



Sambalrecepten II v0.4

Inhoudsopgave.

Sambal badjak spesial.	3
Sambal oelek III.....	4
Sambal trassi I.	5
Surinaamse sambal I.....	6
Gebruikte afkortingen.....	7

Sambal badjak spesial.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: -
Personen: -
Sterren: ***
Bron: KookGek.be

Ingrediënten

2 el citroensap
12 kemirienoten
3 tn knoflook
2 el kokos, gedroogde
1 tl laos
2 el olie, arachide-
15 pepers, Spaanse,
rode
3 uien, grote (± 400 g)
2 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.

Was de pepers en verwijder de uiteinden.
Halveer ze en verwijder het zaad en de zaadlijsten.
Snijd of hak de pepers in stukjes.
Snipper de ui en hak de knoflook ragfijn.
Pof de noten boven een gasvlam, onder een hete grill of in een hete oven aan alle kanten bruin en stamp de warme noten fijn.
Besprenkel de kokos met 1 el kokend water en schep dit enkele malen om.
Verhit de olie in een wok en fruit de pepers, de ui en de knoflook hierin tot de ui zacht is geworden.
Laat de massa afkoelen en wrijf deze in een vijzel fijn.
Voeg hierna alle overige ingrediënten toe.

Sambal oelek III.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: -

Ingrediënten

1 limoen
10 pepers, rode
1 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.

Snijd de bovenkant van de pepers.
Verwijder de pitten aan de binnenkant.
Snijd de pepers in stukjes van 1 cm.
Doe de stukjes peper in een vijzel.
Gebruik de stamper in de vijzel in een draaiende
slijpende beweging tot de pepers vrijwel helemaal
gemalen zijn.
Knijp de limoen uit over de pepers.
Voeg het zout toe en roer het goed door de pepers.

Sambal trassi I.



Menugang: Bijgerecht
Keuken: Indonesische
Personen: -
Sterren: ***
Bron: -
Tante1940Reentje.com

Ingrediënten

100 g Chilipepers Bird's Eye
3 tl garnalenpasta
1 el ketchup, tomaten-
4 el olie, zonnebloem-
500 g pepers, cayenne-,
rode, zonder steeltjes
2 el suiker, palm-
110 g tomatenpuree
500 g uien, rode, grof
gesnipperd
½ tl zout

Bereiding.

Bereid je ingrediënten voor.
Maal eerst de uien fijn in de blender.
Voeg daarna de cayennepepers, de Chilipepers Bird's Eye en de garnalenpasta toe.
Gebruik verder 50 ml warm water om het geheel te malen (dan gaat het wat makkelijker).
Neem een medium wok met anti-aanbaklaag, doe de olie erin, de gemalen massa plus alle andere ingrediënten.
Roerbak en mix het goed (zodra je het ruikt en je ogen beginnen te branden, dan ben je op de juiste weg).
De bedoeling is dat het water verdampt en dat het begint te bakken (vooral blijven omscheppen).
Breng je warmtebron naar medium (je wil niet dat het verbrand).
Je moet er echt bij blijven, je hoort het bakken en je ziet de olie boven komen, dan is het bijna klaar.
Nog een aantal keren draaien, dan moet het goed zijn.
Laat het nu afkoelen en bewaar de sambal in een glazen pot met goed afsluitbare deksel.
Evt. zou je er, als je het lang wilt bewaren, een beetje olie bovenop kunnen doen.

Tip:

Chilipepers Bird's Eye zijn verkrijgbaar in de toko en bijv. bij NatuurProduct.com.

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 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.

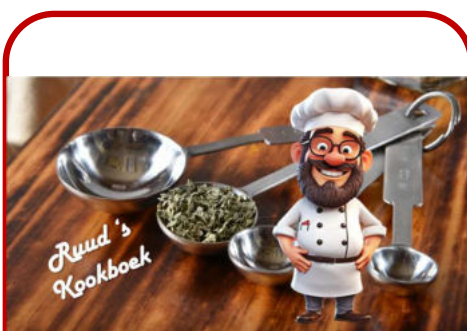
Haal de steeltjes van de pepers en doe ze in een hakmolen samen met de ui en de knoflook.
Hak dit helemaal fijn.
Voeg de suiker, de azijn en het citroensap toe en maal het kort door.
Voeg als laatste een flinke scheut zonnebloemolie toe en maal het wederom kort door.
Schep de sambal over in een glazen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

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

Gebruikte afkortingen.



v2.5

Afkorting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgl	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgl	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
jgl	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



v2.5

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
krp	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
mbi	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
trsje	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vingerlengte
voorb.tijd	Vorbereidingstijd
wgl	Wijnglas
zk	Zak(je)

