



INHOUD

Voorwoord	4	Tarka dal	76
Aan de slag	5	Chana dal	78
Ingrediënten	6	Dal makhani	81
KLASSIEKE INDIASE CURRY'S	8	INTERNATIONALE CURRY'S, STOOFPOTTEN EN SOEPEN	82
Kip tikka masala	10	Thaise groene curry met kip	85
Kip korma	13	Thaise rode curry met kip	86
Kip jalfrezi	14	Thaise gele curry	88
Kip dhansak	16	Rundvlees panang	91
Kip rezala	19	Junglecurry met varkensvlees	93
Rundvlees madras	20	Massaman curry met rundvlees	94
Keema met rundvlees	22	Tom kha gai	96
Kip met chilipeper en knoflook	24	Tom yum gai	99
Lam rogan josh	26	Rendang van rundvlees	100
Lamsnek pasanda	29	Babi ketjap	103
Lam achari	30	Thaise stoof met buikspek	105
Kip chasni	32	Pho met rundvlees	107
Kip dopiaza	35	Maleisische duivelse curry	109
Lam vindaloo	37	Kari ayam	110
Boterkip	38	Varkensbottenbouillon	112
Garnalen pathia	40		
TRADITIONELE INDIASE RECEPTEN	42	BASISRECEPTEN	114
Lam nihari	44	Rijst uit de slowcooker	115
Lam mappas	46	Gekookte basmatirijst	116
Eersteklas lamscurry	48	Visbouillon	117
Lam dum biryani	51	Kippenbouillon	117
Kipcurry met Sri Lankaans geroosterd kerriepoeder	53	Kerriepoeder	118
Kipcurry uit Zuid-India	55	Kruidenpoeder	118
Kip jeera	57	Tandoori masala	119
Molee met zalm	58	Garam masala	119
Tandoori kip	61	Knoflook-gemberpasta	120
Lam raan	62	Eenvoudige tandoori marinade	120
Chana masala	65	Tikka masala-pasta	122
Rajma	67	Rogan josh-pasta	122
Saag curry	68	Kashmiri-pasta	123
Aloo gobi	70	Vindaloo-pasta	123
Curry met broccoli en/of bloemkool	73	Madras-pasta	124
Bombay aloo	75	Jalfrezi-pasta	124
		Register	125
		Dankwoord	128

RUNDVLEES MADRAS

VOOR 4 PERSONEN

Ik ben dol op een goede madras curry met welke eiwitbron dan ook. Ik gebruik het liefst rundvlees, maar gebruik gerust andere eiwitbronnen. Lamsvlees en kip zijn ook heel populair (zie pagina 9 voor bereidingstijden). Als je overweegt om een madras curry te maken, dan houd je waarschijnlijk wel van pittig eten. Deze curry is niet al te heet, maar je kunt op het laatst altijd meer chilipoeder toevoegen. Je kunt ook 3 tot 4 eetlepels van mijn zelfgemaakte madras-pasta (zie pag. 124) gebruiken in plaats van de gemalen specerijen afzonderlijk toe te voegen.

VOORBEREIDING: 15 MINUTEN

BEREIDING: HOOG 4 UUR,

LAAG 6-8 UUR

3 el koolzaadolie of ghee
700 g lendebeefstuk of
runderlappen, in stukjes en
naar smaak licht bestrooid
met zout
Ceylonkaneelstokje* van 2,5 cm
2 gedroogde Kashmiri-
chilipepers (o.a. toko) of
andere gedroogde rode
chilipepers, optioneel
2 kruidnagels
zaadjes van 2 groene
kardemompeulen
2 uien, gesnipperd
2-4 groene jwalapepers of
rawits, fijngesneden
2 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
½ tl kurkumapoeder
2 el komijnpoeder
2 tl korianderpoeder
1 el kruidenpoeder of
kerriepoeder (zie pag. 118)
1-2 el Kashmirichilipoeder
(o.a. toko)
1 tl paprikapoeder
200 ml gezeefde tomaten
100 ml kippenbouillon (zie
pag. 117), runderbouillon of
water
1 el tomatenpuree
1 el gladde mangochutney
(o.a. toko), of naar smaak
½ tl gedroogd fenegriekblad
(kasoori methi, o.a. toko)
½ tl garam masala (zie pag. 119)
sap van ½ limoen
zeezout, naar smaak
3 el koriander, fijngehakt
2 limoenen, in kwanten

