

Gajjar Ka Halwa

Dit omweerstaanbare dessert is tijdens de wintermaanden zeer in trek in de huishoudens in de Punjab. De authentieke versie wordt gemaakt met pure ghee, maar je kunt ook ongezoeten boter gebruiken. Ghee is een Indiaas bakvet. Lijkt op geklaarde boter: boter waaruit alle melkbestanddelen zijn verwijderd. Ghee kan hogere temperaturen verdragen dan boter en de meeste soorten olie en zorgt voor een krokante korst. Als u de ghee koel bewaart, is het een jaar houdbaar.

Ingrediënten

1000 g worteltjes
2 l volle melk
200 g kristalsuiker
100 g ghee of boter
1 el kardemompoeder
½ el meloenpitten, geroosterd
1 el rozijnen, 10 min geweld in warm water, uitgelekt

Garnering:

munt
2 el pistachenootjes

Bereiding:

Schrap en rasp de worteltjes; zet opzij. Giet de melk in een hapjespan, breng aan de kook en laat hem regelmatig roerend tot 400 ml inkoken; dat duurt ongeveer 60 min.

Doe de geraspte wortel in de melk en breng weer aan de kook. Draai het vuur laag en laat de pap onder regelmatig roeren circa 60 min koken tot alle melk is verdampt. Roer de suiker erdoor en verwarm de massa tot deze is opgenomen. Laat nog regelmatig roerend koken tot de wortel vrij droog is. Roer de ghee erdoor en bak alles 20-25 min. Roer het kardeompoe-der, meloenpitjes en rozijnen door de wortelmassa en neem de pan van het vuur.

Schep de halwa in licht ingevette uitsteekvormpjes van 4-5 cm doorsnee op bordjes. Strijk de bovenkant glad en til de vormpjes voorzichtig op.

Schep op elke portie een lepel basundi en garneer met een takje munt.

Strooi rondom gehakte pistachenootjes. Serveer warm.

Basundi:

Ingrediënten:

1000 cl volle melk
75 g suiker
¼ tl kardemom poeder
5 stuks saffraan draadjes

Bereiding:

Doe de volle melk in een hapjespan. Breng aan de kook en laat hem 1 ½ uur regelmatig roerend zachtjes koken tot er nog 1/3 over is.

Voeg 75 g suiker toe en kook nog 3-5 min tot de suiker is opgelost.

Voeg ¼ tl kardemompoeder en de saffraandraadjes toe.

Serveer koud.



Cuisine Culinaire Rijnmond: C.C.R. Menu voor de maand september(12 personen)

Tom Kha Kai soep

*

Jhinga til Tinka

Salade de Caranguejos

Aam aur Krishna Kamal chutney

*

Tenga

Kozhi Velai Kazhambu

Tadka Dal

Naan

*

Gajjar Ka Halwa

Basundi

Wijn:

Tussengerecht : Gewurztraminer Bergsig Zuid-Afrika
Een wijn met een zwoele kruidigheid in geur en smaak
Gekoeld serveren op 10-12 °C

Hoofdgerecht : Rosé SutterHome Californie
Druivensoort: Zinfandel
Karakter: Lichte rosé met een aantrekkelijke geur van aardbeien en watermeloen. In de smaak: delicaat fruit met verfrissende rode grapefruit-tonen. De licht zoete afdrank is kenmerkend.
Gekoeld serveren op 8 °C

Dessert : Malaga Vat 22
Een wijn gemaakt van ingedroogde druiven met een hoger alcoholpercentage. De geur en smaak hebben sporen van krenten en rozijnen. Gekoeld serveren.

Bij al deze gerechten kan ook uitstekend thee of bier worden gedronken.

Tom Kha Kai soep

Ingrediënten:

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

Bereiding:

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

Tadka Dal Linzen op een huiselijke manier

Dit linzengerecht is beroemd vanwege zijn kruiden, maar het zijn de chilipepers en de gember die het pikant maken.

Ingrediënten:

600g splitlinzen of chana dal
2 tl zout
2 tl kurkuma gemalen

Kruiderij:

2 el olie plantaardige
2 tl knoflook fijngesneden
2 tl chilipoeder rood
4 stuks tomaten, middelgrote fijngesneden

Garnering:

12 takjes koriander
3 stuks limoen
3 el gefrituurde ui (kant en klaar)

Bereiding:

Doe de splitlinzen of dal in een pan met het zout, de kurkuma en 1 liter water.
Breng het aan de kook, draai het vuur laag en kook de linzen in 15-20 min gaar.

Kruiderij:

Verhit voor de kruiderij de olie in een diepe pan en fruit de knoflook lichtbruin.
Voeg het chilipoeder toe en bak 1 min. Doe de tomaten erbij en laat ze 3-4 min stoven, doe er dan de gare linzen bij. Laat ze 10-15 min op laag vuur sudderen.
Serveer de dal heet.

