



KATINKA: 'Cocina Nikkei is een kennismaking met de fantastische Peruaans-Japanse keuken. Zij fascineert me mateloos en verveelt nooit met haar creativiteit en prachtige smaakcombinaties.'

Ontdek de spannende Peruaans-Japanse fusionkeuken!

Cocina NIKKEI

Katinka Lansink Dodero - dochter van een Peruaanse moeder en Nederlandse vader - leerde ons met haar boek *Mi Casa Peru* de echte Peruaanse keuken kennen. In *Cocina Nikkei* neemt ze je mee naar de bijzondere fusionkeuken die ontstond toen een grote stroom Japanse immigranten eind 19e eeuw naar Peru trokken.

RECEPTEN, (FOOD)STYLING **KATINKA LANSINK DODERO** FOTOGRAFIE **SVEN BENJAMINS**
ZWART-WIT FOTO **MUSEUM VAN JAPANESE IMMIGRATIE, LIMA** ILLUSTRATIE **FEMKE DEN HERTOEG**



Dit is de Nikkei-keuken

De Peruaans-Japanse Nikkei-keuken staat de afgelopen jaren steeds meer in de belangstelling. Het is een samensmelting van twee totaal verschillende culinaire culturen, een combi van verfijnde Japanse elegantie en uitgesproken Peruaanse kleurige uitbundigheid. Japanse snijtechnieken met Japanse en Peruaanse ingrediënten. Inmiddels is de Nikkei-keuken wereldwijd in opkomst in allerlei ultrahippe restaurants.

OCTOPUS-TIRADITO



De 2400 kilometer lange kustlijn van Peru herbergt maar liefst 2145 vissoorten en zeevruchten. Japan is een eilandengroep omringd door vier zeeën en de bewoners eten vier keer zoveel vis dan andere volkeren. Niet gek dus dat het Nikkei-huwelijk zo 'zeewaardig' is. En met 20.375 plantensoorten, 650 soorten fruit, meer dan 3500 soorten aardappels, 350 soorten chili-pepers en zo'n 50 soorten maïs in Peru valt ook eindeloos te spelen.



OESTERZWAM
in Nikkei-bloem



SMAAKMAKERS UIT DE NIKKEI-KEUKEN

WITTE MISO

Ook wel Saikyo miso (de naam van de producent) genoemd, komt uit Kyoto en is mild, zoet met veel umami door een hoger aandeel rijst en korte fermentatie.

MIRIN

Zoete kookwijn op basis van kleefrijst en suiker, met een laag alcoholpercentage.

RIJSTAZIJN

Milde, zoetige azijn gemaakt uit kleefrijst en water.

NIKKEI-TOGARASHI

Pepermix met gedroogde ají mirasol-peper, wit en zwart sesamzaad, gedroogde gember en gedroogde sinaasappelschil.

YUZU, PONZU & SOJA

Yuzu is de Japanse citroen met specifiek aromatische smaak. Het sap wordt onder meer gebruikt voor ponzu, een saus van mirin, rijstazijn, bonitovlokken, kombu en soja. En sojasaus is natuurlijk ook een belangrijke smaakmaker in de Nikkei-keuken.

AJÍ AMARILLOPASTA

Pittig zoete Peruaanse peper die als pasta wordt gebruikt.

PISCO

Sterke drank van druiven, soms ook gebruikt als smaakmaker.

GYOZA

- hapje of voorgerecht (4 personen)
- lactosevrij
- bereiden ± 30 min. / voorbereiden ± 30 min.

sap van 2 mandarijnen

1 cm gember, in plakjes

3 tenen verse knoflook, geplet

1 tl rietsuiker

2 el mirin

½ el ají amarillopasta*

1 tl witte miso (supermarkt of Aziatische supermarkt)

65 g diervriendelijke eendenleverpaté van Foie Royale (foieroyale.nl)

