



Chateau Mariette

Japanese Kenken





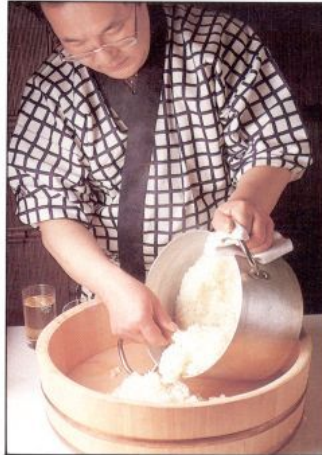
Chateau Mariette

Rijst en rijstgerechten/Gohanmono

Rijst met azijn voor sushi (*Sushi meshi*)

Rijst met azijn is de basis voor een verscheidenheid aan gerechten die onder de verzamelnaam sushi bekend staan. Over het algemeen bestaan zij verder uit rauwe vis en knapperige groenten. Rijst met azijn wordt bereid door in een grote houten kom gezoete azijn toe te voegen aan vers gekookte rijst. De rijst wordt daarna doorgeschepd en tegelijkertijd drooggewaaid, zodat de korreltjes los van elkaar komen en de rijst zo snel mogelijk afkoelt. Die methode levert mooi glimmende rijstkorreltjes op. Om 200 g rijst met azijn te bereiden, halveert men de hier gegeven hoeveelheden en volgt het recept verder, zoals hieronder staat vermeld.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
400 g kleinkorrelige witte rijst
4½ dl water
4 eetl. rijstazijn
2 eetl. suiker
2 theel. zout



1 Kook de rijst (zie blz. 156). Laat de rijst afkoelen tot kamertemperatuur. Doe de rijst in een wijde, ondiepe schaal of kom.



2 Vermeng de azijn met de suiker en het zout. Verwarm het mengsel tot de suiker is opgelost. Besprenkel de rijst met het azijnmengsel.



3 Schep de rijst met een houten rijstspatel of een houten lepel snel en luchtig dooreen. Ideaal is wanneer u de rijst tegelijkertijd droogwaaiert, zodat de korreltjes gaan glimmen. Rijst met azijn moet na bereiding onmiddellijk worden gebruikt. Eventueel kan de rijst enkele uren worden bewaard, wanneer hij met een vochtige doek wordt afgedekt.



Chateau Mariette

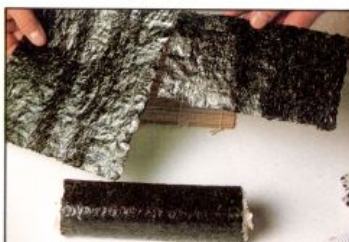
Rijst en rijstgerechten/Gohanmono

Dunne sushirollen (Hosomaki)

Een van de populairste gerechten in een sushi-bar zijn dunne sushirolletjes, die altijd keurig netjes in groepjes van zes worden geserveerd. De vulling van deze rolletjes bestaat bij voorbeeld uit komkommer, rauwe tonijn of helderrose of gele plakjes ingelegde groenten, die worden omhuld door rijst met azijn en nori. Vandaag de dag kan men allerlei soorten vullingen in deze rolletjes tegenkomen. Avocado, in Japan totaal onbekend, is een favoriete vulling in Californische sushi-bars. Ingelegde takuan en komkommer, met reepjes gedroogde tofu en pompoen, op dezelfde wijze verwerkt als bij dikke sushirollen, zijn de traditionele vullingen.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
rijst met azijn, bereid van 200 g ongekookte rijst
50 g ingelegde takuan
½ komkommer (15 cm)
2 vellen nori
1 theel. rijstazijn, vermengd met 3 eetl. water
vers aangemaakte wasabi (zie blz. 76)

Een assortiment van dikke en dunne sushirolletjes vormt een kleurrijk en heerlijk gerecht.



1 Bereid de rijst met azijn (zie blz. 162). Snijd de ingelegde takuan in reepjes. Snijd de komkommer in smalle reepjes. Rooster de nori door hem enkele seconden boven een vlam te bewegen, tot de kleur verandert en de geur loskomt. Knip de velletjes nori met een schaar doormidden.



