asemwater
zout
2 lomboks
1 stukje fijngesneden laos
1 stukje sereh
250 gram boter of vet

Bereidingswijze:

De kip schoonmaken en in stukken verdelen. De kruiden, behalve de sereh, fijnstampen, vermengen met wat zout en hiermee de kip inwrijven. De kip bruin braden en verder gaar koken in 1/2 vocht. Asemwater pas vlak voor het opdienen bijvoegen.

Pindang Ayam (2)

Ingredienten:

1 kip
2 uien
6 a 8 teentjes knoflook
4 spaanse pepers
boter
lengkuas
trassie
sereh
kunyit
ketjap

Bereidingswijze:

Hak een kip aan stukken en zet haar met een stuk tamarinde te koken. Hak of snijdt aan snippers: 2 uien, 6 a 8 teentjes knoflook en 4 spaanse pepers. Fruit dit in boter, doe het dan bij de kip, voeg er een stukje fijngemaakte lengkuas, trassie, sereh en een thee­lepel kurkumapoeder bij en laat alles doorkoken tot het gaar is. Door toevoeging van een weinig soya (ketjap) wordt de smaak verhoogd.

Soto Ayam - Gevulde kippensoep

Ingredienten:

1 vette kip
4 rode en 2 witte uien
3 kemiries
¼ thee­lepel ketumbar
1½ vinger­lengte kunyit
¼ thee­lepel trassi
zout naar smaak
4 fijngesneden, gebakken knoflook teentjes
1 vinger­lengte sereh
50 gram daun bawang en 50 gram koetjai
50 gram selderie
200 gram witte kool
50 gram laksa (soe-oen)
2 eieren
5 aardappels
wat gebakken uitjes (bawang goreng)

Bereidingswijze:

De eerste 6 bumbus fijnmaken en in 1 1/2 eetlepel olie fruiten. Doe er nu een paar glazen water bij en kook hierin de kip zacht met bijvoeging van de gebraden knoflook, gesneden daun bawang en een stukje sereh. De laksa, kool, eieren en aardappelen gaar koken en snijden.

De daun bawang, kucai en selderie worden heel fijn gesneden en rauw gebruikt.

Plaats op elk bord wat van de gesneden kool, laksa, eieren, aardappelen, daun bawang, koetjai, selderie en bawang goreng. Daarna een paar soeplepels van de soto er overheen.

Voor de sambal maakt men fijn: 3 gekookte kemiris, 3 gekookte lomboks, 3 rawits, 1/4 theelepel trassi en wat zout. Men kan ook wat lemmetjessap en ketjap er bij nemen.

VLEESGERECHT

FRIKADEL PANGGANG VAN VLEES

1/2 kattie gemalen rundvlees

1/2 kattie gemalen varkensvlees

10 gekookte aardappelen of 5 gekookte aardappelen en 3 sneetjes brood

2 eetlepels boter

2 à 3 eieren

1 kopje water

bouillon of melk

zout en nootmuskaat naar smaak.

Maak de aardappelen fijn, voeg het gemalen vlees en de specerijen erbij en bak ze in een met boter besmeerd geëmailleerd bord in de oven gaar. Wil men bij deze frikadel wat saus hebben, dan neemt men een 1/2 kopje bouillon, 1 eetlepel ketjap en wat lemmetjessap. Giet dit er over heen. maar laat de frikadel niet langer dan 5 minuten in de oven, anders wordt ze weer droog. In plaats van rundvlees kan men ook kippevlees nemen.

FRIKADEL GORENG

1/2 kattie vlees

1 ei

5 à 6 aardappelen

zout, peper, nootmuskaat naar smaak

Het vlees fijnmalen met de gekookte aardappelen. Voeg hierbij de specerijen en het ei. Maak hiervan 5 à 6 enigszins plattgedrukte ronde balletjes, die men in warme klapperolie bruin bakt.

GADON VAN VLEES

1/2 kattie vlees

1/8 theelepel ketoembar

1 schijfje laos

4 rode en 2 witte uien

1 split glas santen

1 stukje daoen djerok poeroet

2 kemiries

zout naar smaak

Meng alles met de santen bij elkaar, plaats het in een geëmailleerde pan en laat het ruim ~ uur stomen. Men kan het ook pisang blaadjes wikkelen. Als men de gadon droog wil hebben, doet men er 1 ei in om de santen te binden.

DENDENG

1/2 kattie vlees
4 kemiries
1 1/2 theelepels trassie
1/2 theelepels ketoembar
2 schijfjes laos
3 theelepels suiker
4 rode en 2 witte uien
1 vingerlengte sereh
wat santen
assem en zout naar smaak

Het vlees wordt in kleine lapjes gesneden en de kruiden fijngemaakt. Kook nu de vleeslapjes met de fijngemaakte boemboe (kruiden), assem en santen te zamen tot het geheel droog wordt. Als het vlees nog hard is, kan men telkens wat water bij voegen. Dit gerecht kan men ook van kip, lever (ati) bereiden.

DENDENG RAGIE

1/2 kattie vlees
2 kemiries
1/2 eetlepel ketoembar
1 eetlepel suiker
3 rode en 3 witte uien
2 schijfjes laos
1/2 geraspte klapper
4 eetlepels klapperolie
assem-water en zout naar smaak.

Maak van het vlees kleine lapjes. De boemboes heel fijn stampen. Doe daarna, met bijvoeging van een glas water, alles in een wadjang. Kook dit op, tot de olie er uit komt en de klapper lichtbruin wordt. Zo nodig, kan men er nog wat warme klapperolie bij doen.

EMPAL (4 personen)

Gekookte stukken vlees, gekruid met ketoembar, peper, zout en gebakken in margarine of olie.

SMOOR (4 personen)

2 kruidnagels
1 laurierblad
een weinig peper en zout
100 gram boter c.q. margarine
200 gram rundvlees
100 gram aardappelen
1 kleine ui
1 1/2 eetlepel ketjap

Boter c;q. margarine smelten in een geëmailleerd pannetje. Hierin de schoongemaakte gemeden ui aanfruiten, voeg hierbij het in blokjes gesneden (1 bij 1 cm) rundvlees en aardappelen, ± 10 tot 15 min aanfruiten en afblussen met bouillon c.q. water. Kruiden toevoegen en 20 min zachtjes laten stoven op een klein vuurtje. Op smaak brengen met peper en zout.

DAGING BOEMBOE BAU (8 personen)

250 gram rundvlees
1 schijfje of mespuntje djahé 2 knoflookpitten
6 grote rode lomboks
1 ui
2 eetlepels slaolie
1 eetlepel ketjap
1 theelepel suiker
400 gram water
150 gram marprine

Rundvlees gaar koken, in kleine plakjes snijden en in margarine bruin braden. De kruiden fijnwrijven, indien verse kruiden worden gebruikt en fruiten in slaolie. De plakjes gebraden vlees, ketjap, suiker en het water toevoegen en alles samen laten smoren, tot het water verdampt is.

EMPAL PEDIS

1 kattie vlees
3 rode lomboks
10 lombok rawit
10 rode en 3 witte uien
3 schijfjes laos
1/2 theelepel trassie
wat djeroeksap
water en zout

Van het vlees maakt men zachte empal met de gedroogde kruiden. De genoemde specerijen fijnmaken en in warme klapperolie fruiten. Voeg hierbij wat djeroek en water en laat daarin de empal koken, totdat de olie eruit komt en het er smakelijk uitziet.

SATÉ MANIS

1/2 kattie loeloer (varkenshaas)
2 bawang poetih
1/2 eetlepel ketjap
goela djawa
citroensap en zout naar smaak

Het vlees in kleine vierkante stukjes snijden. De boemboes fijnmaken, meng ze met het vlees, de ketjap en het djeroeksap. Daarna rijgt men het vlees aan de satéstokjes en roostert het boven een groot vuur.

SATÉ GOERI

Precies dezelfde boemboes en bereiding, maar met 2 eetlepels heel dikke santen.

SATÉ BOEMBOE DENDENG

1/2 kattie loeloer (varkenshaas)
2 witte en 3 rode uien
1/2 theelepel ketoembar
2 schijfjes laos
suiker
ketjap
djeroeksap en zout naar smaak.

Het vlees in vierkante stukjes snijden. De boemboes fijnstampen en vermengen met het vlees, de ketjap, het citroensap en 1 eetlepel dikke santen. Verder het vlees aan de satéstokjes rijgen. Men kan deze satésoorten maken van kip- en kamingvlees (geitevlees).

SATÉ BOEMBOE ROEDJAK

1/2 kattie vlees
2 kemiries
2 lomboks
1 schijfje laos
1/2 theelepel trassie
1 eetlepel santen
assem en zout naar smaak

De boemboes fijnmaken en met de santen en het vlees vermengen. Daarna rijgt men het vlees aan satéstokjes.

SATÉ BOEMBOE KOENING 150 gram runderlever

250 gram vlees
2 kemiries
1 lombok
1/2 theelepel trassie
1/4 theelepel ketoembar
5 rode en 2 witte uien
1/2 vingerlengte koenir
1 schijfje laos
santen, assem en zout naar smaak

Het vlees en de lever (ati) in vierkante stukjes snijden. De boemboes fijnmaken en fruiten in een lepel klapperolie. Voeg hierbij wat dikke santen en kook de boemboes totdat de olie er uit komt. Als de boemboe koud is geworden, mengt men ze bij het in stukjes gesneden vlees en rijgt dit aan de satéstokjes.

SATÉ PENTOL

1/2 kattie vlees
een paar eetlepels geraspte klapper
1 lombok
1/8 theelepel ketoembar
2 kemiries
10 korrels djinten
2 witte en 3 rode uien
1/2 theelepel trassie
1 of 2 eieren
suiker
assem en zout naar smaak

Het vlees fijnmalen. Alle ingrediënten heel fijn stampen. Voeg hierbij het vlees en de eieren. Maak hiervan lange rolletjes (kroketvormig), die elk met een satéstokje doorstoken worden. Men braadt ze in warme klapperolie lichtbruin.