Verhit 1 eetlepel van de olie of ghee in de slowcooker op de sauteerstand of in een pan op middelhoog vuur. Verdeel het vlees over de bodem van de pan. Mogelijk moet je het vlees in porties aanbraden; als de pan te vol is, ga je het vlees stoven in plaats van bakken. Bak het vlees in circa 4 minuten rondom bruin, schep op een bord en zet apart. Verhit de rest van de olie of ghee, voeg het kaneelstokje, eventueel de Kashmiri-chilipepers, de kruidnagels en kardemomzaadjes toe en bak 30 seconden. Voeg de gesnipperde ui en de jwalapepers toe en bak circa 5 minuten tot de ui zacht en glazig is.

Voeg de knoflook-gemberpasta toe en roer circa 30 seconden goed door. Voeg het kurkumapoeder, komijnpoeder, korianderpoeder, kruidenpoeder, Kashmirichilipoeder, paprikapoeder, de gezeefde tomaten, bouillon of water, tomatenpuree en mangochutney toe. Je kunt de saus nu met een staafmixer of in een keukenmachine glad pureren; dit levert een gladde saus op die lijkt op de saus die ze bij Indiase restaurants serveren, maar deze stap is optioneel. Haal indien nodig wel eerst het kaneelstokje* eruit als je de saus gaat pureren en voeg het daarna weer toe.

Schep de saus indien nodig in de slowcooker en roer het vlees erdoor. Plaats het deksel erop en laat 4 uur op de hoge stand of 6 tot 8 uur op de lage stand pruttelen tot het vlees gaar is.

Voeg de gedroogde fenegriekblaadjes toe door ze boven de saus tussen je vingers fijn te wrijven en roer dan de garam masala erdoor. Voeg een kneep citroensap toe, breng op smaak met zout en bestrooi met de koriander. Serveer met partjes limoen die je aan tafel boven de curry kunt uitknippen.

*OPMERKING OVER CEYLONKANEEL

Voor dit recept heb je Ceylonkaneel nodig. Deze wordt voornamelijk in Sri Lanka verbouwd en wordt als de beste kaneel ter wereld beschouwd. De schors is flinterdun en valt snel uit elkaar, wat de saus een heerlijke smaak geeft. De goedkopere kassieschors smaakt hetzelfde, maar de dikke schors laat zich slecht pureren. Als je geen Ceylonkaneel gebruikt, haal het stokje dan voor het pureren uit de saus en voeg daarna weer toe.



BOTERKIP

VOOR 4 PERSONEN

Boterkip wordt meestal gemaakt met gegrilde tandoori kip. De romige yoghurtmarinade vormt samen met slagroom de saus. Deze versie is veel makkelijker en weliswaar minder authentiek, maar alsnog heel lekker.

VOORBEREIDING: 15 MINUTEN
BEREIDING: HOOG 3 UUR,
LAAG 6-8 UUR

VOOR DE MARINADE

sap van 1 grote citroen
2 el koolzaadolie
1 afgestreken tl zeezout
1 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
1 el Kashmirichilipoeder
(o.a. toko)
1 tl komijnpoeder
1 tl korianderpoeder
½ tl kurkumapoeder
1 flinke tl tandoori masala
(zie pag. 119)

1 kg kippijfilet, in blokjes

VOOR DE SAUS

15 rauwe cashewnoten,
15 minuten in water geweekt
250 ml gezeefde tomaten
2 el ghee of koolzaadolie
2 middelgrote rode uien,
gepureerd (indien nodig met
2 el water)
2 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
1 tl Kashmirichilipoeder
(o.a. toko) of paprikapoeder
1 tl komijnpoeder
1 tl korianderpoeder
½ tl suiker, of naar smaak
100 g boter
200 ml double cream of
slagroom, geklopt
1 el gedroogd fenegriekblad
(kasoori methi, o.a. toko)
½ tl garam masala (zie pag. 119)
zeezout, naar smaak

Klop alle ingrediënten voor de marinade in een grote mengkom door elkaar. Voeg de kip toe en schep goed om. Laat minimaal 30 minuten of maximaal 4 uur marineren. Giet de geweekte cashewnoten af en pureer met de gezeefde tomaten glad. Zet apart.

