



Ruud 's Kookboek

Surinaamse recepten / v2.4

Inhoudsopgave.

Anja's pindasoep.	3
Basisrecept - patja van tilapia.	4
Bloemkool masala.....	6
Bruine bonen met rijst.....	7
Gehaktballen van Gusta.....	8
Kiem tjoen yoek - geroosterd buikspek.	9
Massala eieren met bloemkool en rijst.....	10
Moksi alesi.....	11
Pepperpot.	12
Pindasoep III.	13
Snelle Sandhia's bami.....	14
Sotosoep.....	15
Sputnik.	17
Surinaams broodje kip kerrie.....	18
Surinaamse bami.	19
Surinaamse bami met paksoi en kip.	20
Surinaamse huzarensalade.....	21
Surinaamse marinade.....	22
Surinaamse sambal I.....	23
Surinaamse sambal van madame Jeanette-pepers.	24
Surinaamse Saoto soep.	25
Tjauw-min bami.....	27
Vurige dip.	28
Zuurgoed.	29
Gebruikte afkortingen.	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.

Anja's pindasoep.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Anja Kuyer,
KoenKamphuijs.nl

Ingrediënten

2 aardappelen
1 bakbanaan, halfrijpe
1 bakbanaan, rijpe
3 bouillonblokjes,
kippen-
2 st kipfilet
1 zk kippensoep
1 zk nasigroenten,
nasi-kruiden
1 peper, rode
- pimentpoeder
1 pt pindakaas
- rijst, gekookte
- selderij
- suiker
1 tomaat
1 ui

Bereiding.

Kook eerst de kip gaar.
Zet een pan op met water en voeg de bouillonblokjes toe.
Snijd de kip, de ui en de tomaat in stukjes.
Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes.
Snijd de selderij en de peper fijn.
Zet een koekenpan op het vuur met een beetje olie.
Fruit eerst de ui.
Voeg de peper toe en laat deze meebakken.
Doe er vervolgens de kip bij.
Meng dit goed.
Voeg daarna de tomaat, de pimentpoeder, de nasikruiden en het zakje kippensoep erbij.
Laat dit een paar min. sudderen.
Neem een beetje van de bouillon en doe dat in een bakje.
Meng het met de pot pindakaas.
Voeg dit toe aan de soep.
Voeg de aardappel en de selderij toe.
Laat het koken op een laag vuur tot de aardappel gaar is.
Kook de twee bananen in een pan met ruim water.
Voeg suiker naar smaak toe.
Laat dit koken tot de bananen gaar zijn.
Haal de bananen uit de pan en prak ze fijn met een vork.
Laat de bananenprak afkoelen en draai er balletjes van.
Doe gekookte rijst in een bord, schenk er de soep overheen en voeg de bananenballetjes toe.

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

Basisrecept - patja van tilapia.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Koen Kamphuys & Gusta Harderwijk

Ingrediënten

2-3 bouillonblokjes
250 g cassave, gedroogde, bittere (of 750 g (diepgevroren) geraspte zoete cassave)
1 el olie
1 peper, hete (bijv. madame Janet of adyuma; evt. Spaanse peper of lombok rawit)
500 g tilapia, schoongemaakte
½ ui
- zout, aji-no-moto of ve-tsin, naar smaak
(- evt. wat azijn of citroensap)



Tilapia

Bereiding.

Patja, ook bekend als kokori, is een soep die met name bekend is bij de marrons in het binnenland van Suriname. Marrons zijn afstammelingen van slaven, die, vòòr de afschaffing van de slavernij, hun meester ontvlucht zijn en hun vrijheid diep in het binnenland hebben verdedigd en daar in kleine dorpsgemeenschappen zijn gaan leven van de kleinschalige landbouw en de jacht.

Van dit gerecht is het belangrijkste bestanddeel de bittere cassave. Anders dan de naam doet vermoeden is de smaak van dit wortelgewas niet bitter. Maar het is wel erg giftig: het sap bevat namelijk blauwzuur. De cassave wordt geraspt, in een speciale langwerpige hangmand (de matapi) uitgewrongen en vervolgens in de buitenlucht gedroogd. Op die manier verdwijnt het giftige blauwzuurgas, dat erg vluchtig is. Buiten de landen waar het verbouwd wordt, is bittere cassave nauwelijks te krijgen. In Nederland is het alleen, gedroogd en gemalen tot een fijn poeder, in Afrikaanse winkels in de grote steden te vinden onder de naam kokonte lafu. Wie niet aan bittere cassave kan komen, kan zich behelpen met de zoete variant, die de gifstof niet bevat. Deze is, geraspt en diepgevroren, te koop in elke Surinaamse toko. In de grote steden is op de markt ook verse zoete cassave te vinden, die u zelf kunt raspen en malen. De brokken diepvriescassave, die bedoeld zijn om te frituren of te koken, zijn helaas niet bruikbaar: eenmaal ontdooid is het materiaal te slap om te kunnen raspen. Geraspte zoete cassave kunt u in kleine hoeveelheden tegelijk in een schone theedoek doen en met veel kracht uitwringen. Als u verslingerd raakt aan deze soep, betekent dat elk halfjaar een nieuwe uitzet aan theedoeken. Na het uitwringen moet u de grove stukken eruit zeven of eventueel fijnmalen.