SMOOR VAN VLEES

Uit de scheepsbei van oktober 1970

500 gram runderlappen
1 teentje knoflook (fijnsnijden)
2 uien of 6 à 7 sjalotjes (fijnsnijden)
2 volle eetlepels ketjap
3 kruidnagels
1 kopje water of bouillon
1/4 pakje margarine
zout, peper, nootmuskaat, citroensap naar smaak

Bereiding: Het vlees in plakken snijden, in een braadpan de margarine doen en hierin de uien en knoflook heel licht fruiten, het vlees, kruidnagel, nootmuskaat, peper, zout en citroensap bij doen, goed mengen, deksel er op doen en het vlees in zijn eigen vocht gaar smoren, is het vocht ingekookt en het vlees is nog niet zacht genoeg, dan pas wat water bij doen en verder gaar smoren, nu pas de ketjap er bij doen en verder op eigen smaak afmaken, wilt u meer saus hebben, dan doet u er meer water of bouillon bij. Heeft u geen citroen bij de hand dan kunt u gerust azijn nemen. Dit gerecht kunt u maken van varkenslappen, het geeft een heel andere smaak en heerlijk, voor liefhebbers, ook kunt u hiervoor kip gebruiken.

SAMBAL GORENG VAN VARKENSVLEES

Uit de scheepsbel van juli 1970

400 gram varkensvlees (in dikke plakjes snijden, groter dan hachévlees)
7 sjalotjes of 2 grote uien (fijnsnijden)
1 teentje knoflook (fijnsnijden)
1 eetlepel sambal oelek (voor diegene die niet van "petis" houden een 1/2 eetlepel)
1 eierlepel djahépoeder
1 hele sereh-wortel (in 4 stukken snijden)
3 stuks daon djeroek-blaadjes
3 salam-blaadjes
zout naar smaak
citraensap of 1 eetlepel azijn

Bereiding: In een braadpan 1 à 2 eetlepels olie doen, zodra de olie goed warm is, de uien, knoflook, sambal, djahé, sereh, djeroek- en salambaadjes er in doen. Dit alles even doorfruiten, goed roeren om aanbranden te voorkomen, dan het vlees, de tomaten, het citroensap, enz. er bij doen, het geheel goed mengen, deksel er op en verder gaar laten smoren, totdat het vlees zacht is. Af en toe flink scheppen en roeren en een klein beetje water er bij doen, voor de rest naar eigen smaak aanvullen met veel of weinig jus. Geen soep er van maken en in dit gerecht, beslist geen suiker toevoegen (wat bij de meeste gerechten (sambal gorengs) wel wordt gedaan).

KIPGERECHTEN

AJAM SPECIAAL

12 kemiries
1 ui
5 tenen knoflook
4 à 5 fijngesneden chilipepers
½ eetlepel yankee-kruid
een stukje boter of reuzel

Ontdoe 12 kemiries van hun bast, stamp de kemiries alsmede 1 ui en 5 knoflookpitten fijn. Voeg er 4 à 5 fijngesneden spaanse pepers en ½ eetlepel yankeekruid bij, doe alles in een pan met een stukje boter of reuzel en braad het even aan. Snijd een rauwe kip, na haar goed afgewassen te hebben, aan stukken, voeg ze bij de kemiries. doe er zoveel melk op dat de kip onderligt, alsmede wat zout en laat het langzaam koken, tot de kip gaar is.

AJAM PANGGANG BOEMBOE KETJAP

1 jonge kip
3 bawang poetih
4 bawang merah
3 à 4 lomboks rawit (lèteh)
½ eetlepel boter
2 eetlepels ketjap
djeroeksap en zout naar smaak

De kip open snijden en schoonmaken. De boemboes fijnstampen en met de kip in de boter fruiten. Voeg hierbij wat water, djeroeksap, suiker en ketjap en laat de kip er zacht in koken. Als de saus bijna opdroogt, neemt men de kip er uit en roostert haar op een heel klein vuurtje. Plaats nu de ajam panggang op een lage schaal en giet de saus erover heen.

AJAM PANGGANG BOEMBOE BESENGEK

1 jonge kip
3 kemiries
3 rode en 2 witte uien 14 lombok
¼ theelepel trassie
¼ theelepel ketoembar
½ vingerlengte koenir
2 schijfjes laos
½ eetlepel suiker
1 vingerlengte sereh
1 eetlepel klapperolie
1 theekopje santen
assem en zout naar smaak

De kip schoonmaken en opensnijden. De boemboes, op de sereh na, fijnstampen, daarna in warme olie lichtbruin braden (fruiten). Voeg hierbij santen, sereh en kip en laat alles te zamen koken. Als de kip zacht is geworden en de olie er uit komt, roostert men de kip heel voorzichtig. Plaats nu de ajam panggang met de boemboes op een schaal.

OPOR AJAM

1 vette kip (déreh)
5 bawang merah
2 bawang poetih
½ theelepel fijne ketoembar
½ theelepel trassie
4 kemiries
2 schijfjes laos
½ theelepel suiker
1 vingerlengte sereh (niet fijnmaken)
santen van een klapper
zout en assem naar smaak

De kip wordt schoongemaakt en in haar geheel met de fijn gemaakte boemboes en santen zachtgekookt. In plaats van assem gebruikt men gewoonlijk gestampte tjerimè. Flink het sap e-r uit persen. Voor de smaak kan men er een stukje daoen djeroek poeroet in doen. Dit gerecht mag niet al te droog zijn.

AJAM PANGGANG PEDIS

Uit de scheepsbel van februari 1970

1 kip voor 4 personen of kippepoulet
7 à 8 sjalotjes of 1 à 2 uien
2 eetlepels sambal oelek
1 teentje knoflook
Zout
½ eetlepel ketjap
2 eetlepels citroensap

Bereiding: De sjalotjes of uien raspen, de grove stukken heel fijnsnijden. Ook de knoflook raspen of heel fijnmaken. Van een gewone groenterasp het fijnste gedeelte gebruiken. Meng dit papje van uien en knoflook met de sambal oelek, zout, ketjap en citroensap. De kip of stukken kip met dit mengsel (de zogenaamde boemboe) goed inwrijven en minstens een uur laten staan, langer mag ook, dan kan de boemboe er goed intrekken. Daarna in de oven of aan het spit gaar roosteren. Om uitdrogen van de kip tijdens het roosteren te voorkomen, kunt u een klein beetje sla- of olijfolie in de boemboe doen.

BESENGEK OF AJAM KOENING

1 kip
½ lombok
3 rode uien
2 witte uien
½ theelepel trassie
1/4 theelepel ketoembar
2 schijfjes laos
1 vingerlengte koenir
een stukje sereh
santen van ½ klapper
suiker, assem en zout naar smaak

De kip schoonmaken en in stukjes snijden. De boemboes fijnstampen en fruiten in 1½ eetlepel warme klapperolie. Daarna de kip en de santen er in doen. Laat alles te zamen koken, totdat de kip zacht wordt en de olie er uitkomt. Men kan dit gerecht ook van lever, vlees, garnalen of eieren maken.

AJAM PANGGANG BOEMBOE PADANG

1 jonge kip
1 theelepel ketoembar
½ vingerlengte koenir
½ theelepel laos
een stukje sereh
4 rode lomboks
4 rode uien
2 witte uien
een stengel daoen roekoe-roekoe (klampes)
santen
djeroeksap
zout

De kip openspalken. De boemboe (behalve de sereh en daoen roekoe-roekoe) fijnmaken. Nu de kip zacht koken in de boemboes en santen, daarna roosteren.

AJAM PANGGANG MET SANTEN

2 gepofte bawang poetih
2 eetlepels ketjap
een paar lomboks rawit
een volle eetlepel boter santen
air djeroek zout

De kip openspalken, daarna bruin roosteren. De gepofte witte uien, de lombok rawit en het zout fijnmaken. Fruit deze boemboes in de boter, voeg hierbij de santen, de kip, de ketjap en de air djeroek. Laat de geroosterde kip in deze saus zacht droogkoken.

AJAM PANGGANG

Een kip op de rug opensnijden, in tweeën snijden, met de platte kant van een hakmes plat kloppen, zouten en peperen en daarna eerst door een geklopt ei en daarna door beschootkruim halen. Leg de gepaneerde stukken kip in een pan, doe er gesmolten boter over en zet de kip in een niet te hete oven, haer nu en dan bedruipend, totdat ze bruin en gaar is.

Leg de kip daarna op een schotel en bedruip haar met wat soja (ketjap).

AJAM KORENG KRENG (4 personen)

1 kip ± 800 gram
1 middelgrote ui
1½ teentje knoflook
1 eetlepel ketjap
100 gram boter of margarine
½ liter bouillon
azijn, zout en peper naar smaak

De gesnipperde ui in de boter of margarine aanfruiten, hierna de gekruide kip bakken tot lichtbruin, bouillon, ketjap en azijn toevoegen, het geheel laten braisseren in de oven, gedurende ± 30 minuten.

VISGERECHTEN

PANGÉH PADANG

4 à 5 moten vis
½ vingerlengte koenir
5 rode uien
3 schijfjes laos
3 lomboks
1 stukje sereh
wat klampes blaadjes (roekoe-roekoe)
djeroeksap (of blimbing woeloe) en zout naar smaak

De boemboes, behalve de sereh en daoen klampes, worden fijngemaakt, daarna met wat water en de andere ingrediënte opgekookt. Als de saus flink kookt, kan men de vis er in doen.

In plaats van vis neemt men ook wel een jonge kip of grote garnalen.

