

Kookles | Cours de met | cuisine avec **Koong**

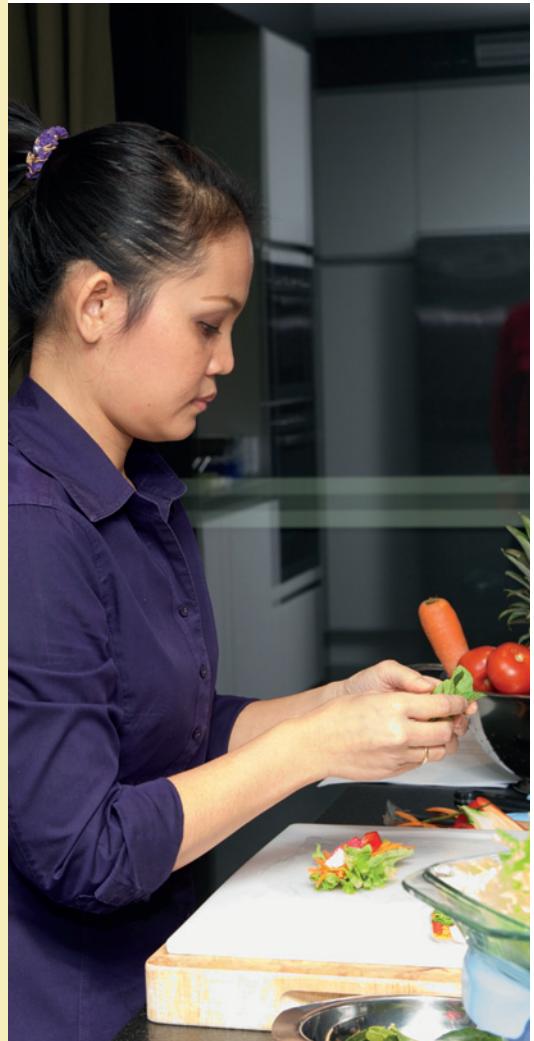
“Mijn echte naam? Onmogelijk uit te spreken voor jullie”, lacht ze. “Noem mij maar Koong.”

Koong werd 35 jaar geleden geboren in Korat, een stad op zowat 3 uur rijden vanuit Bangkok. Haar ouders hebben er een restaurant, en zoals dat meestal in het oosten gaat, hielp Koong regelmatig in keuken of zaal. Daarnaast studeerde ze boekhouding en eens afgestudeerd werkte ze in Bangkok als verzekeringsconsulente. Al chattend op het internet maakte ze kennis met Karel Vlekken, informaticus bij een Limburgs transportbedrijf. Twee jaar later ging Karel op bezoek naar Thailand, en dat gebeurde nadien nog een paar keer, tot de vlam oversloeg. Karel had het niet heel moeilijk om Koong te overhalen om naar België te komen, het koppel trouwde en ze hebben nu twee kleine kindjes.

Zowat zes jaar woont ze nu in België, en heimwee heeft ze niet. “België is echt wel een goed land om te leven”, vindt ze. Haar ouders komen af en toe op bezoek, en ze heeft de handen vol met hun nieuwe huis in Diepenbeek, het ontvangen van haar familie en de zorg voor twee kindjes. Thai zijn commercieel ingesteld, en Koong startte met een klein bedrijfje. In dat

« Mon vrai nom ? Impossible pour vous de le prononcer », nous dit-elle en riant. « Appelez-moi Koong, ce sera plus simple. »

Koong est née à Korat il y a 35 ans, une ville à environ 3 heures de route de Bangkok. Ses parents y ont un restaurant, et comme le veut la tradition en orient, Koong aidait régulièrement dans la cuisine et en salle. A côté de cela, elle alla étudier la comptabilité et une fois son diplôme en mains, se rendit à Bangkok pour y travailler en tant que conseillère en assurances. En chattant sur internet, elle fit la connaissance de Karel Vlekken, informaticien dans une entreprise de transport du Limbourg. Deux ans plus tard, Karel lui rendit visite en Thaïlande, et n'en resta pas à cette seule fois, jusqu'au jour où la flamme jaillit. Karel n'eut pas trop de difficultés à convaincre Koong de le suivre en Belgique, le couple convola en justes noces et sont à présent les heureux parents de deux petits enfants. Il y a à peu près six ans que Koong habite en Belgique, et elle n'éprouve absolument pas le mal du pays. « La Belgique est vraiment un pays où il fait bon vivre », nous confie-t-elle. Ses parents viennent la voir de temps en temps, et elle a les »