Naan:

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

Serveren:

Verwarm grote borden voor en maak een compositie van het vis-, kip- en linzengerecht.
Garneer met gefrituurde ui, koriander en schijfjes limoen.

De naan wordt op een apart bordje geserveerd. De welgestelde Indiër eet dit net als in Frankrijk bij de maaltijd. Het wordt dan veelal gedoopt in de currie. De meerderheid eet echter zonder bestek en gebruikt de naan dan als knijpertje waarmee het eten naar de mond wordt gebracht. Dit mag uitsluitend met de rechterhand gebeuren.

Kozhi Velai Kazhambu Witte kipcurry

Dit is een van de mildere kipcurry's uit Tamil Nadu.

Ingrediënten:

750 g kipfilets
100 g tuinbonen,gedopt
6½ dl kokosmelk
30 g gemberjulienne

Specerijenpasta:

3 tl plantaardige olie
1½ stuks ui, groot, in plakken
30 g gemberwortel, fijngesneden
15 g knoflookteentjes, fijngesneden
1 stokje kaneel
3 stuks kruidnagels
3 stuks kardemompeulen ,groen
1½ tl venkelzaad
12 stuks chilipepers,groen
1½ tl korianderzaad
50 g cashewnoten
150cl yoghurt

3 el fijngesneden korianderblaadjes
1½ stuks limoen,rasp en sap

Bereiding:

Snijd de kipfilets in reepjes van circa 2 ½ cm breed en doe ze in een lage schaal.
Verhit voor de specerijenpasta de olie in een braadpan en doe er ui, gember, knoflook, specerijen, fijngesneden pepers en cashewnoten in. Smoor alles omscheppend tot de uien glazig zijn. Laat alles afkoelen, pureer het met de yoghurt in een blender tot een pasta.
Verdeel deze specerijenpasta over de stukjes kip, en zet de schaal afgedekt 30 min op een koele plaats.
Verhit voor de kruidenrij de olie in een schone braadpan. Doe er de laurier en de overige hele specerijen in en schep alles een minuut of twee om. Voeg de uien toe en smoor ze glazig.
Voeg de tuinbonen en de stukjes kip toe en roerbak alles 3-5 min. Doe de kokosmelk en de gemberjulienne bij de kip en breng de inhoud van de pan tegen de kook aan. Laat het gerecht op laag vuur 12-15 min sudderen tot de kip gaar is. Neem de pan van het vuur en roer de gesneden koriander, het limoenrasp en -sap door de curry.

Serveren:

zie bij Takda Dal

Jhinga til Tinka Gefrituurde garnalen in een vermicelli-jasje

Deze sappige garnalen met een krokant korstje zijn heerlijk als voorafje met appelchutney. Ze doen het ook goed als voorgerecht met een lichte komkommer - tomatensalade of zoals hier, als garnering op een verse krabsalade.

Ingrediënten:

12 stuks garnalen (groot, ongepeld)
3 el sesamzaad
75 g fijne vermicelli
plantaardige olie om in te frituren

Marinade:

1 tn knoflook, fijngesneden
¼ tl rood chillipoeder
½ stuks citroen , rasp en sap
1 ½ el yoghurt
½ el gemberwortel, fijngesneden
15 g Parmezaansekaas (geraspt)
½ tl tijm
1 el room
½ el besan, geroosterd (kikkererwtenmeel)
¼ tl kardemompoeder
½ tl zout

Bereiding:

Pel de garnalen en verwijder de zwarte draad aan de rugkant, laat de schaal aan de staartjes zitten; was ze en dep ze droog in keukenpapier. Vermeng alle ingrediënten voor de marinade in een kom. Wentel de garnalen erdoor en marineer ze 30 -45 min op een koele plaats.
Vermeng het sesamzaad met de vermicelli voor de buitenlaag op een bord. Zorg dat de vermicelli in kleine stukjes is gebroken. Neem de garnalen uit de marinade en bedek ze royaal met het vermicellimengsel, druk het met de vingers aan zodat het blijft zitten. Laat de garnalen 5 min rusten. Verhit de olie in een frituurpan tot 180 °C. Frituur de garnalen met steeds een paar tegelijk 2-3 min tot de buitenlaag goudbruin en knapperig is. Garneer de krabsalade ermee .

Am aur Krishna Kamal chutney Mango- passievruchtenchutney

Ingrediënten voor ca 300 g chutney:

2	stuk	passievruchten, gehalveerd
1	tn	knoflook, fijngesneden
1	stuks	chilipeper, groen, van steeltje ontdaan
1	stuk	limoen, rasp en sap
100ml		kokosmelk
1	tl	palmsuiker of ruwe rietsuiker
½	tl	zout
100g		mangovruchtvlies, onrijp, grof gesneden
2	el	muntblaadjes, fijngesneden

Bereiding:

Schep het passievruchtenvruchtvlies in een zeefje boven een kommetje en druk er met de bolle kant van een lepel het sap uit; gooi de pitjes weg.