BEBOTOK VAN VIS

6 moten vis
3 kemiries
3 schijfjes laos
3 schijfjes koenir
2 à 3 lomboks
5 rode uien
2 witte uien
⅓ theelepel ketoembar
½ theelepel trassie dikke santen
assem én zout naar smaak

De vismotten in assem-garem doen. De boemboes fijnmaken en met dikke santen mengen. Dan wikkelt men elk mootje met een weinig van de saus in een pisangblad en laat ze een ~ uur lang stomen. Voor oedang hetzelfde recept met toevoeging van wat geraspte jonge klapper, gesneden lombok idjoe en peté daoen.

GIMBAL OEDANG KROKANT (REMPÉJÈH)

150 gram garnalen
3 eetlepels tepoeng trigoe (meel)
10 eetlepels tepoeng beras (rijstemeel)
1 theelepel ketoembar
4 rode uien
2 witte uien
1½ vingerlengte koenir
½ theelepel trassie zout naar smaak

Ontdoe de kleine garnalen van de kop, het meel lengt men aan met wat water en dikke santen. De boemboes worden heel fijngestampt, voeg hierbij de garnalen en het aangelegde meel. Maak in een wadjan. 2 theekopjes klapperolie warm, doe nu een soeplepel van dit beslag heel dun in de verwarmde olie en laat de gimbal krokant worden. Het aangelengde meel moet zo dik zijn als pannenkoekbeslag. Men kan ook wat fijngesneden daoen bawang en daoen koetjai er bij voegen. Gimbal of rempéjéh kan ook van fijne terie gemaakt worden.

ASSEM PEDIS VAN GARNALEN

10 grote garnalen
2 grote lomboks
4 rode uien
2 witte uien
1 volle theelepel trassie een stukje laos
assem en zout en water

De garnalen pellen. De lombok, de trassie en het zout fijnmaken, de rode en witte uien heel dun snijden. Doe de massa in een pan met 2 glazen water, en als het kookt, de garnalen er bij.

PIENDANG KEPITING

5 à 6 krabben
zout, enige kruidnagelen
laurierblad en peperkorrels

Voor de saus:

5 à 7 chilipepers
een stukje trassie
langkoeas
8 tenen knoflook
20 sjalotten
een eierlepel kurkuma
een stukje tamarinde of wat citroensap

Kook 5 à 6 krabben, na ze goed gewassen te hebben, in water met zout, enige kruidnagelen, laurierblad en peperkorrels, maar neem zo veel water dat de krabben onderliggen. Wanneer men de poten gemakkelijk er uit kan trekken, zijn ze gaar en laat men ze in het vocht koud worden, zoals men dat doet met kreeft.

Vervolgens snijdt men de krabben in vier stukken en maakt de volgende saus gereed .

Hak of stamp 5 à 7 spaanse pepers, een stukje trassie, langkoeas, 8 knoflookpitten en 20 sjalotten goed fijn, bak het in 1 ons boter, doe er een eierlepel kurkuma in, tevens een stukje tamarinde of wat citroensap en het nat, waarin de krabben gekookt zijn en laat het langzaam koken.

FRIKADEL OEDANG

Hak 500 gram gepelde garnalen fijn. Week een stukje brood in melk, kneed het met 4 eidooiers, peper, zout, nootmuskaat, naar verkiezing peterselie en de garnalen doorelkaar. Maak er balletjes van, bestrijk ze met boter en braad ze in de oven, terwiJ1 men zo nu en dan ze met melk of water bedruipt. Naar verkiezing kan men een lepel soja (ketjap) in de saus doen. Men kan de frikadellen ook door een geklutst ei en daarna door besc:huitkrum halen en ze in reuzel of boter bakken.

IKAN SANTEN

5 à 6 mootjes vis
wat sjalotjes of uien
5 chilipepers
een stukje langkoeas en trassie
½ liter melk
een stukje sereh en 2 à 3 laurierbladen.

Hak of stamp wat sjalotjes of uien, chilipepers, een stukje langkoeas en trassie fijn en fruit het in boter. Voeg er dan een ½ liter melk, een stukje sereh en 2 à 3 laurierbladen bij, leg er de mootjes vis in en laat ze nog even langzaam doorkoken. Desgewenst kan men er nog wat soja in doen.

OEDANG TJOEKA

500 gram garnalen
1 eetlepel slaolie
1 teen fijngesneden knoflook
1 à 2 chilipepers
½ liter azijn
2 eierlepeltjes gemberpoeder
1 à 2 eierlepeltjes kurkuma

Fruit in een eetlepel slaolie enige tenen fijngesneden knoflook en 1 à 2 chilipepers. Doe er ½ liter azijn, 2 eierlepeltjes gemberpoeder en 1 à 2 eierlepeltjes kurkuma op, kook het en doe het over de garnalen.

OEDANG GORENG ASSEM

250 gram garnalen
5 gesnipperde sjalotten
1 stuk tamarinde
boter

Bak 250 gram garnalen met 5 gesnipperde sjalotten in boter. voeg er dan een stuk tamarinde van ± 20 gram bij en roer hl totdat de tamarinde opgelost is. Voeg er wat peper bij en dien het op. Men kan de sjalotten ook weglaten.

SAMBAL GORENG OEDANG (4 personen)

1 theelepel sambal
½ theelepel zout
1 theelepel laos
2 kemiries
1 middelgrote ui
1 teentje knoflook of ½ theelepel knoflookpoeder
3 eetlepels slaolie
2 theelepels suiker
2 salem-blaadjes
3 dl kokosmelk
150 gram garnalen

Indien men verse kruiden gebruikt. deze eerst fijnstampen of malen en aanfruiten in slaolie, waarna de suiker en salam- blaadjes- met een lepel water worden toegevoegd. Het mengsel! 5 tot 10 minuten laten doorkoken. Tenslotte de garnaler en kokosmelk toevoegen en onder voortdurend roeren laten inkoken tot een dikke saus is verkregen.

BOEMBOE BALI V A.J. VIS

Uit de scheepsbel van mei 1970

3 gerookte makrelen
7 sjalotjes
1 teentje knoflook
1 volle eetlepel sambal oelek
1 eierlepel aos
3 salam-blaadjes
citroensap van een ½ citroen
½ theelepel suiker
½ kopje water
zout naar smaak

Bereiding: De sjalotjes en knoflook heel fijnsnijden, 1 eetlepels olie in een braadpan doen en hierin de boemboe, (dat zijn uien, knoflook, sambal. laos. salam) lichtbrum fruiten, de boemboe steeds roeren om aanbranden te voorkomen. Dan de citroensap, de suiker, het zout en wat water er bij doen, het geheel goed mengen en even laten doorsuddereren. Vervolgens de rest van het water er bij doen en weer door laten sudderen. Dan de makreel er in doen en met de boem boe even laten meekoken. Heeft U ketjap in huis, dan kunt U gerust er wat ketjap bij doen (± ½ eetlepel). Voor de rest wordt de smaak van het gerecht aan u zelf overgelaten, de één houdt van pittig, de ander heeft het liever niet te zout en weer een ander wil er bijvoorbeeld geen suiker bij. enz. enz.

MAKREEL MET KETJAP

Uit de scheepsbel van februari 1972

2 grote verse makrelen
1 teentje knoflook
1 grote eetlepel ketjap
citroensap, peper en zout naar smaak
¼ pakje margarine
wat maggi

Bereiding: De makrelen goed wassen, van kop en graten ontdoen en aan de zijkant helemaal opensnijden, zodat u 2 open helften krijgt, daarna goed laten uitlekken. Dan neemt u een grote schaal, waar de 4 vishelften in kunnen, naast en onder elkaar. Voordat U de vis er in doet, eerst de schaal goed met margarine besmeren. Nu de vis bestrooien met peper, zout en citroensap en fijngesneden knoflook, hier en daar een klontje boter en in de oven gaar bakken, ± ½ uur, dat moet u zelf even zien. Even voordat het gerecht gaar is, doet u de ketjap over de vis en wat maggidruppels, daarna weer in de oven doen en verder gaar bakken.

LEKKERBEKJES MET EEN SAUSJE

Uit de sche'psbel van januari 1972

3 lekkerbekjes
1 grote ui
1 teentje knoflook
1 eetlepel sambal oelek
1 theelepel laos
1 eetlepel azijn of citroensap
1 theelepel suiker
½ kopje water
zout naar smaak

Bereiding: Uien en knoflook heel fijnsnijden. In een kleine braadpan wat olie doen en hierin de uien en knoflook heel lichtbruin fruiten. Dan de sambal en laos er bij doen en even door fruiten tot de sambal wat bruinig wordt, daarna wat water, azijn of citroensap, suiker en zout er bij doen en het geheel even laten doorsudderen. De smaak moet iets zoetzuur zijn. De warme lekkerbekjes op een schaal doen en de saus eroverheengieten. Dit gerecht met warme rijst eten.

EIERGERECHTEN

DADAR ISI

3 à 4 eieren
¼ kattie vlees
2 kemiries
3 schijfjes koenir
2 schijfjes laos
1 theelepel trassie
4 rode uien
2 witte uien
¼ theelepel ketoembar
1 eetlepel meel
1 theekopje santen
1 eetlepel klapperolie
assem en zout naar smaak

Het vlees fijnmalen en de boemboes fijnstampen. Fruit daarna de boemboes in verwarmde klapperolie. Voeg hierbij het gemalen vlees, de santen, het aangelengde meel en laat dit vulsel droog worden. Van de eieren maakt men dadar (omelet) en rolt ze op met dit vulsel in het midden.

