

---

CULINAIR

# De kleurrijke Peruaanse keuken

Als half-Peruaanse beschikt Katinka Lansink Dodero over een gigantische kennis over het Zuid-Amerikaanse land en zijn keuken. Met het kookboek *Mi casa Peru* zet ze de kooktradities en diverse smaken op de kaart.

TEKST MIREILLE SNEEKES FOTOGRAFIE SUSAM PANG





## CULINAIR

# A

Is enige van de drie kinderen van haar gezin werd Katinka Lansink Dodero geboren in Nederland. Haar twee oudere broers zagen namelijk in Denemarken en Venezuela het levenslicht. De drie zijn het nageslacht van een Peruaanse moeder en een

Nederlandse vader en de oudere broers maakten Katinka maar wat graag duidelijk dat zij toch wel echt Hollands was in vergelijking met hen. Daar trok Katinka zich echter niets van aan. Ook al groeide ze op in de bossen van Apeldoorn en was zij dus het verst verwijderd van de 'latino-wortels', al van jongs af aan ging de familie - wanneer de politieke situatie in het land het toeliet - naar Peru. En dat voelde voor Katinka heel normaal. Tuurlijk besepte ze dat het niet normaal was om zo ver te reizen, maar ze kon er enorm van genieten. De tekenspullen en gerookte amandelen die ze van de stewardessen kreeg tijdens de lange vliegreis; het bleef haar allemaal bij.

Haar jongste herinnering voert haar terug naar toen ze drie of vier jaar was. Ze was in het huis dat haar familie nog steeds bezit. Het is gehuisvest in Barranco, een mooie wijk in Lima die Katinka zelf vergelijkt met de Jordaan. Er staan kleine, gekleurde huisjes en grote huizen waar de Italiaanse invloeden vanaf spatten. De familie verbleef daar, Katinka's *abuelita* (oma) gaf altijd een tevreden knikje als haar kleinkinderen genoten van haar gerechten en samen gingen ze naar de markt, waar ze handgemaakte kleden en snuisterijen konden kopen. Dat er in een andere taal gesproken werd, was geen issue. Spaans is naast Nederlands de taal van de familie Lansink, dus er was niets vreemds aan die klanken. Het was altijd gezellig.

Tegenwoordig speelt Peru een nog grotere rol in Katinka's leven. Ook richtte ze in 2017 haar bedrijfje 'cevicheceviche' op waarmee Katinka de rijke Peruaanse keuken wil promoten. Het kookboek *Mi casa Peru*, waarin ze 80 recepten uit die keuken deelt, draagt daaraan bij.

## 'Ik nam een KOFFER VOL ETEN mee uit PERU'

### Peru in drie woorden

Katinka: 'Kleurrijk, rijk en Pacha Mama. Die laatste is niet één woord, maar wel één term: Moeder Aarde. Kijk naar de klederdracht en de grote variatie aan groente- en fruitsoorten en je ziet dat Peru een kleurrijk land is. Dat heb ik ook terug laten komen in de omslag van mijn kookboek: een grafische weergave van het Vinicuncagebergte dat ook wel de berg met de zeven kleuren of de Regenboogberg genoemd wordt. De kleuren dankt de berg aan de samenstelling van mineralen in de grond. Peru is dan ook een heel biodivers en rijk land wat grondstoffen





## Recept

# CEVICHE CARRETIILERO

Voor 4 personen | Bereidingstijd 25 minuten

Deze ceviche is relatief nieuw en heel lekker. In de jaren 80 en 90 van de vorige eeuw was Peru in een diepe economische crisis gedompeld. Dit had het positieve effect dat men op creatieve manieren andere inkomsten ging creëren. Zo gingen straatverkopers, de 'vendedoras ambulantes', een combinatieceviche van goedkopere verse en gefrituurde vis verkopen vanuit kruiwagens, de zogenoemde 'carretilla's'. En zo was de ceviche carretillero geboren. Deze werd erg populair en alhoewel je deze ceviche tegenwoordig ook in restaurants kunt eten, is de naam behouden gebleven. Dit gerecht onderscheidt zich van de ceviche clásico doordat het naast vis ook 'chicharrón', oftewel gebakken inktviskopjes, bevat. Ook bevat de tijgermelk altijd gember, bleekselderij en knoflook. Heerlijk om zelf te maken, maar deze ceviche op straat eten als de straatverkoper hem *quick and dirty* voor je heeft klaargemaakt, blijft het allermooist.