Pureer het passievruchtensap met de overige ingrediënten in een blender glad.

Bewaar de chutney in een afgedekt kommetje op een koele plaats.

Salade de Caranguejos Krabsalade met kokos en kerrieblaadjes

Langs de hele Indiase kust worden spectaculaire gerechten met schaal - en schelpdieren gemaakt.

Bereiding en kruiden variëren naar de plaats, maar kerrieblaadjes, kokosnoot, groene pepers en mosterdzaadjes zitten er altijd in. In Goa wordt deze salade gemaakt met blauwe krab uit de streek, maar het kan met elk wit krab vlees.

Ingrediënten:

4	el	plantaardige olie
4½	tl	mosterdzaad
30	stuks	kerrieblaadjes, fijngesneden
3	tl	gementwortel, fijngesneden
1½	tl	chilipeper, groen, fijngesneden
300g		ui, fijngesneden
900g		krabvlees, wit, uiteengerafeld
3	tl	kurkuma, gemalen
1½	tl	zout, of naar smaak
9	el	kokosmelk
3	el	geraspte kokos
3	tl	korianderblaadjes

Bereiding:

Verhit de olie in een wok, bak het mosterdzaad erin tot het gaat springen in de pan, doe de kerrieblaadjes erbij en roerbak een minuut of twee. Bak de gember en groene chilipeper 2 min mee. Doe de gesneden ui in de pan en smoor hem glazig. Voeg het krabvlees toe en schep het een paar sec om, doe er dan kurkuma en zout bij. Roerbak 2 min, roer de kokosmelk, het geraspte kokos en de gesneden koriander door de krab. Neem de pan van het vuur en laat alles afkoelen.

Serveren:

Schep de koude salade in een ring op het bord en verwijder de ring voorzichtig. Garneer elke portie met een garnaal in een vermicelli-jasje, een takje koriander en de chutney

Tenga Zoetzure viscurry

Rode snapper maakt dit gerecht tot een speciale Assamese curry. Oorspronkelijk wordt in dit gerecht de rohu verwerkt - een karpersoort uit de rivier de Brahmaputra. In Assam vind je specerijen als kurkuma, anijszaad en galangawortel. De nabijheid van Myanmar (Birma) verklaart het gebruik van ingrediënten die we uit het Verre Oosten kennen zoals limoenblad, steranijs en bamboescheuten.

Hier worden bamboescheuten uit blik geruikt, maar in Assam gebruiken ze gefermenteerde bamboescheuten, ofwel kharisa.

Ingrediënten:

750g	rode-snapper of anders roodbaars
100ml	plantaardige olie

Saus:

1	stuks	steranijs
1	tl	venkelzaad of anijszaad
2	stuks	uien, fijngesnipperd
1½	tl	gemalen kurkuma
1	tl	chillpoeder, rood
½	tl	venkelzaad, gemalen
½	tl	zout, of naar smaak
1	el	palmsuiker of jaggery"
100g		bamboescheuten, in plakken
3-4	stuks	citroenblaadjes
2	el	citroensap
1	stuks	tomaat, groot in plakken
1	el	korianderblaadjes, fijngesneden, plus wat takjes om te garneren

Marinade:

1	tl	gementwortel, fijngesneden
½	tl	chillpoeder, rood
½	tl	gemalen kurkuma
1	tl	venkelzaad, gemalen
1	stuks	citroen, rasp en sap
½	tl	zout
1½	tl	palmsuiker of jaggery

Bereiding:

Verdeel de vis in 12 stukken en leg ze in een lage schaal. Vermeng alle ingrediënten voor de marinade en wrijf deze in de stukken vis. Marineer ze 30 min op een koele plaats. Verhit de olie in een grote koekenpan, leg de stukken vis erin en bak ze aan elke kant in 1 minuut lichtbruin. Leg de vis op een bord en houd hem apart. Doe voor de saus de steranijs, nigella en venkelzaad in de achtergebleven olie in de pan en roerbak enkele minuten tot ze knetteren.

Voeg de uien toe en fruit ze lichtbruin. Doe de gemalen specerijen in de pan, schep alles 1 minuut om en voeg dan het zout, de suiker en de bamboescheuten toe.

Doe de citroenblaadjes, het citroensap en 200 c l water in de pan, breng alles aan de kook en laat het enkele minuten zachtjes sudderen.

Leg de stukken vis in de saus en schep de plakken tomaat erdoor.

Laat de vis in 7-8 min gaar stoven en schep de gesneden koriander erdoor.

Serveren:

zie bij Takda Dal