DADAR KEPITING

2 kepiting (krabben)
4 eieren
peper en zout naar smaak

De kepiting wordt eerst gekookt, daarna het vlees uit de schaaltes gehaald. Van de eieren maakt men een brede dadar. Als deze halfgaar is, plaatst men het kepiting-vlees in het midden en rolt de dadar op. Hetzelfde kan men bereiden van ham, garnalen of groenten.

TELOR MASAK BALI

5 eieren
4 rode lomboks
½ theelepel trassie
6 rode uien
wat ketjap
1 daoen djeroek poeroet
air assem
een stukje sereh
water, klapperolie en zout

De eieren hard koken, daarna pellen en een beetje platdrukken. Braad de eieren in de klapperolie lichtbruin. Maak nu de boemboes fijn, fruit ze in een paar lepels klapperolie en voeg hierbij wat water, air assem, de sereh, de daoen djeroek poeroet, de ketjap en de eieren. Laat de massa doorkoken tot de olie er uit komt.

MASAK BALI MET SANTEN

Is dezelfde bereiding, in plaats van water santen gebruiken. Het gerecht mag niet droogkoken.

GROENTEGERECHTEN

TOEMIS KOOL

1 kleine kool (± 500 gram)
50 gram garnalen
2 of 3 sioongs bawang poetih
2 eetlepels ketoembar
2 eetlepels trassie water

1 of 2 lomboks
½ liter bouillon of santen
1 fijngesneden grote ui
4 eetlepels vet of olie

De kool fijnsnijden, lombok, uien, bawang poetih en ketoembar fijnstampen en even opbraden. Daarna de kool toevoegen en zoveel vocht er bij doen dat de kool er in kan slinken (dus heel weinig). Vervolgens garnalen en santen of bouillon toevoegen en alles gaarkoken in ongeveer een ½ uur.

TOEMIS POLLENG

2½ dl santen
½ liter water
100 gram garnalen
100 gram verse erwtjes
1 mespuntje trassie
1 theelepel zout
1 of 2 eetlepels assem water
3 schijfjes laos
½ grote ui
4 eetlepels boter, olie of vet

De kruiden fijnstampen en met de gamalen. fruiten. Daarna erwten en santen toevoegen en alles gaarkoken.

OERAPPAN

250 gram katjang pandjang
100 gram taugé
150 gram jonge kaspé-bladeren of jonge daoën katjang
½ jonge klapper
2 rode lomboks
5 lombok rawit
2 theelepels trassie
1 daoën djeroek poeroet
2 schijfjes kentjoer
2 bawang poetih
assem en zout naar smaak

De klapper wordt geschild en geraspt. Nu maakt men de boemboes fijn en mengt hier de geraspte klapper en de groenten doorheen. Het is smakelijker als men de klapper eerst braadt (zonder olie) of roostert.

TOEMIS TAHOE MIET TAUGÉ

2 grote tahoe
100 gram babi
100 gram taugé
150 gram garnalen
4 witte uien
100 gram peultjes
100 gram daoen bawang
selderie en koetjai
1 kopje garnalenbouillon
1 eetlepel ketjap
2 eetlepels reuzel
peper en zout

Snijd de tahoe in kleine vierkante stukjes en bak ze in de reuzel. Fruit de gesneden bawang poetih in twee eetlepels reuzel voeg hierbij de gepelde garnalen, het in stukjes gesneden varkensvlees, de gesneden daoen bawang, selderie en koetjai, de peultjes, peper, het zout, de ketjap en de bouillon. Laat de massa gaar koken, maar de groenten mogen niet zacht zijn.

DJEGANAN

6 à 7 kemirienoten
prinsesseboontjes, snijbonen, witte kool, peentjes
wat zout, trassie en chilipeper

Snijd de prinsesseboontjes, snijbonen, witte kool en peentjes aan stukjes, kook ze gaar in water met zout, giet ze af en laat ze droog uitlekken.
Laat 6 à 7 kemirienoten in de oven poffen, haal de kern er uit en stamp ze met een stukje trassie en chilipeper fijn. Doe dit alles in een pannetje, voeg er een stukje tamarinde bij en roer er zoveel water door dat alles goed gebonden is. Doe er dan de groenten doorheen en dien het op.
Men kan er nog een scheut soja in doen.

PIENDANG DJAGOENG

6 kemiries
2 chilipepers
een stukje trassie
tamarinde
water, soja, zout
jonge maïs

6 kemiries poffen en uit de bast halen en fijnstampen met 2 chilipepers, een stukje in de boter gebakken trassie en een weinig zout. Maak hiervan met tamarinde, water en een scheut soja een dikke saus. Onderwijl heeft men jonge maïs, waarin nog geen pitten zijn, in water met zout gaar gekookt. Laat ze goed droog uitlekken en roer ze in de saus en laat dit geheel nog even doorstoven.

SAJOER LODEH (6 personen)

1000 gram varkenskrabbetjes
5 blaadjes daon salem
1 middelgrote ui
1 theelepel sambal
3 teentjes knoflook
25 gram margarine
200 gram santen
50 gram kool
50 gram andijvie
20 gram bloemkool
10 gram wortelen
10 gram selderij
10 gram prei
20 gram peultjes c.q. doperwten
100 gram taugé
100 gram sperzieboontjes
1 klein blikje bamboeshoots

De aan stukjes gehakte krabbetjes met de kruiden in de margarine aanfruiten. 15 dl bouillon c.q. water toevoegen en ± 1½ tot 2 uur laten stoven op een niet te groot vuur. Hierna de bouillon zeven en weer op het vuur plaatsen. De gesneden, gewassen groente toevoegen, eerst de kool, andijvie, boontjes en wortelen. Deze ± 15 minuten laten koken en daarna pas de rest van de groenten toevoegen. Het geheel langzaam gaar laten worden op een laag pitje, pas op het laatst (als de sajoer wordt geserveerd) de taugé toevoegen en de sajoer op smaak brengen.

SAMBAL GORENG GROENTEN (4 personen)

1 theelepel sambal
½ theelepel zout
1 theelepel laos
2 kemiriepitten
1 middelgrote ui
1 teentje knoflook of ½ theelepel knoflookpoeder
3 eetlepels slaolie
2 theelepels bruine suiker
2 salem-blaadjes
3 dl kokosmelk
150 gram gemengde groenten
o.a. wortelen, bloemkool, boontjes, doperwten, andijvie, prei, selderij, champignons

De bereiding is dezelfde als van sambal goreng oedang (zie elders) doch in plaats van oedang groenten te gebruiken, deze klein snijden en in rauwe toestand meefruit met de kruiden.

GRONDRECEPT VOOR PETJAL

1 bord vol groenten (zoals taugé, selderie)
2 lomboks
1 kopje santen
4 kemiries
1 of 2 sioongs bawang poetih
2 uitjes

De groenten schoonmaken, eventueel kleinsnijden, 5 minuten in kokend water dompelen en laten afkoelen. De kruiden fijnwrijven, met de santen vermengen en deze op een zacht vuur al roerend verwarmen tot het geheel gaat binden. De saus laten afkoelen en apart in een sauskom presenteren of over de groenten gieten. Gebakken kroepoek of dunne gebakken tempé erbij geven.

PETJEL SELDERIE

1 bord vol gesneden selderie, petjel-saus, gebakken tempé. Zie het grondrecept voor petjel.

PETJEL KATJANG PANDJANG

1 bord vol gaargekookte katjang, petjel-saus, gebakken tempé of kroepoek. Zie grondrecept voor petjel.

PETJEL TAUGÉ

1 bord vol gaargekookte taugé, petjel-saus, gebakken kroepoek, tempé of gamalenkoekjes. Zie grondrecept voor petjel.

PETJEL KETIMOEN

1 bord vol rauwe komkommer, petjel-saus, gamalenkoekjes. Zie grondrecept voor petjel.

PETJEL VAN JONGE MANGGA

1 bord vol gesneden jonge mangga, petjel-saus. De saus bereiden volgens het grondrecept en deze gieten over de jong gesneden mangga.

PETJEL GEDOK VAN VLEES

Dezelfde boemboes, maar het vlees eerst zacht gekookt, dan in lapjes gesneden en in asem-garem doen. Nu slaat men met een oelek-oelek de lapjes bijna uit elkaar en kookt ze verder in de saus, totdat de olie er uit komt.

PETJEL TERONG

2 grote terongs
3 gebakken kemiries
2 lomboks
trassie
air asem
zout
dikke santen

De terong gaar poffen. Maak sambal van de kemirie, de trassie, de asem en het zout. Voeg nu de sambal in de santen en giet ze over de ongeschilde terong. Doe in de petjel wat daoem kemangie.

PETJEL SPECIAAL

taugé, kool
katjang , tahoe
kroepoek oedang
kroepoek melindje
gebakken ui
gekookte aardappelen
hardgekookte eieren
tahoe goreng
gebraden rode lombok
trassie, zout
suiker
katjang goreng santen
air asem

De groenten worden halfgaar gekookt. Voor de saus maakt men de katjang goreng met de lomboks, trassie en het zout fijn. Fruit ze in verse klapperolie en voeg hierbij de santen en air asem. De saus mag niet lang koken, deze moet er rood en olieachtig uitzien.

Plaats op een diepe schaal eerst de taugé, kool en katjang, hierop de gesneden tahoe, aardappelen, eieren, tempé, kroepoek en gebakken uien, dan de saus er overheen. .

Als men de gado-gado pedis wil hebben, neem dan een paar theelepels azijn met geraspte lombok rawit erin.

GROND RECEPT VOOR ROEDJAK

1 bord vol groenten of rauwe vruchten
5 lombaks
1 theelepel zout
wat water of ketjap
½ eetlepel asem
1 blokje goela djawa
1 theelepel trassie

De kruiden in de oelekan (vijzel) fijnwrijven en met wat water of ketjap vermengen tot een sausje. De vruchten hiermee vermengen of de saus apart bij de vruchten geven.

