

VERRUIM JE

HoriZon

INSPIRATIEMAGAZINE

ASIAN

SUMMER

JAPAN | KOREA | INDIA



20
26



HORECA *Van Zon*
de meest complete groothandel

Japanse tafel



Ontdek het recept
✓

INGREDIËNTEN

4 personen

8 st vegetable gyoza dumpling	75143
3 el sesam dressing kewpie	75638
3 el sesamsaus Yama	77581
1 el sesamzaadjes wasabi	77013
4 st gamba's 8/12	57937
Tempura beslag	61636
Bruiswater Spa	3873
Wasabi topping HERO	69035
Wasabi pasta	51189
1 el wasabi furikake kruiden	74884
180 g edamame peulen ongepeld	62647
Fleur de sel	37465
8 satestokjes bamboe 12 cm	20480
2 CMS varkenshaasjes	33525
200 ml Yama misosaus	75134
4 st geroosterde kipfilet Top Table	50323
150 ml Yama teriyakisaus gold	75133
2 sushivellen nori	43718
2 st pijpajuin	38350
2 el geroosterde sesam wit	77012
¼ ijsbergsla	3972



RECEPT

Gyoza

Ontdooi de gyoza's en bak ze mooi krokant in een antiaanbakpan. Werk ze af met streepjes sesamdressing Kewpie en sesamsaus Yama. Bestrooi met sesamzaadjes.

Tempura gamba

Ontdooi en pel de gamba's en laat het laatste stukje van de schaal eraan (staartje). Verwijder het darmkanaal.

Meng het poeder voor het tempurabeslag met ijskoud bruiswater. Haal de gamba's erdoor en bak ze in de friteuse op 180°C. Meng de wasabitopping met extra wasabipasta en furikake kruiden.

Edamame

De hele edamamepeulen kort blancheren, afgieten en bestrooien met fleur de sel.

Kushiyaki-spiesjes van gegrild varkensvlees

Snij de varkenshaasjes in mooie gelijke blokjes. Gril ze krachtig aan beide kanten. Plaats ze nog even kort in een oven en lak ze enkele keren af met de misosaus tot ze mooi blinken. Bestrooi eventueel nog met wat sesamzaadjes.

Chicken teriyaki

Verwarm de gegaarde kipfilets en snij ze in de lengte in 2 gelijke stukken. Lak ze gelijkmatig aan met de teriyakisaus. Look de rijst.

Was de sla en scheur er grote stukken van. Dresseer de gelakte kipfilets met de gekookte rijst in het ijsbergsla-blad. Werk af met fijngesneden sushivellen nori, geroosterde uitjes, pijpajuin en geroosterde sesamzaadjes.



JAPANESE MISORIJST KATSU

RECEPT

- 1 Snij de ajuin en de wortelen in kleine blokjes.
- 2 Stoof aan in olie en voeg de rijst toe.
- 3 Breng op smaak met Kikkoman soja, tomatenketchup en witte miso.
- 4 Snij de lente ui in fijne ringetjes en meng onder de rijst.
- 5 Bak de Ichiban Tori Katsu mooi krokant in olie.
- 6 Dresseer de rijst in een mooi diep bord en plaats de versneden Ichiban Tori Katsu op de rijst.
- 7 Werk af met de saus, fijngesneden lente-ui en geroosterde sesam.

INGREDIËNTEN

4 personen

120 ml Tonkatsu saus	76712
4 st Yama Ichiban Tori Katsu	78687
¼ lente-ui	83255
1 el geroosterde sesam	77012

Rijst

600 g sticky rice Smiling Cook	82610
1 ajuin	35313
2 wortelen	4005
4 el Kikkoman soja	7223
4 el tomaten ketchup Heinz	7315
¼ lente-ui	83255
2 el witte miso	51195

INGREDIËNTEN

4 personen

4 st tamago omelet	73145
120 ml sesamsaus	77581
100 ml kewpie mayo	69127
Enkele scheutjes shiso paars	81827

Spitskool

400 g spitskool	33384
80 ml Hellmann's sesame soy vinaigrette	29802
2 el sesamolie	75119
2 el kewpie mayo	69127
2 el geroosterde sesam	77012
2 el geroosterde uitjes	51025

RECEPT

- 1 Snij de spitskool in zeer fijne reepjes.
- 2 Meng met de vinaigrette, sesamolie, mayo, sesam en uitjes.
- 3 Warm de tamago-omelet op en breng de sesamsaus en kewpie mayo aan in streepjes.
- 4 Werk af met de spitskoolsalade en shiso.

