GRATIS PROEFRECEPT UIT HET BOEK

Toko Thuis

40 Surinaamse toko-favorieten, stap voor stap, alles afgemeten.



IN DIT PROEFRECEPT

Moksi alesi in één pan

Met mijn kootje-trucje, de halve portie voor twee en wat je doet als het misgaat.

Oma Maria Pinas
mariapinaskookt.nl

EEN BRIEF VAN MIJ

Lieve jij,

Bij de toko is het altijd lekker. Thuis lukt het net niet: de rijst plakt, de kip wordt droog, de roti scheurt. Dat ligt niet aan jou. Niemand heeft het je ooit rustig voorgedaan, stap voor stap.

Daarom heb ik **Toko Thuis** geschreven. Veertig gerechten die je kent van de toko, van roti met kip tot pom, bami en saoto. Bij elk recept staat alles afgemeten, in korte stappen. Mijn trucje staat erbij, en wat je doet als het toch misgaat. Groot gedrukt, zodat je het naast je fornuis kunt leggen.

Dit proefrecept is de moksi alesi uit mijn video. Kook hem dit weekend eens, en laat me weten hoe het ging.

Met geduld gekookt, met liefde gegeten,

Oma Maria



RIJST & BAMI

Moksi alesi

Rijst met zoutvlees, garnalen en bonen, in één pan

VOOR	PAN	AVOND ERVOOR	KOKEN
6 personen	1 zware pan	vlees weken	± 1 uur 15

Wat je nodig hebt

500 g	zoutvlees (pekelvlees), uit de toko
400 g	langkorrelrijst
1 blik (400 ml)	kokosmelk
350 ml	kookvocht van het zoutvlees
1 blik	black-eye bonen, uitgelekt
50 g	gedroogde garnalen
1 grote	ui, fijngesneden
4 teentjes	knoflook
2	tomaten, in stukjes
1 hand	Surinaamse selderij (of bleekselderijblad)
1	Madame Jeanette, héél
1	kippenbouillonblokje
2 el	olie
2	lente-uitjes, om te garneren

MIJN TRUCJE

Nooit in gewoon water.

De rijst kookt in kokosmelk en het kookvocht van het zoutvlees. Elke korrel drinkt die smaak op. En je meet het vocht met je vinger: tot je eerste kootje.



Waar haal je het? Zoutvlees, gedroogde garnalen en Madame Jeanette bij de toko. De rest bij de supermarkt.

MOKSI ALESI

Zo maak je het

1. **De avond ervoor:** leg het zoutvlees in een bak koud water in de koelkast. Vergeten? Breng het 2× kort aan de kook in vers water en giet het water steeds weg.
2. Zet het vlees op in **1 liter vers water**. Laat het 30–45 minuten zachtjes trekken, tot er makkelijk een vork in gaat.
3. Schep **350 ml kookvocht** af en bewaar het. Proef: te zout? Een scheutje water erbij. Snijd het vlees in dobbelsteentjes.
4. Week de garnalen 10 minuten in warm water. Was de rijst **3–4×** tot het water bijna helder is en laat hem uitlekken.
5. Verhit de olie in een zware pan op middelhoog vuur. Bak ui en knoflook **3 minuten** zacht.
6. Tomaat, selderij, garnalen en vlees erbij. **2 minuten** bakken.
7. Doe de **droge rijst** erbij en roer 2 minuten, tot de korrels glazig worden.
8. Kokosmelk, kookvocht, bonen, het verkruimelde blokje en wat zwarte peper erbij. Proef: het mag een tikje te zout zijn. **Eén keer** goed roeren.
9. Strijk de rijst plat. Het vocht komt **tot je eerste kootje** (± 2 cm boven de rijst). Leg de peper héél bovenop.
10. Aan de kook brengen, dan **laagste vuur, deksel erop, 20 minuten**. Niet roeren, niet kijken.
11. Vuur uit, deksel blijft erop: **10 minuten rust**. Peper eruit, rijst losmaken met een vork, lente-ui erover.