## INGREDIËNTEN

- 1 grote zoete aardappel, in chips gesneden
- rode ui
- 7 ijsklontjes
- 1 gekookte Peruaanse choclo of Nederlandse maïskolf
- 800 g brasem
- 1 el zout
- sap van 3 limoenen
- 400 g inktviskopjes (mini)
- 1 tl zout
- 1 tl zwarte vers gemalen peper
- 1 ei
- 150 ml Spa Marie-Henriette
- 25 ml el pisco
- 100 g tempurameel
- 50 g maïsbloem
- druivenpitolie
- ½ aji amarillo of Spaanse peper, gesnipperd
- 1 handvol korianderblaadjes, bewaar de steeltjes voor de tijgermelk

## Voor de tijgermelk

- tijgermelk
- 1 el gebakken ananasblokjes
- ½ teen knoflook
- steeltjes van de koriander
- water

## OOK NODIG

- citrusknijper
- eventueel een mandoline

## BEREIDING

Leg de zoete aardappelchips op een bakplaat en bak ze 20 minuten in een op 200 °C voorverwarmde oven.

Pel en halveer de rode ui en snijd hem daarna in zo dun mogelijke halve maantjes. Ik gebruik een mandoline, maar met een mes gaat het ook prima. Leg ze in een kom water met 5 ijsklontjes, zodat de uien smaak minder scherp en de ui knapperig van structuur wordt. Zet de uien met ijswater in de koelkast. Haal vlak voor het gameren uit de koelkast en laat uitlekken.

Kook de maïs gaar en snijd de korrels van de kolf.

Snijd de brasem in mooie blokjes van 2 x 2 cm, meng goed met het zout en het limoensap en zet 5 minuten in de koelkast.

Meng de ingrediënten voor de tijgermelk en voeg een beetje water toe als de tijgermelk te dik is.

Zeef de tijgermelk en zet deze 5 minuten in de koelkast.

Voeg de tijgermelk toe aan de vis, meng goed maar voorzichtig en zet alles terug in de koelkast.

Spoel de inktviskopjes schoon, dep ze droog en voeg zout en zwarte peper toe.

Maak het tempurabeslag: klopt met een vork het ei los met de Spa Marie-Henriette, pisco en 2 ijsklontjes. Voeg het tempura- en maïsmeel toe.

Het beslag hoeft niet glad te zijn, er mogen klontjes in zitten. Wel moet het beslag goed gemengd en dun zijn.

Haal de inktviskopjes door het beslag en frituur deze 3 minuten in hete druivenpitolie in een diepe pan.

Leg alles op de borden en garmeer met de ui, de zoete aardappelchips, maïs en korianderblaadjes.

## Recept

# ZALMTIRADITO

Voor 4 personen | Bereidingstijd 10 minuten

Oorspronkelijk werd ceviche gegaard in tumbo, ook wel de banaanpassievrucht geheten. Dit is de vrucht met het hoogste vitamine C-gehalte ter wereld. Als ik tumbo's zie, trekt mijn gezicht al samen van 'zuurlijk genot'. De passievrucht is familie van deze vrucht, een stuk minder zuur maar vanwege het zuurgehalte toch heel geschikt voor ceviches en tiraditos. Het grote verschil tussen ceviche en tiradito is de snijwijze en de functie van de tijgermelk. Tiradito is in plakjes gesneden, terwijl ceviche in blokjes gesneden wordt. En waar tijgermelk bij ceviche voor de garing wordt gebruikt, wordt hij bij de tiradito vlak voor het serveren over de vis geschonken en dient dus puur als smaakversterking.

