

ประเทศไทย

THAILAND

Het kookboek

Tekst en fotografie van
Jean-Pierre Gabriel

SPECTRUM





Inleiding

De vorm van Thailand wordt vaak vergeleken met het profiel van een olifantenkop. In het noorden en westen leunt het voorhoofd tegen de grens met Myanmar (het voormalige Birma) terwijl de oren de grens met Laos en Cambodja markeren. De slurf, die bij Bangkok begint en een barrière tussen de Andamanse Zee en de Golf van Thailand vormt, loopt tot Maleisië in het uiterste zuiden. Om de keuken van dit rijkgeschakeerde land volledig te kunnen begrijpen, is enige kennis van diverse factoren, zoals migratie, religie en geografie, onontbeerlijk.

Elke wereldkeuken heeft zich in de loop der eeuwen ontwikkeld aan de hand van invloeden van veraf en dichtbij. Thailand vormt daarop geen uitzondering en heeft op culinair vlak ideeën overgenomen uit de buurlanden Birma, Laos, Cambodja en Maleisië. Birmese curry's, zoals hungleicurry (zie blz. 239), of *kaeng hunglei*, zie je vooral in het noorden, terwijl gerechten van Maleisisch islamitische origine vooral in zuidelijke provincies gegeten worden. Het beroemdste van deze moslingerechten – en wereldwijd een van de meest geliefde – is massamancurry met rundvlees (zie blz. 231), of *kaeng matsaman nuea*, waarvan de currypasta bestaat uit een mengsel van onder andere komijn, koriander, kaneel en kardemom.

Ook migratie heeft een stempel op de Thaise keuken gedrukt. Zo zijn noedels, een voornaam bestanddeel van het Thaise dieet, eeuwen geleden door Chinese immigranten geïntroduceerd, een feit dat nog uit de naam – *khanom chin* – blijkt. Diverse desserts op basis van eidooier, zoals gouden eidooiertranen (zie blz. 422), of *thong yod*, dateren uit de tijd van de Portugese kolonisten in Ayutthaya, de hoofdstad van Siam (zoals Thailand vroeger heette), tussen 1350 en 1767. Chilipepers en tomaten – die in het hele land op grote schaal gebruikt worden – zijn aan het begin van de zestiende eeuw in Zuidoost-Azië geïntroduceerd door de Spanjaarden en Portugezen, na de verovering van de Amerika's.

Hoewel er altijd dynamisch contact tussen Thailand en de rest van de wereld heeft bestaan, is de belangrijkste religie van het land, het boeddhisme, verrassend constant gebleven. Het boeddhisme drukt een stempel op diverse aspecten van het Thaise leven, waaronder ook

de keuken. Voor zonsopkomst lopen op het platteland, in steden, op markten en zelfs op de rijstvelden boeddhistische monniken rond in hun kenmerkende oranje gewaden om voedselgiften van gelovigen in ontvangst te nemen. De hoeveelheid giften bereikt een hoogtepunt tijdens religieuze feestdagen en ceremonies, en het is zelfs zo dat veel gerechten traditioneel alleen gemaakt worden tijdens bepaalde jaargetijden of ter gelegenheid van specifieke culturele of religieuze festiviteiten. Rode kleefrijst met sesamzaadjes (zie blz. 442), of *khao niew daeng*, wordt bijvoorbeeld klaargemaakt tijdens Songkran, het boeddhistische feest ter ere van het Thaise nieuwjaar.

De laatste factor van belang in de Thaise keuken is het adembenemende, gevarieerde landschap. Thailand kent verschillende gebieden en klimaten, van de heuvels en gebergten van Chiang Rai en Loei tot de kusten van Krabi en Songkhla, het kurkdroge noordoosten en het laagland rondom Bangkok. Elk regio heeft zijn eigen flora en fauna, en de verschillen zorgen voor een uiterst gevarieerde, rijke keuken met talloze regionale specialiteiten.



