

MAUREEN
TAN

DE
BIBEL
VAN DE
INDONESISCHE
KEUKEN

VAN SATE KAMBING TOT GADO GADO
EN VAN SOTO AYAM TOT RENDANG



INHOUD

VOORWOORD	7
HOE GEBRUIK JE DIT BOEK	9
KORTE GESCHIEDENIS VAN DE INDONESISCHE KEUKEN	10
INDONESISCHE INGREDIËNTEN	15
KEUKENGEREI	26
HOW-TO'S	30
BASISRECEPTEN	50

RECEPTEN


SUMATRA	78
KALIMANTAN	130
SULAWESI	166
WEST-JAVA	202
MIDDEN-JAVA	248
OOST-JAVA	292
BALI	346
KLEINE SOENDA-EILANDEN	384
MOLUKKEN	422
PAPOEA	452

DANKWOORD 477

REGISTER: NL-IND 482

REGISTER: IND-NL 487

REGISTER: OP TYPE GERECHT 491

De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 15 ml en de theelepels 5 ml 



INDISCHE OCEAAN



ZUID-CHINESE ZEE

STILLE OCEAAN

CELEBESZEE

PONTIANAK

MANADO

SAMARINDA

KALIMANTAN
130

MOLUKKEN
422

BANJARMASIN

KENDARI

SULAWESI
166

JAYAPURA

PAPOEA
452

VA ZEE

MAKASSAR

BANDA ZEE

MIDDEN-
JAVA
248

SOERABAJA

OOST-JAVA
292

BALI
346

MATARAM

KLEINE SOENDA-EILANDEN
384

DENPASAR

KUPANG





VOORWOORD

In dit boek neem ik je mee op reis langs de bekendste eilanden en eilandgroepen van Indonesië. Hoewel het onmogelijk is om de volledige Indonesische keuken te beschrijven in één boek, hoop ik je hiermee de enorme rijkdom van en de verscheidenheid tussen de verschillende eilandkeukens te laten proeven. Van de meest bekende gerechten tot aan de voor velen onbekende gerechten van Indonesië.

Als ik aan de Indonesische keuken denk, dan denk ik aan mijn moeder en de geur van haar eten. In het weekend, wanneer ik me nog eens omdraaide in bed, werd er al vroeg volop gekookt. Het huis vulde zich met de geur van soto ayam, sayur lodeh en telur petis. Als ik beneden kwam stond er geen beschuit voor mij op tafel, maar lag er een oude krant met een enorme berg taugé erop voor mij klaar. Er hoefde niks gezegd te worden. Die taugé zou ik gaan schoonmaken.

Ten gevolge van een hersenbloeding raakte mijn moeder later in haar leven deels verlamd, waardoor het koken haar niet meer goed af ging. Ik en mijn zussen namen dat noodzakelijkerwijs van haar over. Wat ben ik vaak van de keuken naar de woonkamer gelopen om haar te laten proeven. 'Koerang!' riep ze dan, wat betekende dat er te weinig zout in zat. Zelden was een gerecht meteen goed, maar ze had altijd gelijk.

Toen mijn moeder niet meer kon koken, is ze haar recepten een voor een gaan uitwerken op een oude typemachine. 'Voor jullie', bezwoer ze, 'dan denken jullie later nog aan mij.' Zo legde ze met alleen haar rechterwijsvinger – links was ze verlamd – het fundament voor dit kookboek.

Dit boek is een ode aan mijn moeder, die me wanneer ik haar gerechten kook in gedachten nog steeds vertelt wat eraan schort.

Veel kookplezier, en selamat makan.

Maureen

GEBAKKEN BAMI

BAMI GORENG

INGREDIËNTEN

400 g tarwemie
olie, om in te bakken
3 tenen knoflook, in dunne plakjes
2 speklappen, in reepjes
3 eieren
5 el ketjap manis
1 kleine paksoi, in stukken

100 g garnalen
1 el ketjap asin
1 el oestersaus
2 tl sesamololie
gebakken uitjes, om te serveren
zoetzuur van komkommer (zie p. 67),
om te serveren

- 1** Week de tarwemie 30 minuten in ruim warm water. Giet af en laat uitlekken.
- 2** Verhit wat olie in een koekenpan op middelhoog vuur en fruit er de knoflook in. Voeg de spekreepjes toe en bak in enkele minuten gaar.
- 3** Duw de knoflook en het varkensvlees naar de ene kant van de wok en kluts in de andere kant de eieren. Roer het ei los tot het volledig is gestold. Hevel het ei over in een schaalpje en zet apart.
- 4** Voeg de ketjap manis en 100 milliliter water toe aan de wok en laat het spek op laag vuur sudderen tot het vocht is gehalveerd.
- 5** Roer de paksoi erdoor en roerbak 1 minuut. Voeg dan de garnalen en de tarwemie toe en bak al omscheppend enkele minuten.
- 6** Voeg de ketjap asin, oestersaus en de sesamololie toe. Roer het ei erdoorheen en warm het geheel goed door. Serveer met gebakken uitjes en zoetzuur van komkommer.