### INGREDIËNTEN

- 1 zoete aardappel
- olie om te frituren
- 400 g zalm, in dunne plakjes gesneden
- 4 snoepkommertjes, in dunne schijfjes geschaafd, om te garneren
- 1 eetlepel zeer fijn gesnipperde rode ui, om te garneren
- 2 eetlepels geroosterde passievruchtzaadjes, om te garneren

### Voor de tijgermelk

- 4 eetlepels aji-amarillosaus
- pulp van 4 passievruchten
- 4 eetlepels mirin
- 4 eetlepels rijstazijn
- 3 eetlepels goede olijfolie extra vierge
- 4 eetlepels pisco

### Bereiding

Meng voor de tijgermelk in een kom de aji-amarillosaus, passievruchtpulp, mirin en rijstazijn met de staafmixer goed door elkaar. Druppel de olijfolie in de tijgermelk om een glad geheel te krijgen. Werk boven een kom de tijgermelk met de bolle kant van een eetlepel door een zeef en voeg de pisco toe. Bewaar de pitjes van de passievrucht.

Flambeer de tijgermelk kort.

Stamp de passievruchtpitjes kort fijn in een vijzel. Rooster ze 1 minuut in een droge koekenpan en laat afkoelen.

Snijdt met de fijnsnijder heel dunne sliertjes van de zoete aardappel tot je een handvol hebt. Verhit olie in een pan en frituur de sliertjes 2 minuten. Laat uitlekken op keukenpapier. Als ze afgekoeld zijn, heb je chipssliertjes.

Schik de zalmplakjes als carpaccio op een bord. Schenk de tijgermelk erover. Garmeer met de komkommertjes, de rode ui, de geroosterde passievruchtpitjes en de zoete aardappelsliertjes.

Tip: je kunt de crunchy passievruchtpitjes ook vervangen door geroosterde zwarte sesamzaadjes.



De Peruaan is HEEL  
TROTS op wat  
Moeder Aarde geeft'

## Recept

# AJÍ DE COLIFLOR (GEROOSTERDE BLOEMKOOI MET ROMIGE PIKANTE PINDASAU)

Voor 4 personen | Bereidingstijd 50 minuten

Deze meest geliefde en gehate groente ter wereld heb ik nooit echt lekker gevonden. Maar geroosterd met een lekkere dressing is zelfs de bloemkool niet te versmaden. Een traditioneel Peruaans gerecht is ají de gallina, kip met een romige en pikante notensaus. Dit is een vegetarische variant in een modern jasje. En zo vind ik de bloemkool heerlijk!

## INGREDIËNTEN

- 400 g bloemkool
- 4 el arachideolie
- 2 el achiote
- 1 tl cayennepeper
- snuffe zeezout
- 1 tl oregano
- 50 ml Griekse yoghurt (vegan: weglaten)
- zeste en sap van 1 limoen
- zeste van 1 sinaasappel

## Voor de notendressing

- arachideolie
- 3 tenen verse knoflook, gekneusd
- 50 g ongebrande pinda's
- 1 ají amarillo of groene jalapeño
- 1 el ají panca
- ½ tl fijngestampte komijnzaad
- 25 ml koffiemelk
- ½ tl zeezout
- 50 ml water
- sap van 1 sinaasappel

## OOK NODIG

- keukenkwastje
- zesteur

## BEREIDING

Verwarm de oven voor op 230 °C. Snijd de bladeren van de bloemkool, gooi lelijke exemplaren weg en bewaar de rest.

Leg op een met bakpapier beklede bakplaat de in twee stukken gesneden bloemkool en de bladeren. Dit snijden doe ik op de bakplaat, omdat bloemkool makkelijk uit elkaar valt. Zo gaat er niets verloren.

