

Opo Squash Soup (Canh Bau Tom)

Wie eens een traditioneel Vietnamees gerecht wil proberen, een gerecht dat Vietnamezen vrijwel dagelijks eten, zou eens een Canh Bau Tom moeten maken (Canh = soep). Het is een vast onderdeel van een Vietnamese maaltijd. Deze bestaat uit een vlees- of visgerecht, een groenteschotel en deze soep.

Het kan worden gemaakt met een basis bouillon van een soort eiwit, meestal garnalen of varkensvlees, en een soort van lommerrijke groen of squash. De soep wordt gewoon gegeten zoals wij dat gewend zijn of over een bord jasmijnrijst gegoten.



De Ingrediënten:

- 2 el vergine olijfolie
- ¼ theelepel rode chilipoeder
- 3 sjalotten, in plakjes
- 8 garnalen, gepeld en schoongemaakt
- 1 rode peper, in plakjes
- 1 theelepel gemalen witte peper
- Vis saus op smaak
- 6 kopjes water
- 1 Vietnamese kalebas, in lucifervorm gesneden
- 2 lente-uitjes, in ringen gesneden
- een handvol gehakte korianderblaadjes

Het beste is om garnalen te gebruiken met kop. Dit geeft niet alleen de bouillon een mooie kleur, maar maakt het ook smaakvol. Pel de garnalen zorgvuldig. Bewaar daarbij het vet in een kom en gooi de kop en schelp weg. Snijd de garnalen in dikke stukken.

Doe in de kom met het garnalenvet de verse rode peperplakjes, de gemalen witte peper en de vissaus. Meng het geheel en zet het weg terwijl u de overige ingrediënten voorbereidt.

Er zijn verschillende manieren om de Vietnamese kalebas te snijden. Het kan in blokjes of halfronde schijven. Maar de meeste mensen geven de voorkeur aan lucifersstroken, omdat ze sneller koken en gemakkelijker te eten zijn. Vietnamezen gebruiken ook de schil van groenten en fruit, wanneer deze onbespoten is. Het gebruiken van de schil van de kalebas geeft een goede smaak en mooie kleur aan de soep. Maar indien gewenst kan de kalebas worden geschild.

Plaats de pan op een hoog vuur en besprenkel het naar eigen inzicht met een beetje olijfolie. Wanneer de olie heet is gooi je de sjalotjes en chilipoeder erbij. Meng het even en gooi de garnalen er snel bij. Zodra de garnalen roze kleuren giet je het water erbij. De hoeveelheid water hangt af van de grootte van de kalebas en hoe waterig je de soep wilt hebben.

Breng het geheel aan de kook en schuif de kalebasstroken erbij. Kook en verwarm groente en groentesoep altijd zonder deksel om de versheid en mooie groene kleur te behouden. Er is niets erger dan papperige, olijfgekleurde groenten. Breng de soep, al roerend, aan de kook.

De soep is klaar als de kalebasstroken een beetje doorschijnend worden. Zodra het water begint te koken kun je even een strookje proberen door deze uit de pan te lepelen. De kalebasstroken koken door wanneer je de pan van het vuur haalt, doe dat dus bijtijds anders wordt het te papperig.

Na het van het vuur halen van de pan voeg je de lente-uitjes en koriander toe en roert het geheel nog even door. Eet deze lichte, fijne soep zoals u gewend bent of giet het over een bergje jasmijn rijst.