

Leren wokken in vier lesdagen van 3 uur. Of een weekend.

Wat kan ik verwachten, u wordt aangeleerd om ten eerste niet bang te zijn voor hoog vuur en de daarbij vrijkomende dampen en geuren de keuken vullen.

U wordt bekend gemaakt met de wok of Tipan.

Kennis van gereedschap is ook van belang, evenals het snijden van vlees, kip en groenten.

Dag 1,

- Warenkennis, uitleg van sausen kruiden en groenten.
- Het prepareren van de Wok of Tipan.
- Het snijden van het vlees, marineren en blancheren, koken van mie of rijst.
- Sausen herkennen, oestersaus herkomst niet weg te denken uit de keuken, en wok menu's
- Rijstewijn als woksous of Tipan. als smaakstoffen gebruiken we: Kerrie, suiker, zout, peper, gember, sereh. en sausen.
- Even proeven hoe dat smaakt.

Dag 2,

- Zelf aan de slag

Dag 3,

- Zelf aan de slag

Dag 4,

- Nu zelfstandig een wok menu samenstellen.
- Ossenhaas in Zwarte bonensaus, lenteui.
- Zoetzure kip met bamboe en champignons
- Runderbief met tomaten.
- Kip kerry
- Tipan maken als afsluiting.

De les dagen zijn dagelijks en in het weekend.

De cursus tijd is van 17:00 uur tot 20:00 uur met uitloop naar 20.30 uur.

De gemaakte gerechten worden direct na het bereiden gegeten, er kan gerekend worden op minimaal 6 gerechten, inclusief drankjes.

Wat zijn de prijzen, die kunt U aanvragen op het onderstaand E-mail adres.

Voor reservering : Voor cursus prijzen en vragen Email naar info@wokkendoejezo.nl

Enkele tips.

Aanwijzingen voor het gebruik van de wok

Oosterse - en dus ook Indonesische - gerechten worden veelal gebakken in olie. De Chinezen gebruiken meestal arachide olie. Die kan goed heet gemaakt worden en heeft een neutrale smaak.

Ook een goede olie is zonnebloemolie. Ook die is plantaardig en is zelf vrijwel smakeloos.

Let op !! Olijfolie is niet geschikt dus niet bruikbaar.

Meestal wordt gebakken in een wok of wadjang. Het voordeel hiervan is dat weinig olie nodig is. Hierbij wordt het gerecht klaargemaakt d.m.v. Roerbakken: Weinig vet gebruiken en constant omscheppen om aanbranden te voorkomen.

Vorbereiding van een wok:

Iedere wok moet voor gebruik geprepareerd worden. Sommige moeten ook eerst geschuurd worden om de machineolie te verwijderen, die de fabrikant ter bescherming heeft aangebracht. Dit is de eerste keer en de laatste keer dat een wok geschuurd mag worden - tenzij u hem laat roesten. Schuur hem met een zacht schuurmiddel en water om zoveel mogelijk van de machine-olie te verwijderen. Droog hem dan af en zet hem op een lage pit. Voeg twee eetlepels olie toe en verdeel die met keukenpapier over de binnenkant van de wok tot het hele oppervlak licht bedekt is met olie.

Laat de wok 5 minuten zachtjes opwarmen en wrijf hem dan grondig uit met nieuw keukenpapier. Het papier zal zwart worden. Herhaal dit proces van inwrijven, opwarmen en uitwrijven tot het keukenpapier schoon blijft. De wok zal in gebruik donkerder en beter ingewerkt worden.

Schoonmaken van een wok:

Een geprepareerde wok mag niet geschuurd worden. Was hem alleen maar in schoon water zonder afwasmiddel. Droog hem grondig, bij voorkeur door hem een paar minuten op een laag pitje te zetten, voor hem op te bergen. Dit moet voorkomen dat de wok gaat roesten. Maar als hij roest, schuur de roest er dan af met een zacht schuurmiddel en prepareer hem opnieuw.

Als u voedsel in de wok gaat bereiden, moet hij eerst goed op temperatuur gebracht worden; dan pas de olie erin doen. Dat voorkomt aanbakken.

Het koken in de wok verschilt op een paar punten met gewoon koken. U moet zorgen dat alle ingrediënten klaar staan.

Vlees en groenten moeten voorbereid zijn. Het vlees, indien nodig, marinieren. De uien in ringen of gesnipperd. Enz.

De kruiden kunt u in de goede hoeveelheid in eierdopjes voor gebruik klaar zetten.

Zo ook zout, peper, olie, wijn, citroensap etc..

Een goede voorbereiding is belangrijk

Roerbakken is leuk, snel en gemakkelijk. En het resultaat is over het algemeen verassend lekker. U heeft alleen een diepe pan (liefst een wok), een spatel, een beetje olie, verse ingrediënten en wat smaakmakers nodig.

Eerst wat over de materialen: De roerbakpan.

De wok (wadjang) is natuurlijk de ideale roerbakpan, door zijn vorm is hij perfect voor het omscheppend bakken., Een echte wok is van plaatstaal, plaatstaal roest snel en moet regelmatig worden ingevet.

Veel keukenspullen heeft u voor roerbakken niet nodig. Een grote halfronde omscheplepel, schuimspaan en een diepe lepel is alles wat u nodig heeft om de ingrediënten om te scheppen en uit de pan te scheppen.

Omdat roerbakken een snelle kook techniek vereist, zorg dan vooral dat alle ingrediënten gewassen en gesneden klaarstaat in bakjes, zodat ze zo in de pan kunnen.

De juiste olie:

Belangrijk is dat u voor het roerbakken een olie gebruikt die een hoge hitte kan verdragen. Bijvoorbeeld arachide olie, zonnebloemolie of eigenlijk het beste . U kunt ook olie gebruiken met een smaakje, zoals chili-, sesamolie of een verse kruidenolie maar dit is af te raden zelf een smaak maken is beter. U kunt natuurlijk ook zelf een smaakje geven aan de olie zoals in veel Aziatische keukens gebruikelijk is, begin dan met het fruiten in de olie van knoflook, gember, chilipepers of specerijen. Deze geven smaak aan de olie voordat de andere ingrediënten erin gebakken worden.

Handelingsvolgorde voor het roerbakken:

Snijd de ingrediënten zoveel mogelijk volgens het recept in gelijke stukjes en

grootte, dan is alles tegelijk gaar. Vlees, vis of vleesvervangers als tahoe kunt u eerst van te voren marinieren. Zet alles in aparte bakjes klaar voor gebruik.

Verhit de wok eerst de pan op een middelhoog vuur en voeg dan pas de olie toe. De olie heeft de juiste temperatuur als ze licht gaat walmen.

Ingrediënten met een lange gaartijd gaan het eerst in de pan; eindig met dat wat snel gaar is.

Bak vochtrijke producten zoals vlees en vis apart in porties vooraf, zodat het vocht goed verdampt. Bij te veel vocht worden de ingrediënten gestoofd in plaats van gebakken en dat is de bedoeling niet.

Schep tijdens het bakproces de ingrediënten voortdurend om, zodat alles gelijkmatig gaar word en niet aanbakt.