KIP MET KERRIEBLAD

AYAM TANGKAP

Dit gerecht wordt onder locals ook wel ayam sampah of ayam tsunami genoemd, omdat de kip bedolven wordt onder een stortvloed aan aromatische bladkruiden.

INGREDIËNTEN

VOOR DE BOEMBOE

1 tl korianderzaad
 1 tl witte peperkorrels
 1 tl zout
 1 tl palmsuiker
 2 cm kurkumawortel, in dunne plakjes
 6 sjalotten, in dunne plakjes
 5 tenen knoflook, in dunne plakjes
 3 cm gember, in dunne plakjes
 5 groene rawits, in ringen

1 scharrelkip, in stukken
 500 ml kokoswater

2 el tamarindepulp, geweekt
 in 4 el heet water (zie p. 61)
 olie, om in te frituren
 2 sjalotten, in dunne plakjes
 3 tenen knoflook, in dunne plakjes
 4 groene lomboks, in fijne ringen
 5 pandanbladeren, in stukken van 3 cm
 50 g kerrieblaadjes, steeltjes verwijderd
 4 takjes citroenbasilicum, ter garnering

BENODIGDHEDEN

vijzel
 schuimspaan
 keukenpapier

1 Rooster het korianderzaad en de witte peperkorrels enkele minuten in een droge steelpan. Maal de specerijen met het zout in de vijzel fijn. Voeg de palmsuiker, kurkumawortel, sjalot, knoflook, gember en rawit toe en maal de ingrediënten tot een fijne boemboe.

2 Wrijf de kip in met de boemboe tot alle delen volledig bedekt zijn.

Voor het vervolg van dit recept zie pagina 106.





ZEEWIERSALADE MET TIJGERGARNALEN EN KOKOS

LAWA GAMAI

INGREDIËNTEN

12 grote tijgergarnalen
5 el olie
5 sjalotten, in dunne plakjes
3 groene lomboks, in fijne ringen
5 rawits, in fijne ringen
1 tl zout
1 el palmsuiker
zout en peper

250 g geraspte kokos
400 g zeewier (bijv. zeekraal, zeesla en wakame), grof gesneden
2 lente-uitjes, schuin in ringen

BENODIGDHEDEN

schuimspaan
zeef
vijzel

- 1** Pel de garnalen. Verwijder de koppen en het darmkanaal en laat de staarten intact.
- 2** Verhit de olie in een wok op middelhoog vuur en bak er de koppen en schalen al roerend 5 minuten. Haal ze met een schuimspaan uit de olie en druk in een zeef, boven de wok, de resterende olie eruit.
- 3** Bak in porties de garnalen in enkele minuten rondom gaar. Ze zijn goed wanneer ze net mooi roze kleuren. Neem de garnalen met een schuimspaan uit de pan en laat uitlekken.
- 4** Maal de sjalot, lomboks en rawits met het zout tot een fijne boembloe. Fruit de boembloe ongeveer 10 minuten in de achtergebleven garnalenolie. Voeg de palmsuiker toe en breng eventueel verder op smaak met zout en peper.
- 5** Rooster de kokos in een droge koekenpan al roerend goudbruin. Roer de kokos met het zeewier en de garnalen door de boembloe en schep goed om. Garneer met de lente-ui.

GEBAKKEN DORADE MET VERSE TOMATENSAMBAL

IKAN BAKAR DABU DABU

INGREDIËNTEN

1 grote dorade
sap van 1 limoen
1½ tl zout
3 sjalotten, gesneden
5 lomboks, gesneden
7 rawits, gesneden

olie, om in te bakken
1 el ketjap manis
verse tomatensambal (zie p. 171)

BENODIGDHEDEN

vijzel
grillpan (eventueel)

- 1** Snijd de dorade diagonaal in en masseer rondom in met het limoensap en ½ theelepel zout. Laat 15 minuten intrekken.
- 2** Maal in de vijzel het overige zout, de sjalot, lomboks en de rawits tot een fijne boemboe. Verhit wat olie in een wok op middelhoog vuur en fruit er de boemboe ongeveer 10 minuten in. Voeg de ketjap en 100 milliliter water toe en kook het geheel 5 minuten in.
- 3** Wentel de dorade door de boemboe en zorg ervoor dat de vis rondom volledig bedekt is.
- 4** Verhit wat olie in een wok of grillpan en bak de dorade in ongeveer 7 minuten rondom goudbruin en gaar. Serveer met de verse tomatensambal.