Ontdooi, als u diepvriescassave gebruikt, deze dan ruim van tevoren (ontdooien in de magnetron gaat meestal niet goed omdat de buitenkant al snel te warm wordt en de cassave gaart tot een glazige massa).

Wring de cassave uit zoals hierboven beschreven.

Bij gedroogde cassave voegt u voorzichtig water toe (uiteindelijk moet u van de cassave stevige ballen kunnen kneden die gemakkelijk doormidden te breken zijn en niet plakken, maar ook niet te gemakkelijk kruimelen).

Snij de vis in flinke moten.

Snipper de ui en fruit deze in de olie.

Voeg 1½ l water toe en breng deze aan de kook

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

met de bouillonblokjes en de vis.
Laat de vis langzaam gaar koken in de bouillon.
Breek de ballen cassave in kleine, handzame stukken van ongeveer 2 cm.
Breek elk van die stukken vervolgens verder klein tot brokjes van max. 2 cm (liefst nog kleiner).
Probeer zo weinig mogelijk te kruimelen.
Haal de gare vis uit de pan en leg deze op een bord.
Zet de bouillon op hoog vuur zodat deze flink kookt.
Strooi de cassavebrokjes er beetje bij beetje in, ongeveer ¼ deel per keer (pas als het water weer stevig kookt kunt u de volgende portie toevoegen).
Niet of maar heel voorzichtig roeren als de cassave nog maar net in de pan zit, anders vallen de brokjes uit elkaar en wordt de soep glazig, en dik als behangerslijm.
Roer na enkele min. voorzichtig de klontjes los.
Doe de vis terug in de pan, voeg het pepertje toe, en laat het geheel nog enkele min. doorkoken op een laag vuur.
Voeg naar smaak nog wat zout, aji-no-moto of een extra bouillonblokje toe.
Geef, bij het opdienen, iedereen een stukje van het pepertje (naar smaak kan men dit fijnwrijven in het bord).
De soep wordt heet (van de peper) gegeten.....zo heet dat u het nog net kunt eten.
Eventueel kunt u de soep in het bord verder op smaak brengen met een beetje azijn of citroensap.

Tips:

Naast tilapia zijn alle niet-zilte vissoorten geschikt. Kabeljauw en dergelijke smaakt te zout (teveel naar 'zee') om dergelijke soep lekker te maken.
Verder is geschikt als vlees: gedroogde gerookte vis ('waran fisi'), rundvlees en soepkip.
Zonder de cassave is deze soep bekend als peprewatra ('peperwater'). Deze kunt u met rijst eten.

Bloemkool masala.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
MijnReceptenboek.nl

Ingrediënten

1 bloemkool
1 el kerrie
1 tn knoflook, verse,
geperst
- olie, olijf-
(½ pepertje, vers,
fijngesneden)
2 tl tomatenpuree
½ ui, gesnipperd
400 ml water, heet
- zout

Bereiding.

Was de bloemkool.
Snijd de bloemkool in roosjes.
Verhit 2-3 el olie in de wok.
Fruit de ui in de olie.
Zorg dat het gekookte water klaarstaat.
Pers de knoflook boven de ui.
(Snijd het pepertje in fijne ringetjes.)
(Voeg het pepertje bij de ui.)
Fruit de knoflook (en het pepertje) even mee
met de ui.
Scheep het uienmengsel even om.
Voeg de kerrie toe aan het uienmengsel.
Roer het uienmengsel goed door (tot de kerrie
is opgenomen door de olie).
Voeg de bloemkoolroosjes toe aan het
uienmengsel.
Voeg het kokende water toe aan de bloemkool.
Scheep de bloemkool goed om, zodat de kerrie
overal goed kan intrekken.
Voeg zout naar smaak toe.
Laat de bloemkool met de deksel op de pan
koken tot het water nagenoeg is verdampt.

Tip:

Serveer de bloemkool met gekookte
aardappeltjes, gefrituurde krieltjes of rijst en
een stukje vlees (bij voorkeur kip met
vruchten).

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

Bruine bonen met rijst.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 6
Sterren: ***
Bron: SurinaamsEten.nl

Ingrediënten

1 pt bonen, bruine
3 el Faja Lobi Snesie
Foroe (roerbakmix)
250 g kipfilet
10 el olie
1 peper, verse
3 tk selderij
1 el tomatenpuree
250 ml water

Bereidingstijd: 15 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.

Verhit de olie.
Bak hierin het vlees gaar.
Voeg hieraan toe de selderij, peper, Snesie
Foeroe en tomatenpuree.
Scheep het geheel goed om.
Voeg de bruine bonen toe.
Scheep het geheel enkele minuten om.
Voeg het water toe.
Laat het geheel 5-10 min. sudderen.
Voeg zout naar smaak toe.

Tip:

Serveren met Kotomisi Rijst en kouseband.

