



VIETNAMESE LOEMPIA'S

ELLE Etens Klaartje Scheepers wilde na een paar weken Vietnam per se weten hoe je perfecte loempiaatjes maakt. Boffen wij even!

beeld DEBORAH VAN DER SCHAAF & AAD HOOGENDOORN

Wie een paar weken doorbrengt in Vietnam gaat naar huis als loempia-expert. Bij iedere familie komen ze op tafel, bij elk restaurant kun je ze bestellen, bij een lunch of diner, of als borrel- of latenightsnack. Toen ik er afgelopen zomer was, at ik ze op sommige dagen meer dan eens. Omdat ze zo ontzettend fris en vol van smaak zijn.

Eerst een belangrijk onderscheid: met Vietnamese loempia's kun je die gefrituurde exemplaren bedoelen die je hier vaak in markt- of winkelcentra-achtige situaties tegenkomt. Maar in deze zoektocht naar perfectie heb ik het over verse loempia's. Die maak je in de basis van rijstnoedels, knapperige groente en verse kruiden, verpakt in rijstpapier. En er hoort zeker saus bij, anders werkt het niet. Maar hoe krijg je ze perfect, en welke dip is het best?

Vis, vlees of vega

Verreweg de meeste loempiarecepten zijn met garnaal. Ook goed vertegenwoordigd zijn vegaversies, en er zijn versies met varken, kip en krab. Mijn Saigon Cooking Class in Ho Chi Min City waar ik deze zomer een cursus volgde, combineert de garnalen met buikspek, iets wat vaker gebeurt. In de balans van smaken voegt dat hartigheid toe, maar ik laat die rol liever aan de saus over (zie verderop). De verse garnaal houd ik erin, ik volg de Amerikaan Bobby Chinn in zijn boek *De Vietnamese keuken* en kook ze kort in gezouten water.

Verse ingrediënten

Wat je al niet in zo'n velletje rijstpapier kunt stoppen... lente-ui, mango, kokos, taugé, papaya, ananas – van alles kwam ik tegen.

Experimenteer hier zelf ook vooral naar hartelust mee, zou ik zeggen. Ik wil het voor nu zo puur mogelijk houden en ga daarbij af op wat ik in Vietnam het meest tegenkwam. Sla bijvoorbeeld, dat hoort er wel echt in. Een aantal recepten is specifiek in welke soort dat moet zijn; een stevige zoals ijsbergsla, romaine, little gem of zelfs Chinese kool, of juist een zachte soort als kropsla. Ik kies na wikken en wegen voor een tussenweg: de stevigste blaadjes van een kropsla, van dicht bij het hart. Zo heb je wel bite zonder dat het te veel knappert. Nigella

Lawson gebruikt trouwens in *Voor altijd zomer* alleen komkommer. Ik vind dat wel heel puur.

Jean Beddington van het recent verschenen *A little bite of Beddington* werkt naast de sla met avocado maar dat is me te smeug. De drie Franse broers Youssef van het kookboek *Hanoi-Saigon* doen er wortel en komkommer bij. Die combinatie is ook op internet populair en het werkt ook goed, die licht zoete en frisse toevoeging. Mijn Saigon Cooking Class is een voorstander van taugé, en ook daarin ga ik mee, louter voor de extra crunch. Ik volg ook het advies om de gele kopjes eraf te breken en alleen het wit te gebruiken.

Noedels en papier

Rijstnoedels vormen de ruggengraat van de loempia's. Ze geven body en stevigheid, maar ik merk dat je er snel te veel van in doet waardoor er niet genoeg smaak meer bij past. Maat houden, dus. Om ze goed 'op beet' te krijgen, niet te slap, niet te stevig, is nogal wat. Voor mij werkte vijf minuten koken perfect. Een goed advies van de Youssef-broers en veel anderen is om ze koud na te spoelen en goed te laten uitlekken. Nigella is overigens de enige die haar noedels nu al op smaak brengt met vissaus en rijstazijn, en dat niet aan de dip over laat. Hoewel ik het resultaat niet verkeerd vind, vind ik het jammer dat daardoor de smaak van de loempia's al sterk is bepaald. Rijstpapier is er in vele soorten. Een tip van foodblog vietworldkitchen.com: kies voor papier dat is gemaakt van rijst en tapiocameel (cassavemeel). Die vellen zijn gemakkelijker te verwerken dan rijstpapier van alleen rijst.

Smaakmakers

In Vietnam zijn ze niet zo scheutig met koriander, sommige regio's gebruiken het nauwelijks, andere iets meer. Ook mijn Vietnamese kookschool doet er niet aan. Maar veruit de meeste niet-Vietnamese recepten gaan voor koriander. Ik worstelde met enerzijds de wens puur te willen zijn en anderzijds mijn grote voorliefde voor koriander. Mijn oplossing is laf: ik noem het een optie, maar gebruik het zelf zeker lekker wel.