mains pleines entre sa nouvelle maison à Diepenbeek, recevoir sa famille et s'occuper de ses deux enfants. Les Thaïs sont très orientés sur le commerce, et Koong commença donc une petite entreprise. On installa une cuisine moderne dans la nouvelle maison et c'est là qu'elle dispense à présent ses cours de cuisine. « La cuisine est très importante en Thaïlande », nous raconte Koong, « les Thaïs mangent trois fois par jour un repas chaud, la culture-tartine comme on la connaît en Belgique n'existe pas. Le jour commence vers quatre heures du matin par des emplettes au marché. Mes cours se limitent à la cuisine de la plaine centrale de la Thaïlande, parce que c'est un très grand pays, et les différentes cultures culinaires y sont légion. » Par ailleurs, elle s'occupe de la livraison de plats thaïs dans le cadre de divers événements : « Très populaire à l'occasion de fêtes telles des soirées de célibataires, des fêtes de sociétés et autres événements comparables. Surtout pour un public un peu moins traditionnel. Même les végétariens trouvent leur bonheur dans la cuisine thaï. » La viande fraîche et les légumes sont achetés sur place, et de nombreux ingrédients que Koong utilise dans sa cuisine, proviennent du magasin oriental, bien que le choix soit assez limité en Belgique. Elle ne rencontre aucune difficulté à trouver de la pâte de curry, des nouilles, du riz et de la sauce soja ou de poisson. Mais pour les

nieuwe huis werd een moderne keuken geïnstalleerd en daar geeft ze kooklessen. "Koken is in Thailand zéér belangrijk", vertelt Koong, "Thai eten drie keer per dag warm, een boterhammercultur zoals in België bestaat daar niet. De dag begint rond vier uur 's morgens met inkopen op de markt. Ik geef overigens ook alleen lessen over de Centraal-Thaise keuken, want Thailand is een groot land, en er zijn eigenlijk verschillende kookculturen." Daarnaast verzorgt ze Thaise catering op verplaatsing: "Heel populair ter gelegenheid van feestjes als vrijgezellenparty's, bedrijfsfeesten en dergelijke. Vooral voor een wat minder traditioneel publiek. Ook vegetariërs vinden in de Thaisekeuken gemakkelijk hun ding."

Vers vlees en groenten worden lokaal ingekocht, en veel ingrediënten die Koong gebruikt, komen uit de oosterse winkel, al is de keuze in België toch beperkt. Voor curriepasta's, noedels, rijst en soja- of vissaus is er geen probleem. Maar voor verse







Thaise specialiteiten moet ze wel even de grens met Nederland over. Gelukkig ligt die dichtbij... De échte Thaisekeuken is zéér sterk gekruid met pepers en chili. Koong paste de recepten een beetje aan onze westerse smaak aan maar haar vader, die tijdens onze reportage op bezoek was, vond het resultaat erg flauw...

Thais koken en eten is duidelijk heel populair want de kookcursussen worden druk bijgewoond. Deze avond zijn er een tiental deelnemers, waarvan een groepje vriendinnen die samen aan de universiteit studeerden en op deze wijze hun reünie vierden. Koong legt de technieken uit en bespreekt de verschillende soja-en vissauzen, en de curtypasta's. Vrij snel is iedereen aan het werk. En een paar uur later kunnen we, samen met de cursisten, het lekkere resultaat proeven.

spécialités thaïlandaises fraîches, elle doit traverser la frontière vers les Pays-Bas. Heureusement qu'elle n'est pas trop loin. La vraie cuisine thaïlandaise est très épicee en poivre et en chili. Koong a quelque peu adapté les recettes à nos goûts occidentaux mais son père, qui était en visite pendant notre reportage, a trouvé le résultat très fade... Cuisiner et manger thaï est manifestement très populaire à voir le nombre de personnes qui participent à son cours de cuisine. La soirée à laquelle nous assistons rassemble une dizaine de participants dont un groupe d'amies qui ont étudié ensemble à l'université et fêtent leur réunion de cette manière. Koong explique les techniques et examine les différentes sauces soja et poisson, et les pâtes de curry. Très vite ce petit monde se met au travail. Et quelques heures plus tard, nous pouvons goûter en compagnie des cursistes, le délicieux résultat. »





Tod Man Pla

VOOR 4 PERSONEN

2 visfilets (kabeljauw, zalm, leng, heek...)
1 kl rode curry
1 el vissaus (garnaal)
100 g groene boontjes
1 eiwit

BEREIDING

Snijd de boontjes fijn. Cutter de vis en voeg de rode curry, vissaus en het wit van 1 ei toe. Voeg de gesneden boontjes toe aan het mengsel. Meng het geheel en rol in bolletjes van 3 cm. Frituur in hete olie gedurende ongeveer twee minuten.