Japans Omelet Tamagoyaki



Noodle bowl met Gyoza

INGREDIËNTEN

1 kant-en-klare noodle bowl Eurofresh	82790
4 st vegetable gyoza dumpling veggie	75143
Verse koriander	81877
1 el krokante uitjes	51025
1 kl furikake	74884
Radijsscheuten	29001
2 el Yama sesamsaus	77581
Kewpie mayo	69127

RECEPT

- 1 Ontdooi de noedelbowls.
- 2 Bak de gyoza mooi krokant in een pan met olijfolie. Blus met een scheutje water om verder gaar te stomen onder deksel.
- 3 Dresseer de gyoza op de noedels en werk ze af met sesamsaus en kewpie mayo.
- 4 Werk de bowl af met verse koriander, krokante uitjes en furikake.



INGREDIËNTEN

4 personen

4 voorverpakte porties udonnoedels	51209
4 sjalotten	3987
2 wortelen	4005
2 st paksoi	42776
Japanse light sojasaus naar smaak	81705
Mirin naar smaak	75105
150 ml dashi bouillon	75094

Garnituur

4 el ingelegde gember	55456
¼ lente- ui	83255
2 el furikake	74884
Nori	43718

RECEPT

- 1 Snij de sjalot, wortelen en paksoi in reepjes en wok deze kort maar krachtig aan.
- 2 Voeg de voorgedroogde udon noodles toe en meng alles goed onder elkaar.
- 3 Voeg de sojasaus, mirin en dashi toe.
- 4 Werk af met fijngesneden lente ui, ingelegde gember, nori en furikake.

YAKI UDON



INGREDIËNTEN

4 personen

12 stuks mochi-assortiment Buono

71313

MOCHI-IJS



INGREDIËNTEN

4 personen

16 lamskronen 39538

Marinade voor lamskronen

2 el sake 80653

2 el mirin 75105

100 g gochujang 73777

2 tenen look 79228

1 cm verse gember 32266

2 el sesamolie 75119

3 komkommers 3974

1 theelepel fleur de sel 37398

1 lente-ui, fijngesneden 38350

1 kl lookstukjes 45562

1 tl chilivlokken 69895

1 el sushiazijn 67271

1 el sojasaus 7223

1 tl sesamolie 6477

1 tl rietsuiker 19406

1 tl geroosterde sesamzaadjes 77012

Optioneel: ½ theelepel vissaus 68501 voor extra umami

RECEPT

- 1 Meng alle ingrediënten voor de marinade.
- 2 Portioneer de kroontjes en marineer ze 24 uur in de marinade.
- 3 Komkommersalade: Was de komkommers goed en snijd ze in dunne plakjes. Meng de plakjes met het zout en laat 10-15 minuten staan. Dit helpt om overtollig vocht te onttrekken en maakt de komkommer knapperiger.

Spoel de komkommers af met koud water en dep ze droog met keukenpapier. Meng in een kom de chilivlokken, rijstazijn, sojasaus, sesamolie, suiker, knoflook en lente-ui. Voeg eventueel vissaus toe voor extra smaak.

Voeg de uitgelekte komkommer toe aan de saus en meng goed. Bestrooi met geroosterde sesamzaadjes en laat 5-10 minuten intrekken voor de beste smaak.

- 4 Gril de kroontjes tot ze mooi rosé zijn en serveer ze met de pittige komkommer.

Gegrilde Lamskoteletten Oi Muchim





KOREAANSE GOCHUJANGKIP MET RIJST

INGREDIËNTEN

4 personen

600 g kippendijen, in stukken gesneden	46500
3 el gochujang (Koreaanse gefermenteerde peperpasta)	73777
2 el Kikkoman-sojasaus	7223
1 el honing	78771
1 el sesamololie	6477
1 el lookstukjes	45562
1 tl gember, geraspt	32266
1 tl rijstazijn	67271
1 tl bruine kandijsuiker	68665
½ tl witte peper	3152

Voor de rijst:

300 g jasmijnrijst	43747
600 ml water	

Voor de garnering:

1 lente-ui, in ringen	38350
1 tl geroosterde sesamzaadjes	77012
1/2 rode chili, fijngesneden	80300

RECEPT

- 1 Marineer de kip: Meng gochujang, sojasaus, honing, sesamololie, knoflook, gember, rijstazijn, suiker en peper in een kom. Voeg de kip toe en laat minstens 30 minuten marineren (liefst een paar uur).
- 2 Kook de rijst: Spoel de rijst onder koud water en kook volgens de verpakking.
- 3 Bak de kip: Verhit een pan op middelhoog vuur en bak de kip 8-10 minuten tot hij goudbruin en gaar is.
- 4 Serveer: Verdeel de rijst over de borden, schep de kip erop en garneer met lente-ui, sesamzaadjes en chili.