Verhit de ghee of olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een pan op middelhoog vuur. Wrijf zoveel mogelijk marinade van de kip en zet de marinade apart. Verdeel de kip over de bodem van de pan en bak 5 tot 7 minuten tot de kip licht geschroeid is. Schep met een schuimspaan op een bord. De kip is op dit moment nog niet gaar.

Voeg de gepureerde uien toe aan de pan en bak 5 minuten. Roer de knoflook-gemberpasta erdoor en bak 1 minuut. Roer het Kashmirichilipoeder, komijnpoeder, korianderpoeder, de suiker en het cashewnotenmengsel erdoor en breng zachtjes aan de kook. Voeg de kip en alle marinade toe, roer door en breng zachtjes aan de kook.

Schep het geheel indien nodig in de slowcooker, plaats het deksel erop en laat 3 uur op de hoge stand of 6 tot 8 uur op de lage stand pruttelen tot de kip gaar is.

Roer de boter erdoor en laat smelten in de saus. Voeg de room toe (je hoeft niet alles te gebruiken). Voeg de gedroogde fenegriekblaadjes toe door ze boven de saus tussen je vingers fijn te wrijven en roer dan de garam masala erdoor. Breng op smaak met zout en serveer.



GARNALEN PATHIA

VOOR 4 PERSONEN

Kip pathia is populairder dan garnalen pathia, maar ik wilde je met dit recept laten zien hoe je garnalen en andere zeevruchten aan een slowcookercurry toevoegt. Je kunt dit recept uiteraard met kip maken; de bereidingstijd blijft dezelfde. Garnalen en andere zeevruchten voeg je pas een uur voor het einde van de bereidingstijd toe, anders worden ze te gaar. Voor extra smaak raad ik je aan om mijn visbouillon (zie pag. 117) te maken, maar je kunt ook water, kippenbouillon of zelfs een visbouillonblokje gebruiken. Ongepelde garnalen geven meer smaak af, maar dat maakt de curry wel lastiger om te eten.

VOORBEREIDING: 10 MINUTEN

BEREIDING: HOOG 2 UUR,

LAAG 4 UUR

2 el koolzaadolie
2 uien, gesnipperd
2 el knoflook-gemberpasta (zie pag. 120)
2 el kerriepoeder of kruidenpoeder (zie pag. 118)
1 tl Kashmirichilipoeder (o.a. toko)
230 ml gezeefde tomaten
70 ml kant-en-klare of zelfgemaakte visbouillon of kippenbouillon (zie pag. 117), of water
2 el suiker
½ tl tamarindepasta (o.a. toko)
1 el mangochutney (o.a. toko)
800 g gepelde rauwe garnalen (zie hierboven)
1 tl gedroogd fenegriekblad (kasoori methi, o.a. toko)
sap van 1-2 citroenen
zeezout, naar smaak
3 el koriander, fijngehakt

Verhit de olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een pan op middelhoog vuur. Voeg de gesnipperde ui toe en bak in circa 5 minuten zacht en glazig. Roer de knoflook-gemberpasta erdoor en bak 1 minuut.

Roer het kerriepoeder of kruidenpoeder en het Kashmiri-chilipoeder erdoor. Voeg de gezeefde tomaten, de bouillon of het water, de suiker, tamarindepasta en mangochutney toe en breng zachtjes aan de kook. Je kunt de saus nu eventueel met een staafmixer of in een keukenmachine pureren; dit levert een gladdere saus op die lijkt op de saus die ze bij curryhuizen serveren.

Schep de saus indien nodig in de slowcooker, plaats het deksel erop en laat 2 uur op de hoge stand of 4 uur op de lage stand pruttelen. Voeg de garnalen in het laatste uur toe aan de saus en laat ze garen. Houd wel een oogje in het zeil, want elke slowcooker is anders en garnalen kunnen qua formaat verschillen. Ze mogen niet te gaar worden; ze zijn klaar als ze helemaal wit zijn en er niet meer glazig of rauw uitzien.

Voeg de gedroogde fenegriekblaadjes toe door ze boven de saus tussen je vingers fijn te wrijven. Breng de curry op smaak met citroensap en zout, garneer met de gehakte koriander en serveer.

OPMERKING

Als je besluit deze curry met kip of lamsvlees te maken, braad je het vlees net als in de vorige recepten eerst aan en maak je daarna de saus. Hanteer de bereidingstijd die in deze recepten staat aangegeven.





