

កម្ពុជា

# CAMBODJA

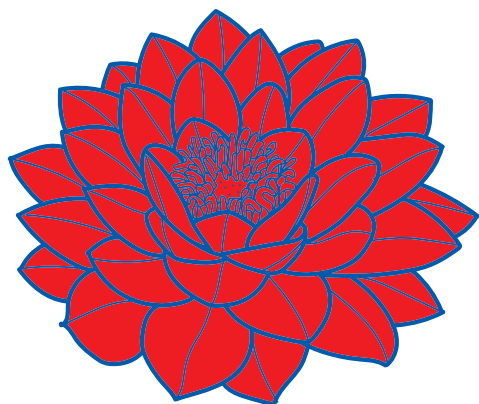
Een culinaire reis langs oneindige rijstvelden,  
eeuwenoude tempels en bijzondere mensen

FRANK ALBERTI



Karakter Uitgevers B.V.  
[www.karakteruitgevers.nl](http://www.karakteruitgevers.nl)

# INHOUD



## OVER DE AUTEUR

Frank Alberti	8
Over dit boek	14

---

## OVER GAMBODJA

Geschiedenis	18
Cultuur	34

---

## OVER DE EETCULTUUR

Basingrediënten	40
Basisrecepten	46
Receptenoverzicht	50
Tips voor het koken	53

---

Kaart met route	54
Dankwoord	235
Register	237

## 55 AANKOMST GAMBODJA

Jimmy Chan	60
Mama Chan	64
<i>KHMER-RODE CURRY</i>	
<i>ROTI-SALADE</i>	
<i>KOKOS-PINDACURRY</i>	

---

## 74 SIEM REAP

Perom	84
<i>GEWOKTE KIP MET CITROENGRAS &amp; CHILIEPEPER</i>	
De familie Savy	88
<i>AMOK-CURRY</i>	
<i>GEBAKKEN RIJST MET ANANAS</i>	
<i>MANGOSALADE</i>	
De familie Pich	94
<i>GEROOSTERDE EEND 'KHMER STYLE'</i>	
<i>PALMSUIKER-DIPSAUS</i>	
Cheas & Seben	98
<i>KHMER-VISKOEKJES</i>	
<i>LIMOEN-CHILIEPEPER-DIPSAUS</i>	
<i>GEWOKTE PAKSOI &amp; WATERSPINAZIE</i>	
Sokhan	104
<i>MIXED FRUIT-SHAKE</i>	
Map	106
<i>BAGUETTE MET VARKENSVLEESTERRINE</i>	

110  
**HET PLATTELAND**

Monyharch	120
ZURE SOEP MET GROVE KROEUNG	
GESTOOMDE & GEGRILDE VIS	
ZOETZURE DIPSAUS	
GEGRILD VARKENSVLEES IN BANANENBLAD	
De familie Lim	130
GEVULDE BITTERMELONSOEP	
GEWOKT RUNDVLEES MET WATERSPINAZIE	
Ton Ny	136
POMPOENCURRYSOEP MET VIS	
KROEUNG-CURRY MET SPARERIBS	
GEMENGDE GROENTEN	
Oroong Primary School	142
RIJSTSOEP	
Het dorp Samrou	148
PITTIGE EEND MET KROEUNG	
GEWOKTE KIP MET ANANAS	
SOEP MET WATERSPINAZIE & AUBERGINE	

---

156  
**GARDAMOM MOUNTAINS**

Aki Ra	166
GEWOKT HERTENVLEES MET LAOS (KROVANG)	
Mister Lim	172
OMELET MET SPERZIEBONEN	
GEROERBAKTE TOMATEN MET VARKENSVLEES	
GEROERBAKTE NOEELS MET VARKENSVLEES	
KIP MET OESTERZWAM, WATERSPINAZIE & LUFFA-KALEBAS	

182  
**DE KUST**

Reng	192
GEBAKKEN BARRACUDA MET GEMBERSAUS	
GEROERBAKTE KOMKOMMER & TOMAAT	
Sothy's pepperfarm	196
ZEEVRUCHTEN MET VERSE GROENE PEPERKORRELS	
Kun Sokon	200
KRABCURRY	
Aaron & Eorn Koun	204
GEGRILDE RED SNAPPER	
DIPSAUS MET LIMOEN & ZWARTE PEPER	

---

208  
**PHNOM PENH**

De familie Sally Soen	218
LOK LAK	
TRADITIONELE KHMER-SOEP MET VIS & KRUIDEN	
Vaesna	224
BIEFSTUK SALADE	
GEKARAMELLISEERD VARKENSVLEES MET EI	
KHMER-GEHAKT & CITROENGRASSATÉ	
KHMER-KIPPENVLEUGELS	



# OVER DIT BOEK

## **CAMBODJA; EEN CULINAIRE REIS LANGS ONEINDIGE RIJSTVELDEN, EEUWENOUDE TEMPELS EN BIJZONDERE MENSEN**

Cambodja is een authentiek land dat met geen ander land te vergelijken is. Door het rijke verleden van het Khmer-rijk met zijn eeuwenoude tempels, het recente verleden van de bloedige burgeroorlog tijdens de Rode Khmer, het heden waarin het boeddhisme floreert en de toekomst die nog wijd open ligt, is het een land dat altijd in ontwikkeling is geweest. Hetzelfde geldt voor de mensen én de cuisine. Met dit boek wil ik je een blik geven op deze wereld door mijn ogen. Om te zien, voelen, ruiken en proeven zoals ik dat heb gedaan in dit betoverende koninkrijk in het Verre Oosten.