Gehaktballen van Gusta.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Koen Kamphuijs

Ingrediënten

2 eieren
1 kg gehakt
- gemberpoeder
3 tn knoflook
- laos
1 maggiblokje
- olie
- tomatenketchup
1 ui

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 helft van de ui tot kleine stukjes.
Snipper 2 tn knoflook heel fijn.
Meng dit met de eieren door het gehakt en
vorm er flinke ballen van.
Bak deze in hete olie in een koekenpan.
Doe er de rest van de ui en de knoflook en de
kruiden bij (het is belangrijk dat de kruiden nog
heel even meebakken.
Voeg dan water, het bouillonblokje en de
tomatenketchup.
Laat de ballen zeker 30 min. stoven, zodat ze
van binnen goed gaar zijn.
Meng het vrijgekomen vleesvocht goed door de
jus.
Schep, als deze wat vet is geworden van het
gesmolten vet uit de gehaktballen, dit eraf met
een lepel.
De saus moet dik zijn bij het opdienen.

Tip:

Geef er rijst en bladdgroenten of kouseband bij
en natuurlijk peper.

Kiem tjoen yoek - geroosterd buikspek.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: SranangKukru.net

Ingrediënten

1 kg buikspek
250 g zout

Voor de marinade:

2 tn knoflook
60 ml saus, soja-
2 el suiker, bruine
80 ml wijn, rijst-,
Shaoxing

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.

Dep het buikspek met een tissue goed droog.
Meng de ingrediënten voor de marinade en plaats deze in een rechthoekige pan die groot genoeg is voor het spek.

Leg het spek met de onderkant (vleesdeel) op de marinade (zorg ervoor dat de huid niet in aanraking komt met de marinade).

Plaats het geheel voor een paar uur (of een nacht) in de koelkast.

Verwarm de oven tot 175°C.

Schenk 2 cm water in een bak, plaats daarop een rooster en daarop weer het spek (vetdruppels zullen in het water vallen en het vlees zal niet uitdrogen, zorg er wel voor dat het buikspek recht staat, anders zal het niet gelijk roosteren).

Verdeel het zout over de huid van het buikspek, zet het in de oven en laat het in 40 min. gaarbakken.

Haal het buikspek uit de oven (het zout zal een korst hebben gevormd welke weg gehaald kan worden).

Verhoog de temperatuur van de oven tot 250°C.

Plaats als de oven op temperatuur is, het spek in de oven en bak het 30 min. (tot de huid vol bellen en knapperig is).

Laat het spek enkele minuten afkoelen alvorens deze te snijden en op te dienen.



Massala eieren met bloemkool en rijst.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Lassie

Ingrediënten

(½ aubergine, in
blokjes)
600 g bloemkoolroosjes
4 eieren
2 tn knoflook, geperst
1½ el massala
2 el olie, olijf-
4 el piccalilly
300 g rijst (Lassie
Toverrijst)
1 ui, rode, in ringen

Bereiding.

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Stoom de bloemkoolroosjes 8-10 min.
Kook ondertussen de eieren in 6 min., laat ze afkoelen onder de koude kraan en pel ze.
Verhit de olie in een wok, voeg 1 el massala toe en bak dit ca. 1 min.
Voeg de eieren toe en bak ze in de massala ca. 2 min.
Zorg ervoor dat de eieren volledig bedekt zijn met de kruiden.
Leg de eieren apart.
Fruit de ui en de knoflook in dezelfde pan ca. 5 min.
Voeg de gestoomde bloemkoolroosjes en een ½ el massala toe en roerbak het geheel nog 3 min.
Breng het geheel op smaak met peper en zout.
Verdeel de rijst over 4 borden.
Schep de massala bloemkoolroosjes en ei ernaast.
Serveer de piccalilly ernaast als dip.

Tip:

Extra groenten? Roerbak de blokjes aubergine mee samen met de ui en knoflook.

Bereidingstijd: 20 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 425
Eiwit: 15 g
Koolhydraten: 65 g
w/v suikers: - g
Natrium: - mg
Vet: 10 g
w/v onverzadigd: - g
w/v verzadigd: 2 g
Vezels: 5 g
Groente: - g
Zout: - g

Moksi alesi.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
DeWereldOpJeBord.nl

Ingrediënten

2 tn knoflook
½ kool, spits-
2 maggiblokjes, kleine
350 g makreel, gerookte
250 ml melk, kokos-
300 g rijst
2 el sojasaus
1 tomaat
1 bl tomatenpuree
1 ui
200 ml water

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 ui en hak de knoflook fijn.
Verwijder het vel van de makreel en scheur de makreel in kleine stukjes.
Snijd de tomaat in blokjes.
Verhit een beetje olie in een braadpan en fruit hierin de ui en de knoflook aan tot de ui begint te glanzen.
Voeg dan de tomatenpuree, de tomaat, de sojasaus en de maggiblokjes toe.
Roer het goed door en voeg ook de makreel toe.
Bak het geheel 2-3 min.
Voeg daarna de kokosmelk en het water toe.
Spoel de rijst in een vergiet onder de kraan af.
Voeg de rijst toe aan de braadpan.
Laat het 5-10 min. zachtjes koken tot het meeste water verdampt is.
Dek de pan dan af met eerst een schone theedoek en daarna het deksel.
Laat het geheel zo op het laagste pitje ca. 20 min. stomen tot de rijst helemaal gaar is (houd wel in de gaten of het niet aanbrandt, voeg indien nodig nog wat extra water toe).
Snijd ondertussen de spitskool in reepjes.
Wok de spitskool als de rijst bijna gaar is.
Verhit hiervoor een klein beetje olie in een wok en bak de spitskool hierin tot hij goed warm is, maar nog wel knapperig.
Roer als de rijst gaar is de spitskool erdoor.