ROEDJAK MANGGA

1 bord vol geschildte en aan stukken gesneden mangga, roedjak-saus. Zie grondrecept voor roedjak.

ROEDJAK.DJAWA

Snijd komkommer, bananen, zure appels en peren aan stukjes of schijfjes en roer het door sambal, gemaakt als aangegeven in het grondrecept voor roedjak.

ATJARS

ATJAR RAMPAL

Doe jonge kleine prinsesseboontjes, struikjes bloemkool, stukjes komkommer, kleine augurkjes en sjalottèn of uitjes, na ze gewassen te hebben, in een pot. Strooi er zout over en schud het zout goed door de groenten. Na twee dagen laat men de pekel er goed uitlekken en doet er Indisch gekruide azijn koud overheen. Roer alles goed om en doe het in flesjes of potjes.

ATJAR KETIMOEN

Snijd komkommer, na ze goed geschild te hebben, in vier lange repen. Verwijder het zaad en snijd de repen aan gelijkmatige stukken. Doe er zout op en schud ze goed om. Na 24 uur laat men ze goed uitlekken, doet ze in een pot en giet er Indisch gekruide azijn overheen. Doe ze in flesjes of goed gesloten potjes. .

ATJAR BAWANG MERAH

Maak verse sjalotten schoon en zet ze een paar dagen in zout, zo nu en dan omroerend. Doe ze daarna in een vergiet, laat ze goed uitlekken en doe ze weer in een pot. Giet Indisch gekruide azijn over de sjalotten, roer goed door en doe het in goed afsluitende flessen of potjes.

ATJAR LOMBOK MERAH

Men neemt hiervoor rode, niet al te rijpe spaanse pepers met de steeltjes eraan en legt ze een paar dagen in het zout. Dan neemt men Indisch gekruide azijn, zonder spaanse peper erin, en giet ze over de spaanse pepers. Doe het in flessen of potjes en sluit deze goed af.

ATJAR LOMBOK IDJOE

Snij groene chilipepers van onderen open, ontdoe ze van de pitten en kook ze in water en zout. Als ze zacht zijn, haalt men ze uit het water, laat ze -goed uitlekken, doet ze in een pot, strooit er zout op en laat ze tot de volgende dag staan. Laat ze dan goed uitlekken, doe ze in een pot en giet er Indisch gekruide azijn over, bereid zonder chilipeper. Men kan er ook enkel gekookte azijn opdoen, maar giet deze er dan kokend op. Men doet ze verder in flesjes of potjes en sluit deze goed af.

ATJAR KAPRI

Snij witte kool aan fijne draden (snippers), doe er zout op, roer het geheel goed door elkaar en laat het twee dagen staan, nu en dan omroeren. Daarna giet men de pekel eraf, perst de kool goed uit en leg ze op een plank of haarzeef nog wat te drogen. Doe ze vervolgens in een pot, giet er Indisch gekruide azijn over, roer het goed door elkaar en doe het in flessen of potjes.

ATJAR BIET

Maak bieten schoon, kook ze gaar, schil ze vervolgens en snij ze aan dunne plakjes. Doe ze in een fles en giet er koude Indisch gekruide azijn over. In plaats van Indisch gekruide azijn kan men ook gewone azijn nemen met een schijfje djahé, kruidnagels en peperkorrels erin.

ATJAR SAJOER

200 gram witte kool
100 gram bloemkool
1 wortel
1 middelgrote ui
1 teentje knoflook of 1 mespuntje knoflookpoeder
1 mespuntje djahé
1 mespuntje kerrie
½ stengel sereh
een weinig zout
1 dessertlepel suiker
10 dl azijn

Azijn met de kruiden aan de kook brengen. De wortel schillen, wassen en schrappen, kool fijnsnijden, ui fijnsnipperen. De groenten toevoegen aan de gekookte azijn. Het geheel weer aan de kook brengen. Even laten doorkoken (1 tot 2 minuten) van het vuur nemen en laten afkoelen. Op smaak brengen met eventueel nog wat suiker en zout.

CHINESE EN INDO-EUROPESE GERECHTEN

Chinese gerechten zijn over het algemeen vet, minder gekruid en zonder sambal. Indo-Europese gerechten zijn geen bestaande Javaanse gerechten, maar recepten ingevoerd door de Nederlanders, die in Indië woonden, zoals de nasi goreng.

NASI GORENG (4 personen)

500 gram rijst
100 gram varkensvlees
50 gram garnalen
100 gram gerookt spek
100 gram ham
50 gram prei
margarine of slaolie
lombok c.q. sambal, knoflook, djahé, trassie, ketjap en zout naar smaak

Gebruik een goede kwaliteit droogkokende rijst. Er bestaat anders de mogelijkheid, dat de nasi goreng nat en klef wordt en zich niet goed laat bakken, de mogelijkheid tot aanbranden is groter. Gebruik, per persoon ± 150 gram. Kook de rijst gaar en droog. Het varkensvlees, rookspek, ham en de prei in 1 JA cm lange reepjes snijden (julienne). Men doet een weinig margarine of slaolie in een braadpan, voegt hier de kruiden aan toe en fruit het geheel enige ogenblikken aan. Men doet hierna het gesneden spek en vlees erbij, het laatst de ham en garnalen. Het geheel enkele minuten aanbraden onder voortdurend omzetten. Het gebraden mengsel overdoen in een zeef, die op een pan of kom geplaatst is, ze dat het overtollige vocht kan worden opgevangen. Hierin gaat men de rijst aanbraden en het mengsel van vlees, garnalen, spek en ham toevoegen en het geheel enkele minuten doorbakken, op smaak brengen met zout en ketjap. De nasi goreng op een schaal doen en garneren met de prei. Eventueel kan men hier nog zoetzuur, saté, kip, omelette, kroepoek en gebakken ei serveren.

BAMI GORENG (4 personen)

500 gram mie
150 gram varkensvlees
100 gram rookspek
150 gram ham
50 gram ui
50 gram prei

50 gram selderij
100 gram kool
50 gram reuzel
4 teentjes knoflook
1 mespuntje djahé
1 mespuntje vetsin
ketjap, zout, peper naar smaak

Er zijn diverse soorten en kwaliteiten mie in de handel. Neem de best verkrijgbare kwaliteit. Eiermie is één van die goede kwaliteiten. Mie gaar koken in ruim water. In eerste instantie maken we het vulsel voor de bami, omdat de gekookte mie zeer vlug gaat plakken, wanneer zij gaat afkoelen. Er voor zorgen, dat de mie en het vulsel zo mogelijk gelijktijdig gereed zijn, dan kan men het in zeer korte tijd samenvoegen en plakken voorkomen. In tegenstelling tot de nasi goreng moeten de bami-ingredienten grof gesneden worden. Het vlees in plakjes van ± 1½ bij 1½ en 2 tot 3 millimeter dik. Uien op de normale wijze snijden, kool, selderij en prei grof snijden (± 3 cm lang en 1 cm breed). Het varkensvlees en rookspek beide op dezelfde wijze gesneden, met de kruiden en in de reuzel aanbraden, na deze behandeling het vlees en spek er uit scheppen met een schuimspaan, hierna de reuzel zo heet mogelijk maken. doch niet laten verbranden en hierin de groenten op de kortst mogelijke manier halfgaar braden, vlees en spek toevoegen en mengen met de gekookte mie tot bami. Het geheel op smaak brengen met zout, peper, vetsin en ketjap. Op een schaal doen en garneren met rolletjes c.q. fijngesneden ham. Eventueel kan bij de bami omelette, kroepoek en gebakken ei worden geserveerd.

SOTO AJAM (1)

1 vette kip ± 1000 gram
2 theelepels gemalen koenjit
1 theelepel djahé
3 tenen knoflook
2 blaadjes daon salem
1 blaadje djerook poeroet
1 vingerlengte sereh
1 bosje laksa (vermicelli soort)
zout en vetsin
250 gram fijngesneden witte kool
3 eetlepels fijngesneden uien
2 eetlepels fijngesneden prei

Op de normale wijze bouillon trekken van de kip, met toevoeging van de blaadjes daon salem, djerook poeroet en de sereh. Voordat de fijngesneden tenen knoflook, djahé en koenjit worden toegevoegd moeten Zij even worden aangefruit in wat margarine. Als de kip gaar is, wordt het vlees van het been gehaald en terug gedaan in de bouillon. De fijngesneden kool wordt toegevoegd en het geheel wordt verder gekookt, tot de kool bijna gaar is. Dan wordt de voorgeweekte laksa toegevoegd en het geheel even doorgekookt tot alles gaar is. De gefrituurde uien en rauwe prei voor het opdienen toevoegen. De soto op smaak brengen met zout en vetsin. Ingrediënten voor de sambal die bij dit gerecht passen: 5 kemirienoten, 3 chilipepers, 1 stukje trassie fijnmaken en even aanfruiten.

SOTO AJAM (2) (5 pers)

900 gram kip
10 takies selderij
500 gram aardappelen
3 middelgrote uien
2 eieren
3 teentjes knoflook
1 mespuntje kerrie
1 mespuntje sambal
50 gram laksa
aroma

Bouillon trekken van de kip. Wanneer deze gaar is uit de bouillon nemen en ontdoen van de beenderen, het vlees aan stukjes snijden en terug doen in de bouillon. Gesneden selderij, fijngemaakte knoflook en de kerriepoeder even aanfruiten in een klein stukje boter of margarine en toevoegen aan de bouillon. Het geheel op smaak brengen met zout en wat aroma. Ei hard koken en aan plakjes snijden. Ui schoonmaken, ringen van snijden en frituren.

Middelgrote aardappelen schillen en zeer dunne plakjes van snijden (chips) en frituren. Laksa voorweken. De voorgeweekte laksa verdelen over 1 of meer soepkoppen, daarop de kokende bouillon gieten en pas op het laatste moment de gefrituurde ui en aardappelen en het hard gekookte ei verdelen. Eventueel sambal er bij serveren.