2 Leg, voor het maken van takuanrolletjes, een half vel nori op het bamboe rolmatje. Bevochtig de handen met het azijnmengsel. Verdeel een kwart gedeelte van de rijst met azijn over de nori, maar laat 2½ cm van de bovenrand vrij. Leg de helft van de ingelegde takuan in het midden van de rijst.



3 Houd de takuan met de vingers op zijn plaats en vorm van het geheel met behulp van het matje een stevige rol. Druk het matje tegen de rol aan om hem vorm te geven. Verwijder het matje en snijd de rol met een scherp mes in zes plakken. Dit kan zowel diagonaal als recht geschieden. Verwerk op dezelfde wijze de rest van de takuan.



4 Leg, voor het maken van komkommerrolletjes, een velletje nori op het bamboe matje en verdeel er een kwart gedeelte van de rijst over. Bestrijk het midden van de rijst met een streep voorbereide wasabi. Leg een of twee reepjes komkommer op de wasabi. Verwerk de rollen verder zoals hiervoor reeds is beschreven.



Chateau Mariette

Krab-komkommer-salade (Kanisu)

Deze eenvoudige, elegante salade is een combinatie van komkommer en krab. Verse krab, in de winter vers verkrijgbaar in Japan, is favoriet. Kook of stoom het krabvlees en verdeel het daarna in flinke blokken.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)

½ komkommer

½ theel. zout

8 blaadjes sla uit het hart van de krop

170 g krabvlees

2 eetl. vers geraspte gemberwortel

- 1** Snijd de komkommer in stukjes van 5 cm en snijd de stukjes in dunne plakjes om er 'wenskaartjes' (zie Snijtechnieken, blz. 40) van te vormen.
- 2** Los ½ theelepel zout op in 1 dl koud water. Voeg de komkommer toe en laat alles 20 minuten staan. Knijp de komkommer lichtjes uit, om het teveel aan water te verwijderen. Dep de komkommer droog.
- 3** Leg in vier glazen coupes of fraaie schaaltes de blaadjes sla. Leg blokjes krabvlees en de komkommer op de sla.



- 4** Knijp wat gembersap uit de geraspte gemberwortel over de salade en serveer het gerecht daarna onmiddellijk.



Chateau Mariette

Gegrilleerde kip (Yakitori)

Na een inspannende dag op kantoor, spoeden veel Japanse zakenmensen zich naar een yakitori-restaurant, waar de kok pennen vol sappige stukjes kip boven een houtskoolvuur bereidt. Yakitori is een van de klassieke Japanse gerechten en geliefd in heel het land. Voor dit gerecht wordt meestal het vlees van de bout gebruikt, maar ook de vleugels en levertjes kunnen worden toegepast. Gegrilleerd kippevel wordt als een delicatesse beschouwd. Voor yakitori worden bamboe pennen gebruikt. Deze dienen na het gebruik goed te worden afgewassen en gedroogd.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
1 kg gefileerde kippebouten
4 gewassen en schoongemaakte jonge preitjes

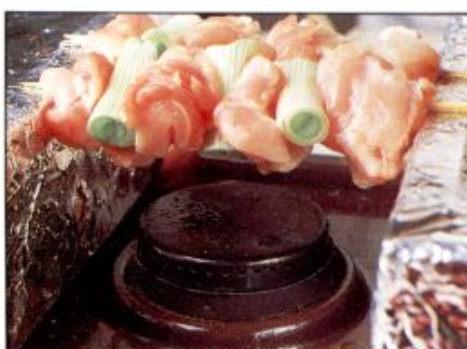
YAKITORI-SAUS:

4 dl donkere sojasaus
2 dl kippebouillon
2 dl sake
100 g suiker
1 dl mirin

1 Vermeng de ingrediënten voor de yakitori-saus in een pan en breng de vloeistof aan de kook. Laat de saus 5 minuten zachtjes koken. Laat de saus tot kamertemperatuur afkoelen. Schenk de saus in een hoog schenkkannetje. (Deze hoeveelheid yakitori-saus is voldoende voor een aantal maaltijden. Bewaar de saus goed afgesloten in de koelkast).



2 Snijd de kip in stukjes van 2½ cm en snijd de preitjes in stukjes van 4 cm lang. Rijg om en om stukjes kip en stukjes prei aan pennen.



