



*Ryud 's Kookboek*

*Indische recepten II v0.5*

## **Inhoudsopgave.**

Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer. ....	3
Babi ketjap - gesmoord varkensvlees. ....	4
Bebaris tiga - satéstokjes met Indische gehaktballetjes.....	5
Roedjak manis - Indische vruchtensalade 2. ....	6
Seroendeng 2. ....	7
Gebruikte afkortingen.....	8

## Atjar ketimoen - pittige zoetzure komkommer.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Indische  
Personen: -  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Carta, Tallsay.com

### Ingrediënten

3 el azijn, rijst-  
1 komkommer  
1 peper, rode, in  
stukjes, pitten  
verwijderd  
25 g suiker, palm-  
(goela djawa)  
1 ui, zoete, in halve  
dunne ringen

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Snijd de rode peper in ringetjes en verwijder de pitten.  
Snijd de komkommer in heel dunne schijfjes.  
Snijd de ui in kwart ringetjes.  
Meng de palmsuiker met de azijn.  
Voeg hier de rode peper, de ui en de komkommer aan toe.  
Laat het mengsel gedurende 4 uur in de koelkast staan.

### Tip:

Lekker bij nasi of bami.

## Babi ketjap - gesmoord varkensvlees.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Indische  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Bron: TallSay.com

### Ingrediënten

1 el azijn, rijst-  
1 el bloem, gezeefde  
1 tl djahé (gember-  
poeder)  
100 ml ketjap manis  
2 tn knoflook, fijn-  
gesnipperd  
50 g kokosvet (santen)  
100 ml melk, kokos-  
- peper, zwarte, vers-  
gemalen  
1 ui, fijngesnipperd  
500 g varkensfilet, in  
blokjes  
½ tl zout

### Bereiding.

Marineer het vlees met een mengsel van de azijn, het zout, de peper, de djahé, de knoflook en de ui en laat dit 1 uurtje rusten.

Neem een wok en smelt de santen.

Bak het vlees daarna gedurende 10 min. in de wok.

Voeg nu de ketjap manis, de kokosmelk en de bloem toe.

Roer het geheel goed door elkaar.

Laat het geheel ca. 30 min. sudderen, met een deksel op de wok.

### Tip:

Serveer het gerecht met rijst.

Bereidingstijd: - min.

Grill-/oventijd: - min.

Wachttijd: - min.

Calcium: - mg

Energie kJ: -

Energie kcal: -

Eiwit: - g

Koolhydraten: - g

w/v suikers: - g

Natrium: - mg

Vet: - g

w/v onverzadigd: - g

w/v verzadigd: - g

Vezels: - g

Groente: - g

Zout: - g

## Bebaris tiga - satéstokjes met Indische gehaktballetjes.



Menugang: Hapje  
Keuken: Indische  
Personen: -  
Sterren: \*\*\*  
Bron: TallSay.com

### Ingrediënten

1 ei, geklutst  
500 g gehakt (hoh- of runder-)  
½ tl ketoembar (gemalen korianderzaad)  
1 tl knoflookpoeder  
½ tl nootmuskaat  
- olie, plantaardige, om te frituren  
½ tl peper, zwarte  
½ tl zout  
  
1 pk satéstokjes

### Bereiding.

Meng het gehakt met het ei en de kruiden. Draai er balletjes van (ca. 1½ cm). Verhit de olie in een pan en frituur de balletjes. Laat de balletjes even uitlekken op wat keukenpapier. Rijg drie (tiga betekent drie) balletjes aan de satéstokjes.

### Serveren:

Serveer het gerecht warm met rijst en een lekkere satésaus.

### Tip:

En natuurlijk mogen een paar hete pepers niet ontbreken.

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

## Roedjak manis - Indische vruchtensalade 2.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Indische  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Carta, TallSay.com

### Ingrediënten

2 sch ananas  
1 appel  
20 druiven  
2 el ketjap manis  
2 komkommers, snack-  
2 limoenen, sap van  
1 mango  
1 peper, lombok-, rode  
5 el suiker, palm-,  
gezeefd

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

Snijd de lombok in de lengte open.  
Haal de zaadlijsten en de pitjes eruit en gooi deze weg.  
Snijd de lombok in kleine stukjes.  
Meng de palmsuiker met de ketjap manis, een scheutje water, het limoensap en de rode peper.  
Schil de komkommer, snijd deze in stukjes en voeg deze toe aan de saus.  
Schil de appel, snijd deze in stukjes en voeg deze toe aan de saus.  
Snijd de ananas in stukjes en voeg deze toe aan de saus.  
Snijd de druiven overdwars doormidden en voeg deze toe aan de saus.  
Schil en ontpit de mango, snijd deze in stukken en voeg ook deze toe aan de saus.  
Scheep alles goed door elkaar.

### Tip:

I.p.v. palmsuiker kan ook bruine suiker gebruikt worden.