SAMBAL GORENG KENTANG KERING (4 personen)

1 theelepel sambal
1 middelgrote ui
½ theelepel knoflookpoeder c.q. 2 teentjes knoftook
½ theelepel laos (poeder)
½ theelepel ketoembar (poeder)
1 eetlepel suiker of keukensiroop
1 stengel sereh
2 blaadjes salem
300 gram aardappelen
25 gram boter c.q. margarine

De aardappelen schillen, wassen en lucifervormig snijden en deze droog frituren, boter c.q. margarine smelten en hierin de gesnipperde ui aanfruiten en de kruiden toevoegen, met uitzondering van de suiker of siroop. Het geheel ± 5 tot 10 minuten laten doorsudderen, daarna suiker of siroop vermengen met het sausje. Voor het serveren de gefrituurde aardappelen toevoegen.

BABI PANGGANG (1 persoon)

2 varkenslapjes van 40 gram
zout en peper
ketjap
margarine

Varkenslapjes inwrijven met zout, peper en ketjap en ± 30 minuten laten intrekken. Daarna roosteren boven een houtskoolvuunje. De lapjes regelmatig besprenkelen met een mengsel van margarine en ketjap.

KATJANGSAUS

250 gram verse pinda's c.q. 150 gram pindakaas
mespuntje knoflook
mespuntje sambal
klein balletje tamarinde ter grootte van een knilcker
enkele druppels citroensap
1 theelepel suiker
een weinig zout
zeer weinig trassi
santen van een ½ kokosnoot c.q. bouillon of water
ketjap
stukje margarine of een eetlepel slaolie

Indien verse pinda's worden gebruikt, deze eerst malen in een gehaktmolen. De tamarinde in een klein beetje water zetten om uit te lekken, hiervan moet enkel het vocht worden gebruikt. De sambal, trassi en de fijngemaakte knoflook aanfruiten in de margarine of slaolie, daarna de gemalen verse pinda's of pindakaas toevoegen en enkele minuten laten doorbakken. Met de santen c.q. bouillon of water het mengsel afslappen tot een dikke saus is verkregen. Op smaak brengen met vocht van de tamarinde, suiker, zout, ketjap en citroensap.

KETJAPSAUS

1 middelgrote ui of 4 sjalotjes
2 teentjes knoflook
2 theelepels zout
2 kemirienoten
½ theelepel laos
½ theelepel koenir
½ theelepel gemberpoeder
½ theelepel ketoembar
½ theelepel djinten
3 eetlepels slaolie
1 eetlepel asem-water
citroensap
1 eetlepel ketjap
2 theelepels goela djawa
1 stukje sereh (2 cm)
200 gram santen of melk

De ui of de sjalotten en knoflook schoonmaken en snipperen en met de kruiden samen fruiten in slaolie (niet laten verrkleuren). Hierna ketjap, suiker, asem-water, enkele druppels citroensap en de santen of melk toevoegen. Onder voordurend roeren het mengsel laten inkoken tot een dikke saus is verkregen.

GADO-GADO (20 personen) (op Cbinesewijze bereid)

500 gram kool (witte)
400 gram sperzieboontjes
200 gram peultjes c.q. doperwten
100 gram taugé
100 gram andijvie
100 gram bloemkool
100 gram wortelen
50 gram kroepoek
3 eieren

Na alle groenten gesneden en gewassen te hebben, blancheren (even de kook er over), wel alle groenten apart koken, deze laten uitlekken en rangschikken op schalen of borden en bedekken met pindasaus. Garneren met plakjes hard gekookt ei en gefrituurde kroepoek. Dit gerecht kan koud geserveerd worden.

BABI KETJAP (8 personen)

500 gram magere varkenslappen
1 middelgrote ui
2 eetlepels margarine c.q. reuzel
3 eetlepels ketjap
200 gram water
zout en peper
1 teentje knoflook

Het varkensvlees aan blokjes snijden. zouten en peperen, ui pellen en snijden. Knoflook schoonmaken en fijnsnipperen. Het geheel aanfruiten in margarine c.q. reuzel, hierna de ketjap en water toevoegen en ± 45 minuten laten doorstoven.

TJAP TJOY (3 personen)

500 gram varkensvlees
100 gram garnalen
100 gram peultjes of doperwtjes
50 gram kool
30 gram prei
30 gram selderij
1 blikje krab
1½ eetlepel maïzena
3 teentjes knoflook
1 kleine ui
zout en peper
reuzel
ei

De garnalen hakken en vermengen met een ei, zout en peper en de maïzena. Het mengsel overdoen in een kom. De helft van het varkensvlees (200 gram) malen tot gehakt. Op smaak brengen met 1 teentje knoflook dat schoon en fijngemaakt is plus zout en peper. Het op smaak gebrachte gehakt overdoen in een kom. Beide kommen au bain marie gaar stomen. De andere helft van het varkensvlees (300 gram) aan dobbelsteentjes snijden en met de gesneden groente, de twee schoon- en fijngemaakte teentjes knoflook gaar laten worden in water. Wanneer groente en vlees gaar zijn, de krab toevoegen en het geheel op smaak brengen. Voor het opdienen van het gerecht de in plakjes gesneden gehakt en garnalen toevoegen en de gefrituurde uitjes er overheen strooien.

DJAWA LEW (TJAP TJAHE)

Zacht gekookt varkensvlees, varkensdarmen, varkenslever, tiho (pens)
zacht gekookte santong kezing
1 zacht gekookte kip
garnalen
varkensvet
meel
eieren
daoen bawang en selderie
rode en witte uien
zout en peper naar smaak

Snijd al het vlees in kleine stukjes. Meng de kippebouillon en varkensbouillon bij elkaar, doe hierin het gesneden vlees en wat gebakken uien, peper en zout en laat de massa nog eens te zamen koken. Nu maakt men 4 verschillende frikadelletjes klaar.

Nr. 1: Wat gepelde garnalen fijnmaken met rauwe bawang poetih, peper, zout, meel en ei en er kleine ronde balletjes van maken, die men in varkensreuzel bakt.

Nr. 2: Wat gepelde garnalen fijnmaken. Deze mengen met een ei, in stukjes gesneden en gebakken varkensvlees met vet, rauw gehakt varkensvlees, wat meel, peper en zout. Neem een paar lapjes varkensvet en rol hierin een gedeelte van het gehakt. Van het andere gedeelte maakt men balletjes, alles gaar stomen.

Nr. 3: Gepelde garnalen fijnmaken met een ei, zout en peper. Voeg hierbij kleine stukjes gesneden garnalen en fijngesneden daoen bawang. Beide eerst in de reuzel en in een weinig meel met eendooier bakken. Van dit mengsel maakt men rolletjes en kleine balletjes, die ook gestoomd worden.

Nr. 4: Wat gepelde garnalen fijnmaken met 1 ei, gebakken bawang poetih, zouten peper. Daarna in een dunne dadar rollen en stomen.

De frikadelletjes in varkensvet en dadar worden in schijfjes gesneden van ½ cm dikte. Doe nu alle frikadelletjes in de djawa lew, met wat gesneden kool, peultjes, ham en gebraden jonge bawang en laat alles dan nog eens te zamen koken. Tiho (pens) moet goed schoongewassen worden en met pisangblad gekookt.

GOE LO YOK (4 pers)

400 gram mager vlees (varken)

1 ei

1 middelgrote ui

1 tomaat

50 gram gember

¼ blik ananas

150 gram komkommer

200 gram water

200 gram azijn

2 eetlepels sojasaus

zout

maïzena

2 dessertlepels suiker

Het vlees in blokjes snijden van ± 2 bij 2 cm, zouten en een half uur tot drie kwartier in de ketjap zetten (marineren). Daarna laten uitlekken op een zeef, door het losgeklopte ei en meel halen en frituren.

De groenten snijden in blokjes. Ui, tomaat, gember, ananas en komkommer. De saus wordt gemaakt van water en azijn, dit opzetten onder toevoeging van suiker. Wanneer het vocht aan de kook is afbinden met maïzena tot een saus is verkregen. Hierin de gesneden groente doen en ± 10 minuten laten stoven. Op het laatst de gefrituurde blokjes vlees toevoegen en eventueel op smaak brengen met suiker, zout en azijn.

PANSIT GORENG

Omhulsel

bloem, water, zout (z.g. dood brooddeeg, zo stijf mogelijk)

Vulling

Varkensgehakt, zout, peper en knoflook (aanmaken)

Omhulsel

De bovengenoemde ingrediënten vermengen en enige tijd ± 1 uur laten rusten. Daarna niet al te grote stukken zo dun mogelijk uitrollen (in plaats van bloem, slaolie gebruiken ter voorkoming van bet plakken aan de bank). Het uitgerolde deeg snijden in vierkante plakken van 10 bij 10 cm. Daarin het op smaak gebrachte gehakt vouwen. Daarna frituren en serveren met pansitsaus (gembersaus).

Pansitsaus (gembersaus)

2 eetlepels taotje (gember)

4 bawang poetih

5 lombob rawit

azijn en zoute ketjap

Fijnmaken en wat azijn en zoute ketjap toevoegen.