Tip:

Serveer de moksi alesi met een beetje zuurgoed of een salade van komkommer en rode ui.

Pepperpot.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Haydi Starke

Ingrediënten

- azijn
1-2 sch ketjap, zoete
1-2 sch ketjap, zoute
2 tn knoflook
1-2 pepers, Madam Jeanet
5 pimentkorrels (lontai)
3 tk sereh (citroengras)
1 ui
3 varkenspoten, niet te grote, gehakte

Bereiding.

Was de varkenspoten met verdunde azijn en spoel ze goed na.
Sla de sereh wat kapot.
Doe alles in een pan.
Voeg er water bij totdat alles onderstaat.
Doe het deksel op de pan en laat alles in 2 uur gaarsuddereren.
Door het sudderen trekt de smaak in de varkenspoten en wordt het heerlijk mals.

Tip:

Lekker met witte rijst en geroerbakte kouseband.

12

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

Pindasoep III.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Surinaamse, Creoolse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Selamat Makan

Ingrediënten

1 bouillonblokje
- foelie
500 g kip, in stukken
250 g krabbetjes
3 kruidnagelen
1 laurierblaadje
100 g pekelvlees
1 peper (madame
jeanette)
4 pimentkorrels
1 pt pindakaas
1 prei, klein, fijn-
gesneden
1 bs selderie, blad-
2 tomaten, ontveld,
zonder zaden
1 ui, fijngesneden
2 l water
200 g worteltjes, in
stukjes

Bereiding.

Doe alle ingrediënten, behalve de pindakaas, in een pan met 2 l water.

Laat de bouillon een uur trekken en zeef deze. Snijd het vlees in kleine stukjes.

Voeg zoveel water toe aan de bouillon tot het weer 2 liter is.

Breng de bouillon weer aan de kook.

Doe de pindakaas in een kom en roer die met een beetje bouillon tot een glad papje.

Voeg het papje al roerend bij de bouillon en zet het vuur lager.

Voeg de kip en het pekelvlees toe en laat het geheel sudderen tot er een dikke soep ontstaan is.

Tip:

Serveer er rijst of stokbrood bij.

13

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

Snelle Sandhia's bami.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: SurinaamsEten.nl

Ingrediënten

300 g kipfilet
500 g mie
- olie, zonnebloem-
1 stl prei
4 el roerbakmix (Faja
Lobi Bami Trafasie
Speciaal)
3 tk selderij
2 tl tomatenpuree
½ tl trassi (Trassie
Trafasie)
1 ui
200 g wortel, julienne

Bereiding.

Bereid de mie volgens gebruiksaanwijzing op de verpakking.
Verhit 5 el olie, fruit hierin de ui lichtbruin.
Voeg de kipfilet toe en bak gaar.
Voeg de julienne wortel en prei (in ringetjes gesneden) erbij en roerbak 2 min.
Voeg de roerbakmix, pimentpoeder, trassie en tomatenpuree toe en roerbak enkele minuten.
Voeg de mie toe en bak, onder voortdurend omscheppen, 5 min. op laag vuur.
Voeg de laatste 2 min. selderij (gehakt) toe.

Tips:

Vervang de kip eens door garnalen.
Vervang de julienne wortel door taugé.
Garneer eens met verse tomaat (in plakjes) en/of gekookte ei (in plakjes).

14

Bereidingstijd: 15 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

Sotosoep.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: Surinaamse
Hoeveelheid: 10 l
Sterren: ***
Bron: 24Kitchen, Carta-Eelco, Francesca, Toekie Tjan

Ingrediënten

Voor de bouillon:

1 tk bladselderij, verse
2 st gember, verse (± 1 cm)
4 kipfilets
2 st laos, verse (± 1 cm)
8-12 maggiblokjes, kleine
1 tl nootmuskaat
10 pimentballetjes
2 salamblad
2 stl sereh, gekneusd

Voor de garnering:

15-20 eieren
2 gzk friet chips (voor soto)
- ketjap, peper
1 kg kipfilet
4 maggiblokjes, kleine

Bereiding.

Soto, of saoto in het Surinaams, is een soep uit de Indonesische keuken. Omdat dit gerecht door héél Indonesië op grote schaal gegeten wordt, wordt het wel gezien als het nationale gerecht. Waarschijnlijk komt het gerecht oorspronkelijk van Java.

Snijd voor de bouillon evt. overmatig vet van de kip en doe die in een grote soeppan waar minstens 10 l in past.

Vul de soeppan met 8-10 l water en voeg 8 maggiblokjes toe, samen met de sereh, de laos, de gember, de piment en het salamblad. Voeg tot slot ook de nootmuskaat toe en roer die goed door.

