



Bariis Iskukaris

Niveau: Gemiddeld

Land van herkomst: Somalië

Gang: Bij- / Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 6 - 8 personen

Tijd: 45 minuten

Ingrediënten rijst:

- 500 gram basmatirijst
- 3 el olijfolie of ghee
- 2 grote uien, in dunne halve ringen gesneden
- 4 tenen knoflook, fijngehakt
- 2 el tomatenpuree
- 2 middelgrote tomaten, fijngehakt
- 2 wortels, in dunne reepjes gesneden
- 2 groene chilipepers, fijngehakt (optioneel)
- 750 ml kippenbouillon of vleesbouillon
- 1 kaneelstokje
- 6 kardemompeulen, licht gekneusd
- 5 kruidnagels
- 2 laurierblaadjes

Ingrediënten kruidenmengsel:

- 2½ el zelfgemaakte Xawaash
- 1 tl kurkuma
- 1 tl komijn
- 1 tl korianderpoeder
- ½ tl zwarte peper
- zeezout naar smaak

Voor de afwerking

- handje rozijnen
- 50 gram geroosterde amandelen of cashewnoten
- verse koriander
- eventueel gebakken uitjes

Bereiding:

Stap 1 – De rijst voorbereiden

- Spoel de basmatirijst meerdere keren met koud water totdat het water bijna helder blijft.
- Laat de rijst daarna minimaal 30 minuten weken in koud water.
- Dit zorgt ervoor dat de korrels straks mooi los blijven en de kruiden beter opnemen.

Stap 2 – De geurige basis maken

- Verhit de olie of ghee in een ruime pan met dikke bodem.
- Bak de uien rustig gedurende 10 minuten tot ze goudbruin en zacht zijn. Dit is een belangrijke stap: de zoete smaak van de ui vormt de basis van het gerecht.
- Voeg knoflook toe en bak deze kort mee.
- Doe daarna de tomatenpuree erbij en bak deze 1 à 2 minuten mee zodat de diepe tomatensmaak ontstaat.
- Voeg de tomaten, wortel en chili toe en laat alles enkele minuten zacht bakken.

Stap 3 – De specerijen toevoegen

- Voeg Xawaash, kurkuma, komijn, koriander, zwarte peper, kaneel, kardemom, kruidnagel en laurier toe.
- Bak de kruiden kort mee. Hierdoor komen de essentiële oliën vrij en krijgt de rijst straks die typische warme Somalische geur.

Stap 4 – De rijst garen

- Giet de geweekte rijst af en voeg deze toe aan de pan.
- Roer voorzichtig zodat iedere rijstkorrel bedekt wordt met de kruiden en het ui-tomatenmengsel.
- Voeg de bouillon toe en breng aan de kook.
- Zodra de rijst kookt, zet je het vuur laag. Dek de pan goed af met een deksel (traditioneel wordt soms ook een doek onder het deksel gelegd om de stoom vast te houden).
- Laat de rijst ongeveer 20 minuten zacht garen.
- Zet daarna het vuur uit en laat de rijst nog 10 minuten rusten.

Stap 5 – Afwerken

- Haal de kaneel, kardemom en laurier voorzichtig uit de rijst.
- Maak de rijst voorzichtig los met een vork.
- Meng de rozijnen erdoor en werk af met geroosterde noten, verse koriander en eventueel gebakken uitjes.

Traditioneel serveren

- Bariis iskukaris wordt in Somalië vaak geserveerd met:
- **Suugo** – een kruidige Somalische tomatensaus
- gestoofd of [gegrild lamsvlees](#)
- kip met Xawaash
- banaan (ja, echt! De zoete banaan naast de kruidige rijst is een bekende combinatie)
- frisse salade met tomaat, komkommer en limoen

Cunto wanaagsan!