LAM DUM BIRYANI

VOOR 6 TOT 8 PERSONEN

Deze geweldige biryani kan vrij arbeidsintensief zijn, maar er zijn een paar trucjes om het wat simpeler te maken. Je kunt 450 gram kant-en-klare gebakken uitjes gebruiken – of ze zelf van tevoren maken.

VOORBEREIDING:
25 MINUTEN,
PLUS MARINEREN
BEREIDING: HOOG 4½
UUR, LAAG 6-8 UUR

VOOR DE BIRYANI
250 ml koolzaadolie
3 uien, fijngesneden
500 g basmatirijst
6 el gesmolten ghee
een snufje saffraan
2 tl zeezout
garam masala van hele
specerijen: kaneelstokje
van 5 cm, 10 peperkorrels,
1 laurierblaadje,
1 el komijnzaad
60 g korianderblad, fijngehakt
20 g muntblaadjes, fijngehakt
2 tl rozenwater (o.a. Midden-
Oosterse supermarkt),
optioneel

VOOR DE MARINADE
2 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
420 g yoghurt
sap van 2 citroenen
2 verse groene chilipepers,
fijngesneden
1 el komijnpoeder
1 el garam masala (zie pag. 119)
½ tl kurkumapoeder
1 tl kaneel
¼ tl gemalen foelie
½ tl chilipoeder
30 g korianderblad, fijngehakt
10 g muntblaadjes, fijngehakt

1 lamsbout, door het bot in
12 of meer stukken gehakt

Maak eerst voor de biryani de gebakken uitjes. Je kunt dit van tevoren doen en ze 1 tot 2 dagen in een luchtdicht afgesloten bakje in de koelkast bewaren. Verhit de olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een grote pan op middelhoog vuur; de olie is heet genoeg als wat fijngesneden ui meteen gaat sissen en boven komt drijven. Voeg de ui toe en bak in 15 minuten krokant en goudbruin, indien nodig in porties. Laat uitlekken op een bord bekleed met keukenpapier en laat de olie in de pan achter.

Voeg de rijst toe aan een kom en bedek met water. Roer met je hand door het water, dat troebel wordt door het rijstzetmeel. Giet de rijst af, voeg vers water toe en herhaal 5 keer tot het water bijna helder is. Giet de rijst af, bedek met vers water en laat weken. Meng de ghee met de saffraan en laat staan terwijl je de biryani maakt.

Klop alle ingrediënten voor de marinade in een kom glad en voeg een kwart van de gebakken uitjes en 5 eetlepels van het bakvet toe. Voeg het lamsvlees toe aan de marinade en laat maximaal 72 uur in de koelkast marinieren. Hoe langer, hoe beter.

Voeg het gemarineerde vlees en alle marinade toe aan de slowcooker, plaats het deksel erop en laat 4 uur op de hoge stand of 6 tot 8 uur op de lage stand garen.

Bring circa een uur voordat de saus klaar is 1,5 liter water in een grote pan aan de kook. Voeg het zout en de garam masala toe. Giet de rijst af, voeg toe aan het kokende water en laat 6 minuten zachtjes koken.

Schep met een zeef de helft van de rijst in een kleine kom. Kook de rest van de rijst nog 1 minuut, giet af door een zeef en voeg de rijst met de specerijen toe aan een tweede kom. Zet apart.

Bring een uur voor het eind van de bereidingstijd het vlees op smaak met zout en verdeel de rijst erover die je na 6 minuten uit het water hebt geschept. Verdeel hier de helft van de koriander en de munt, eventueel het rozenwater en de helft van de gebakken uitjes over. Sprenkel de helft van de saffraanghee erover. Schep de rest van de rijst erop en voeg de rest van de kruiden, gebakken uitjes, het rozenwater en de saffraanghee toe. Laat met een deksel op de slowcooker nog een uur garen.

Schep de biryani vlak voor het serveren om zodat er wat vlees naar boven komt. Roer niet te hard, want dan wordt de rijst papierig. Lekker met opgeklopte yoghurt of een goede raita.