Breng het geheel aan de kook, zet het vuur laag en laat de bouillon zeker 2 uur pruttelen. Verwijder tussendoor de evt. vetlaag met een schuimspaan.

Controleer hoeveel water er ongeveer is verdampt en voeg afhankelijk daarvan nog 1-2 l extra toe, samen met 2 maggiblokjes per l water.

Voeg naar smaak extra gember of laos toe. Hak de bladselderij fijn en roer die door de bouillon.

Verwarm een wok met de zonnebloemolie en bak daarin de mie.

Bak steeds maar kleine porties, want de mie zet flink uit en verandert van glazig en hard naar wit en zacht (als een soort kroepoek).

Draai de mie om en schep die met een schuimspaan uit de pan op wat keukenpapier.

Laat de mie uitlekken en afkoelen.

Mix de mie met de friet chips en roer ze goed door elkaar.

Kook per persoon 1-2 eieren, laat ze schrikken en pel ze.

Snijd ondertussen het vet van de kipfilets, spoel ze evt. met water af en dep ze droog.

Halveer elke filet en meng ze in een kom met 4 verkruimelde maggiblokjes.

Laat het 1 uur intrekken in de koelkast.

Bak in een wok de kip bruin, knapperig en gaar. Schep de kip uit de pan, laat ze uitlekken en afkoelen.

Pluk de kipfilets en de kip uit de bouillon tot kleine sliertjes (bijv. met 2 vorken).

Bewaar de kip in de koelkast tot je de sotosoep serveert.

Ingrediënten (vervolg)

Voor de garnering:

- mie, witte dunne
1 gfl olie, zonnebloem-
(- rijst, basmati-,
gekookte)
1 gzk taugé
1 zk uitjes, gefruite

Voorb.tijd: 90 min.
Kooktijd: 120 min.
Grill-/oventijd: - min.
Wachttijd: - min.
Calcium: - mg
Energie kJ: -
Energie kcal: 440
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

Verdeel de geplukte kip, het mie-chipsmengsel, evt. de gekookte rijst, de taugé, de eieren, de gefrituurde uitjes en de peper-ketjap over verschillende bakjes en zet ze op tafel. Serveer de soep in grote kommen en laat iedereen zelf z'n bakje vullen met de toppings. Schep hier de warme bouillon over.

Tips:

- Serveer er naanbrood bij.
- Je kunt ook heel dun gesneden preiringetjes of bosui toevoegen en bijv. zelf gemaakte croutons.
- Gebruik geen grote bouillonblokjes, want dan wordt het veel te zout

Sputnik.



Menugang: Drank
Keuken: -
Personen: 1
Sterren: ***
Bron: Kadjoe,
KoenKamphuijs.nl

Ingrediënten

- cola
1 ijsklontje
100 cl koffiemelk
2 tl suiker

Bereiding.

Giet de koffiemelk in een longdrinkglas.
Voeg er de suiker aan toe en roer het even door.
Voeg het ijsklontje toe.
Giet de cola langzaam in het glas en de spoetnik is klaar.

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

Surinaams broodje kip kerrie.



Menugang: Lunch-
gerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: SmaakMenuTie.nl

Ingrediënten

1 bouillonblokje (Maggi
Kubor)
1 tl gember, gemalen
2 el kerrie, masala-
(Nandan)
500 g kipdijfilet
3 tn knoflook
4 el olie, zonnebloem-
(1 peper, adjuma)
4 puntjes, Surinaamse
2 sjalotten
- Surinaams zuurgoed

Bereidingstijd: 30 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 1 grote ui (of 2 sjalotten) en snijd 2-3 tn knoflook fijn.

Snijd, optioneel, ook een ½-1 adjuma peper fijn.

Schenk een laagje zonnebloemolie (3-4 el) in de wok en fruit de ui, de knoflook en de peper enkele min. aan op matig vuur (af en toe omscheppen).

Snijd ondertussen 500 g kipdijfilet in hapklare reepjes of stukjes.

Voeg 2 el Massala kerrie samen met 1 verkruid Maggi Kubor bouillonblokje en 1 tl gemalen gember toe aan het ui-knoflookmengsel en meng het geheel, al omscheppend, grondig.

Voeg de gesneden kipdijfilet toe en meng die goed door het geheel.

Doe de deksel op de pan en gaar de kip in 15-20 min. (geregeld even omscheppen).

Rooster de Surinaamse puntjes en vul ze riant met kip kerrie en wat Surinaams zuurgoed.

Surinaamse bami.



Menugang: Hoofdgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4-6
Sterren: ***
Bron: FrancescaKookt.nl

Ingrediënten

½ tl 5 spices poeder
2 cm gember, verse
2 el ketjap, zoete
5 el ketjap, zoute (sojasaus)
300 g kippendijenfilet
2 tn knoflook
3 Maggiblokjes, kleine, vierkante
- olie, zonnebloem-
½ tl peper, zwarte
4 tk selderij, verse
500 g spaghetti
1 tl tomatenpuree
1 ui

Bereiding.