## Seroendeng 2.



Menugang: Bijgerecht  
Keuken: Indische  
Personen: 4  
Sterren: \*\*\*  
Bron: Carta, TallSay.com

### Ingrediënten

1 tl gember, Thaise,  
gemalen (djinten)  
1 el gula djawa  
(palmsuiker)  
1 tn knoflook  
250 g kokos, geraspte  
1 tl korianderzaad,  
gemalen (ketoembar)  
- olie, plantaardige-  
50 g pinda's  
1 el sap, citroen-  
1 ui  
1 mp zout

Bereidingstijd: - min.  
Grill-/oventijd: - min.  
Wachttijd: - min.  
Calcium: - mg  
Energie kJ: -  
Energie kcal: -  
Eiwit: - g  
Koolhydraten: - g  
w/v suikers: - g  
Natrium: - mg  
Vet: - g  
w/v onverzadigd: - g  
w/v verzadigd: - g  
Vezels: - g  
Groente: - g  
Zout: - g

### Bereiding.

*Seroendeng is een droge mix van pinda's, kokos, ui, knoflook en kruiden die gebruikt wordt als een bijgerecht bij witte rijst om deze extra smaak te geven.*

Rooster de kokos op een zacht vuurtje (schep de kokos voortdurend om).

Pureer de ui en de knoflook.

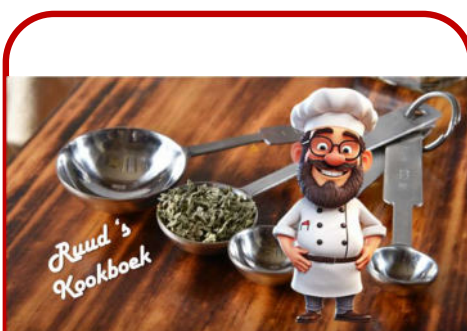
Fruit de knoflook en ui in 1 el olie.

Voeg nu de kruiden, het zout en de kokos toe.

Voeg na 10 min. de pinda's, het citroensap en de palmsuiker toe.

Spreek de seroendeng uit op een ovenplaat om te laten drogen.

## Gebruikte afkortingen.



v2.3

Aforting	Betekenis
#	Aantal
ael	Afgestreken eetlepel
akl	Afgestreken koffielepel
atl	Afgestreken theelepel
bal	Balletje
bgls	Bierglas
bk	Bekertje
bkj	Bakje
bl	Blik
bld	Blaadje
blj	Blikje
blk	Blok
blkj	Blokje
bol	Bolletje
brd	Bord
brgls	Borrelglas
bs	Bosje
bdl	Bundel
cgl	Cocktailglas
cp	Cup(s)
dl	Deciliter
dln	Deel
dp	Dopje
drd	Draadje(s)
drp	Druppel(s)
dsl	Dessertlepel
ds	Doosje
el	Eetlepel (= 1/2 kol)
fls	Fles
flj	Flesje
g	Gram
gbk	Grote beker
gbl	Groot blik
gfl	Grote fles
gkp	Grote kop
gls	Glas (150 ml)
grl	Groentelepel
gzk	Grote zak
hoh	Half-om-half
hv	Handvol
jgls	Jeneverglas
kbk	Klein bakje
kbl	Klein blik
kbs	Klein bosje
kfl	Klein flesje
kg	Kilogram
kkrp	Kropje
kl	Kleine
klnj	Klontje
klnt	Klont
km	Kommetje
knl	Knol
kol	Koffielepel (= 2 tl)
kp	Kopje
kpj	Kuipje





v2.3

Afkorting	Betekenis
kpl	Klein plukje
kpt	Klein potje
kpr	Krop
kst	Klein stukje
kstrk	Kleine struik
lgls	Likeurglas
m	Moot
p.p.	Per persoon
par	Partje
pk	Pak
pkj	Pakje
pkt	Pakket
pl	Plak
plj	Plukje
ppj	Pijpje
prt	Portie
pt	Pot
ptj	Potje
rl	Rol
rp	Reep
sch	Scheutje
schf	Schijfje
schl	Schaaltje (150 g)
scht	Scheut
sl	Soeplepel
slg	Slagen
spr	Sprietje
stf	StAAFje
stj	Stuk(je)
stk	Stokje
stl	Stengel
strk	Struik
strnk	Stronk
sn	Snee
snf	Snuifje
st	Stuk(s)
tb	Tablet
tf	Toefje
tl	Thee­lepel
tn	Teentje
trs	Tros
trs­j	Trosje
tub	Tube
vel	Volle eetlepel
vl	Vel
vrk	Vierkantje
vlt	Vinger­lengte
voorb.tijd	Voor­be­rei­dingstijd
wgls	Wijn­glas
zk	Zak(je)



<https://ruudskookboek.nl>

*Ik steun..*  *..U ook???*

Het IBAN-nummer van de Stg. Blind Elephant Experience luidt:  
NL63 RBRB 0943 525 756

Compressed by  PDF24