LOEMPIA (5 stuks)

Vulling

250 gram, garnalen, kip of varkensvlees

50 gram kool

50 gram taugé

1 teentje knoflook

10 gram prei

zout en peper

Omhulsel

Dessertlepel voor een loempia:

1. bloem + maïzena + eiwit + water
2. lopend papje van rijstbloem (molenaars kindermeel)
3. bloem, water, zout (tot bal)

Pannekoekjes bakken van de ingrediënten aangegeven bij omhulsel. Deze pannekoekjes moeten zeer dun zijn, als vliesje waar men doorheen kan kijken. De garnalen of gaar gemaakte kip of het gebraden vlees snijden aan reepjes van ± 2 cm. Knoflook schoonmaken, fijnsnijden of door een knoflookpers knijpen. Kool en prei fijnsnijden. Het geheel even aanfruitsen en uit laten lekken op een zeef en hiermee de pannekoekjes vullen en dichtvouwen. Frituren in diep vet. Serveren met katjang of gembersaus.

AJAM BOEMBOE ROETJAK (:2 personen)

400 gram water
½ middelgrote kip
1 schijfje c.q. mespuntje laos
1 daon salem-blaadje

1 stukje sereh van 5 cm
een weinig zout
1 theelepel ketoembar
1 dessertlepel ui
6 kemirienoten
1 mespuntje koenir
2 eetlepels slaolie
300 gram santen of melk

Halve kip opzetten met water, laos, daon salem, sereh en zout toevoegen. De kip zachtjes gedurende één uur laten koken. Intussen de andere kruiden (indien vers) fijnwrijven en aanbraden in slaolie. De bouillon, de in stukken gesneden kip, de santen of melk toevoegen en het geheel al roerende in laten koken tot een dikke saus is verkregen. Op smaak brengen met zout, eventueel wat assem-water.

BOEMBOE OPPOR (4 personen)

8 eieren c.q. 800 gram kip of rundvlees
3 kemirienoten
1 theelepel koenjit
1 sereh-stengel
2 salem-blaadjes
2 teentjes knoflook c.q. 1 theelepel knoflookpoeder
1 theelepel laos
25 gram margarine of boter
5 dl kokosmelk
1 klein uitje
een weinig zout

Boter of margarine smelten. Voeg hier de gestampte of gemalen kruiden (indien verse), aan toe, met uitzondering van het salemblad en de sereh, deze moeten worden heelgelaten. Aanfruitsen en afblussen met wat water. Voor het opdienen de kokosmelk toevoegen, dit om het schiften te voorkomen. Hierin de hardgekookte, gepelde eieren toevoegen c.q. de gaar gemaakte en van het been ontdane kip of wel het gaar gemaakte rundvlees. Op smaak brengen met eventueel wat zout.

SAMBAL GORENG TELOR (4 personen)

4 eieren
½ chilipeper c.q. mespuntje sambal
2 theelepels zout
4 kemirienoten
1 theelepel laos
3 sjalotten of 1 middelgrote ui 2 teentjes knoflook
3 eetlepels slaolie
1 eetlepel assemwater
1 theelepel goela djawa
3 salemblaadjes
300 gram cocosmelk

Eieren in ± 10 minuten hard koken, overdoen in koud water, laten afkoelen, pellen en in vieren snijden. De chilipeper indien deze vers is, fijnwrijven met de overige kruiden en het zout, het geheel in de slaolie aanfruiten. Hierna het assemwater en de goela djawa toevoegen, even laten doortrekken en salem-blaadjes en cocosmelk toevoegen. Het mengsel onder voortdurend roeren laten inkoken, tot een goed gebonden saus is verkregen. Voor het opdienen van het gerecht de saus over de op een schoteltje of bordje geplaatste eieren gieten.

SATÉ

Voor saté kan men het volgende vlees gebruiken:
rund (zeer mals, bijvoorbeeld ossehaas).
Kip, varkens-, lams-, kalfs- en schapevlees

Vlees snijden aan reepjes van ± 1½ bij ½ cm, drie van deze stukjes vlees aan een saté-stokje steken (bij voorkeur bamboestokjes gebruiken) de aangeregen stokjes ± 2 à 3 uur in een saus zetten van gelijke delen ketjap en water met een weinig sambal, dit laatste naar smaak.
Grilleren boven een houtskoolvuur, houtskool moet gloeien. niet branden.

CHOP SUEY

2 eetlepels gesneden ham
2 eetlepels gesnipperde ui
2 eetlepels gesneden selderij
4 eetlepels gesneden chinese kool
4 eetlepels taugé
½ dl kippebouillon
½ theelepel vetsin
½ theelepel ketjap
2 eetlepels slaolie
zout, peper en maïzena

Maak de slaolie heet, voeg de gesneden ham toe en laat de ham ± 1 minuut bakken. Hierna al de gesneden groenten toevoegen. Het geheel enkele minuten braden en intussen goed omzetten, bouillon, zout en peper toevoegen en nog 5 min zachtjes laten doorkoken, voeg vervolgens de ketjap en ve-tsin toe en bind het gerecht met maïzena af tot sausedikte.

FOE YONG HAI (2 pers)

300 gram kreeft, krab of garnalen
30 gram peultjes
30 gram worteltjes
20 gram reboeng (bamboe shoots - jonge bamboe stengel)
5 eieren
3 eetlepels tomatenpuree
1 eetlepel tapiocameel
20 gram reuzel
1 mespuntje djahé
peper, zout en suiker

Peultjes, worteltjes en reboeng grof snijden en aanfruiten in reuzel. De losgeklopte eieren vermengen met de aangefruitte groenten en de kreeft, krab of garnalen hieraan toevoegen en van het geheel een omelette bakken, deze mag niet bruin van kleur zijn, het is aan te bevelen een lage vlam of wel de verwarmingsplaat te gebruiken, indien deze aanwezig is. Saus: De tomatenpuree iets afslappen met bouillon c.q. water en daarna bijbinden met het tapiocameel, op smaak brengen met peper en zout. De omelette op een schaal plaatsen en overgieten met de tomatensaus, daarover nog wat doperwten garnering.

GO LO YOK (2 pers)

200 gram varkensvlees c.q. mager varkensvlees
1 ei
20 gram ui
1 middelgrote tomaat
20 gram gember
2 plakken ananas
20 gram komkommer
water en azijn
ketjap, zout, suiker, meel en slaolie

Snij het varkensvlees in dobbelsteentjes van ± 2 bij 2 cm. Zouten en peperen, door het geklopte ei halen en paneren, door paneermeel halen, rol het daarna nogmaals door droge bloem en in hete slaolie frituren. De gesneden ui aanfruiten. Voeg de in blokjes gesneden komkommer, tomaat, ananas en gember toe (zeer weinig knoflook). Voor de saus: Breng water en azijn aan de kook met wat suiker (zoetzure smaak), bind de saus met maïzena of sago af, men voegt de groente toe en laat het geheel enkele minuten doorstoven. Op smaak brengen en op het laatste ogenblik pas het vlees en de ketjap toevoegen.

ANG SIO HIE (1) (6 pers)

1000 gram vis (kabeljauw) (indien verkrijgbaar kakap))
300 gram witte kool
1 ui
1 mespuntje djahé
1 mespuntje sambal
bloem en maïzena
stukje boter of margarine
azijn, zout, ketjap, vetsin c.q. aroma

De vis schoonmaken en in blokjes snijden van 2 bij 2 bij 2 cm. Deze blokjes vis zouten en ± 15 minuten laten intrekken, daarna door de bloem rollen en frituren. .

Witte kool snijden in vierkante plakjes van 2 bij 2 cm en koken in bouillon c.q. water.

De fijngemaakte djahé (indien knol), knoflook en sambal even aanfruiten in een stukje boter of margarine en toevoegen de kool. De bouillon met de gekookte ingrediënten afbinden met maïzena tot een dikke saus is verkregen. Op smaak brengen met zout, azijn en vetsin c.q. aroma.

Voor het opdienen de gefrituurde vis toevoegen.

ANG SIO HIE (2)

3 dikke moten kakap of sambal
4 bawang poetih
2 bombay-uien
1 lombok
daoen bawang
witte kool
1 eetlepel ketjap
wat gebakken uien
1½ kopje bouillon van varkensvlees
1 of 1½ eetlepel meel
azijn, peper en zout naar smaak

De vis wordt met wat zout ingewreven en in varkensreuzel gebakken. De vier witte uien fijnmaken, daarna in 2 eetlepels reuzel braden. Voeg hierbij de bouillon, de gesneden bombay-uien, de kool, de daoen bawang, de lombok, de ketjap, de azijn, peper en zout. Als de groenten gaar zijn, lengt men het meel met water aan en bindt de saus hiermee. Even voor het opdienen doet men de gebakken uien en de vis erin. In een Chinese winkel kan men fijngemaakte lombok in flesjes kopen. Het is heel smakelijk om er een paar theelepels van in dit gerecht te doen; maar dan mag men geen azijn gebruiken, want lombok is zuur.

PONG TJA KEE VAN KIP

1 jonge kip
5 bawang poetih
1 eetlepel meel
50 gram witte kool
100 gram peultjes of boontjes
wat garnalen
wat frikadelletjes
azijn, ketjap, peper en zout naar smaak

De kip in stukjes snijden en zacht koken met wat water en zout. De kool en peultjes ook in stukjes snijden. De bawang poetih dun snijden en in twee eetlepels reuzel braden. Voeg hierbij de bouillon, de kip, de garnalen, frikadeltjes. de grooten, de ketjap, de peper en het zout. Nu bindt men de saus met het meel en doet de azijn erin.

Bereiding van frikadelletjes

200 gram garnalen fijnmaken met 2 bawang poetih, ½ eetlepel meel, wat peper en zout. Maak hiervan kleine balletjes en kook ze in warm water gaar.

KEPITING GORENG

5 à 6 kepitings
4 bawang poetih
jonge bawang
selderij
10 eieren
wat gesneden ham
peper en zout naar smaak

De kepiting (krabben) gaar koken en het vlees uit de schaal halen. De eieren worden geklopt met peper en zout. Fruit de gesneden bawang poetih in 5 eetlepels reuzel lichtbruin. Voeg hier de selderij en de bawang blaadjes, de ham, de schoongemaakte kepiting en de eieren bij. Keer met een bakspaan dit gerecht om en om. Voorzichtig dat het niet aanbrandt.