Thailand: van noord naar zuid

Thailand bestaat uit zevenenzeventig provincies die administratief – nogal verwarrend – in vier of zes grotere regio's ingedeeld zijn. De eerste indeling maakt onderscheid tussen Noord-Thailand, Noordoost-Thailand (of Isaan), Centraal-Thailand en Zuid-Thailand. Voor de tweede verdeling zijn de grenzen van dezelfde gebieden enigszins gewijzigd, en worden er twee kleintjes toegevoegd: Oost-Thailand en West-Thailand. De uitgestrektheid van West-Thailand maakt het onmogelijk om het landschap en de tradities, en daarmee de keukens, als geheel te omschrijven, maar de andere vijf zijn uitgesproken genoeg om te bespreken.

Noord-Thailand

Het noorden van Thailand vormt de grens met Myanmar en Laos, en is het meest bergachtige gebied van het land. In dit gebied, dat vroeger dicht bebost was, leven diverse bergvolken. Het klimaat is er gevarieerder dan elders in Thailand, maar het is er overwegend koeler en minder vochtig. Het heuvelachtige landschap en relatief koele klimaat verklaren deels waarom varkensvlees een voorname rol in het lokale dieet speelt. Tot de specialiteiten behoren onder andere zuur worstvlees in bananenblad (zie blz. 97), of *nhaem nua*, en de beroemde pikante Thaise worstjes (zie blz. 274), of *sai ua*. Een andere populaire delicatessen is varkenskaantjes (zie blz. 94), of *khaep moo*, dat op zich geserveerd wordt, maar dat men ook in andere gerechten verwerkt.

De Noord-Thaise keuken kent ook diverse rijstspecialiteiten. Een van de beroemdste is kleeftijst (zie blz. 378), of *khao niao*, die traditioneel in geweven bamboe manden gestoomd en met de hand gegeten wordt. Rijst met zwarte sesamzaadjes (zie blz. 384), of *khao nook nga*, is misschien wel het interessantste en meest verfijnde van alle rijstgerechten. Tegelijkertijd geven gefermenteerde-rijstnoodels, of *khanom chin*, en eiernoodels van tarwe blijk van de sterke Chinese invloed. Beroemde specialiteiten zijn onder andere rijstvermicelli met ananas en kokosmelk (zie blz. 410), of *khanom chin sao nam*, en noedelsoep met varkensvlees (zie blz. 192), of *kuai tiao Sukhothai*, een klassiek gerecht dat vernoemd is naar de voormalige hoofdstad.

Noordoost-Thailand (Isaan)

Noordoost-Thailand is de grootste regio en beslaat ongeveer een derde deel van het land. Het gebied bestaat uit een enorme vlakte, in hoogte variërend van 100 tot 200 meter, die bekend is om zijn onvruchtbare grond en droge klimaat, waardoor de mogelijkheden voor landbouw en veeteelt beperkt zijn. De helft van de landbouwgrond bijvoorbeeld bestaat uit rijstvelden, maar de opbrengst is er uiterst mager vergeleken met die van Centraal-Thailand.

De keuken van het noordoosten is een afspiegeling van de klimatologische en economische omstandigheden. Zo eet men er, net als in veel andere arme streken, overwegend kleeftijst in plaats van de hoger aangeschreven langkorrelige rijst. Aan deze kleeftijst voegt men nogal ongebruikelijke ingrediënten toe, zoals koeienhuid, gedroogde kikkers en diverse insecten. Tot de populairste insecten behoren bamboerupsen, krekels, reuzenwaterkevers, sprinkhanen en, niet te vergeten, weefmieren en poppen van de zijderups. Ze zitten onder andere in gerechten zoals groene curry met zijderupsoppen (zie blz. 251), of *kaeng hhiao wan dak dae mhai*, en geroosterde krekels (zie blz. 100), of *ching reed khua sa mun phrai*. Hoewel het merendeel van de insecten in het wild gevangen wordt, is ook kweek tegenwoordig een optie – in het noorden betreft het dan vooral krekels, en in het zuiden palmkevers.