 **Family Recipe**

Loaded Gyoza BBQ beef

INGREDIËNTEN

5 gyoza dumplings Korean Beef	83998
150 g pulled beef	52929
50 ml BBQ-saus Grate Goods Kansas city red	75235
1 el pindanootjes (gehakt)	76823
2 el atjar tjampoer	52590
Bieslook	81884
Micro leaves	79084

RECEPT

- 1 Bak de gyoza's krokant in de friteuse.
- 2 Ontdooi de pulled beef en meng met de BBQ-saus. Warm op in de microgolfoven.
- 3 Dresseer de atjar tjampoer en de pulled beef en plaats de gyoza's erbovenop.
- 4 Werk af met gehakte nootjes, bieslook en gemengde scheutjes.



INGREDIËNTEN

4 personen

Voor de noodles:

250 g sobanoedels	76717
1 bloemkool, in roosjes	35088
2 el olijfolie	82228
1 el sojasaus	42592
1 el sesamololie	6477
1 tl chilivlokken	69895

Voor de saus:

2 el hoisinsaus	51190
2 el sojasaus	42592
1 el sushi azijn	67271
1 el sesamololie	6477
1 tl honing	78771
1 tl gember, geraspt	32266

Voor de soja-eieren:

8 eieren	577
100 ml sojasaus	42592
1 el sushi azijn	67271

Voor de tofu:

200 g stevige tofu, in blokjes	80202
1 el maïszetmeel	12713
2 el sojasaus	42592
1 tl sesamololie	6477

Koreaanse Spicy Noodles

RECEPT

- 1 Rooster de bloemkool: Meng de bloemkool met olijfolie, sojasaus en chilivlokken. Bak 25 min op 200°C.
- 2 Kook de eieren: Kook 6 min, laat schrikken in koud water, pel en marineer in sojasaus en rijstazijn (min. 30 min).
- 3 Saus: Meng alle ingrediënten voor de saus in een kom.
- 4 Bak de tofu: Bestrooi met maïszetmeel en bak goudbruin in sesamololie.
- 5 Kook de noodles: Bereid volgens de verpakking.
- 6 Meng en serveer: Meng de noodles met de saus, bloemkool, tofu en gesneden soja-eieren. Werk af met fijngesneden pijpajuin.

Bibimbap met Gochujang Spek

INGREDIËNTEN

4 personen

350 g basmatirijst	43775
2 el geroosterd sesamzaad	77012
200 g spinazie	79212
8 plakjes gerookt spek	38326

Saus

120 ml Kikkoman soja	7223
60 ml rijstazijn	67271
2 el bruine suiker	68665
2 el Gochujang	73777
30 ml sesamololie	75119

Toppings

2 wortelen	4005
6 looktenen	79228
2 cm verse gember	73723
¼ lente-ui	83255
200 g shiitake	80399
200 g sojascheuten	80375
4 eieren	577
1 vel nori	43718

RECEPT

- 1 Kook de rijst en voeg er de sesamzaadjes aan toe.
- 2 Meng alle ingrediënten voor de saus samen en warm op.
- 3 Snij de lookteentjes in plakjes en fruit ze aan in olie tot ze mooi goudbruin zijn.
- 4 Snij de wortelen in julienne.
- 5 Snij de gember in fijne brunoise.
- 6 Snij de shiitake in schijfjes.
- 7 Was de spinazie.
- 8 Bak het spek mooi krokant en bestrijk beide kanten met Gochujang.
- 9 Wok de wortelen met de gember tot ze nog mooi krokant blijven.
- 10 Wok de spinazie, chii take en sojascheuten allemaal apart.
- 11 Bak een spiegelei en snij de lente ui in fijne ringetjes.
- 12 Dresseer het gerecht in een mooi diep bord.





