

Nasi yeung chow



Hoofdgerecht

Rijst

4 personen

Land: China

Bereidingstijd: 30 min. voorbereiding, rijst van de vorige dag, 15 min. eindbereiding

Seizoen: Hele jaar door



Ingrediënten

- 500 gram koude gekookte rijst
- 125 gram Cha Siu (geroosterd varkensvlees) of eventueel hamblokjes
- 125 gram Noorse garnalen
- 60 gram doperwten (diepvries)
- 2 tl sesamololie
- 5 el maïskiemolie
- 1 bakje shiitake paddestoelen (of gedroogde gebruiken)
- 2 eieren
- 1 lenteui
- 1 teentje knoflook

- 1 mespunt V-tsin
- Sechuanpeper (of gewone peper) & zout
- 1 tl maïzena

Bereidingswijze

1. Verwijder de steeltjes van de shi take en snijd de kapjes in dobbelsteentjes.
2. Spoel de garnalen af onder koud stromend water en droog ze met keukenpapier.
3. Marineer de garnalen 10 minuten met 1 tl maïzena en peper (marinade).
4. Verhit circa 2 el olie in een wok en voeg de garnalen toe. Schroei de garnalen dicht tot ze van kleur zijn veranderd. Verwijder de olie en de garnalen, leg hiervoor een olievergiet (metalen zeef) op een oliecontainer (oude pan) en giet het geheel af.
5. Klop de eieren los met 1 tl sesamololie, peper en zout.
6. Sla het teentje knoflook plat. Snijd de lente-ui in stukjes van 1 cm. Ontdooi de doperwten.
7. Eindbereiding: verhit 3 el maïskiemolie in een wok, aromatiseer de maïskiemolie met knoflook en verwijder daarna de knoflook.
8. Doe het losgeklopte ei in de wok en snelbak enkele seconden onder voortdurend roeren op hoog vuur.
9. Voeg de rijst, de doperwten, de garnalen, de ham, de paddestoelen en op de lente-ui toe. Snelbak onder voortdurend roeren op hoog vuur tot het gerecht goed warm is.
10. Maak de rijst op smaak met, V-tsin, 1 tl sesamololie, peper en zout. Serveren.

Tenslotte

Je hebt de Indonesische nasi goreng en de Chinese variant. "Yeung Chow Fried Rice" (扬州炒饭) of "Yang Zhou Chao Fan" is een populair Kantonees gebakken rijst gerecht die in de meeste Chinese restaurants in Noord-Amerika, Australië, Europa, Hong Kong en de Filippijnen op de kaart staat. De ingrediënten variëren, maar basis is gekookte koude rijst, varkensvlees, garnalen, lenteui, eieren en erwten. Ipv. de hier gebruikte Chinese cha siu (叉烧) kun je ook hamblokjes gebruiken. Ook moeten er shiitake in worden verwerkt. In het Verre Oosten wordt deze paddestoel sinds eeuwen gekweekt en bijzonder gewaardeerd vanwege de geneeskrachtige werking, waar zij om bekend staat. In China wordt shiitake vanwege de aangename paddestoelengeur ook 'chiang gu' genoemd, wat zoveel betekent als 'goed ruikende paddestoel'. Ik gebruik altijd de gedroogde omdat die meer smaak hebben, maar tegenwoordig zijn ze vers uit Nederland in de supermarkt te krijgen. Enkele varianten van de schotel zijn donkerder. Hiervoor gebruik je sojasaus. De meest authentieke Chinese restaurants maken gebruik van de lichtere variant van sojasaus. Ondanks de naam, is de schotel niet afkomstig uit Yangzhou, in plaats daarvan, werd het recept uitgevonden voor de magistraat Yi Bingshou (1754-1815) een telg uit de beroemde Qing-dynastie. Serveer deze nasi als basis en doe er verschillende vlees en groentegerechten bij. De **Nasi uit Japan** lijkt sprekend op deze alleen wordt er nog 1 in piepkleine blokjes gesneden rode paprika toegevoegd en het geheel op smaak gebracht met Japanse sojasaus.