Het gebruik van specerijen en kruiden verschilt van dat in de rest van het land. Zo gebruikt men er bijvoorbeeld veel rode peper, wat sommige gerechten nogal ontoegankelijk maakt voor de ongeoefende eter, zelfs voor Thai. Daarnaast spelen zure smaken een belangrijke rol, meestal in de vorm van blaadjes van bomen of struiken. Veel in het wild geplukte en verzamelde groenten worden zowel rauw als gekookt gegeten, maar vanwege het zuur worden ze ook gebruikt als tegenwicht voor de hete pepers.

Het zoute element in de noordoostelijke keukens bestaat meestal uit gefermenteerde zoetwatervis, *pla ra*, en de saus ervan, *nam pla ra*. Een bekend recept is pikante gefermenteerde-visdip (zie blz. 45), of *jaew bong*, een bijgerecht waarin scherpe pepers gecombineerd worden met zoute gefermenteerde zoetwatervis en zure tonen van tamarindepuree en limoensap. Daar-



Noedelsalade met waterslakken blz. 143

ซุกหอยขม

Noedelsalade met waterslakken

Herkomst Noordoost

Vorbereidingstijd 30 minuten, plus tijd om te weken

Bereidingstijd 15 minuten

Voor 2 personen

400 g kleine zoetwaterslakken

60 g gedroogde glasnoedels

2 tl witte azijn

1 kleine bananenbloem

300 g slangenkopvis of meerval, schoongemaakt

1 el chilivlokken

3 sjalotjes, in ringen

1 el vissaus

1 el zoetwatervissaus (nam pla ra)

1 el tafelsuiker

1½ tl limoensap (desgewenst)

1 el geroosterde sesamzaadjes

3 bosuitjes, in dunne plakjes

1 handvol jonge phak tiu (*Cratogeomys formosum*) of tamarindeblaadjes, in reepjes

1 handvol chayotescheuten of jonge spinazie, gesneden

1 handvol muntblaadjes

Garneer met

4–5 Spaanse pepers

2 el gebakken sjalotjes (blz. 64)

Week de slakken 1–2 uur in een kom lauw water, giet ze af en zet ze opzij.

Week de noedels 10 minuten in een kom water, giet ze af en blancheer ze 1 minuut in kokend water, of volg de aanwijzingen op de verpakking. Giet ze af en zet ze opzij.

Om de bananenbloem schoon te maken en te prepareren moet je om te beginnen een grote kom water met azijn klaarzetten. Verwijder de buitenste, rode dekbladeren, inclusief de smalle witte sliertjes. Snijd de top en onderkant van het hart van de bloem, snijd het hart vervolgens in de lengte in kwarten en leg de parten in het azijnwater. Pel en was de laagjes van de bloemen, en gooi de fijne bloesem weg. Snijd de blaadjes in 5 mm brede reepjes, doe ze terug in het azijnwater en zet ze opzij.

Breng 750 ml water aan de kook, doe er de slakken bij, draai het vuur laag en laat ze 5 minuten pruttelen. Giet ze af, gooi de huisjes weg en zet ze opzij.

Breng in een andere pan 350 ml water aan de kook en kook de vis 7–10 minuten. Giet af, verwijder de graatjes en velletjes, en trek het vlees in kleine vlokken. Zet ze opzij.

Stamp de chilivlokken en sjalotjes fijn in een vijzel. Doe ze met de slakken en de vlokjes vis in een kom, en hussel alles goed door elkaar. Giet de plakjes bananenbloem af, spoel ze onder de koude kraan en laat ze opnieuw uitlekken. Doe ze met de andere ingrediënten bij de slakken in de kom en hussel alles goed door elkaar. Garneer de salade met de pepertjes en gebakken sjalotjes, en zet hem op tafel.

Foto blz. 142





Kokossoep met melinjoblad en garnalen blz. 183

ต้มกะทิผักเหมียงกุ้งสด

Kokossoep met melinjoblad en garnalen

Herkomst Zuid

Vorbereidingstijd 5 minuten

Bereidingstijd 5 minuten

Voor 2 personen

475 ml kokosmelk

1 el garnalenpasta

1 tl tafelsuiker

½ tl zout

1 handvol melinjoblaadjes of jonge spinazie

4–5 rauwe garnalen, gepeld en zonder darm, met staart

Breng de kokosmelk in een grote pan aan de kook. Roer er de garnalenpasta, suiker en het zout door, en breng terug aan de kook. Voeg de melinjoblaadjes en garnalen toe, breng aan de kook, draai het vuur laag en laat de soep 2 minuten pruttelen, of tot de garnalen gaar zijn. Schep de soep in kommen en zet ze op tafel.