2 bosuitjes, in dunne ringetjes

rasp van 1 (bio)mandarijn

20 gozavelletjes (Aziatische supermarkt)

olie

rettich, in zeer fijne reepjes gesneden of geraspt (julienne) (Aziatische supermarkt of natuurwinkel)

dulze zeewier (bij de betere vishandel, groothandel of natuurwinkel)
ook nodig: zeef, juliennerasp, microplane, evt. dumplingpers (bijv. van Chefs Cuisine via bol.com)

- 1 Meng in een steelpannetje het mandarijnsap, de gember, knoflook, rietsuiker, mirin, ají amarillopasta en witte miso. Laat ± 5 min. op middellaag vuur koken.
- 2 Haal van het vuur, zeef de dipsaus en laat afkoelen.
- 3 Meng de eendenleverpaté met de bosui en de mandarijnrasp.
- 4 Zet een kommetje met water klaar. Leg een velletje in het deegpersje (als je dat gebruikt) en leg een bolletje eendenlever in het midden.
- 5 Maak de randen van het velletje nat met water, druk het persje goed dicht. Of druk stevig dicht met je vingers.
- 6 Doe een beetje olie in de pan en bak de gyoza aan een of beide kanten goudbruin. Voeg 80 ml water toe en stoom de gyoza met de deksel erop tot het water is opgelost (± 5 min.).

- 7 Leg de gyoza op wat rettich, strooi wat dulze zeewier erover en serveer met de dipsaus.
* Katinka maakt haar **pasta** zelf van verse ají amarillopepers. Je kunt het ook kant-en-klaar kopen van Katinka's recept via westlandpeppers.com.
p.p. ± 405 kcal / 12 g eiwit / 12 g vet / 63 g kh

OCTOPUS-TIRADITO

- voorgerecht (4 personen)
- lactosevrij
- bereiden ± 30 min. / vriezen ± 9 uur + 24 uur

Begin het liefst 1-2 dagen van tevoren met het invriezen van de octopus.

1 gecertificeerde octopus

Saikyo misosaus*

sap en rasp van 1 (bio)sinaasappel

1 tl kappertjes

Nikkei-togarashi*

ook nodig: petfles, zware pot

- 1 Blancheer de octopus door hem kort onder te dompelen in kokend water. Zo wordt hij schoon. Dep droog en vries in. De octopus wordt hierdoor malser voor de bereiding.
- 2 Ontdooi de octopus.
- 3 Vul een pan met koud water. Dompel de octopus twee keer 20 sec. onder en leg hem dan in dezelfde pan. De octopus moet net onder water staan.
- 4 Breng het water met de deksel op de pan aan de kook en laat de octopus 45 min. op laag vuur stoven. Prik in een dikke tentakel om te controleren of hij mals is. Haal de pan van het vuur en laat nog 15 min. staan, giet daarna af.
- 5 Snijd de tentakels los van de kop en gooi alleen het mondje weg wat tussen de tentakels zit, de rest gebruik je.
- 6 Knip de bovenkant van de petfles, zodat je een 'vorm' voor de carpaccio hebt. Druk de octopus stevig in de fles en blijf aandrukken. Zet de fles rechtop in de vriezer en een zware pot bovenop de fles, zodat de octopus stevig aangedrukt blijft. Door de druk en het

vriezen komt de gelatine van de octopus vrij en die bindt de octopus tot een 'worst'.

- 7 Haal de fles na 24 uur uit de vriezer, snijd de fles kapot en snijd de bevroren octopus in dunne carpaccioplakjes.
- 8 Maak de leche de tigre*: meng de Saikyo misosaus naar smaak met het sinaasappelsap.
- 9 Plet de kappertjes, dep ze droog met keukenpapier en rooster ze in een droge pan.
- 10 Verdeel de carpaccio over een grote platte schaal en besprenkel met de leche de tigre. Bestrooi met de sinaasappelrasp, de krokante kappertjes en de togarashi-peper.
* Je kunt de **Saikyo misosaus** ook zelf maken volgens onderstaand recept.
* Katinka maakt **Nikkei-togarashi** zelf, maar je kunt ook kant-en-klare togarashi kopen bij de supermarkt.
* **Leche de tigre** - ook wel tijgermelk genoemd - is een Peruaanse marinade op basis van citrus, voor ceviche.
p.p. ± 284 kcal / 42 g eiwit / 3 g vet / 18 g kh

SAIKYO MISOSAUS

- voor 250 ml (1 potje)
- bereiden ± 5 min.