MOLEE MET ZALM

VOOR 4 PERSONEN

Molee curry's zijn een van de lekkerste zeevruchtencurry's die er bestaan. Ik heb in dit geval voor zalm gekozen, maar je kunt elke stevige vissoort gebruiken. Meestal voeg ik zeevruchten en vis tegen het eind van de bereidingstijd toe, maar je zult merken dat je de grote zalmfilets prima de gehele tijd in de saus kunt laten garen. Als je merkt dat de zalm toch eerder gaar is, serveer de curry dan meteen of stel de slowcooker in op de warmhoudstand.

VOORBEREIDING: 15 MINUTEN

BEREIDING: LAAG 2-3 UUR

2 el kokosolie
1 el zwart mosterdzaad
(o.a. toko)
20 verse of vers ingevroren
curryblaadjes (o.a. toko)
1 ui, gesnipperd
2 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
2-5 verse groene chilipepers,
fijngesneden (optioneel)
1½ tl Kashmirichilipoeder
(o.a. toko)
½ tl komijnpoeder
1 tl kurkumapoeder
2 tomaten, in kleine blokjes
400 ml volvette kokosmelk
4 zalmfilets à 200 g, zonder
huid
zeezout en vers gemalen
zwarte peper, naar smaak
4 el koriander, fijngehakt
(optioneel), ter garnering
2 limoenen, in kwarten
witte rijst, voor erbij

Verhit de olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een pan op middelhoog vuur. Roer het mosterdzaad erdoor. Voeg de curryblaadjes en de gesnipperde ui toe zodra de zaadjes beginnen te springen en bak circa 5 minuten tot de ui zacht en glazig is.

Voeg de knoflook-gemberpasta en fijngesneden chilipepers toe en bak regelmatig roerend 1 minuut. Roer het Kashmirichilipoeder, komijnpoeder en kurkumapoeder erdoor, voeg de tomatenblokjes toe en bak 1 minuut. Schenk de kokosmelk erbij en breng zachtjes aan de kook.

Schep de saus indien nodig in de slowcooker. Leg de zalmfilets in de saus, het liefst naast elkaar. Plaats het deksel erop en laat 2 tot 3 uur op de lage stand pruttelen tot de zalm gaar is. Bij sommige slowcookers is de minimale kooktijd op de lage stand 4 uur. Als dat voor jouw slowcooker ook geldt, stel de slowcooker dan in op 4 uur en schakel hem uit zodra de vis gaar is.

Breng de curry op smaak met zout en peper en garneer eventueel met de gehakte koriander. Serveer met de partjes limoen die je naar smaak boven de curry kunt uitknippen. Deze curry is heerlijk op witte rijst.



SAAG CURRY

VOOR 4 PERSONEN

Saag is een van de populairste vegetarische curry's. Hij is heerlijk op witte rijst, maar je kunt hem ook in kleine of grote hoeveelheden aan andere curry's toevoegen. Als je van spinazie houdt, is deze bijvoorbeeld heel lekker in een lams- of kipcurry. Maak er een saag paneer van door in het laatste uur blokjes paneer toe te voegen, wat ik op de foto hiernaast heb gedaan. Je kunt deze curry met alleen spinazie maken, maar een variatie aan bladgroenten geeft de curry nog meer karakter.

VOORBEREIDING: 15 MINUTEN

BEREIDING: HOOG 3 UUR,

LAAG 6 UUR

240 g verse spinazie
150 g amsoi (o.a. toko)
80 g vers fenegriekblad (methi, o.a. toko), gehakt
2 el koolzaadolie
1 tl komijnzaad
1 witte ui, grofgesneden
6 teentjes knoflook, grofgehakt
2,5 cm gemberwortel, grofgehakt
2-3 groene jwalapepers of rawits, fijngesneden
2 tomaten, in blokjes
2 tl korianderpoeder
1½ tl komijnpoeder
½ tl Kashmirichilipoeder (o.a. toko), of naar smaak
¼ tl kurkumapoeder
1 el fijn maïsmeel
zeezout, naar smaak
2 el boter of ghee
70 ml single cream of slagroom (optioneel)
witte rijst, voor erbij

Was de spinazie, amsoi en fenegriekblaadjes onder koud stromend water om aarde of zand eraf te spoelen. Zet apart. Breng een grote pan water aan de kook en blancheer de bladgroenten steeds in kleine porties 30 seconden. Schep met een schuimspaan in een kom en laat afkoelen. Knijp boven de kom zoveel mogelijk vocht uit de bladgroenten en zet 300 ml vocht apart. Snijd de bladgroenten grof en zet apart.

