

Pisco sour

Peru proeverij

Nog lang geen zin in de herfst en wil je dat vakantiegevoel vasthouden? Zet deze klassiekers uit de **Peruaanse keuken** *op tafel en de zon gaat vanzelf een beetje schijnen.*



Romige garnalensoep

Gevulde avocado

Stoofschotel van pompoen



Kookboek: *De bijbel van de Peruaanse keuken*
Auteur: Katinka Lansink Dodero
Fotografie: Saskia van Osnabrugge
Uitgeverij: Carrera Culinair
Prijs: € 36,99



Pisco sour

30 ml water – 15 g kristalsuiker – 90 ml pisco quebranta of acholado – 30 ml limoensap – 1 eiwit – 2 ijsklontjes – 2 druppels Angostura bitters

Zet een tumblerglas koud in de vriezer of vul het met ijs. Maak suikersiroop door het water met de suiker op laag vuur te verwarmen tot de suiker is opgelost. Laat het vervolgens afkoelen. Doe de pisco, limoensap, eiwit en suikersiroop in een shaker en shake 10 seconden. Voeg de ijsklontjes toe en shake opnieuw 10 seconden. Schenk de cocktail in het koude glas en druppel voorzichtig de Angostura bitters op het schuim.



Romige garnalensoep

1 kg ongepelde grote garnalen – 80 ml olijfolie – 1 rode ui, fijngesneden – 1 tl knoflook, gekneusd en fijngesneden – 1 chilipeper naar keuze, de zaadlijsten verwijderd en fijngesneden – 2 el tomatenpuree – 1 el gedroogde oregano – 2 l water – 8 vastkokende aardappelen – 50 g langkorrelige rijst – 100 g doperwten – 3 eieren – 1 bol mozzarella, in grove stukken gescheurd – 250 ml koffiemelk – zout en zwarte peper

Spoel de garnalen goed af. Trek de kop eraf en bewaar deze. Verwarm de olijfolie op hoog vuur en bak de ui, knoflook, chilipeper en de garnalenkoppen 2 minuten. Voeg de tomatenpuree en gedroogde oregano toe en bak 5 minuten op laag vuur. Voeg het water toe en breng aan de kook op middellaag vuur. Voeg, als het water kookt, de aardappelen en rijst toe. Laat deze 20 minuten meekoken op laag vuur. Haal de garnalenkoppen uit de soep. Voeg dan de doperwten toe en laat deze 2 minuten meekoken. Doe dan de garnalen erbij en laat deze 3 minuten meekoken. Tik de eieren stuk en voeg deze toe aan de soep, net als de mozzarella en koffiemelk, en roer voorzichtig door de soep. Breng op smaak met zout en zwarte peper. De soep is na 3 minuten klaar.



Gevulde avocado

1 biet, gekookt en in blokjes van 0,5 x 0,5 cm – 150 g pompoen, gekookt en in blokjes van 0,5 x 0,5 cm – 1 tl gemberwortel, geraspt – 1 el groene sla, fijngesneden – 1 takje koriander, fijngesneden – 1 cm chilipeper naar keuze, zaadlijsten verwijderd en fijngesneden – zeste en sap van 1 limoen – ¼ rode ui, fijngesneden – 1 el olijfolie extra vierge – 2 el mayonaise – zout – 2 avocado's

Kook de biet ongeveer 30 minuten tot deze gaar is en laat goed afkoelen. Kook de pompoen ongeveer 15 minuten tot deze zacht is en laat ook afkoelen. Meng in een kom de biet, pompoen, gember, sla, koriander, chilipeper, limoenzeste, rode ui, olijfolie en mayonaise. Breng op smaak met zout en eventueel extra limoensap. Halveer de avocado's, verwijder de pit en schep het vruchtvlees er voorzichtig uit zodat de schil heel blijft. Snijd het vruchtvlees in blokjes en meng voorzichtig door het groentemengsel. Vul de avocadohelften met het mengsel en besprenkel met vers limoensap.



Stoofschotel van pompoen

zonnebloemolie, om in te bakken – 2 grote rode uien, fijngesneden – 3 teentjes knoflook, fijngesneden – ½ romatomaat, fijngesneden – 2 grote iets kruimige aardappelen, in blokjes van 2 x 2 cm – 1 kg flespompoen, kabochapompoen of muskaatpompoen, in stukken van 4 x 4 cm – zout en zwarte peper – 90 g tuinbonen – 100 g maiskorrels, afgespoeld – 75 g feta, verkruimeld – 4 sneetjes boerenbrood, geroosterd – 4 eieren – 1 el wittewijnazijn – 4 kalamata-olijven, fijngesneden – Voor de salsa criolla: 1 rode ui – water met 5 ijsklontjes – 1 aji limo of Spaanse peper, in dunne sliertjes – 2 takjes koriander, fijngesneden – sap van 1 limoen – zout

Maak de salsa: snijd de ui in flinterdunne halvemaantjes. Dat kan met een mandoline of met een scherp mes. Leg de ui in ijswater en laat 5 minuten staan. Hierdoor verdwijnt de uiensmaak. Giet de ui af. Meng voorzichtig met de chilipeper, koriander, het limoensap en het zout. Zet de salsa 5 minuten in de koelkast. Maak de stoofschotel: verhit een beetje zonnebloemolie in een diepe pan en bak de uien en knoflook 10 minuten op laag vuur. Voeg de tomaat toe en laat nog 15 minuten sudderen. Voeg de aardappelblokjes en pompoen toe, breng op smaak met zout en peper en laat 15 minuten op middelhoog vuur met deksel garen. Pureer het geheel kort tot een grove massa. Voeg de tuinbonen, mais en feta toe en laat al roerend op laag vuur indikken tot een stevige stoof. Breng ondertussen 1 liter water tegen de kook aan, voeg de azijn toe en pocheer de eieren circa 4 minuten tot het eiwit gestold is en de dooier zacht blijft. Serveer de stoof met geroosterd brood, een gepocheerd ei, olijven en de koude salsa criolla.

Peruaanse stamppot

1 kg kruimige aardappelen, geschild en in stukken van 4 x 5 cm – zout – 250 g wilde spinazie of raapstelen – 2 el zonnebloemolie – 1 middelgrote rode ui, fijngesneden – 2 teentjes knoflook, fijngesneden – 1 Spaanse peper zonder zaadjes, fijngesneden – 100 g feta

Kook de aardappelen ongeveer 20 minuten in ruim gezouten water tot ze zacht zijn. Giet af en bewaar een kopje kookvocht. Was de spinazie of raapstelen, blancheer 30 seconden in kokend water, giet af en snijd grof. Verhit de zonnebloemolie op middelhoog vuur en fruit de ui circa 5 minuten tot deze glazig is. Voeg de knoflook en Spaanse peper toe en bak 1 minuut mee. Voeg de aardappelen toe en druk ze grof plat tegen de bodem; het moet een grove stamppot blijven, geen puree. Meng de spinazie of raapstelen erdoor en voeg eventueel wat kookvocht toe als het te droog is. Breng op smaak met zout en verkruimel vlak voor het serveren de feta erover. ■