

# Gumbo



## Hoofdgerecht

Soep

**4 personen**

**Land:** Amerika

**Bereidingstijd:** Bereiding 120 minuten

**Seizoen:** Okra's zijn het hele jaar verkrijgbaar, maar 's zomers het meest



## Ingrediënten

- 1 dl zonnebloemolie
- 1 ons bloem
- 6 kippenbouten zonder vel in drie stukjes gehakt
- zout & peper
- 1 grove rookworst, gaar in plakjes
- 1 ui gesnipperd
- 3 ons okra in plakjes gesneden
- 1 paprika in stukjes
- 3 tenen knoflook gesnipperd
- 1,5 liter kippenbouillon

- 1 blik tomatenblokjes (400 gram)
- 1 laurierblad
- snufje oregano
- snufje tijm
- veel gemalen zwarte peper
- snufje paprikapoeder
- snufje cayennepeper
- bosje peterselie en 3 bosuitjes voor de garnering

## Bereidingswijze

1. Bestrooi de kip met zout, peper en drie eetlepels bloem. Bak de kip in een grote koekenpan met een scheut olie op halfhoog vuur mooi bruin. Bak de stukjes rookworst heel even mee en zet alles even opzij.
2. Verhit de rest van de olie op halfhoog vuur in een sauspan en doe de rest van de bloem erbij. Laat het al roerend de kleur aannemen van donkere pindakaas. Dit is de roux, een belangrijk onderdeel van de gumbo. Dit duurt ongeveer 25 minuten. Zet weg.
3. Verhit een scheut olie in een grote braadpan. Doe dan de ui, knoflook, paprika en okra erbij en bak nog ongeveer 5 minuten, totdat de slijmerige draden van de okra een beetje zijn verdwenen.
4. Voeg nu al roerend de kippenbouillon toe, tijm, cayennepeper, oregano, laurier, paprikapoeder en de tomaten uit blik. Roer er nu de roux door tot die is opgelost
5. Doe nu de kip en worst er weer bij, zet het deksel op de pan en laat alles anderhalf uur zachtjes stoven, tot de kip van het bot valt. Verwijder zo de botjes uit de kip, hak de kip in stukken en doe die terug in de pan. Dien de soep op in diepe borden, en geef iedereen een flinke schep gare rijst. Strooi er gehakte peterselie en bosui over.

## Tenslotte

Tijdens Mardi Gras, een soort carnaval in het zuiden van de Verenigde Staten (Louisiana), eten ze daar gumbo. Dat is letterlijk en figuurlijk een dikke stoofpot uit verschillende culturen: invloeden van Franse kolonisten, Afrikaanse slaven, Spaanse kolonisten en de plaatselijke bevolking. De schotel ontleende zijn naam aan het woord dat de West-Afrikaanse Bantu stam gebruikte voor de okra, "ki ngombo". Er bestaat ook een Creoolse Gumbo met over het algemeen schelpdieren en tomaten. Het werd voor het eerst beschreven in 1802 en werd in de tweede helft van de 19e eeuw opgenomen in Amerikaanse kookboeken. Het gerecht kreeg meer wijdverspreide populariteit in de jaren 70, toen het in de kantine van de senaat werd geserveerd op verzoek van senator Allen Ellender. Officieel hoort er een poeder genaamd sassafras in, ook wel (zij het zelden in Nederland) te koop onder de naam 'filé gumbo'. De bovenstaande, Cajun variant doet het zonder sassafras. Gelukkig maar, want sassafras is kankerverwekkend. Je kunt de soep ook traditioneel nog afmaken met Tabasco en serveren met brood. Ipv okra kun je ook 3 stengels in plakjes gesneden bleekselderij gebruiken.