Het Cambodjaanse kookboek dat nu voor je ligt, is op een compleet natuurlijke manier tot stand gekomen. Hierdoor zijn alle geportretteerden, hun recepten en verhalen een afspiegeling van de Khmer, hun land en hun cultuur. Voor dit kookboek verbleef ik zes maanden in Cambodja om zo veel mogelijk van het land te ontdekken. De meeste ontmoetingen zijn per toeval ontstaan tijdens mijn reis of via een van mijn Cambodjaanse vrienden aldaar. Het eten werd thuis altijd met alle aanwezigen gedeeld en traditioneel zittend op een rieten mat op de grond gegeten. Samen eten is in Cambodja een ritueel op zich en wordt ook gezien als het belangrijkste moment van de dag. Tijdens het eten kan iedereen even tot zichzelf komen en worden ervaringen uitgewisseld. Omdat eten in Cambodja meer is dan alleen voeding, moest ik echt contact maken met de lokale bevolking voordat ik mijn werk kon doen. Door een aantal dagen met hen op te trekken voordat ik hun portret schoot en hun verhaal opschreef, kon ik een band met hen opbouwen. Hierdoor verdween de schroom en voelden mensen zich op hun gemak. Dit is terug te zien in de foto's en verhalen. Alle recepten in dit boek zijn ofwel doorgegeven door voorouders of zelf bedacht door diegenen die geportretteerd zijn. Soms zijn de recepten oeroud en soms in een modern jasje gestoken, maar ze zijn allemaal traditioneel Cambodjaans. De recepten in dit boek zijn van de Khmer die erin zijn geportretteerd; het is dan ook hún kookboek.





En of je nu een hobbykok, een kluns in de keuken of een sterrenchef bent, er staan in dit boek genoeg recepten die iedereen makkelijk in zijn eigen keuken kan maken. Doordat ik bij mensen thuis ben geweest, zijn de gerechten toegankelijk en meestal niet al te moeilijk te maken, alhoewel er wel een paar meer intensieve gerechten in dit boek staan. Niet alle ingrediënten zijn makkelijk te vinden maar bijna alles is tegenwoordig in Nederlandse toko's verkrijgbaar. Omdat er in de Aziatische cultuur bijna nooit maar één gerecht wordt gegeten, maar altijd verschillende gerechten tegelijk, adviseer ik om verschillende gerechten te maken en dan op tafel te zetten als een soort van rijsttafel die wij kennen uit de Indonesische cultuur. Ik geef ook tips in dit boek voor het combineren van de gerechten.

Tijdens mijn reis en verblijf in Cambodja heb ik veel nieuwe vriendschappen voor het leven gesloten, allerlei nieuwe smaken geprobeerd, prachtige foto's mogen maken van de Khmer en hun land en ik heb een innerlijke rust ervaren zoals ik me die nooit had kunnen voorstellen. Ik hoop dat je door dit boek kunt ervaren wat ik heb beleefd in Cambodja.

Ik wil het volk van Cambodja bedanken voor het delen van hun recepten en verhalen. Daarnaast wil ik hen bedanken voor hun tomeloze gastvrijheid, openheid en liefde.

Geniet van dit boek en eet smakelijk!

***CHUL MOI!\****  
***FRANK***

**\*PROOST!**

# GEWOKTE KIP MET CITROENGRAS & CHILIPER

CHAR KRAUW ភាគីសាច់មាន់

Het geheim van dit gerecht zit 'm in de bereidingswijze. Door het citroengras en de chilipeper te bakken zonder olie, ontstaat er een compleet andere smaak. De combinatie van pittig en rokerig is heel lekker; drink er een koel drankje bij.



## VOOR 2-3 PERSONEN

- 10 stengels citroengras
- 7 kleine Aziatische chilipepers of 4 lomboks
- 500 g kipfilet
- 1 kippenbouillonblokje
- 1 eetl. olie
- 1 eetl. vissaus
- 1 theel. zout
- 2 eetl. palmsuiker
- het sap van ½ limoen
- 1 handvol holy basil



## BEREIDINGSTIJD: 10 MIN

Verwijder de buitenste lagen van het citroengras; snijd de dikke delen in dunne ringetjes. Hak de chilipepers fijn. Snijd de kipfilet in hapklare stukjes. Verhit een wok op hoog vuur; bak hierin de kip kort aan in een klein beetje olie om het teveel aan vocht eruit te bakken. Verkrumel het bouillonblokje goed boven de kip en schep een paar keer om. Schep de kip in een kom.

Veeg de wok schoon; verhit hem op hoog vuur. Rooster het citroengras en de chilipeper kort in de hete pan; er zal een beetje rook ontstaan, maar die geeft juist de bijzondere smaak aan dit gerecht. Voeg, als het citroengras begint te kleuren, eerst de olie toe aan de pan en dan de kip. Voeg de vissaus, het zout en de palmsuiker toe; bak kort mee zodat de smaken zich vermengen. Breng op smaak met het limoensap. Snijd de holy basil in reepjes; strooi over het gerecht. Proef of de smaken in balans zijn; voeg zo nodig een beetje extra van een zout, zoet of zuur ingrediënt toe. Serveer met witte rijst en groenten of atjar.