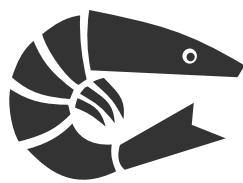
POUR 4 PERSONNES

2 filets de poisson (cabillaud, saumon, lingue, merlu...)
1 cc de curry rouge
1 cs de sauce de poisson (crevette)
100 g de haricots verts
1 blanc d'œuf

PRÉPARATION

Coupez finement les haricots. Passez le poisson au cutter et ajoutez le curry rouge, la sauce au poisson et le blanc d'œuf. Ajoutez les haricots au mélange. Mélangez le tout et roulez en boules de 3 cm. Faites frire dans une huile brûlante durant environ deux minutes.





Scampi

Tod Yam Kung

SCAMPISOEP MET CITROEN, THAISE KRUIDEN EN CHAMPIGNONS
SOUPE DE SCAMPI AU CITRON, ÉPICES THAÏ ET CHAMPIGNONS

VOOR 4 PERSONEN

500 g gepelde scampi
400 ml water
4 blaadjes van de kaffirlimoen (in diepvries verkrijgbaar in oosterse winkels)
3 tomaten, in 4/6 stukken gesneden
300 ml kokosmelk
3 dunne sneetjes galanga
2 tot 3 el Thaise vissaus
2 stengels citroengras (enkel het onderste gedeelte, in stukjes van 2 cm gesneden)
1 bakje champignons, in stukjes gesneden
500 ml kippen- of visbouillon
2 groene of rode chilipepers
1 el vers sap van een limoen
1 el Thaise chilipasta
1 takje koriander in stukjes van 2 cm en 2 stengels lente-ui in stukjes van 2 cm
2 fijngehakte teentjes knoflook
100 ml volle melk

BEREIDING

Neem de kokosmelk en laat koken. Voeg er de look, de blaadjes van de kaffirlimoen, de galanga, het citroengras en de kippenbouillon aan toe en laat verder koken. Giet het water bij het kokende mengsel en laat verder koken. Voeg er daarna de champignons en chilipepers aan toe (eventueel geleidelijk aan om te zien of het niet te pikant wordt). Laat 2 minuten zacht koken. Voeg de vissaus toe naar smaak en proef. Voeg nu de tomaten toe en laat koken tot de tomaten mals zijn. Voeg de chilipasta toe. Voeg op het einde de scampi, het limoensap en de volle melk aan toe. Laat de scampi kort garen. Dien op met verse koriander en lente-ui.

POUR 4 PERSONNES

500 g de scampi décortiqués
400 ml d'eau
4 feuilles de citron kaffir (disponibles en surgelé dans les magasins orientaux)
3 tomates, coupées en 4/6 morceaux
300 ml de lait de coco
3 fines tranches de galanga
2 à 3 cs de sauce de poisson thaï
2 tiges de sereh (seule la partie inférieure, coupée en morceaux de 2 cm)
1 ravier de champignons coupés en morceaux
500 ml de bouillon de poulet ou de poisson
2 chilis verts ou rouges
1 cs de jus d'un citron vert
1 cs de pâte de chili thaï
1 tige de coriandre en morceaux de 2 cm et 2 tiges d'oignon de printemps en morceaux de 2 cm
2 éclats d'ail finement hachés
100 ml de lait entier

PRÉPARATION

Amenez le lait de coco à ébullition. Ajoutez-y l'ail, les feuilles de citron kaffir, le galanga, le sereh et le bouillon de poulet et poursuivez l'ébullition. Versez l'eau dans le mélange et poursuivez l'ébullition. Ajoutez-y ensuite les champignons et les chilis (petit à petit afin de vérifier si le mélange ne devient pas trop piquant). Laissez mijoter pendant 2 minutes. Ajoutez la sauce de poisson selon le goût et goûtez. Ajoutez à présent les tomates et laissez bouillir jusqu'à ce que les tomates soient tendres. Ajoutez la pâte de chili. En fin de cuisson, ajoutez les scampi, le jus de citron vert et le lait entier. Laissez cuire les scampi à point. Servez avec la coriandre fraîche et l'oignon de printemps.





| Kip/Poulet

Kai Pad Med Ma-Manug

KIP MET PAPRIKA, AJUIN, CASHEWNOTEN

POULET AU PAPRIKA, OIGNON ET NOIX DE CAJOU

VOOR 4 PERSONEN

4 kippenfilets in kleine stukjes gesneden
200 g cashewnoten
Frituurolie
100 g bloem
2 el wokolie
1 el chilipasta
1 el tomatenketchup
1 el sojasaus
1 el oestersaus
1 el rietsuiker
1 paprika (groen, rood, geel of mix)
1 ajuin (eerst in 2 stukken verdelen, daarna in 4)
300 g verse ananas
1 teentje look, geplet

BEREIDING

Haal de stukjes kip door de bloem. Verhit de frituurolie in de friteuse en laat de stukjes hierin lichtbruin worden. Haal de kip uit de olie. Laat de frituurolie iets afkoelen en voeg de cashewnoten toe. Haal de noten uit de olie als ze een mooie kleur hebben. Meng de tomatenketchup, sojasaus, oestersaus, suiker en chilipasta in een apart kommetje. Doe 2 el wokolie in de wok, verhit matig warm en voeg de look toe. Roer tot je een goudkleurig mengsel krijgt. Voeg de eerder gemaakte saus toe en roer alles goed samen. Nu mag de kip erbij, meng met de saus en laat evenjes sudderen. Voeg de ajuin, ananas en paprika toe, meng alles goed en gaar nog kort tot de paprika en ajuin beetgaar zijn. Voeg de cashewnoten toe.