Verhit de olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het komijnzaad toe en laat de smaak 30 seconden in de olie trekken. Voeg de ui toe en bak in circa 3 minuten zacht. Voeg de knoflook, gember en jwalapepers toe en bak 1 tot 2 minuten. Roer de tomatenblokjes, het korianderpoeder, komijnpoeder, Kashmirichilipoeder en kurkumapoeder erdoor. Dit is de basismasala.

Schep de basismasala indien nodig toe in de slowcooker en voeg de geblancheerde bladgroenten en 300 ml blanchervocht toe. Plaats het deksel erop en laat 2 uur op de hoge stand of 4 uur op de lage stand pruttelen. Klop het maïsmeel erdoor en laat nog 1 uur op de hoge stand of 2 uur op de lage stand pruttelen.

Breng tot slot op smaak met zout, voeg de boter of ghee toe en laat smelten in de saag. Je kunt de curry lekker romig maken door de room erdoor te roeren en/of eroverheen te sprenkelen.





CURRY MET BROCCOLI EN/OF BLOEMKOOI

VOOR 4 PERSONEN

Voor deze eenvoudige curry kun je broccoli, bloemkool of een combinatie van beide gebruiken. De smaak wordt hoe dan ook fantastisch. Ik gebruik het liefst allebei. Je kunt de uien, knoflook, gember en specerijen eerst bakken, dan de broccoli en/of bloemkool toevoegen en laten garen. Als je daar geen tijd voor hebt, raad ik je aan om de broccoli en/of bloemkool gaar te stomen en tegen het eind aan de saus toe te voegen.

VOORBEREIDING: 15 MINUTEN
BEREIDING: HOOG 3¼ UUR,
LAAG 6 UUR

625 g broccoli en/of
bloemkoolroosjes
3 el kokosolie
70 g geraspte kokos (vers of
ingevroren)
1 ui, gesnipperd
½ tl zeezout
2 el knoflook-gemberpasta
(zie pag. 120)
3 groene jwala pepers of rawits,
fijngesneden
3 tomaten, in blokjes
1 tl Kashmirichilipoeder
(o.a. toko), of naar smaak
1 tl kurkumapoeder
300 ml volvette kokosmelk
een handvol geroosterde
cashewnoten, grofgehakt
(optioneel)
3 el geroosterd sesamzaad
zeezout en vers gemalen
zwarte peper
3 el koriander, fijngehakt,
ter garnering

Als je de broccoli en/of bloemkool apart gaart, breng dan een laagje water van 5 cm aan de kook en stoom de broccoli en/of bloemkool beetgaar. Zet apart. Als je de groenten tegelijkertijd met de andere ingrediënten gaart, kun je deze stap overslaan.

Verhit 1 eetlepel van de olie in de slowcooker op de sauteerstand of in een pan op hoog vuur. Voeg de geraspte kokos toe en bak regelmatig roerend in een paar minuten lichtbruin. Schep op een bord en zet apart.

Verhit de rest van de olie in de pan, voeg de gesnipperde ui en het zout toe en bak regelmatig roerend in circa 5 minuten zacht en glazig. Voeg de knoflook-gemberpasta en de jwala pepers toe, bak 30 seconden en roer dan de tomatenblokjes, het Kashmirichilipoeder en kurkumapoeder erdoor.

Als je de broccoli en/of bloemkool in de saus laat garen, voeg deze dan samen met de kokosmelk toe en roer goed door.

Voeg het geheel indien nodig toe aan de slowcooker, plaats het deksel erop en laat 3 uur op de hoge stand of 6 tot 8 uur op de lage stand pruttelen. Elke slowcooker is anders, dus als je de groenten in de curry gaart, controleer dan af en toe of ze niet te gaar en papperig worden. Roer eventueel de gehakte cashewnoten, de gebakken kokos en het geroosterde sesamzaad erdoor. Breng op smaak met zout en peper, garneer met de gehakte koriander en serveer.

TARKA DAL

VOOR 4 PERSONEN

Je zou alle ingrediënten in één keer aan de slowcooker kunnen toevoegen met als resultaat een smakelijke tarka dal. Ik raad je echter aan om de linzen in de slowcooker te laten garen en aan het eind een paar minuten de tijd te nemen om de ingrediënten voor de tarka in een pan te bakken. Schenk de tarka vervolgens over de hete linzen en roer erdoor. Dan krijg je de echte smaak waarnaar je op zoek was!