Kook de spaghetti beetgaar in een ruime pan met kokend water en 2 Maggiblokjes. Hak in de tussentijd de knoflook en ui helemaal fijn. En snijd de kippendijenfilet in stukjes. Haal de blaadjes selderij van de takjes af en hak deze grof. Giet de spaghetti af in een vergiet en schep terug in de pan. Schenk er een halve el zonnebloemolie en 1 el zoute en 1 el zoete ketjap over en meng dit goed door de spaghetti, zodat alle sliertjes goed bedekt zijn. Pak een grote wok en verhit deze. Schenk er 1 el zonnebloemolie in en fruit daarin de ui en knoflook 1 min. Voeg 1 Maggiblokje, zwarte peper, 5 spices poeder, stukje gember en een klein scheutje water toe en bak dit geheel nog 1-2 min. Schep daarna de stukjes kip erbij en bak op medium/hog vuur, totdat de kip aan de buitenkant een bruin laagje heeft en van binnen gaar is. Op het laatst bak je de tomatenpuree nog 1 min. mee. Zet het vuur laag en schenk er 4 el zoute en 1 el zoete ketjap bij. Schep vervolgens de spaghetti erdoor. Doe dit rustig met 2 lepels en zorg ervoor dat alles goed vermengd wordt. Warm even door en proef of het goed op smaak is. Zo niet, dan voeg je nog wat extra zoute en/of zoete ketjap toe. Op het laatst schep je de grof gehakte selderij erdoor.

Tip:

Vegetarische bami eten? Laat dan de kippendijenfilet eruit en vervang deze door tofu of vegetarische kipstukjes.

Bereidingstijd: 30 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

Surinaamse bami met paksoi en kip.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: EvieKookt.nl

Ingrediënten

Voor de kip & marinade:

1 el ketjap asin
1 el ketjap manis
400 g kippendijen

Voor de Surinaamse bami:

1 bs bladselderij
1½ cm gember
2 el ketjap asin
3 el ketjap manis
2 tn knoflook
1 komkommer, in
plakjes
2 maggiblokjes
1 el masala, Surinaamse
- olie, zonnebloem-
1 paksoi, kleine
1 tl peper witte
350 g spaghetti
1 el tomatenpuree
1 tl trassie
1 ui, rode

Bereiding.

Snijd de kippendijen in blokjes en marineer deze in 1 el ketjap asin en 1 el ketjap manis. Zet dit zo lang mogelijk opzij.
Bak vervolgens de kipblokjes gaar in een klein scheutje zonnebloemolie.
Snipper ondertussen de ui en de knoflook en bak deze glazig bij de kip.
Maak de gember schoon en rasp deze.
Voeg dit ook toe aan de pan.
Kook ondertussen de spaghetti volgens de verpakking gaar in ruim gezouten water.
Snijd ondertussen de komkommer in plakjes en zet die opzij.
Voeg vervolgens de trassie, de Surinaamse massala, de tomatenpuree, witte peper en de maggiblokjes toe.
Roer alles goed door elkaar en bak het een paar minuutjes mee.
Snijd de paksoi in reepjes en voeg dit toe aan de pan.
Doe de spaghetti bij het vlees en voeg 3 el ketjap manis en 2 el ketjap asin toe.
Roer alles goed door.
Knip er wat bladselderij overheen.
Serveer het gerecht met de komkommer.

Voorb.tijd: 15 min.
Bereidingstijd: 15 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

Surinaamse huzarensalade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Receptenboek.nl

Ingrediënten

500 g aardappelen,
kruimige
6 augurken
1 kpt bieten, rode
5-6 eieren,
hardgekookte
1 kipfilet
1 kblk maïs, crispy
8 el mayonaise
- olie, olijf-
- peper, zwarte
4 el uitjes, zilver
- zout

Bereiding.

Schil de aardappelen.
Kook de aardappelen gaar.
Snijd de augurken in kleine blokjes.
Snijd de zilveruitjes in kleine blokjes.
Strooi wat zout en peper over de kip.
Bak de kip in wat olijfolie gaar.
Laat de kip afkoelen.
Snijd de kip in kleine blokjes.
Stamp de aardappelen tot een puree.
Voeg de de mayonaise toe aan de aardappelen.
Voeg een paar rode bieten, in kleinere blokjes
gesneden, en een paar eetlepels bietensap toe
aan de aardappelen tot u een mooie roze puree
heeft.
De rest van de bieten heeft u niet meer nodig
en is goed te bewaren in de koelkast.
Voeg de augurken, zilveruitjes en maïs (houd
een beetje achter de hand voor de garnering)
toe en meng het geheel goed door elkaar.
Voeg indien nodig meer mayonaise en rode
bietensap toe tot de salade lekker smeuïg is.
Voeg peper en zout toe naar smaak.
Snijd de eieren in schijfjes.
Plaats de schijfjes ei mooi gerangschikt op de
salade.
Garneer de salade met de rest van de maïs.
Serveer de salade koud.

Tip:

Lekker bij de BBQ of gewoon als een tussen-
doortje.

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

Surinaamse marinade.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Astrid Veltman

Ingrediënten

4 cm gemberwortel,
verse
3 t knoflook
¼ dl siu (Chinese zoute
sojasaus)
1-2 uien

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.