Meng 4 el arachideolie met de achiote, de cayennepeper, het zout en de oregano. Bestrijk de bloemkool hiermee. Gebruik hiervoor een kunststof kwastje. Was dat meteen af, want de achiote is een rode kleurstof! Doe in de oven en bestrijk alles na

20 minuten met olie, zodat de marinade echt goed intrekt. Rooster de bloemkolen vervolgens nog 20 minuten. Haal ze uit de oven zodra de helften mooi bruin zijn. Verwarm een scheutje arachideolie in een koekenpan, fruit daarin de knoflook tot deze goudgeel is en haal uit de pan. Rooster de pinda's kort op laag vuur in een droge koekenpan. Net als pijnboompitten zijn ze klaar als ze goudbruin zijn. Let op: dit gaat snel. Verwijder de zaadlijsten uit beide ajíes en fruit de pepers in de olie van de knoflook 3 minuten op laag vuur. Meng in een kom alle ingrediënten van de pindadressing, inclusief de olie waarin de ajíes gefruit zijn, met

een staafmixer tot een gladde saus. Giet het water erbij tot de saus dun genoeg is. Serveer de bloemkool op de bakplaat, royaal overgoten met de notendressing. Zelf vind ik het het allerlekkerst als je de bloemkool niet meer ziet! Meng de Griekse yoghurt met de zeste en sap van de limoen en sprenkel het mengsel over de notendressing. Strooi als laatste de sinaasappelzeste over het gerecht.

Tip: een paar se of gele bloemkool oogt heel mooi als je die kunt vinden! Serveer met een frisse salade en rijst. Doe erwtjes en veel fijngehakte basilicum door de rijst.



---

## CULINAIR



en flora en fauna betreft. Er wordt goud gewonnen, je vindt er allerlei diersoorten, er zijn oneindig veel diverse smaken en groenten als mais, maar ook aardappelen heb je er in vierduizend soorten. De Peruaan is heel trots op wat Moeder Aarde allemaal geeft en gaat daar heel voorzichtig mee om. Dat zie je terug in de keuken doordat er vrijwel altijd zo vers mogelijk wordt gekookt. Alles zelf maken is iets wat mijn moeder me dan ook stevast meegaf.'

### Gastvrij

Katinka: 'In de Peruaanse cultuur is familie een basiswaarde. Familie is eigenlijk alles, dus als mijn ouders op bezoek gingen bij vrienden, namen ze mij, mijn broers en de huisdieren mee. En als we naar bed moesten, dan sliepen we alvast even op de bank. Andersom is iedereen bij ons ook welkom. Al van jongs af aan mochten vriendjes en vriendinnetjes aanschuiven en werden ze uitgenodigd voor onze familiebarbecue. Het grappige is, zij hebben nog steeds warm contact met mijn moeder en komen er nog altijd over de vloer, ook zonder mij, waardoor mijn moeder soms eerder op de hoogte is van wat ze meemaken dan ik zelf (*lacht*). Ik heb altijd geleerd dat je iets als familie samen oppakt.

## In Peru heb je aardappelen in DUIZENDEN soorten

Nu met corona bijvoorbeeld, dan zorgt de oudere generatie zoals mijn moeder op afstand voor de oudere generatie in Peru. Eerder, toen het politiek gezien onrustig was, konden we helaas niet samen naar het land afreizen. Toen ging mijn moeder er dus alleen naartoe als er écht iets aan de hand was, of als er een familielid ziek was. Ook als er nu iets ernstigs gebeurt, pakken we dat als team op.'

### Ceviche

Katinka: 'Ik ben zowel met mijn moeders kookstijl als die van wijlen mijn vader opgegroeid. Iedereen kookte thuis, want ook mijn broers kunnen fantastisch koken en zelf probeerde ik van jongs af aan al van alles. Het echte experimenteren met ingrediënten begon vanaf mijn studietijd. Ik was met mijn tante Lily gaan eten bij Astrid y Gastón; een beroemd restaurant in Lima. Alles wat ik die dag at, waaronder de ceviche waar ik geen genoeg van kon krijgen, was verrukkelijk en triggerde me om zelf met Nederlandse ingrediënten iconische gerechten als deze te maken. Zo'n vijftien jaar kook ik nu op deze serieuze manier en ik merk dat ik het rustgevend vind. Ik zet muziek op, richt me op wat er voor me ligt en probeer

## Recept

# KOKKELS IN KOKOSTIJGERMELK

Voor 4 personen | Bereidingstijd 15 minuten

Iedereen is dol op vongole, maar *what about* kokkels? Zelf kies ik daar altijd voor, omdat ik dat niet alleen lekkerder vind, maar ook duurzamer. O, en het scheelt ook enorm in prijs, als je deze mooie schelp van Nederlandse bodem gebruikt.