VOORBEREIDING:
10 MINUTEN, PLUS WEKEN
BEREIDING: HOOG 3 UUR,
LAAG 6+ UUR

300 g rode splitlinzen (masoor dal), afgespoeld
750 ml water of groentebouillon, plus extra indien nodig
4 el ghee
1 tl zwart mosterdzaad (o.a. toko)
1 tl komijnzaad
10 verse of vers ingevroren curryblaadjes (o.a. toko)
1 ui, gesnipperd
3 teentjes knoflook, fijngehakt
1 tl Kashmirichilipoeder (o.a. toko), of naar smaak
1 el garam masala (zie pag. 119)
½ tl kurkumapoeder
zeezout en vers gemalen zwarte peper, naar smaak

Was de splitlinzen, voeg toe aan de slowcooker en schenk het water of de bouillon erbij. Voeg meer water toe als de linzen niet helemaal bedekt zijn; het water moet minimaal 1 cm boven de splitlinzen staan.

Plaats het deksel op de slowcooker en laat de linzen 3 uur op de hoge stand of 6 uur of langer op de lage stand garen tot ze heel zacht zijn. Je kunt ze zelfs een hele nacht laten stoven!

Je kunt de linzen nu met een pureestamper fijnstampen, met een staafmixer romig en glad pureren of gewoon zo laten. Als de dal te dik is, kun je nog een scheutje water of bouillon toevoegen.

Verhit voor de tarka de ghee in een koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het mosterdzaad toe, roer het komijnzaad en de curryblaadjes erdoor zodra het mosterdzaad begint te springen en bak 30 seconden. Voeg de ui en knoflook toe en bak 3 minuten op matig vuur. Roer het Kashmirichilipoeder, de garam masala en het kurkumapoeder erdoor en bak 30 seconden.

Houd wat tarka apart voor de garnering, schenk de rest over de dal en roer erdoor. Breng de linzen op smaak met zout en peper, schenk de resterende tarka erover en serveer.



TOM KHA GAI

VOOR 4 PERSONEN

Tom kha gai behoort samen met tom yum gai (zie pag. 99) tot de populairste Thaise soepen, dus ik wist dat beide recepten in dit boek hoorden. Eenvoudiger dan dit recept wordt het niet! Je hoeft alleen maar alle ingrediënten aan de slowcooker toe te voegen en de slowcooker zijn werk te laten doen.

VOORBEREIDING: 10 MINUTEN

BEREIDING: HOOG 3 UUR,

LAAG 6 UUR

500 g kipdijfilet of kipfilet
2 stengels citroengras (alleen het witte gedeelte, buitenste blad verwijderd), gekneusd en in 6 stukjes
3 limoenblaadjes, steeltjes verwijderd, fijngesneden
5 cm laos (o.a. toko), in 7 plakjes en gekneusd
10 koriandersteeltjes, fijngehakt
11 kant-en-klare of zelfgemaakte kippenbouillon (zie pag. 117) of water
400 ml volvette kokosmelk
2 el palmsuiker (o.a. toko)
8 shiitakes of kastanjechampignons, in kwarten of gehalveerd
70 ml Thaise vissaus*
2 el Chinese crispy chiliolie (o.a. toko)
80 ml limoensap, of naar smaak
3 lente-uitjes, grofgesneden

Voeg alle ingrediënten tot en met de shiitakes toe aan de slowcooker en roer goed door. Plaats het deksel erop en laat 3 uur op de hoge stand of 6 uur op de lage stand pruttelen tot de kip gaar is en de bouillon al lekker begint te smaken.

Haal de kip uit de bouillon en scheur het vlees met de hand of met twee vorken in reepjes.

Voeg de kip weer toe aan de bouillon en voeg een paar eetlepels vissaus toe. Breng de bouillon indien nodig verder op smaak met vissaus. Ik voeg meestal 5 eetlepels toe, maar je kunt ook meer of minder toevoegen. Roer de crispy chiliolie erdoor, met zoveel chilipepers als je wilt, en voeg ook het limoensap naar smaak toe.

Garneer met de gesneden lente-ui en eventueel nog wat crispy chiliolie en serveer heet.

*OPMERKING

Sommige Thaise vissauzen bevatten gluten, maar er zijn glutenvrije versies verkrijgbaar.