Kook **150 ml sake** en **150 ml mirin** samen op hoog vuur. Voeg **150 g witte miso** toe en los deze op middellaag vuur op terwijl je roert met een houten lepel. Laat afkoelen en voeg **400 ml rijstazijn** en **1 tl sojasaus** toe. Laat de saus inkoken tot 250 ml. Schenk in een gesteriliseerd potje. Het blijft een maand goed.
per 100 ml ± 356 kcal / 6 g eiwit / 3 g vet / 52 g kh

OESTERZWAM IN NIKKEI-BLOEM

- hapje (4 personen)
- vega
- bereiden ± 15 min.

150 g oesterzwammen

2 el Griekse yoghurt (10% vet)

2 el pisco (slijter)

1 tl zwarte peper

1 tl zout

80 g bloem

1 el Nikkei-togarashi

1 tl gemberpoeder

zonnebloemolie

goma dare* en/of magic mayo*

ook nodig: keukenpapier

- 1 Scheur de oesterzwammen in reepjes van verschillende lengte.
- 2 Meng de Griekse yoghurt, pisco, zwarte peper en het zout.
- 3 Doe de oesterzwammen in het yoghurtmengsel en meng tot ze helemaal bedekt zijn. Doe dit voorzichtig zodat ze niet verder scheuren.
- 4 Meng de bloem met de Nikkei-togarashi en gemberpoeder.
- 5 Verhit in een steelpannetje de olie tot 180°C.
- 6 Haal de oesterzwamreepjes door de bloem tot ze geheel bedekt zijn.
- 7 Doe de oesterzwamreepjes in kleine batches in de olie en frituur 1 min. tot ze goudbruin zijn.
- 8 Serveer met goma dare en/of magic mayo.
* Je kunt de **goma dare** en/of **magic mayo** ook zelf maken met de onderstaande recepten.
p.p. ± 297 kcal / 6 g eiwit / 20 g vet / 21 g kh

GOMA DARE

- voor 250 ml (1 potje)
- bereiden ± 10 min.

Meng op een laag vuurtje **90 g sesampasta**, **40 ml sojasaus**, **30 g poedersuiker**, **40 ml rijstazijn**, **60 ml water**, **½ tl witte miso**, **1 tl dashi**, **½ tl sesamolie** tot een gladde saus, gebruik de staafmixer. Breng op smaak met een beetje zout. Schenk de saus in een gesteriliseerd potje. De goma dare blijft een maand goed.
per 100 ml ± 264 kcal / 8 g eiwit / 16 g vet / 20 g kh

MAGIC MAYO

- voor 250 ml (1 potje)
- bereiden ± 15 min.

Meng **250 ml mayonaise**, **2 el witte miso**, **2 el ají amarillopasta** (kant-en-klaar zie pag. 58), **50 ml arachide-olie**, **30 ml wittewijnazijn** en het sap van ½ limoen goed. Schep de mayo in een gesteriliseerd potje, sluit en zet het op z'n kop in de koelkast. Zo trekt de pot vacuüm en is de mayo langer houdbaar. De mayo blijft twee weken goed.
per 100 ml ± 757 kcal / 3 g eiwit / 77 g vet / 12 g kh **d.**

Om het Japanse zusje van ceviche - de tiradito - te kunnen begrijpen, moet je eerst meer over ceviche weten. Ceviche is erg geliefd in Peru, waar het gerecht deel uitmaakt van het cultureel nationaal erfgoed. Er zijn 500 nationale gerechten en het bekendste en meest geliefde gerecht is ceviche. Het is niet alleen mijn lievelingseten, het heeft ook een rijke geschiedenis en een fascinerende bereidingswijze. Pure scheikunde!



COCINA NIKKEI

Katinka Lansink Dodero
Uitgeverij Luitingh-Sijthoff
€ 29,99