### INGREDIËNTEN

- 2 kg kokkels
- zout
- 250 ml kokosmelk (suggestie: Aroy)
- 4 eetlepels tamarindepasta
- sap van 2 mandarijnen
- sap van 2 limoenen
- 2 chilipepers, in confetti gesneden, om te gameren
- 2 handenvol fijngehakte peterselie om te gameren

### BEREIDING

Spoel de kokkels af en zet ze 1 uur onder in koud water met zout zodat ze eventueel zand 'uitspugen'. Spoel ze opnieuw af en kook de kokkels 10 minuten totdat ze opengaan. Voeg verder niets toe.

Giet de kokkels af via een fijne zeef en doe het kookvocht terug in de pan. Voeg de kokosmelk, de tamarinde, het sap van 1½ mandarijn en van 1½ limoen toe aan het kookvocht, breng dit aan de kook en laat 1 minuut koken. Laat het afkoelen buiten de koelkast en zet het dan in de koelkast.

Leg de kokkels in een kom en giet de koude tijgermelk er royaal overheen. Bewaar wat tijgermelk. Garneer met de chilipeper en peterselie en knijp een halve mandarijn en een halve limoen over alles uit. Schenk de tijgermelk in kleine kopjes en serveer naast de borden. Zorg ervoor dat hij echt koud is, zoals een gazpacho.





Elk gerecht vertelt  
zijn **EIGEN**  
VERHAAL

van alles uit. En koken voor anderen, ze verwennen, is natuurlijk hartstikke leuk.

Ceviche blijft mijn favoriete gerecht. Je kunt er alle kanten mee op. Ik maak het meerdere keren per week en elke keer smaakt het toch net weer anders, waardoor het zo leuk blijft. Gelukkig vindt mijn vriend, met wie ik samenwoon in Amsterdam, het ook erg lekker.'

## Vers

Katinka: 'Koken gebeurt altijd met verse ingrediënten. Niet zo lang geleden was het nog ondenkbaar dat je in de Nederlandse supermarkten allerlei soorten pepers en kruiden zoals koriander kon kopen. Limoenen waren in tegenstelling tot citroenen ook praktisch onvindbaar, terwijl ceviche daarmee gegeten wordt. Tegenwoordig is dat gelukkig anders en wordt ook hier veel geteeld. Dat ik vroeger altijd een koffer vol cadeautjes meenam naar Peru en die op de terugweg vulde met maiskolven, mango's en limoenen zodat ik twee weken na thuiskomst nog van de authentieke smaken kon genieten, hoeft dus niet meer. Limoenen neem ik wel altijd nog mee, want de Peruaanse zijn kleiner en zoeter. Ook met de Nederlandse kun je heus lekkere ceviche maken. Wat cruciaal is, is dat de vis vers is en je de limoen niet perst, maar uitknijpt, want anders komt het bittertje uit de binnenkant van de limoen mee en dat is zonde. Andere regels van het koken hebben te maken met snijtechnieken, soorten vis en, heel belangrijk: voeg geen smaken zoals zoete tonen toe. Met dat in je achterhoofd zijn de recepten die ik deel, een combinatie van familierecepten, traditionele basisgerechten met een twist en eigen gerechten, heel goed te maken. En ze vertellen allemaal hun eigen verhaal.'

## Recept

### FLAN DE ZAPALLO LOCHE (FLAN VAN FLESPOMPOEN)

Voor 1 grote flan | Voorbereidingstijd 25 minuten | Bereidingstijd 1 uur

Deze flan maakt mijn moeder altijd en als ik moet kiezen, dan is dit een van mijn favoriete zoetigheden. Ook een van de favorieten van mijn testteam overigens. Siroop is een traditionele warme suikersaus die over toetjes wordt gegeten. Bewaar de siroop die over is, in een potje in de koelkast; desserts worden smeueriger als je een scheutje siroop over de te serveren stukjes giet. Voor deze flan wordt specifiek de flespompoen gebruikt, omdat andere pompoensoorten vochtiger zijn.