3 Grilleer het gerecht onder regelmatig omdraaien boven een zo heet mogelijke hittebron. Doop, wanneer er vocht uit de stukjes kip druipt, de pennen met kip in de saus en grilleer ze verder. Herhaal deze handeling verschillende malen, tot de kip net gaar is. Zorg ervoor dat de kip niet te gaar wordt, anders wordt hij droog.



4 Serveer de kip zo warm mogelijk op de pennen en schenk er wat van de yakitori-saus over. Traditioneel wordt yakitori bestrooid met wat zevenkruiden-peper en dan met de vingers gegeten.



Chateau Mariette

Gestoofd varkensvlees uit Nagasaki (Buta no kaku-ni)

In Nagasaki komt men sinds eeuwen al bezoekers uit Oost en West tegen. De inwoners van deze stad zijn dan ook, in tegenstelling tot de rest van Japan, met heel wat invloeden van buitenlandse culturen in aanraking gekomen. In Nagasaki werden ook de eerste vleesgerechten geïntroduceerd, waarmee de Boeddhistische leefregels werden overtreden, die het eten van vlees verbieden. Dit voedzame varkensvleesgerecht wordt vaak een dag van te voren in een flinke hoeveelheid bereid. Het gerecht is goed houdbaar.

INGREDIËNTEN (voor 4-6 personen)

1 kg speklappen of varkenskrabbetjes
5½ dl water
2 stukjes geschilde en geplette, verse
gemberwortel van 8 cm
5½ dl dashi II (zie blz. 58)
4 eetl. suiker
5 à 6 theel. donkere sojasaus
2 dl sake
1 eetl. mirin
mosterd



1 Hak of snijd het varkensvlees in hanteerbare stukken en stoom deze 30 minuten in een stoompan.



2 Haal het vlees eruit, leg het in een grote pan. Voeg water toe, tot het onderstaat, en de gember.

3 Breng het geheel aan de kook. Schuim de vloeistof af. Leg een drijvend deksel in de pan en laat het vlees bij zo min mogelijk hitte 2 uur zachtjes sudderen, tot het volkomen gaar is. Voeg zo nodig wat water toe.

4 Laat het vlees goed uitlekken, spoel het af onder koud stromend water en laat het tenminste 3 uur, maar liever een nachtje, in de koelkast rusten.

5 Haal het vlees 1 uur voor de verdere bereiding uit de koelkast en laat het op kamertemperatuur komen.



6 Snijd het vlees in stukjes van ca. 3 x 6 cm.



7 Bak het vlees in een niet ingevette koekepan rondom lichtbruin. Leg het gebakken vlees in een pan.



8 Schenk de dashi over het vlees. Voeg de suiker, de sojasaus, de sake en de mirin toe. Breng alles aan de kook. Draai de hittebron laag, leg een drijvend deksel in de pan en laat het gerecht 30 à 40 minuten sudderen, tot de vloeistof grotendeels is verdampt.

9 Leg op ieder bord enkele stukjes vlees en schep er wat van de ingekookte vloeistof over. Serveer het gerecht met wat mosterd.



Chateau Mariette

Rundvlees- groenterolletjes (Gyuhire yasai maki)

Een kostelijk en kleurrijk gerecht van in flinterdunne plakjes biefstuk gerolde worteltjes, asperges en sperziebonen met een smakelijke saus.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
100 g worteltjes
100 g asperges
100 g sperziebonen
350 g in flinterdunne plakjes gesneden
biefstuk
maïzena of aardappelmeel
plantaardige olie

VOOR DE SAUS:
1 eetl. suiker
3 eetl. water
1 eetl. sake
1 eetl. mirin
3 eetl. sojasaus

1 Schrap de worteltjes en snijd ze in lange, dunne reepjes. Maak de asperges en de sperziebonen schoon.

2 Kook de drie groenten afzonderlijk in wat water met zout bijna gaar. Laat de groenten uitlekken en spoel ze af onder koud water. Laat de groenten uitlekken en dep ze droog.



3 Leg de helft van de plakjes biefstuk zodanig op een snijplank dat ze elkaar overlappen en een lap van gelijke breedte vormen. Druk de overlappingsen op elkaar vast. Bestrijk de lap met maïzena.



