



Ruud 's Kookboek

Indische recepten II v0.7

Inhoudsopgave.

Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer.	3
Babi ketjap - gesmoord varkensvlees.	4
Bebaris tiga - satéstokjes met Indische gehaktballetjes.....	5
Indische saté van speklapjes.....	6
Roedjak manis - Indische vruchtensalade II.	7
Sambal matah.....	8
Seroendeng II.	9
Gebruikte afkortingen.....	10

Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Carta, Tallsay.com

Ingrediënten

3 el azijn, rijst-
1 komkommer
1 peper, rode, in
stukjes, pitten
verwijderd
25 g suiker, palm-
(goela djawa)
1 ui, zoete, in halve
dunne ringen

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de rode peper in ringetjes en verwijder de pitten.
Snijd de komkommer in heel dunne schijfjes.
Snijd de ui in kwart ringetjes.
Meng de palmsuiker met de azijn.
Voeg hier de rode peper, de ui en de komkommer aan toe.
Laat het mengsel gedurende 4 uur in de koelkast staan.

Tip:

Lekker bij nasi of bami.

Babi ketjap - gesmoord varkensvlees.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: TallSay.com

Ingrediënten

1 el azijn, rijst-
1 el bloem, gezeefde
1 tl djahé (gember-
poeder)
100 ml ketjap manis
2 tn knoflook, fijn-
gesnipperd
50 g kokosvet (santen)
100 ml melk, kokos-
- peper, zwarte, vers-
gemalen
1 ui, fijngesnipperd
500 g varkensfilet, in
blokjes
½ tl zout

Bereiding.

Marineer het vlees met een mengsel van de azijn, het zout, de peper, de djahé, de knoflook en de ui en laat dit 1 uurtje rusten.

Neem een wok en smelt de santen.

Bak het vlees daarna gedurende 10 min. in de wok.

Voeg nu de ketjap manis, de kokosmelk en de bloem toe.

Roer het geheel goed door elkaar.

Laat het geheel ca. 30 min. sudderen, met een deksel op de wok.

Tip:

Serveer het gerecht met rijst.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bebaris tiga - satéstokjes met Indische gehaktballetjes.



Menugang: Hapje
Keuken: Indische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: TallSay.com

Ingrediënten

1 ei, geklutst
500 g gehakt (hoh- of runder-)
½ tl ketoembar (gemalen korianderzaad)
1 tl knoflookpoeder
½ tl nootmuskaat - olie, plantaardige, om te frituren
½ tl peper, zwarte
½ tl zout

1 pk satéstokjes

Bereiding.

Meng het gehakt met het ei en de kruiden. Draai er balletjes van (ca. 1½ cm). Verhit de olie in een pan en frituur de balletjes. Laat de balletjes even uitlekken op wat keukenpapier. Rijg drie (tiga betekent drie) balletjes aan de satéstokjes.

Serveren:

Serveer het gerecht warm met rijst en een lekkere satésaus.

Tip:

En natuurlijk mogen een paar hete pepers niet ontbreken.

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Indische saté van speklapjes.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Jumbo

Ingrediënten

1 el ketjap manis
1 tl knoflookpoeder
1 tl koriander, gemalen
1 snf peper, zwart
100 g speklap
1 snf zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de speklapjes in stukjes en doe ze in een schaal. Marineer de stukjes vlees met flink wat ketjap, knoflookpoeder, koriander, zout en peper.

Schep alles goed om.

Laat het vlees minimaal 2 uur afgedekt marineren in de koelkast.

Rijg de stukjes vlees aan stokjes.

Bak het vlees op de barbecue tot het gaar is en het vet eruit is gedruppeld.