Family Recipe

Gyoza met appel, misokaramel en hazelnootcrème



INGREDIËNTEN

4 personen

12 st appel gyoza	81374
150 g pain turc Didess	48729
1 kl kaneelpoeder	3125
1 kl suiker	1923
½ kl gemberpoeder	6058
100 ml Debic crème anglaise	6412
250 ml Debic parfait	25624
2 el pasto benone Colac	74723
2 kl vanille-extract	71301
Atsina cress	41250

Miso caramel

200 g suiker	1923
60 ml water	
100 ml room 40 %	56929
80 g boter	20464
2 el miso wit	51195

RECEPT

- 1 Crumble de koekjes en meng kaneelpoeder, suiker en gemberpoeder eronder.
- 2 Klop de Debic parfait stijf met een keukenrobot. Het volume zal verdubbelen, voeg de pasto benone en het vanille extract toe en klop nog heel even verder tot alles goed gemengd is.
- 3 Vul siliconenvormen met de parfait en laat invriezen.
- 4 Voor de misokaramel: Doe suiker en water in een steelpan. Verwarm op middelhoog vuur zonder roeren. Laat koken tot een goudbruine karamel (± 170–180°C). Eventueel de pan zachtjes zwenken voor egale kleur.
- 5 Haal de pan van het vuur. Voeg voorzichtig de room toe (let op: dit gaat bruisen!).
- 6 Roer rustig tot een glad mengsel. Voeg de boter toe en roer tot volledig gesmolten en homogeen. Meng de miso erdoor terwijl de karamel nog warm is.
- 7 Proef en voeg eventueel wat extra miso toe voor meer umami/diepte. Laat licht afkoelen.
- 8 Serveer lauwwarm of bewaar in de koelkast (wordt dikker bij afkoelen).
- 9 Dresseer naar wens of zoals op de foto.



JJIGAE MET TOFU

RECEPT

- 1 Fruit de fijngesneden ajuin en de look aan in olie.
- 2 Voeg de Kimchi, suiker, chilivlokken en gochujang toe en meng alles goed onder elkaar.
- 3 Voeg de bouillon toe en laat alles rustig stoven gedurende een klein half uurtje.
- 4 Snij de tofu in dikke plakken en dresseer ze op het stoofgerecht.
- 5 Verwarm nog een 10-tal minuten.
- 6 Werk verder af met enkele takjes verse koriander en geroosterde sesamzaadjes.

INGREDIËNTEN

4 personen

1 ajuin	35313
2 looktenen	79228
700 g kimchi	73770
1 el suiker	1923
1 tl chilivlokken	69895
2 el gochujang	73777
750 ml groentebouillon	51974
250 g tofu	80202
1 el sesamolie	6477
Verse koriander	81877
2 el geroosterde sesam	77012

INGREDIËNTEN

4 personen

600 g verse kippenhaasjes CMS	33570
4 st butter chicken saus 250 ml	73758
400 g couscous Indiase stijl	78679
Enkele takken verse koriander	81877
4 st naanbrood	72084
200 ml yoghurt	54253
2 st rode chilipeper	80300
½ komkommer	3974
± 10 muntblaadjes	81886
1 kl komijnpoeder	6399
1 citroen	36841

RECEPT

- 1 Snij de kippenhaasjes in gelijke blokjes en bak ze mooi goudbruin en sappig.
- 2 Voeg de kant-en-klare butterchickensaus toe en warm even door.
- 3 Snij de rode chilipepers in fijne ringetjes.
- 4 Warm de couscous op en dresseer in een kom.
- 5 Grill het naanbrood in een grillpan.
- 6 Dresseer de butterchicken in een kom en werk af met een lepel yoghurt, rode peper en verse koriander.
- 7 Rasp de komkommer en fijn wring hem uit in een propere keukenhanddoek.
- 8 Snij de koriander en de muntblaadjes zeer fijn en meng samen met de komkommer onder yoghurt.
- 9 Breng de raita op smaak met peper, zout, komijnpoeder en enkele druppels citroensap.
- 10 Serveer met de couscous en het naanbrood en de raita apart.

Butter Chicken met komkommerraita



INGREDIËNTEN

4 personen

400 g basmati rijst	43775
600 g kippendijen	46500
1 el komijnzaad	9795
1 kl korianderpoeder	7414
Olijfolie	82228
650 ml Golden Turtle tikka masala saus	44617
4 st naanbrood	72084
4 el crispy chili oil	83122
Enkele blaadjes munt	81886
1 komkommer	3974
Enkele takken verse koriander	81877

RECEPT

- 1 Snij de kippendijen in grote gelijke stukken. Breng ze op smaak met peper, zout, komijnzaadjes en korianderpoeder.
- 2 Voeg olijfolie toe en meng alles goed onder elkaar.
- 3 Rooster in een oven op hoge temperatuur 220°C tot ze sappig zijn en een mooie kleur hebben.
- 4 Kook de rijst gaar gedurende 10 minuten in gezouten water.
- 5 Verwarm de kant-en-klare tikka masala saus.
- 6 Grill het naanbrood in een grillpan.
- 7 Dresseer de rijst in een grote warme schaal en voeg de tikka masala toe.
- 8 Werk verder af met het naanbrood, chili oil, enkele komkommerschijfjes, verse koriander en muntblaadjes.