De Youssouf-broers kiezen dan weer voor alleen munt en bieslook. Een aantal onlinerecepten noemt Chinese bieslook, maar ik vind gewone net zo goed. Je kunt hem in stukjes snijden of, zoals Bobby Chinn doet, laten uitsteken bij het inrollen van de loempia's. Ik laat dat achterwege. Mijn Vietnamese kookschool voegt nog Thais (zoet) basilicum toe. Nog lekkerder vind ik 'heilig basilicum', een harige soort die hier slecht verkrijgbaar is. Maar die Thaise variant is een mooi alternatief. Kun je dat niet vinden, laat het dan gewoon.

Pinda's erin? Ik probeer het maar volg hierin Nigella, de Youssouf-broers en mijn Saigon Cooking Class: ik laat ze weg. Die pindasmaak komt later wel, bij de dip. Nu schrik ik er te veel van als ik bij een hap op zo'n pindastukje stuit. Hetzelfde geldt voor reepjes verse rode peper, daar zie ik ook van af.

Saus

Nigella kiest voor simpelweg sojasaus als dip voor erbij. Ik vind dat geen optie. De Youssouf-broers gaan voor wat zij 'magische saus' noemen, een afgeleide van de zogenaamde nuoc cham waar ze azijn, wortel en rode paprika aan hebben toegevoegd. Maar dat vind ik te veel gefrut. Een mix van vissaus, suiker, peper, limoensap en knoflook, kortom nuoc cham, heeft mijn voorkeur. Je maakt hem *chay* (vegetarisch) door de vissaus te vervangen door soja. Een andere gangbare optie voor erbij is een pindadip, het kamp waar ook mijn Saigon Cooking Class in zit. Door de hoisin, pindakaas en limoen die erin zit krijg je precies die hartigheid en stevigheid die ik niet in mijn loempia zelf wil maar wel nodig vind voor de balans. De nuoc cham echter heeft het zoet-pittige dat ik ook wil, dus ik maak, nu samen met Bobby Chinn, wederom een laffe keuze: ik geef ze er allebei bij.

PERFECTE VIETNAMESE LOEMPIA'S

MAKKELIJK | VOORAF/SNACK | EVT VEGA

12 LOEMPIA'S | 40 MIN BEREIDINGSTIJD

24 **GROTE GARNALEN**, *gepeld, of laat ze weg als je de loempia's vega wilt*

240 g **RONDE RIJSTNOEDELS**
of -vermicelli (bún)

12 velletjes **RIJSTPAPIER** (*bánh tráng*),
+ wat extra vellen voor als er een scheurt of breekt

12 stevige blaadjes **KROPSLA**
(van dicht bij het hart), in dunne reepjes

2 **WORTELS**, *in luciferreepjes (julienne)*

$\frac{1}{2}$ **KOMKOMMER**, *in luciferreepjes*
evt 40 g verse KORIANDER

evt 40 g THAIS BASILICUM
40 g MUNTBLAADJES

100 g **TAUGÉ**, *gele knopjes verwijderd*
bosje BIESLOOK, in stukjes van ong 10 cm

VOOR DE PINDADIP

1 el **HOISINSAUS** (*bonensaus*), *potje*

1 tl **PINDAKAAS** (*met of zonder nootjes*)

2 tl *fijngehakte* **PINDA'S**

1-2 *tene* **KNOFLOOK**, *fijngehakt*

$\frac{1}{2}$ -1 **RODE PEPER**, *fijngehakt*

LIMOENSAP, *naar smaak*

VOOR DE NUOC CHAM

1 el **VISSAUS**, *of 1 el sojasaus*
als je voor vega gaat

1 el **SUIKER**

2 el **LIMOENSAP**

1 **KNOFLOOKTEEN**, *fijngehakt*

1 klein **ROOD PEPERTJE**, *fijngehakt*

Breng water met zout aan de kook en kook de garnalen 1-2 min. Leg ze daarna in ijswater om af te koelen. Snij ze in de lengte doormidden.

Kook de rijstnoedels in 5 min gaar. Spoel koud af en laat uitlekken.

Roer alle ingrediënten voor de pindadip met 2 el water door elkaar – voeg evt wat meer rode peper of hoisin-saus toe als je van zout houdt.

Doe hetzelfde met de ingrediënten voor de nuoc cham – voeg evt nog wat water toe als je hem vloeibaarder wilt.

Week een vel rijstpapier heel kort in een schaal met handwarm water tot het zacht is. Natmaken met je hand kan ook. Leg het vel op een licht vochtige doek.

Verdeel wat noedels slareepjes, wortel, komkommer aan de onderkant van het papier, dicht bij je. Houd je in wat beleggen betreft: doe net wat minder dan je denkt dat erop past. Leg er wat basilicum, muntblaadjes, evt koriander en taugé op. Leg er dan 2-3 garnaaltjes op. Vouw de 2 zijkanten naar binnen en rol het rijstvel strak op. Druk licht aan, eventueel met wat water, zodat je een mooi, stevig rolletje hebt. Pas op dat ze niet te nat worden, anders gaan ze aan elkaar plakken zo.

Maak zo alle loempia's. Leg ze op een schaal, met een licht vochtige doek of plasticfolie erover tot je ze gaat serveren – wacht daar zo kort mogelijk mee. Serveer de loempia's met de twee dips.