Lijst van Maleise benamingen en woorden
welke in verschillende recepten en in de keuken veelvuldig worden gebruikt

Ajam - kip
Anggoer - wijn
Angkah (chinees) - rode rijst
Asem, tamarinde - ook zuur (bijvoeglijk naam)
Asin - gezouten
Ati of Hati - lever
Atjar - ingelegd zuur

Babi - varkensvlees
Bajem - spinazie
Bangkawang - Indische knolplant
Banten - Bantamsch
Bara - schotel, platte ronde schaal
Basikasar - grove vuurvaste schaal
Bawang - ui
Bawang merah - rode ui, sjalot
Bawang poetih - knoflook
Bèbèk - eend
Bieting - pinnetje, houten speldje
Bloestroe - vrucht bij sajor
Boeboer - pap, brij, moes
Boemboe - kruiden, specerijen
Boros - wortel van een plant
Brandal of berandel - muiteling, rover
Bras of beras - ongekookte, rauwe rijst
Bras boeboer - kleinkorrelige rijstsoort

Dadar - eierstruif, omelet
Daging - Indisch vlees
Danging - hoge koperen pot
Daon - blad
Daon djerok lima - citroenbladeren
Daon djerok poeroet - citroenbladeren
Daon kemangie - welriekend plantje
Daon mangkodoë - soort boombladeren
Daon pandan - soort welriekende boombladeren
Daon seriawan - bladeren van een klimheester
Daon sesawi - blad van de mosterdplant
Dédék - zemelen
Dèndèng - gedroogd gekruid vlees
Djagoen - maïs, Turks tarwe
Djahé - gember
Djanganan - mengsel van gekookte groenten met bereide sambal
Djawa - Java(ans)
Djeroek - citroen (in velerlei soorten)
Djienten of djinten - komijn
Doelang - houten bak of presenteerblad

Ebbie - gedroogde garnalen
Entjèr - dun, waterig

Frikadel - gehakt

Gado-Gado - als Djanganan (zie blz. 8-56)
Gajoen - schepper. om water te scheppen
Gambir - catechu, bittere zelfstandigheid
Gandaria - zure vrucht, als de onrijpe pruim

Garem of Garam - zout, keukenzout
Gòdòk of Gòddòk - warmen, opwarmen, opgewarmd
Goedang - provisiekamer
Goela djawa - ook bekend als Goela Aren (Arenpalm),; getapte palmsuiker
Goeri - geurig, smakelijk. lekker
Gorèng - braden, gebraden
Gòwòk - zure vrucht

Idjo of idjoe - groen
Ikan - vis
Ikan terie - klein gedroogde visjes
Irik - grote zeef
Iris (ge-irist) - fijnsnijden, fijngesneden
Isi - inhoud, vulsel ook gevuld

Kambing - geit(en)-vlees, in plaats hiervan kan men schapevlees gebruiken
Katjang - peulgewas, boon, erwt
Katjang beras - een der vele peulsoorten
Katjang kaprie - peultjes
Katjang kedelée - een der speciaal Indische peulsoorten
Katjang pandjang - lange boontjes, ook wel bekend kousenbandbonen
Katjang sirih - gebluste betel-kalk
Kasar - grof
Keboelie - rijst op bijzondere wijze bereid
Kedondong - een rins zure vrucht
Keloewak - pitten van de timboelvrucht
Kemantèn of prengantèn - bruid, bruidegom of ook wel bruiloft
Kembang pala - foelie
Kemirie - soort noot
Kentel - dik (van vochten)
Kentjoer - wortelsoort
Kepala - klapper, kokosnoot
Kepang - pit, soort van noot
Kepiting - kreeft of krab
Ketimoen - komkommer
Ketjap - sojasaus
Ketoembar - korianderzaad
Ketoepat - rijst in gevlochten mandjes gekookt
Kiesmies of kismis - krenten, rozijnen
Kiräi - kleine gevlekte komkommer, augurk
Klabet - fenegriek
Kodja - klingalees, moor, ook moorsch
Kodok - kikvors
Koekoesan - gevlochten mand, waarin rijst wordt gestoomd
Koening - geel
Koenjit - kurkuma of geelwortel
Koeping tikoës, oftewel djamoer koeping - soort paddenstoel, muizenootjes
Koesoemba of kesoemba - een plant "die rode verfstof levert, ook wel wilde saffraan genoemd
Kesoemba kling - oranjekleurig
Koetjai - prei
Koewah - het nat of de saus van een gerecht
Koewali - aarden of ijzeren kookpan
Kool banda - boom met lichtgroene bladeren
Krantjang - gevlochten mand
Kretjèk - repen buffelhuid in olie gebakken
Kretek - sigaret met kruidnagel
Kring of kering - droog
Kroepoek of keroepoek - toespis bij rijst, van vlees of garnalen, gebakken in olie

Laboe ajer - soort watermeloen
Laboe poetih - watermeloen
Laksa, langkoewas - Chinese vermicelli
Lalap of lalab - toespis van rauwe groenten bij de rijst
Laos, langkoewas - wortelsoort (specerij)
Legèn - palmwijn (als gist gebruikt)
Lembar(an) - in stukken of plakken gesneden
Lidi - nerf van het klapperblad
Liwet - koken in een pot (niet stomen)
Lobak - knol, reuze radijs
Lobi-Lobi - zuurzoete vruchten
Lombok - chilipeper
Longtong - van pisangblad maakt men peperhuisjes en vult ze op een vinger na met beras.
Nadat ze met bitings zijn dichtgemaakt, laat men ze 3 uur in water gaar koken.
Vergeet niet er steeds water bij te voegen

Makanan - eten. spijs, gerecht
Mangkok - kopje
Manisan - confituren
Mata sapi - spiegelei
Mie - Chinese macaronisoort
Mieso - soort Chinese vermicelli
Moeda - jong

Nasi - gekookte rijst
Nasi goreng - gekookte en dan met vulling opgebakken rijst
Nasi koening - gele rijst, feest rijst
Nasi poetih - witte rijst

Oelam - benaming van rijst met toespiszen
Oedang - garnaal
Opor - in kokos gesmoord of gestoofd
Otak of oetak - hersenen

Padi - niet gebolsterde rijst (als ons koren)
Paha - dij, dijbeen, bout
Pala - nootmuskaat
Palmiet of Oemboet - het hart in de kroon der palmbomen
Panggang - roosteren
Peda of pedah - ingezouten vis
Penggòrèngan - oventje om in te bakken
Penjoe - schildpad
Peparée - soort bittere vrucht
Pèpès - vis of vlees in een blad gewikkeld en geroosterd
Perijoek of priok - aarden of koperen pot
Petiman - stenen potje met deksel
Petjel - gerecht bij de rijst (als gado-gado saus maar met kentjoer)
Piendang of pindang - saus van vis of vlees, gerecht bij rijst
Pientjo - vierkante bakjes van pisangbladeren
Piering of piring - bord
Piring kasar - grof bord, vuurvast
Pisang - banaan
Poerlaka - kardemon
Poetih - wit
Pollong - erwtjes, doperwtjes, peultjes

Ragie - benaming van dèndèng soort
Rames - fijnkneden, door elkander wringen
Rampé - mengsel

Reboeng - jonge bamboespuit
Roedjak of roedjah - heet Indisch gerecht van onrijpe vruchten met chilipeper
Roekem - zure vrucht

Sago siam - paarse sago
Sajor of sajoer (in soorten) - waterige soep als toespis bij de rijst
Salam (daon) - laurierblad
Sambal - gestampte chilipeper als toespis
Sambelan - sterk gekruide toespizen bij de rijst
Sedap malan - witte nachtlelie
Santen; santen kentel; santen entjer - klappermelk (dikke en dunne)
Selam - Mohammedaan, inlander
Selasi - basilicum
Selasie blanda - kruizemunt
Serdadoe - soldaat
Serani - inlandse christen
Sereh - citroengras
Seroendeng of seroendeng - gebraden, geraspte kokosnoot
Sioon - schijfje van een vrucht
Sodèt - ijzeren, platte lepel
Soedjèn - houten pinnetje voor de saté
Soekoen - broodvrucht
Soemsoem - merg, ook gelijkend op merg
Soòn - zeer fijne Chinese vermicelli

Tahoe - Chinees meelgerecht, in platte koeken
Tampah of tampa of tetampa - platte gevlochten mand van bamoe
Tangok - bolvormige zeef
Tangkwé - droog geconfijte Chinese vrucht
Taótjò - Chinees preparaat van Javaanse suiker en katjang kedelée
Taugé - uitspruitsel van de katjang idjo
Telor - ei
Temoekoentji - wortelsoort
Temoelawak - geneeskrachtige wortel
Tepong - meel
Tepong bras - rijstmeel
Tepong trigoe - tarwemeel
Térase of trassie - fijn gemaakte (gestampte) gedroogde vis en garnalen.
Als toevoegsel in Indische gerechten
Teroeboek of troeboek - gezoute viskuit
Tèrong - aubergine
Tèrong blanda - aubergine
Tiembool - broodvrucht
Tim - in een pot stoven of gaar stomen
Timpè - platte beschimmelde koekjes van kedelée
Tjampoeradoek - mengsel, ook gemengd zuur van allerlei groenten
Tjerimée, tjerimai, tjermé - kleine gele zure vrucht
Tjeplok - spiegelei
Tjina - Chinees
Tjoeka - azijn
Tjeriepiek of kiripik - toespis van fijn gestampte vis enz. dat gebraden wordt
Toemis - groenten in olie gestoofd
Tornatée - tomaat

W

Wadjan of wadja - bolvormige ijzeren braadpan
Widjèn - sesam