

# Chinese Kool



## Bijgerecht

Groente

**4 personen**

**Land:** China

**Bereidingstijd:** 15 minuten

**Seizoen:** april t/m januari



## Ingrediënten

- 1 kg Chinese kool
- 1 tl suiker
- 1 el rijstazijn of appelazijn
- 2 plakjes gemberwortel
- 1 teen knoflook in plakjes
- 2 el arachideolie
- 1/2 dl kippenbouillon
- 1 el rijstwijn of sherry
- mespunt zout, een snufje witte peper en eventueel een snufje vetsin
- 1 ei

## Bereidingswijze

1. Verwijder van de Chinese kool de lelijke bladeren en de stronk. Snijd de kool in repen van ca. 2 cm. Was deze en slinger ze droog in een slacentrifuge of theedoek.
2. Los de suiker in de rijstazijn op. Bak de knoflook en gember in een wok of braadpan op een laag vuur in de olie goudbruin. Haal ze uit de wok en gooi weg. Doe de kool in de wok en roerbak deze 1 minuut op een hoog vuur.
3. Voeg er de kippenbouillon en de sherry aan toe en roerbak nog enkele minuten. De kool moet knapperig blijven. Meng er de gezoete azijn, zout, peper en v-tsin door. Klop het ei los en giet dit al roerende in een klein straaltje snel bij de groente. Serveer direct.

## Tenslotte

Chinese kool komt, hoe kan het anders, van oorsprong uit het noorden van China. Maar tegenwoordig wordt de heerlijkste Chinese kool in Hollandse kassen geteeld. Kenmerkend van Chinese kool is dat deze bladgroente, net als paksoi, de uitgesproken koolsmaak mist. De groente bestaat uit een lichtgekleurde, langwerpige krop die zo groot is als een stevige kropsla of bladkool. Hoe dichter bij het midden van de krop, hoe malser de bladeren zijn. Er zijn twee typen: het granaattype, dat is een langwerpige kool met stugge bladeren en het zachtere Japanse type, en dat is een korte, brede kool. Chinese kool smaakt prima in Oosterse, maar ook in Europese gerechten. Door zijn knapperige en enigszins zoete smaak doet Chinese kool het ook vaak goed bij kinderen. Chinese kool bewaar je gemakkelijk tot een week in een open plastic zak in de groentelade van uw koelkast. Een grote krop hoeft je dus niet in één keer op te maken. Halveer de krop in de lengte en bewaar de rest in de koelkast, waarbij je de snijvlakken afdekt met huishoudfolie. In China worden praktisch alle salades om hygiënische redenen voorgekookt of geblancheerd, maar deze voorzorg is niet noodzakelijk voor groenten die in het Westen geteeld worden. Voor een **Chinese Koolsalade** scheid je de bladeren van 1 krop Chinese kool en gooi verwelkte buitenste bladeren weg. Was en droog de bladeren grondig, snijd ze in reepjes en doe ze in een grote kom. Snijd 1 groene en 1 rode schoongemaakte paprika in dunne reepjes, 1-2 lente-uitjes fijngehakt, en leg die op de Chinese kool. Strooi er 1 tl van een gekruid peper-en-zoutmengsel (1 tl Szechuan peper, 1 tl zout en 1/4 tl vijfkruidenpoeder) over, hussel en laat de sla ongeveer 5 minuten zo staan. Meng de ingrediënten voor de dressing (1 rode peper fijngehakt, 1 tl suiker, 1 el lichte sojasaus, 1 el rijstazijn en 1 el sesamololie) en giet die vlak voor het opdienen over de salade. Hussel pas aan tafel, anders worden de groenten slap. Tot slot een **Chinese koolsoep uit Thailand**. Snipper 2 teentjes knoflook, 4 sjalotten en 2 cm laos fijn. Verwarm een scheut olie in een soeppan en voeg hieraan de knoflook, sjalotten, laos, 2 gekneusde stengels citroengras en 4 djerut perut blaadjes (citraoen of limoenblad) toe. Bak het geheel 5 minuten en blus het af met 1 liter groentebouillon. Laat de soep 15 minuten op laag vuur pruttelen zodat alle smaken goed kunnen mengen. Verwijder daarna het citroengras en de limoenbladeren. Snijdt ondertussen 1 Chinese kool in stukjes van 1 cm. Voeg de kool, 125 gr taugé, 1 blok tofu (Alpro Soya) of 1 kipfilet in blokjes gesneden en 1 blik van 400 ml kokosmelk toe aan de soep. Breng de soep op smaak met 2 el sojasaus, scheutje chilisaus en een scheutje limoensap.