



日本料理

Japanse keuken: de basis



Laure Kié

Fotografie: Patrice Hauser





目次

Inhoud

De Japanse keuken	5
Keukengerei	6
Ingrediënten	9
Basisrecepten	15
Rijst koken op Japanse wijze	16
Rijst met azijn voor sushi	18
Dashibouillon	20
Misoep	22
Smaakmakers	24
Soepen en salades	29
Kenchinsoep	30
Misoep met venusschelpen	32
Sobasalade met krab	34
Salade van komkommer en wakame	36
Salade met radijs en kiemen	39
Rijst en noedels	41
Sushi	42
Maki	46
Udonnoedels met dango van kip	50
Yakisoba	55
Hiyashi somennoedels	56
Gomasoba	58
Onigiri	60
Yakimeshi	64
Chirashi	66

Groenten	69
Aubergine dengaku	70
Paddenstoelenpapillotten	72
Spinazie ohitachi	74
Groene asperges met umesaus	77
Oyaki	78
Vis en schaaldieren	81
Doradetartaar	82
Zalmteriyaki	84
Tempura van gamba's	86
Vis met misomarinade	89
Gestoomde zeebaars met ponzusaus	91
Tai meshi	92
Assortiment van sashimi	94
Vlees	99
Oyakodon	100
Shabu-shabu	103
Assortiment van yakitori	104
Niku maki	108
Tonkatsu	111
Eieren en tofoe	113
Chawan mushi	114
Hiyashi tofoe	117
Tamagoyaki met spinazie	118
Tofoeburger	122
Tofoesteak	124
Sukiyaki tofoe	127
Desserts	129
Cheesecake met zwarte sesam	130
Mandarijnengelei met agaragar	132
Choco-tofoemousse	134
Yokan met tamme kastanjes	137
Matcha-amandeltaart met citroen	138



いらっしゃいませ
Irasshaimase!*

* Hartelijk welkom!

Laure Kié 己絵

Laure Kié is geboren in Tokio als dochter van een Japanse moeder en Franse vader. Ze groeide op met de Japanse familiegerechten van haar moeder. Tijdens haar tijd in Japan heeft ze de culturele culinaire rijkdom van de eilandengroep leren kennen en veel waardering gekregen voor de pure, eenvoudige en heerlijke keuken die ze tegenwoordig via kooklessen aan anderen overdraagt.

De Japanse keuken

De goede eigenschappen van de traditionele Japanse keuken staan inmiddels wel vast: gezond, gevarieerd, evenwichtig, veelzijdig, aantrekkelijk... Maar bovenal is het een heerlijke keuken! De Japanse keuken is heel divers, maar baseert zich op slechts een aantal recepten waar je niet omheen kunt. Deze komen voort uit eeuwenoude tradities en zijn echte schatten die smaak, voedingswaarde en schoonheid weten te verbinden. Ik wil die onmisbare recepten van deze bijzondere, verfijnde en toch dagelijks zo gemakkelijk te bereiden keuken hier met jullie delen.



Vijzel
(suribashi)



Rijstschaal



Makimatje

Rijstlepel

調理器具
Keukengerei



Houten deksel



Universeel
keukenmes



Groente-
mes

Bamboe zeef
(zaru)



Daikonrasp

Kookstokjes



Visfileermes



Tamagoyaki
pan



Japane
mandoline





材料 **Ingrediënten**

Een aantal ingrediënten is onmisbaar voor de recepten in dit boek, zoals sojasaus, mirin, rijstazijn, sesamolie, miso en zeewier. Deze ingrediënten zijn verkrijgbaar bij natuurwinkels (die vaak een uitgebreid assortiment Japanse producten hebben), toko's en vaak ook bij de grotere supermarkten. Voor de meeste andere ingrediënten draag ik in dit boek geschikte alternatieven aan.

Nori



Zeewiervellen voor sushi

Sojasaus



Rijstazijn



Udon



Dikke tarwenoedels

Rijst



Ramen



Chinese tarwenoedels

Mirin



Zoete rijstwijn

Kinako



Geroosterde sojabloem

Geroosterde-sesamolie



Kombu



Zeewier om bouillon van te trekken

Sommenoedels



Dunne tarwenoedels

Sobanoedels



Dunne boekweitnoedels

Aardappelzetmeel



Sake



Wakame



Zeewier voor soepen en salades

Tofoe



Azukibonen



Rode boontjes

Sesamzaad