PINDAKROEPOEK MET KAFFIRLIMOENBLAD

REMPEYEK KACANG

INGREDIËNTEN

3 kemirinoten
1 el korianderzaad
½ tl witte peperkorrels
1 tl zout
2 tenen knoflook, in dunne plakjes
1 cm laos, in dunne plakjes
1 cm kentjoer, in dunne plakjes
4 kaffirlimoenblaadjes, nerf verwijderd,
julienne gesneden
15 g tapiocameel

200 g rijstbloem
150 g geroosterde vliespinda's,
grof gehakt
1 ei, geklutst
olie, om in te frituren

BENODIGDHEDEN

vijzel
soeplepel
schuimschaaf
keukenpapier

1 Maal de kemirinoten, het korianderzaad en de witte peperkorrels in de vijzel fijn. Voeg het zout, de knoflook, laos en kentjoer toe en maal tot een fijne boemboe. Roer het kaffirlimoenblad erdoor.

2 Meng de boemboe met het tapiocameel, de rijstbloem, vliespinda's en het ei. Voeg geleidelijk aan 300 milliliter water toe en roer het geheel goed door.

Voor het vervolg van dit recept zie pagina 286.



TOFU-OMELET MET PINDASAU

TAHU TELOR

INGREDIËNTEN

100 g taugé
olie, om in te bakken
3 tenen knoflook, in dunne plakjes
150 g geroosterde vliespinda's
1 el petis udang,
opgelost in 250 ml heet water
1 el ketjap manis
½ tl palmsuiker
1 el citroensap

zout en peper
6 eieren
800 g tofu, in blokjes van 1 x 1 cm
5 takjes bladpeterselie, grof gesneden
gebakken uitjes, ter garnering

BENODIGDHEDEN

keukenpapier
vijzel

- 1 Breng een pan met ruim water aan de kook en blancheer er de taugé 30 seconden in. Spoel na met koud stromend water. Laat uitlekken en dep droog met keukenpapier.
- 2 Verhit wat olie in een wok op middelhoog vuur en fruit er de knoflook in. Maal in de vijzel de knoflook met de vliespinda's fijn. Roer de petis udang, ketjap manis, palmsuiker en het citroensap erdoor en breng op smaak met zout en peper.
- 3 Breng de saus in een steelpannetje tot net tegen de kook aan en zet dan het vuur uit.
- 4 Verhit wat olie in 2 koekenpannen op middelhoog vuur. Klop de eieren met 1 eetlepel water en wat zout en peper los en roer de tofu erdoor. Bak er 2 omeletten van. Ze zijn klaar wanneer het ei aan de bovenkant volledig gestold is.
- 5 Laat de omeletten op de borden glijden en verdeel er de taugé over. Lepel er wat van de saus over en garneer met de peterselie en de gebakken uitjes. Serveer met de overige saus.



RUNDERSATÉ MET LEVER EN PINDASAU

SATE BULAYAK

INGREDIËNTEN

400 g rundvlees, in blokjes
van 1½ centimeter
100 g runderlever, in blokjes
van 1½ centimeter
zout en peper
sap van 1 limoen
1 tl zwarte peperkorrels
4 tenen knoflook, in dunne plakjes
6 sjalotten, in dunne plakjes
15 rawits, in fijne ringen
1½ tl trassi

100 g geraspte kokos
olie, om in te bakken
150 g geroosterde vliespinda's
2 el palmsuiker
200 ml kokosmelk
4 el ketjap manis
1 citroen, in schijfjes

BENODIGDHEDEN

vijzel
satéstokjes, geweekt in water
grillpan

- 1** Kruid het rundvlees en de lever met zout en peper en roer er 2 eetlepels limoensap door. Laat 15 minuten intrekken.
- 2** Rooster de zwarte peperkorrels enkele minuten in een droge koekenpan en maal ze in de vijzel fijn. Voeg 1 theelepel zout, de knoflook, sjalot, rawits en de trassi toe en maal tot een fijne boembloe.
- 3** Rooster in dezelfde droge koekenpan de geraspte kokos goudbruin. Roer de kokos met 3 eetlepels olie door de boembloe. Verdeel de boembloe in twee porties. Meng het rundvlees en de lever met een van de porties en marineer minimaal 4, maar liefst 8 uur in de koelkast.

Voor het vervolg van dit recept zie pagina 406.