Mijn moeder en ik hebben de siroop allebei door de jaren heen aangepast. En het mooie is: in een potje kun je hem eindeloos in de koelkast bewaren. Als je de flan in een bak of op een diep bord bewaart, dan is het lekker om hem in een dun laagje saus te laten baden om er op het moment van serveren opnieuw een beetje van overheen te gieten.

#### INGREDIËNTEN FLAN

- boter, om in te vetten
- 2 eieren
- 400 g flespompoen
- 200 ml gecondenseerde melk

#### OOK NODIG

- kleine bakvorm van 20 cm in doorsnee (geen springvorm, die gaat lekken)
- zesteur

#### INGREDIËNTEN MELASSE

- 250 g palmsuiker
- sap van 4 sinaasappels
- sap en zeste van 1 limoen
- schil van 1 sinaasappel
- 1 kaneelstokje
- 1 kruidnagel
- 2 el pisco
- aguaymanto (physalis) voor de garnering

#### BEREIDING

Verwarm de oven voor op 180 °C. Smeer de binnenkant van de bakvorm in met een dun laagje boter zodat je de flan goed uit de vorm kunt krijgen.

## CULINAIR



Klop de eieren kort los in een kom zodat het eigeel en eiwit goed gemengd zijn.

Schil de flespompoen, schraap de zaadlijsten eruit met een lepel, snijd het vruchtvlees in stukken en kook die in ongeveer 20 minuten gaar met een snufje zout in niet te ruim water. Laat de pompoen goed uitlekken. Snijd hem in kleine stukjes zodat ze makkelijker te vermalen zijn. Meng in de keukenmachine tot een puree.

Voeg de gecondenseerde melk en losgeklopte eieren toe en meng tot een dikke schuimige massa.

Doe alle ingrediënten van de siroop - behalve de limoenzeste, pisco en aguaymanto - in een steelpannetje met dikke bodem en laat het koken op middelhoog-laag vuur tot de siroop honingkleurig is. Voeg de zeste toe en laat 10 minuten staan op middelhoog vuur; de siroop blijft een dunne vloeistof die na afkoeling stroperiger wordt. Zeef de siroop en laat afkoelen.

Giet een deel van de siroop in de bakvorm zodat de bodem dun bedekt is. Bewaar de rest van de siroop in een potje, die heb je later nodig.

Schep het pompoenmengsel in de bakvorm en zet die een uur au bain-marie (met kokend water!) in de voorverwarmde oven. Zorg dat de bakvorm zo ver mogelijk in het water staat. Check met een prikker of de flan klaar is: de prikker moet er schoon uit komen. Als de flan in de oven te donker wordt, dek hem dan even af met aluminiumfolie. Laat de flan een uur afkoelen en haal hem dan uit de vorm. Als dat niet goed lukt, zet de bakvorm dan even in een schaal met warm water zodat de flan makkelijker loslaat.

Voeg de pisco toe aan de apartgehouden siroop in het potje, schud goed door elkaar en giet een dun laagje over de flan. Laat de flan lekker 'baden' zodat de smaak erin trekt. Bewaar de flan in de koelkast. Bewaar de siroop die over is om bij het serveren over de partjes te gieten. Serveer de flan koud. Garneer met aguaymanto, een van origine fruitig-zurig Peruaans vruchtje.

### Vegan?

Gebruik gecondenseerde kokosmelk, Vegan Easy Egg (Orogran) en kokosolie om in te vetten.



### TRADITIES

In dit boek deelt Katinka Lansink Dodero 80 uiteenlopende gerechten gebaseerd op de rijke keuken van Peru.

*Mi casa Peru*, 224 pagina's  
Luitingh-Sijthoff, €25