Schil de gemberwortel, snijd die in flinterdunne plakjes en druk ze met de achterkant van een lepel fijn.

Doe hetzelfde met de knoflookteentjes.

Snipper de ui heel fijn.

Meng de siu door de andere ingrediënten.

Meng het vlees door de marinade en laat 2-3 uur trekken.

Tip:

Dit is een basis-marinade, allerlei toevoegingen zijn mogelijk, bijvoorbeeld andere specerijen, suiker, Citroensap enz.

22

Surinaamse sambal I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: -
Sterren: ***
Bron: Francesca kookt

Ingrediënten

1 el azijn
½ citroen, sap van
2 tn knoflook
- olie, zonnebloem-
250 g pepers, naar
keuze
1 el suiker
1 ui, kleine

Bereiding.

Haal de steeltjes van de pepers en doe ze in een hakmolen samen met de ui en de knoflook.
Hak dit helemaal fijn.
Voeg de suiker, de azijn en het citroensap toe en maal het kort door.
Voeg als laatste een flinke scheut zonnebloemolie toe en maal het wederom kort door.
Scheep de sambal over in een glazen potje en bewaar het in de koelkast.

Tips:

- Deze sambal is heerlijk op broodjes, bij nasi, bami, roti of bij kip met bruine bonen.
- Doe altijd handschoentjes aan als je met hete pepers werkt. Zeker als er kinderen in de buurt zijn.
- Gebruik bijv. Madame Jeanette, een combi van gele en rode adjuma of een combi van rode adjuma en rawit pepers.

23

Bereidingstijd: 5 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

Surinaamse sambal van madame Jeanette-pepers.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Surinaamse
Hoeveelheid: 1 grote pot
Sterren: ***
Bron: Maison-Viridi.com

Ingrediënten

1 el azijn
1 citroen, sap van
2 tn knoflook
2 el olie, zonnebloem-
250 g pepers, madame Jeanette-
1 el suiker
1 ui
1 snf zout

Bereiding.

Was de pepers en haal de steeltjes eraf.
Doe de pepers samen met de ui en de knoflook in een keukenmachine met een scherp hakmes. Hak het pepermengsel fijn.
Doe de suiker, de azijn, het citroensap en 1 snf zout bij het pepermengsel.
Voeg ook de olie toe, eerst 1-2 el en evt. meer naar smaak.
Meng het geheel in de keukenmachine tot een smeug geheel.
Bewaar de Surinaamse sambal in een schone glazen pot; deze kun je tot enkele weken bewaren in de ijskast.

24

Bereidingstijd: 10 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

Surinaamse Saoto soep.



Menugang: Hoofd-gerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Carta-Eelco,
Hoedoe.nl, Toekie Tjan

Ingrediënten

2 bouillonblokjes
1 stgl citroengras
8 eieren
100 g frietsticks
(naturel)
500 g kipfilet
3 tn knoflook
4 st laos
- olie
6 pimentkorrels
2 salamblaadjes
3-4 tk selderij
200 g taugé
150 ui
150 g uitjes, gebakken
1 pk vermicelli, witte

Bereiding.

Neem een grote pan en breng ongeveer 3 l water aan de kook.
Wil je meer of minder soep maken, pas dan de hoeveelheden in verhouding aan.
Snijd de teentjes knoflook in kleine stukjes. Doe hetzelfde met de ui.
Als het water kookt, voeg je de knoflook en de ui toe aan het kokende water.
Voeg vervolgens ook de bouillonblokjes, de salamblaadjes, de pimentkorrels, selderij, laos en het citroengras toe.
Laat de soep ongeveer een uur trekken.
Doe dit op wat lager vuur, zodat de smaken de kans krijgen om goed in het water te trekken.
Proef na een uur of het al goed smaakt en voeg eventueel naar smaak nog wat bouillonblokjes toe.
Let op: bouillonblokjes maken je soep ook zout, dus wees er voorzichtig mee.
Kook nu de eieren.
Ze moeten hard gekookt worden, zodat het eigeel niet in de soep terecht kan komen.
Laat de eieren na het koken wat afkoelen en pel ze.
Doe nu de kip in een pan met ongeveer 2 l water.
Breng het water aan de kook en kook de kip gaar.
Zodra het water kookt, moet het ongeveer 10-15 min. doorkoken.
Zodra de kip gaar is, gaat hij drijven.
Controleer dan even of hij echt gaar is, door deze door te snijden.
Als de kip wit is, is hij gaar.
Haal de kip uit de pan en laat deze goed uitlekken.
Verhit vervolgens een paar el. olie in een pan en bak de kip daarin mooi lichtbruin.
Haal de kip daarna weer uit de pan en laat deze even afkoelen.
Gebruik vervolgens dezelfde pan om de vermicelli, in stukjes gesneden of geknipt, ook wat op te bakken.
Breng de taugé heel even aan de kook.
Haal de pan daarna direct weer van het vuur en giet het hete water weg.
Als de kip voldoende is afgekoeld, kun je deze 'pluizen'.
Dat wil zeggen dat je er langwerpige stukjes vanaf 'plukt'.
Doe alle stukjes in een kom, die heb je straks nodig voor de soep.
Zet nu de kommetjes neer en stop in elk kommetje wat gebakken uitjes, een el. van de frietsticks, een el. kip, een gekookt ei, wat selderij en vermicelli en een el. taugé.