Tikka Masala





KIP MADRAS

RECEPT

- 1 Kruid de kippenbillen met peper, zout en kurkuma, besprenkel met olijfolie en meng alles goed onder elkaar.
- 2 Bak de billen mooi krokant in een oven van 180°C.
- 3 Verwarm de kokosmelk en voeg de Madrascurry van Bresc toe naar smaak. Voeg de saus en de kippenbillen samen.
- 4 Rooster de geschaafde amandelen in een droge pan op het vuur tot ze mooi goudbruin zijn.
- 5 Rooster de zoete aardappel met look en aangestookte ajuin.
- 6 Bak de papadums in olijfolie in de pan aan beide kanten tot de randen mooi goud bruin opkrullen.
- 7 Blancheer de groene boontjes in kokend gezouten water.
- 8 Dresseer de Madras kippenbillen in een schaal met de boontjes en verse koriander.
- 9 Dresseer de geroosterde zoete aardappel in diepe borden met de zoete aardappel dip, amandelschaafsel en een mespuntje komijnpoeder.
- 10 Serveer met de papadum en de mango chutney apart.

INGREDIËNTEN

4 personen

8 st hele kippenbillen	35767
2 kl kurkuma	3115
Peper en zout	
Olijfolie	82228
600 ml kokosmelk	43763
250 g curry Madras Bresc	76270
1 dikke ajuin	35313
600 g geroosterde zoete aardappel Bonduelle	81979
1 el lookstukjes Bresc	45562
8 el dip van zoete aardappel Gran Oliva	76587
2 el geschaafde amandelen	60832
1 el komijnpoeder	6399
200 g fijne groene boontjes	31702
120 g mango chutney	53504
Enkele takken verse koriander	81877
8 st papadums madras	81706

INGREDIËNTEN

4 personen

650 g geroosterde kippenblokjes Top Table	47971
600 ml kormasaus	37360
100 g geroosterde cashewnoten	73585
350 g basmatirijst	43775
100 g groene linzen	41446
100 g kikkererwten	56028
1 kl komijnpoeder	6399
1 kl kurkuma	3115
100 g zwarte bonen	53895
Enkele takken verse koriander	81877

RECEPT

- 1 Kook de linzen gaar in gezouten water.
- 2 Spoel de zwarte bonen onder koud stromend water in een zeef.
- 3 Spoel de kikkererwten onder koud stromend water in een zeef. Breng ze op smaak met peper, zout, komijn, kurkuma en olijfolie.
- 4 Rooster de kikkererwten in een oven van 200°C tot ze licht krokant zijn.
- 5 Kook de basmati rijst gaar gedurende 10 minuten.
- 6 Meng de rijst, linzen, zwarte bonen en kikkererwten bij elkaar.
- 7 Meng de saus met de kant-en-klare gegaarde kippenblokjes.
- 8 Serveer de kip en de rijst apart en werk af met de cashewnoten en verse koriander.

Kip Korma





Mango
munt

Avocado
koriander

Rode biet
met komijn

INGREDIËNTEN

Rode biet met komijn

300 ml yoghurt	54253
100 ml melk	34268
1 gekookte rode biet	16045
1 mespunt komijnpoeder	63999
1 mespunt komijnzaad	9795

Avocado koriander

300 ml yoghurt	54253
100 ml melk	34268
1 verse avocado	55972
1 mespunt korianderpoeder	7414
1 mespunt korianderzaad	6875
4 takjes verse koriander	81877

Mango munt

300 ml yoghurt	54253
100 ml melk	34268
½ verse mango	3936
4 takjes verse munt	81886

Lassi

RECEPT

Rode biet met komijn

Blend de rode biet met de yoghurt, melk en komijnpoeder tot een mooie gladde massa. Serveer in glaasjes en werk af met enkele geroosterde komijnzaadjes.

Avocado koriander

Blend de verse avocado met de yoghurt, melk en korianderpoeder tot een mooie gladde massa. Serveer in glaasjes en werk af met enkele geroosterde korianderzaadjes.

Mango munt

Blend de verse mango met de yoghurt, melk en enkele muntblaadjes tot een mooie, gladde massa. Serveer in glaasjes en werk af met een takje munt.