

Indische reistafel

Voorgerechten

Maïskoekjes

Ingrediënten: 1 blikje maïskorrels (200 gr), groen/ geelgroen van 1 prei (of paar lente-uitjes), 1 teentje knoflook, 2 eieren, stukje fijngemaakte gulu djawa of schepje bruine suiker, 2 eetlepels zelfrijzend bakmeel, mespuntje ketoembar en peper, stukje rode paprika of Spaanse peper (voor de kleur), als dip, peterselie als garnering.

Bereiding:

Laat de maïs goed uitlekken.

Klop de eieren los en voeg hieraan het bakmeel (of bloem) toe.

Voeg de maïs, de heel fijngesneden prei, paprika of peper en kruiden toe.

Alles goed met elkaar verroeren.

Geef de olie in de pan, geef 1 of 2 flinke lepels per koekje in de pan (afhankelijk hoe groot ze zullen zijn) en bak de koekjes aan beide zijden goudbruin.

Komkommer in het zuur

Ingrediënten: 1 komkommer, 250 ml azijn, 4 el suiker

Bereiding:

Azijn en suiker samen in een pannetje verwarmen tot de suiker gesmolten is. Af laten koelen.

De komkommer in dunne schijfjes snijden en licht zouten, afdekken en in de koelkast zetten.

Na een uurtje afgieten.

Giet vervolgens de suikerazijn over de komkommer zodat deze net onder staat; met een schoteltje afdekken en voor enkele uren in de koelkast zetten.

Komkommer in het zuur is (bewaard in de koelkast) goed houdbaar.

Bij de Indische keuken kun je er 1 tl. Sambal oelek aan toevoegen en naar smaak een scheut ketjap.

Andere variatie met de toevoeging van atjar.

Omeletrolletjes met pittige zalm

(4 personen)

Ingrediënten: 4 eieren, 1 el. sojasaus of ketjap asin, 2 el. sesamzaad, 1 tl. Olie, 100 g zalm of tonijn uit een blik (uitgelekt), 1 el. mayonaise, chilipeper, 1/2 bosje koriander, 1/2 rode ui (fijngesnipperd)

Folie, cocktailprikkers

Bereiding:

Klop de eieren los en meng ze met de sojasaus en het sesamzaad.

Verhit een beetje olie in een koekenpan en giet de helft van het ei erin.

Laat op middelhoge stand 1 minuut bakken

Bak zo een tweede omelet en laat ze afkoelen.

Meng de tonijn met de mayonaise en een snuf chilipeper.

Verdeel dit over de helft van de omeletten en bestrooi met de koriander en ui.

Rol de omeletten strak op.

Leg ze met de naad naar beneden op een stuk folie en rol deze eromheen.

Laat circa 5 minuten rusten en verwijder dan het folie en snijd de omeletten in schuine stukken.

Steek een prikker door de rolletjes en leg ze op een schaal.

Lekker met een sausje van sesamolie en sojasaus.

Andere lekkere recepten vindt u ook in mijn kinderboeken:

‘Pipke en Popke, verhaaltjes voor de kleine wereldburger’ ook in het Duits en

‘Pippa and Paul, stories for the little World Citizens

In de boeken gaat het om leuke en interessante verhalen over alledaagse gebeurtenissen en langs de zijlijn horen uw kinderen dat lekker en gezond eten belangrijk voor hen is om goed te kunnen leren en fit te zijn voor sport en spel.

Einige Bücher habe ich noch zu Hause – schreiben Sie mir!

Alle Bücher sind auch als E-Buch zu erhalten!

Bei Amazon.de und Bol.com

Demnächst auch in Italienisch!