Foto blz. 182

แกงเลียงสมุนไพรสดพริกขี้หนู

Pikante groentesoep met garnalen

Herkomst Midden

Vorbereidingstijd 10 minuten, plus tijd om te weken

Bereidingstijd 7–10 minuten

Voor 4 personen

1 el vissaus

1 tl zout

1 el tafelsuiker

200 g rauwe garnalen, gepeld en zonder darm, met staart

500 g Thaise pompoen, in blokjes

1 hele vleugelkomkommer, in blokjes

2 jonge watermeloenen, in blokjes

2 maïskolven (alleen de korrels)

500 g fleskalebas, in blokjes

200 g gedroogde garnalen

25 g citroenbasilicumblaadjes

Voor de chilipasta

5 gedroogde rode pepers, zonder zaadjes

2 el fijngehakte vingerwortel

1 el zwarte peperkorrels

7 sjalotjes, gehakt

1 el garnalenpasta

2 el gedroogde garnalen

Week de gedroogde pepers voor de chilipasta 15 minuten in een kom warm water tot ze verzadigd zijn, giet ze af en hak ze fijn.

Stamp de pepertjes, vingerwortel, peperkorrels en sjalotjes fijn in een vijzel, en roer er de garnalenpasta door.

Breng de chilipasta met 475 ml water op laag vuur zachtjes aan de kook. Roer er de vissaus, het zout en de suiker door. Voeg de pompoen, vleugelkomkommer, watermeloen, maïs, kalebas en gedroogde garnalen toe, en roer goed. Laat de soep 7–10 minuten koken, roer er de citroenbasilicumblaadjes door en zet hem op tafel.





เมนูราดหน้าไก่

Gebakken noedels met kip en jus

Herkomst Midden

Vorbereidingstijd 15 minuten

Bereidingstijd 13 minuten

Voor 4–5 personen

2 tl sojasaus

45 g tapiocameel

400 g kipfilet, in reepjes van ½ cm

300 g Chinese eiernoedels

60 ml plantaardige olie, plus extra om te sprenkelen

4 teentjes knoflook, geplet

1,4 liter kippenbouillon

1½ el gezouten sojabonen

1 el sojasaus

75 ml oestersaus

1 el tafelsuiker

1 tl gemalen zwarte peper

250 g bamboescheuten in pekel, uitgelekt en in staafjes van 1 cm

150 g champignons uit blik

Garneer met

2 bosuitjes, in staafjes van 1 cm

4–5 rode pepers, zonder zaadjes

Serveer met

een keur aan smaakmakers, zoals tafelsuiker, gedroogde chilivlokken, vissaus en witte azijn.

Doe de sojasaus met 1 eetlepel tapiocameel in een platte kom en hussel er de reepjes kip door. Dek de kom af met plasticfolie en laat de kip zo minstens 10 minuten staan.

Vul een pan tot halverwege met water en breng aan de kook. Verdeel de noedels in porties en kook ze 2–3 minuten, of volg de aanwijzingen op de verpakking. Schep ze met een schuimspaan op een serveerbord, sprenkel er een klein beetje olie over om te voorkomen dat ze aan elkaar plakken of uitdrogen, en zet ze opzij.

Verhit de olie in een wok op matig vuur en roerbak de tenen knoflook 1 minuut, of tot ze goudbruin zijn en flink geuren. Doe er de reepjes kip bij, draai het vuur iets hoger en roerbak ze 2–3 minuten, of tot ze gaar beginnen te worden.

Maak de jus door de bouillon bij de kip te gieten en aan de kook te brengen. Voeg de gezouten sojabonen, sojasaus, oestersaus, suiker en zwarte peper toe, draai het vuur laag en laat de reepjes kip al roerend 5 minuten zachtjes pruttelen tot ze gaar zijn.