4 Leg enkele reepjes van iedere groentesoort op de lapjes en vorm stevige rolletjes van het geheel.



5 Bind de rolletjes vast met keukengaren. Behandel de rest van het vlees en de groenten op dezelfde wijze.

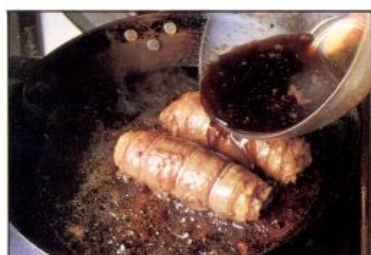
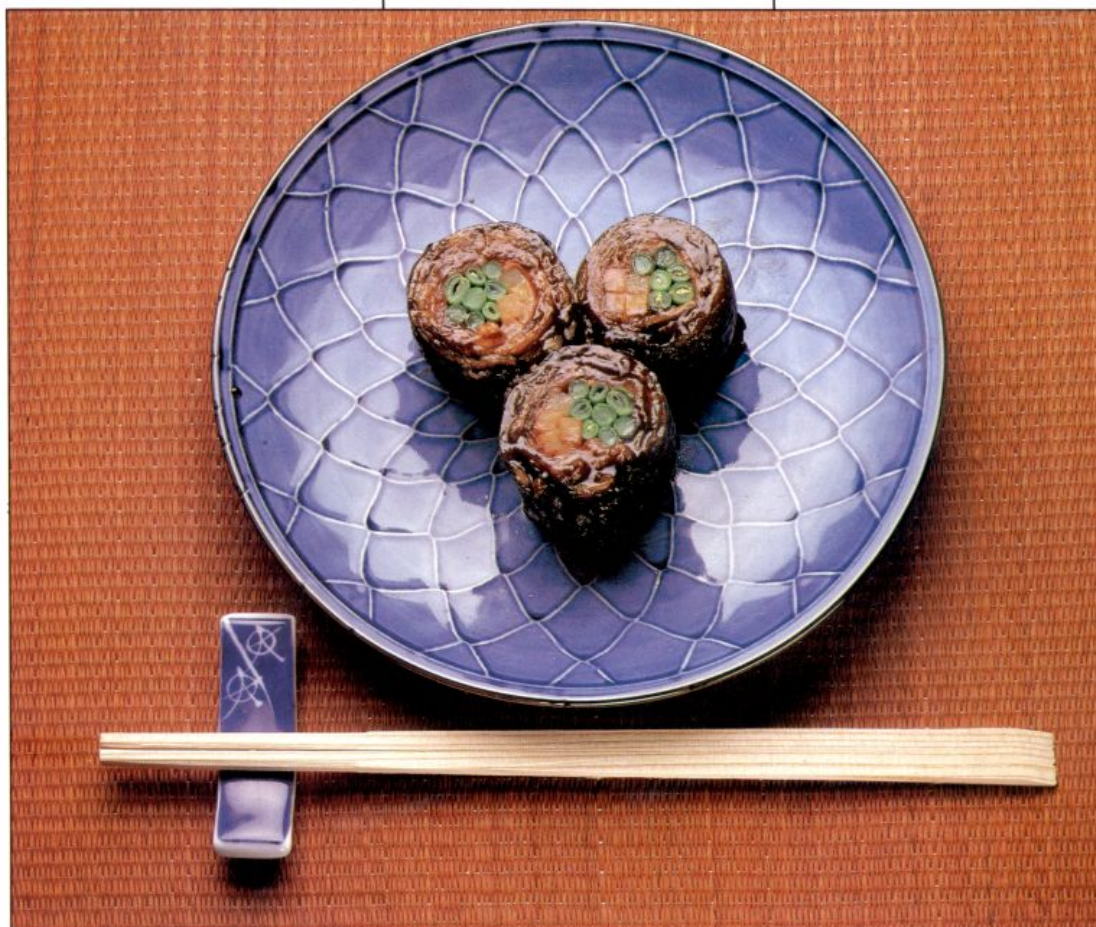
6 Doe de ingrediënten voor de saus in een kommetje en roer alles goed.