Roedjak manis - Indische vruchtensalade II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta, TallSay.com

Ingrediënten

2 sch ananas
1 appel
20 druiven
2 el ketjap manis
2 komkommers, snack-
2 limoenen, sap van
1 mango
1 peper, lombok-, rode
5 el suiker, palm-,
gezeefd

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snijd de lombok in de lengte open.
Haal de zaadlijsten en de pitjes eruit en gooi deze weg.
Snijd de lombok in kleine stukjes.
Meng de palmsuiker met de ketjap manis, een scheutje water, het limoensap en de rode peper.
Schil de komkommer, snijd deze in stukjes en voeg deze toe aan de saus.
Schil de appel, snijd deze in stukjes en voeg deze toe aan de saus.
Snijd de ananas in stukjes en voeg deze toe aan de saus.
Snijd de druiven overdwars doormidden en voeg deze toe aan de saus.
Schil en ontpit de mango, snijd deze in stukken en voeg ook deze toe aan de saus.
Scheep alles goed door elkaar.

Tip:

I.p.v. palmsuiker kan ook bruine suiker gebruikt worden.

Sambal matah.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indonesische, Balinese
Personen: -
Sterren: **
Bron: Eetspiratie

Ingrediënten

6 bld djeroek poeroet (limoenblad)
2 cm gember, verse
½ limoen, rasp en sap van
1 lombok, groene
2 lombok, rode
1 el olie, zonnebloem-
2 serehstengels
2 uien, rode, middel-grote
½ tl zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Snipper de rode uien zo fijn mogelijk.
Verwijder het harde buitenste gedeelte van de serehstengels.
Snijd de kontjes en de kopjes van de serehstengel af (die zijn niet nodig).
Snipper de overgebleven stengels ragfijn met een scherp mes.
Doe de uien en de sereh samen in een kom.
Verwijder de nerven uit de limoenblaadjes, leg de blaadjes op elkaar, rol ze op en snijd ze in hele fijne reepjes (chiffonade).
Voeg het limoenblad bij de ui en de sereh.
Snijd de gember in plakjes, snijd de plakjes vervolgens in reepjes en snijd daar kleine blokjes van.
Maak de pepers schoon.
Verwijder evt. de zaadlijsten en de zaadjes (dan wordt de sambal minder pittig).
Snijd de pepers in fijne kleine stukjes.
Voeg de gember en de pepers toe aan de kom.
Voeg ook het limoensap en de -rasp toe.
Voeg als laatste het zout en de olie toe.
Meng alles goed door elkaar.

Seroendeng II.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta, TallSay.com

Ingrediënten

1 tl gember, Thaise,
gemalen (djinten)
1 el gula djawa
(palmsuiker)
1 tn knoflook
250 g kokos, geraspte
1 tl korianderzaad,
gemalen (ketoembar)
- olie, plantaardige-
50 g pinda's
1 el sap, citroen-
1 ui
1 mp zout

Bereidingstijd: - min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: -
Eiwit: - g
Koolhydraten: - g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: - g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: - g
Vezels: - g
Groente: - g
Zout: - g

Bereiding.

Seroendeng is een droge mix van pinda's, kokos, ui, knoflook en kruiden die gebruikt wordt als een bijgerecht bij witte rijst om deze extra smaak te geven.

Rooster de kokos op een zacht vuurtje (schep de kokos voortdurend om).

Pureer de ui en de knoflook.

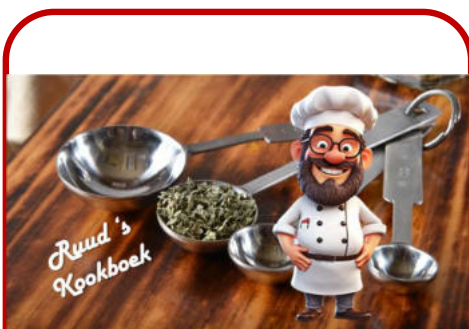
Fruit de knoflook en ui in 1 el olie.

Voeg nu de kruiden, het zout en de kokos toe.

Voeg na 10 min. de pinda's, het citroensap en de palmsuiker toe.

Spreek de seroendeng uit op een ovenplaat om te laten drogen.

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbl	Miniblikje
ms	Maatschepje
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	Staafje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Theelepel
tn	Teentje
trs	Tros
trsj	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgls	Wijnglas
zk	Zak(je)