POUR 4 PERSONNES

4 filets de poulet coupés en petits morceaux
200 g de noix de cajou
Huile pour friture
100 g de farine
2 cs d'huile pour wok
1 cs de pâte chili
1 cs de ketchup tomates
1 cs de sauce soja
1 cs de sauce d'huîtres
1 cs de sucre de canne
1 poivron (vert, rouge, jaune ou mix)
1 oignon (d'abord coupé en deux, puis en 4)
300 g d'ananas frais
1 éclat d'ail, écrasé

PRÉPARATION

Passez les morceaux de poulet dans la farine. Réchauffez l'huile pour friture et laissez-y légèrement brunir les morceaux. Retirez le poulet de l'huile. Laissez refroidir quelque peu l'huile et ajoutez les noix de cajou. Retirez les noix de l'huile lorsqu'elles arborent une belle couleur. Mélangez le ketchup, la sauce soja, la sauce d'huîtres, le sucre et la pâte de chili dans un bol séparé. Versez 2 cs d'huile pour wok dans le wok, réchauffez moyennement et ajoutez-y l'ail. Faites sauter jusqu'à obtention d'un mélange doré. Ajoutez la sauce préparée préalablement et faites sauter le tout fermement. Le poulet peut à présent être ajouté à la préparation, mélangez avec la sauce et laissez mijoter quelques instants. Ajoutez l'oignon, l'ananas et le paprika, mélangez le tout fermement et poursuivez la cuisson jusqu'à ce que le poivron et l'oignon soient tendres. Ajoutez les noix de cajou.





Kip/Poulet
Biefstuk/Beefsteak

Kang Kaew Wan

KIP OF BIEFSTUK MET GROENE CURRY EN KOKOS
POULET OU BEEFSTEAK AU CURRY VERT ET COCO

VOOR 4 PERSONEN

500 g mals vlees (kip, biefstuk)
250 ml kokosmelk
2 el vissaus
2 el palmsuiker of bruine suiker
1 el groene curry
3 blaadjes kaffirlimoen
200 g reepjes bamboescheuten (uit blik)
200 g Thaise aubergine
2 stengels (Thaise) basilicum

BEREIDING

Snijd het vlees in stukjes (4 cm lang, 1,25 cm breed, 2,5 mm dik). Laat de bamboescheuten uitlekken en kook ze ongeveer 15 minuten in licht gezouten water. Maak de wok medium warm en doe de helft van de kokosmelk in de wok. Voeg de groene curry toe. Blijf roeren zodat het mengsel niet aanbrandt. Er moet duidelijk olie bovenop komen drijven. Na 4-5 minuten begint het ook lekker te ruiken. Wanneer er bubbels verschijnen, voeg dan het vlees toe. Kook het vlees tot het gaar is, voeg de rest van de kokosmelk, de kaffir, de vissaus en de suiker toe. Nu mogen de bamboe en eventueel de aubergine erbij. Stoof het vlees tot het zacht wordt. Garneer met (Thaise) basilicum.

POUR 4 PERSONNES

500 g de viande tendre (poulet, beefsteak)
250 ml de lait de coco
2 cs de sauce de poisson
2 cs de sucre de palme ou sucre brun
1 cs de curry vert
3 feuilles de citron kaffir
200 g de jets de bambou (en boite)
200 g d'aubergines thaï
2 tiges de basilic (thaï)

PRÉPARATION

Détaillez la viande en morceaux (4 cm de long, 1,25 cm de large, 2,5 mm d'épaisseur). Egouttez les jets de bambou et cuisez-les pendant environ 15 minutes dans une eau légèrement salée. Réchauffez moyennement le wok et versez-y la moitié du lait de coco. Ajoutez le curry vert. Continuez de remuer de manière à ce que le mélange ne brûle pas. L'huile doit clairement flotter à la surface. Après 4-5 minutes, le mélange commencera à sentir très bon. Lorsque des bulles apparaissent, ajoutez la viande. Faites cuire la viande jusqu'à ce qu'elle soit à point, ajoutez le restant du lait de coco, le kaffir, la sauce de poisson et le sucre. Ajoutez à présent le bambou et éventuellement les aubergines. Faites revenir la viande jusqu'à ce qu'elle soit tendre. Garnissez de basilic (thaï). ■

Henri Wynants