7 Doe weinig olie in een koekepan en verhit deze. Voeg de rolletjes toe en bak deze rondom lichtbruin.



Chateau Mariette



8 Schenk de saus over de rolletjes en breng het geheel aan de kook. Laat het gerecht 5 minuten zachtjes koken, tot het vlees gaar is en doordrongen van de saus.

9 Verwijder het keukengaren en snijd de rolletjes in 2½ cm dikke plakken. Leg de plakken op vier bordjes en schenk er wat van de saus over.



NOEDELS

Menrui

Noedels, die wij ook wel 'deegwaren' noemen, of 'pasta' op z'n Italiaans, komen voor in veel vormen, maten en kleuren. Witte tarwenoedels (udon) kunnen rond, plat, breed of zeer smal zijn. Ook zijn er grijze, smalle boekweitnoedels (soba), gele noedels en zelfs groene (chasoba), die met groene thee worden gekleurd.

Noedels vertegenwoordigen de stevige Japanse volkskost en maken nooit deel uit van een officieel diner. Iedereen die even vlug een goedkope en voedzame maaltijd wil nuttigen, zal waarschijnlijk terechtkomen bij een noedelrestaurant; er zijn namelijk meer noedelrestaurants dan welk ander soort dan ook. Men kan op stations zelfs staande van een dampende kom noedels genieten.

Noedels worden altijd in bouillon geserveerd. 's Winters in een warme soep en 's zomers gekoeld met een zeer smakelijk sausje. Zo zijn noedels het hele jaar door een heerlijk maal.

Noedelkenners eten ze het liefst met zo weinig mogelijk bouillon, om zodoende van de subtiele smaak van de noedels zelf te kunnen genieten. Het is een teken van genot, wanneer men de noedels naar binnen slurpt, in het bijzonder wanneer zij warm zijn.

De volgende recepten kunnen zowel met boekweit- als met tarwenoedels worden bereid.

Noedels koken

Noedels worden altijd 'al dente' gekookt, wat betekent dat ze net gaar zijn en uit het kookwater worden gehaald wanneer ze nog vrij stevig zijn. Udon wordt op dezelfde wijze gekookt als onze macaroni of spaghetti: dus ca. 10 minuten in kokend water. Soba kan ook zo worden gekookt, maar hieronder volgt de traditionele Japanse kookwijze.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
400 g soba (boekweitnoedels)

1 Breng in een grote pan ruim water aan de kook. Voeg beetje bij beetje de noedels toe. Roer alles rustig door, opdat de noedels niet aan elkaar plakken. Voeg, wanneer het water weer kookt, 1½ dl koud water toe. Breng het geheel weer aan de kook en voeg wederom 1½ dl koud water toe. Draai, als het water nu weer kookt, de pit laag en laat de noedels 2 à 3 minuten zachtjes doorkoken, tot ze net gaar zijn.



2 Laat de noedels uitlekken en stort ze in koud water. Roer ze door om overtollige kleefstoffen weg te spoelen. Doe de noedels in een zeef en dompel deze in heet water, wanneer de noedels voor het gebruik weer warm moeten worden.

Boekweitnoedels in warme bouillon (Kake soba)

Boekweitnoedels zijn afkomstig uit de koude streken van Noord-Japan. Ze zijn bijzonder populair in Tokyo en in het noorden. Ze worden meestal vrij eenvoudig toe bereid, zodat goed kan worden genoten van de fijne smaak ervan.

INGREDIËNTEN (voor 4 personen)
400 g soba (boekweitnoedels)

VOOR DE BOUILLON:
8½ dl dashi II (zie blz. 58)
3 eetl. donkere sojasaus
2 eetl. suiker
2 eetl. mirin
2 theel. zout

2 jonge preitjes of lenteuitjes

1 Kook de noedels volgens het recept hiernaast. Vermeng de ingrediënten voor de bouillon en breng ze aan de kook. Houd de bouillon warm. Snijd de preitjes of lenteuitjes in dunne ringen (zie Snijtechnieken, blz. 41). Verwarm vier diepe kommetjes. Dompel de noedels in een zeef enkele seconden in kokend water, om ze warm te laten worden. Verdeel ze over de kommetjes.



2 Schenk de warme bouillon over de noedels en garneer het gerecht met de ringen prei of lenteui.