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

Giet nu de hete bouillon eroverheen en eet smakelijk!

Tip:

Je kunt de soep eventueel nog wat verder op smaak brengen met een kruidige ketjap, maar dat hoeft niet.

Tjauw-min bami.



Menugang: Hoofd-
gerecht
Keuken: Chinese,
Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron: Aida Smore

Ingrediënten

1 tl adjina-moto
1 pk Choi Sam
2 eieren
1 pk Fa Chong
2 tn knoflook
2 maggiblokjes
- olie, sesam-
6 el olie, zonnebloem-
- peper, witte
6 el saus, soja-
1 tl suiker
1 pk Tjauwmin Bami
1 ui
1 snf zout

Bereiding.

Breng 3 liter water aan de kook.
Kook de bami beet gaar in 8 min.
Giet de bami af en spoel het af in koud water.
Laat de bami afkoelen.
Snijd de uien en knoflook in fijne stukjes.
Verwijder het vel van de Fa Chong en snijd ze in kleine stukjes.
Voeg 6 el zonnebloemolie in een wok.
Kluts 2 eieren en roerbak ze in de hete olie.
Bak de Fa Chong krap 1 min.
Leg de eieren en Fa Chong apart.
Fruit nu de uien goudbruin.
Voeg vervolgens de knoflook toe en fruit nog ca. 1 min.
Voeg nu de Choi Sam stengels toe.
Roerbak het 1 min. op een hoog vuur.
Voeg daarna de Choi Sam bladeren toe.
Breng het op smaak met 1 maggiblokje.
Voeg nu de bami, de eieren en de Fa Chong toe.
Scheep het geheel goed om.
Blijf het gedurende 5 minuten. omscheppen op een hoog vuur.
Voeg nu 6 el sojasaus toe en breng het op smaak met adjina-moto, het maggiblokje, het zout en witte peper.
Roerbak het geheel gedurende 7 min. op een hoog vuur (blijf het goed omscheppen). Zet nu het vuur middelhoog.
Voeg als laatste wat druppels sesamolie toe en roerbak het geheel nog eens 3 min.

Tip:

Serveer de bami met geroosterd buikspek of Moksi Metie.

Bereidingstijd: 30 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

Vurige dip.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: ***
Bron:
TheSpicedChickpea.com

Ingrediënten

1-2 el citroensap
1 el kerriepoeder
1 tn knoflook, fijngehakt
1 tl kurkumapoeder
1 tl paprikapoeder,
gerookt
1 el peper, gele,
Madame Jeanette,
fijngehakt
2 tk peterselie
4 el mayonaise
(Hellmann's)
2 el room, zure
1 el ui, fijngehakt
- zout, naar smaak

Bereiding.

Maal de knoflook, de ui, de Madame Jeanette peper en de peterselie in een keukenmachine met wat citroensap.

Doe dit in een kom en meng het goed met de rest van de ingrediënten.

Breng de dip op smaak met wat zout.

Tips:

- Je kunt je dip wat pittiger maken door meer peper toe te voegen. Als dit overheerst, voeg dan meer citroensap, mayo / room toe.
- Heerlijk met Farm Chips zeezout rimpel.

28

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

Zuurgoed.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Surinaamse
Personen: 4
Sterren: **
Bron: SurinaamsEten.nl

Ingrediënten

100 ml azijn
½ komkommer
2 kruidnagels
½ peper, Madam
Jeanette
2 pimentkorrels
5 krls suiker, Chinese
½ ui, rode
½ ui, witte
300 ml water
- zout

Bereidingstijd: 10 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.

Surinaams zuurgoed wordt in Suriname gezoet met Chinese suiker.

Dit is dezelfde als de kunstmatige zoetstof sacharine.

Vanwege de iets bittere smaak van deze zoetstof, wordt een typisch Surinaamse zoetzure smaak verkregen.

Gebruik zeer kleine hoeveelheden van de Chinese suiker, aangezien die ruim 200 maal zoeter is dan gewone suiker.

Chinese suiker is verkrijgbaar bij de Surinaamse toko's.

Maak de komkommer schoon.

Snijd de komkommer schuin in ronde plakjes.

Snijd beide uien door het midden in twee helften.

Snijd beide uien vervolgens in halve ringen.

Los de suiker en het zout op in het water en de azijn (eventueel met Chinese suiker en zout op smaak afmaken)

De azijn over de groenten gieten tot alles onderstaat.

De groenten goed mengen en overdoen in een pot.

De kruidnagels en pimentkorrels over de groenten in de pot gelijkmatig verdelen.

Het geheel 1 dag laten intrekken.

Tip:

Zuurgoed serveert men in Suriname bij nagenoeg alle hoofdgerechten en op broodjes met lekker Surinaams beleg.

Voeg eens bloemkoolroosjes, winterwortel, groene mango en groene papaja toe.

Gebruikte afkortingen.



v2.4

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 (= ½ 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
klmj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje

30



v2.4

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	Miniblikje
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
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