MOKSI ALESI

Als het misgaat

Rijst nog hard? Giet 3–4 eetlepels kookvocht of kokosmelk erover, deksel erop, nog 10 minuten op het laagste vuur.

Te nat, papperig? Deksel eraf, 5 minuten op laag vuur laten uitdampen, losmaken met een vork. Volgende keer: tot net ónder je kootje.

Aangebrand? Niet schrapen. Schep de rijst erboven in een schaal. Volgende keer: dikkere pan, lager vuur.

Te zout? Schep er een kom gewone gekookte rijst door, en zet komkommer op tafel.

Peper opengebarsten? Haal hem er meteen uit. Proef pas daarna of het te pittig is.

Voor 2 of 3 personen

250 g	zoutvlees
200 g	rijst
½ blik	kokosmelk (200 ml)
175 ml	kookvocht
½ blik	bonen
25 g	gedroogde garnalen
½ / 2	ui / teentjes knoflook
1 / ½	tomaat / bouillonblokje

Neem een kleinere pan. De kootjesregel blijft hetzelfde.

Bewaren

Afgedekt in de koelkast, binnen 2 dagen opeten. Goed heet opwarmen met een scheutje kookvocht.

Eerlijk is eerlijk: zoutvlees blijft zout. Moet je op je zout letten? Laat het een hele nacht weken, kook het 3× af en laat het bouillonblokje weg.

OM UIT TE PRINTEN · VOOR OP DE KOELKAST

Moksi alesi · 6 personen · 1 zware pan

Nodig

- 500 g zoutvlees
- 400 g langkorrelrijst
- 400 ml kokosmelk
- 350 ml kookvocht
- 1 blik black-eye bonen
- 50 g gedroogde garnalen
- 1 ui · 4 teentjes knoflook
- 2 tomaten · selderij
- 1 Madame Jeanette (heel)
- 1 bouillonblokje · 2 el olie
- lente-ui

Stappen

1. Avond ervoor: vlees weken (of 2× afkoken).
2. Vlees 30–45 min trekken in 1 l water. 350 ml vocht bewaren.
3. Garnalen weken. Rijst 3–4× wassen.
4. Ui + knoflook 3 min bakken.
5. Tomaat, selderij, garnalen, vlees: 2 min.
6. Droge rijst erbij: 2 min, tot glazig.
7. Kokosmelk, kookvocht, bonen, blokje. Proeven. 1× roeren.
8. Vocht tot je eerste kootje. Peper heel erop.
9. Koken → laagste vuur, deksel dicht, 20 min. Niet roeren!
10. Vuur uit, 10 min rust. Losmaken met een vork.

Onthoud: nooit in gewoon water. Meet met je kootje. Deksel dicht.

SMAAKTE HET?

Er staan er nog 39 in het boek.

In **Toko Thuis** staan veertig Surinaamse toko-favorieten, precies zo opgeschreven als dit recept: alles afgemeten, korte stappen, mijn trucje, wat je doet als het misgaat, een halve portie voor twee, en een kaart om uit te printen.

- **Rijst & bami:** witte rijst, moksi alesi, nasi, Javaanse bami, tjauw min, bruine bonen
- **Roti:** roti, kip kerrie met aardappel, masala kip, dhal, kousenband
- **Kip & vlees:** kip ketjap, stoofkip, babi pangang, saté, moksi meti, bakkeljauw
- **Pom & feest:** pom, pastei, bara, loempia, broodje pom, broodje bakkeljauw
- **Soepen:** pindasoep, saoto, Surinaamse erwtensoep, heri heri
- **Groente & erbij:** bakabana, sopropo, boulanger, tayerblad, sambal, zuur, atjar
- **Zoet & drinken:** bojo, fiadoe, maizenakoekjes, gemberbier, dawet, schaafijs-siroop

Toko Thuis, het hele boek

E-book (PDF), direct downloaden, groot gedrukt om te printen. Betalen met iDEAL. 14 dagen geld terug als het niet bevalt.

mariapinaskookt.nl

Met mijn boek steun je ook dit kanaal, zodat ik elke week gratis voor je kan blijven koken. Dank je wel, mi lobi.