Doe de diverse smaakmakers in kommetjes en zet ze opzij.

Maak de rest van het tapiocameel in een kom aan met 75 ml water en roer er een glad papje van.

Draai het vuur onder de wok half-hoog en voeg het tapiocapapje met kleine beetjes tegelijk toe om de jus te binden. De textuur moet lekker dik, maar nog wel schenkbaar zijn. Voeg de bamboescheuten en champignons toe, breng aan de kook en laat ze 2–3 minuten koken.

Schep de kip en jus over de noedels en garneer met de bosuitjes en pepertjes. Serveer met de suiker, chilivlokken, vissaus, en witte azijn.

Foto blz. 401

Gebakken noedels met kip en jus blz. 400



Desserts



ข้าวโพดคั่ว

Maïs met jonge kokosnoot

Herkomst Noordoost
Vorbereidingstijd 3 minuten
Bereidingstijd 15 minuten
Voor 2 personen

80 g geraspte verse kokosnoot, of 40 g geraspte ongezoete droge kokos
2 maïskolven, zonder dekblad
1½ el tafelsuiker
¼ tl zout

Als je geraspte ongezoete droge kokos gebruikt moet je die eerst 10 minuten in een kaasdoek in een stoompan zacht laten worden. Zet de pan van het vuur en laat de kokos afkoelen.

Kook de maïskolven 10–12 minuten, giet ze af en snijd de korrels los. Gooi de kolven weg. Hussel de maïskorrels en bijna alle kokos (bewaar een klein beetje als garnering) in een kom door elkaar en roer er de suiker en het zout door. Strooi er vlak voor het serveren de apart gehouden kokos over.

แกงবাদข้าวโพด

Maïs in kokosmelk

Herkomst Midden
Vorbereidingstijd 10 minuten
Bereidingstijd 10 minuten
Voor 2–3 personen

400 ml kokosmelk
100 g rietsuiker, palmsuiker of lichtbruine basterdsuiker
½ tl zout
400 g maïskorrels

Breng de kokosmelk in een pan op matig vuur aan de kook, doe er de suiker en het zout bij, en blijf roeren tot de suiker opgelost is. Roer er de mais door en breng de melk terug aan de kook. Draai het vuur laag en laat de maïs terwijl je regelmatig roert nog 4–5 minuten koken. Serveer warm of koud.



ตะกั่วข้าวโพด

Pandanpudding met maïs

Herkomst Zuid
Vorbereidingstijd 10 minuten
Bereidingstijd 25 minuten
Voor 15–20 bakjes

1 kg bananenbladeren, in rondjes van 15 cm
50 g mungbonenmeel
200 g superfijne tafelsuiker
175 g gekookte maïskorrels
250 ml pandanextract (blz. 63)

Voor de kokostopping
400 ml kokosmelk
80 g rijstbloem
½ tl zout
2 el superfijne tafelsuiker

Maak om te beginnen 15–20 bakjes van bananenbladeren. Leg voor elk bakje twee ronde stukjes blad met de glimmende kant aan de buitenkant op elkaar. Vouw een rand van ongeveer 3 cm omhoog en vouw de rand in een plooi in elkaar zodat je een rechte hoek krijgt. Zet het blad met een cocktailprikker of een nietje vast, en herhaal dit nog drie keer zodat je een vierkant bakje krijgt.

Meng het mungbonenmeel met de suiker, maïs, het pandanextract en 250 ml water in een pan. Warm het mengsel 7–8 minuten al roerend op matig-laag vuur op tot het dik en transparant is.

Schep ongeveer 1 eetlepel van het mengsel in elk gevouwen bakje, of tot ze tot 5 mm onder de rand gevuld zijn. Zet ze opzij.

Maak de topping door de kokosmelk, rijstbloem, suiker en het zout, al roerend, 6–7 minuten op matig vuur te koken. Schep ongeveer ½ eetlepel van de topping op de puddinkjes, laat ze afkoelen en zet ze op tafel.

