



10	<u>kleine gerechten</u>
36	<u>ingelegd</u>
48	<u>bijgerechten en salades</u>
60	<u>soepen en stoofpotten</u>
78	<u>grote gerechten</u>
96	<u>rijst</u>
106	<u>noedels</u>
128	<u>nagerechten</u>
141	<u>register</u>

De K van Koreaanse ingrediënten

adzukibonen (adukibonen) zijn gedroogde, roodbruine, zoete bonen die vaak in Koreaanse nagerechten worden gebruikt

nashipeer is een typisch Aziatische peersoort

chunjang is een Koreaanse zwartebonensaus

dangmyeon zijn glasnoedels van zoete aardappel

doenjang is een sojabonenpasta; de naam betekent letterlijk 'dikke saus'

garaetteok is een rond Koreaans rijstkoekje

gim (kim) is een eetbare soort zeewier

gochugaru is Koreaans peperpoeder

gochujang is een Koreaanse rode chilipasta

gosari (gedroogd) zijn varenknoppen, de belangrijkste wilde, eetbare groene groenten in Korea

jujube (Chinese dadel) is een zoete, gedroogde rode dadel

kimchi is een traditioneel Koreaans gerecht van gefermenteerde groenten

mandu is een Koreaanse dumpling, vergelijkbaar met pelmeni en pierogi in Slavische landen

myeolchi is gedroogde ansjovis

patbingsu tteok zijn zachte rijstkoekjes, gebruikt voor patbingsu (een nagerecht met geschaafd ijs)

rettich (mu) is groter dan de gewone radijs en is milder van smaak (ook wel daikon genoemd)

rode shiso (paarse perilla), shisozaad – een kruid uit de muntfamilie

saeujeot of jeotgal (trassi) is pasta van gefermenteerde garnalen

somennoedels zijn heel dunne witte Japanse deegslerten

ssamjang is een pittige saus van doenjang, gochujang, sesamolie, knoflook, uien en suiker

(Veel Koreaanse ingrediënten zijn verkrijgbaar in grote supermarkten, die tegenwoordig steeds meer buitenlandse producten verkopen. Het is echter altijd de moeite waard ook het aanbod van Aziatische supermarkten en toko's te bekijken.)

OPEN DOWNSTAIR



SIZE	20	22	24	26	28	30
1/2	1/2	1/2	1/2	1/2	1/2	1/2

04

gyeran jjim

(gestoomde eieren)

porties



voorbereiden



bereiden



ingrediënten

- 4 eieren
- 1 el vissaus of Koreaanse gezouten gamalensaus
- 1 tl zeezout
- 3 lente-uien, fijngehakt

kook

Vul een pan met 5 cm water. Doe een goed passend deksel op de pan en breng het water aan de kook.

klop

Klop ondertussen eieren, 2 dl water, vissaus en zout in 1 minuut tot een luchtig mengsel. Roer de helft van de lente-ui erdoor.

schenk

Schenk het eimengsel in 1 grote of 2 kleine schaaltes die naast elkaar in de pan met kokend water kunnen staan. Zet de schaaltes op een strook gevouwen aluminiumfolie en laat ze voorzichtig in het kokende water zakken. Doe het deksel weer op de pan, draai het vuur laag en stoom de eieren 10 minuten, tot ze gestold zijn.

bestrooi

Strooi de resterende lente-ui over de gestoomde eieren, doe het deksel weer op de pan en stoom de eieren nog 1 minuut. Serveer meteen.

19

pa muchim

(lente-uisalade)

porties

4

voorbereiden

ingrediënten

6 lente-uien, in de lengte in heel dunne reepjes gesneden

1 el sesamololie

1 el sojasaus

1 el rijstazijn

1 el gochugaru

1 tl fijne kristalsuiker

1 tl sesamzaad

doe

Doe de reepjes lente-ui in een kom zeer koud water en laat ze 15 minuten. Door het ijskoude water blijft de lente-ui lekker knapperig.

meng

Maak de dressing door in een kommetje sesamololie, sojasaus, rijstazijn, gochugaru, suiker en sesamzaad te mengen.

serveer

Giet de lente-uien af en laat ze goed uitlekken. Schenk de dressing voor het serveren over de lente-uien.



43

jaengban guksu

(koudenoedelsalade)

porties 

voorbereiden 

bereiden 

ingrediënten

150 g sobanoedels
2 el sesamololie
3 eieren
1 wortel, julienne gesneden
¼ witte kool (200-250 g), in
dunne reepjes
½ komkommer, zaadjes
verwijderd, julienne gesneden
¼ rodekool (200-250 g), in
dunne reepjes
50 g kiemgroenten

3 el sojasaus
1 teen knoflook, geraspt
2 el azijn
1 el gochujang
1 el gochugaru
1 tl sesamzaad
1 tl fijne kristalsuiker

kook

Breng een grote pan met gezouten water aan de kook en kook de noedels 5 minuten. Neem ze met een tang uit het water, laat ze uitlekken in een vergiet en spoel ze af met koud water; meng de noedels in een kom met 1 eetlepel sesamololie. Kook de eieren in dezelfde pan met water 10 minuten.

klop

Maak ondertussen de dressing door sojasaus, knoflook, azijn, gochujang, gochugaru, sesamzaad, suiker en de resterende sesamololie in een kommetje door elkaar te kloppen. Breng de dressing op smaak met sojasaus en azijn.

serveer

Leg de gekookte eieren 5 minuten in een kom koud water, pel ze en snijd ze doormidden. Leg de noedels in het midden van een groot bord en leg de groenten er netjes omheen. Leg de eieren boven op de noedels en geef de dressing er apart bij.

