

Bataat (zoete aardappel)



Bijgerecht

aardappel

4 personen

Land: Mexico

Bereidingstijd: 60 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 800 gr zoete aardappelen
- 120 ml olijfolie
- 4 el honing
- zout + 3-4 takjes verse tijm

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 200 °C. Schil de zoete aardappelen en snij in grove stukken.
2. Leg ze in een ovenschaal en bestrooi met zout. Meng de olijfolie met de honing en sprenkel ongeveer de helft van dit mengsel royaal over de aardappelen. Leg de takjes tijm (eventueel in kleinere stukjes) tussen de zoete aardappelen in de ovenschaal.

3. Rooster de zoete aardappelen in ongeveer 45 minuten in de oven. Draai de stukken aardappel halverwege met een vork om en sprenkel de rest van de honing-oliemarinade erover.

Tenslotte

De zoete bataat is een knolgewas in de vorm van een dikke wortel. De kleur van deze vrucht varieert van lichtgeel tot oranje rood. De bataat is het gehele jaar verkrijgbaar en voelt zich het beste thuis op een koele, donkere plaats. Men noemt dit vaak een zoete aardappel, maar in werkelijkheid is de bataat niet eens familie van de aardappel. Qua textuur lijkt het op een aardappel en qua smaak op een wortel. Vrij zoet, dus je moet er van houden! De zoete bataat komt oorspronkelijk uit Mexico maar wordt momenteel volop gekweekt over de hele wereld. Iedere streek heeft weer zijn eigen ras. De bataat wordt o.a. geteeld in China, Amerika, Honduras en de Filipijnen. In de Surinaamse keuken wordt dit product het meest gebruikt en in Amerika wordt het knolgewas ook veel gegeten. De bataat is een heel gezond gewas omdat de knol boordevol vitaminen zit. De oranje kleur wordt veroorzaakt door het stofje Caroteen, dat ook in wortelen zit. Een bom van vitamine A, erg gezond en goed voor de ogen. Voor een heerlijke soep nu **Bataatsoep**. Verhit een scheut olijfolie in een pan en fruit daarin 1 fijngehakte ui, 3 fijngehakte teentjes knoflook en 2 tl geraspte gember. Doe 500 gr bataat (zoete aardappels) nu ook in de pan en bak ze even aan. Doe 1 liter bouillon erbij. Breng aan de kook en laat 15 minuten zachtjes doorkoken. Pureer de soep met een staafmixer en voeg 200 ml kokosmelk en 2 uitgeperste limoenen toe. Laat nu nog 10 minuten koken. Breng de aardappelsoep op smaak met zout en flink wat versgemalen zwarte peper. Voor **Bataatcrème** schil je 500 gr bataat, snijd ze in kleinere stukken en kook ze ongeveer 10 minuten in water met zout (net als aardappels) tot ze goed gaar is. Stamp of prak ze fijn met een klontje boter. Strooi eventueel peper, chilipoeder, verse tijm en fijngehakte peterselie over de crème en serveer deze mooie oranje crème met een groene gestoofde groente en eventueel rijst. Neem voor de groente bijvoorbeeld snijbonen of groenselderij. Verrukkelijk zacht, ideaal voor kinderen. Nu **Kip met bataat**. Zout 4 kipkarbonades zonder vel. Doe ze in een grote ovenschaal en wentel in 6 el olie. Zet in de oven, zet die aan op 180 graden (ja, nu pas) en laat 25 minuten garen. Snij een 1/2 komkommer in de lengte in kwarten en snij er het hart met de zaadjes uit. Eet dat op. Snij de repen komkommer in de lengte doormidden en daarna dwars tot je blokjes hebt. Schil de bataten en snij ze in blokjes die ongeveer net zo groot zijn als die van de komkommer. Voeg de bataatblokjes, 2 fijngehakte tenen knoflook en 3 cm fijngehakte gember bij de kip, meng met braadvocht en laat weer 15 minuten garen. Meng er dan de komkommer, 2 el citroensap, 4 el ketjap en 1 tl chili door en laat nog 5 minuten bakken. Tot slot een amuse: **Friet van zoete aardappel**. Schil 400 gr zoete aardappelen en snijd ze in de lengte in 8 stukken. Meng in een diepe schotel 4 el olijfolie met 1/2 koffielepel zachte paprikapoeder en 1 el zwarte komijnzaad. Voeg de aardappelen toe en meng goed. Plaats de aardappelen op een bakplaat die bedekt is met bakpapier. Bestrooi met peper en zout. Plaats ze 25 minuten in een oven van 160 °C. De frietjes moeten zacht en goudgeel zijn. Verdeel de frietjes van zoete aardappel over 6 mooie glaasjes. Lauw opdienen.