ขนมขยหนู

Gestoomde rijstbloem met een laagje kokos

Herkomst Midden
Vorbereidingstijd 5 minuten, plus tijd om te weken
Bereidingstijd 15 minuten
Voor 4 personen

500 g superfijne tafelsuiker
500 g rijstbloem
vruchtvlees van 2 kokosnoten, in dunne reepjes
50 g zout

Garneer met
jasmijnbloesem

Breng 475 ml water en de suiker in een pan op matig vuur aan de kook. Roer tot de suiker opgelost, en het mengsel stroperig is, zet de pan van het vuur en laat afkoelen.

Sprenkel 120 ml water op de rijstbloem, en zeef de vochtige rijstbloem door een zeef in een kom. Stoom de rijstbloem 10 minuten in een kaasdoek, doe het in een grote kom en laat afkoelen.

Giet de koude suikersiroop geleidelijk aan bij de afgekoelde gestoomde rijstbloem en schep ze met een spatel door elkaar.

Meng het kokosvruchtvlees en zout in een kom, en roer het door de rijstbloem. Schep het mengsel in een serveerkom, garneer met jasmijnbloesem en zet de kom op tafel.



Zoete banaan blz. 455

กล้วยคลุกมะพร้าว

Banaan met geraspte kokos

Herkomst Midden
Vorbereidingstijd 5 minuten
Bereidingstijd 10 minuten
Voor 5 personen

80 g geraspte jonge kokos
 10 rijpe kleine bananen
 2 el tafelsuiker
 ½ tl zout

Strooi de geraspte kokos op een bord of in een platte kom.

Stoom de ongepelde bananen zo'n 10 minuten in een stoompan tot ze zacht zijn. Pel ze, snijd ze in stukjes van 2,5 cm en rol ze door de geraspte kokos om ze een jasje te geven.

Meng de suiker en het zout, strooi ze over de stukjes banaan en zet ze op tafel.

ขนมกล้วย

Zoete banaan

Herkomst Midden
Vorbereidingstijd 5 minuten
Bereidingstijd 30 minuten
Voor 5 personen

100 g geraspte verse kokos
 ½ tl zout
 10 rijpe kleine bananen, gepeld en geprakt
 160 g rijstbloem
 200 g rietsuiker, palmsuiker of lichtbruine basterdsuiker
 250 ml kokosmelk

Meng de geraspte kokos en het zout in een kommetje. Houd de helft apart als garnering.

Doe de banaan met de rijstbloem, suiker, het kokos-zoutmengsel en de kokosmelk in een grote kom en roer ze goed door elkaar. Giet het mengsel in kleine ramekins of andere hittebestendige kommetjes, en strooi er de apart gehouden kokos over. Stoom de desserts 30 minuten en zet ze op tafel.

Foto blz. 454

กล้วยไข่เชื่อม

Gekaramelliseerde bananen

Herkomst Midden
Vorbereidingstijd 10 minuten
Bereidingstijd 30–35 minuten
Voor 4 personen

300 g superfijne tafelsuiker
 2 pandanbladeren, in reepjes
 8 halfrijpe kleine bananen, gepeld, of 4 gewone bananen, overdwars doormidden gesneden
 1 tl limoensap
 120 ml kokosmelk
 1 tl bloem
 een snufje zout

Breng in een wok op matig vuur 475 ml water aan de kook, doe er de suiker bij, draai het vuur laag en laat 5 minuten pruttelen. Doe er de reepjes pandanblad bij, breng terug aan de kook en zet de pan van het vuur.

Giet de siroop door een fijne zeef in een pan en gooi het pandanblad weg. Doe de bananen in de pan, zet ze op matig-laag vuur, en laat ze 12–15 minuten aan elke kant pruttelen tot ze glimmen en alle siroop geabsorbeerd hebben. Sprenkel er het limoensap over en zet de pan van het vuur. Schep de bananen op een bord en zet ze opzij.

Meng de kokosmelk, bloem en het zout in een kleine pan en laat ze 2–3 minuten op matig-laag vuur inkoken. Zet de pan van het vuur, sprenkel de roomsaus over de gekaramelliseerde bananen en zet ze op tafel.

