



Desserten

Dranken

## Zoete Koreaanse rijstdrank - sikhye

**Voor 15 personen.**

### Ingrediënten

375 gram gerstemout (yeotgireum)

2 liters water

170 gram sushirijst

200 gram suiker

pijnboompitten (optioneel)

muntblaadjes (optioneel)

Dit licht en zoete rijstdrankje wordt doorgaans geserveerd als dessert. Het is verfrissend en uiterst bevorderend voor de spijsvertering. De ideale zoete drank na een zwaar diner! Je kan 'm bovendien zo zoet maken als je zelf wil.

### Bereidingswijze

Week het gerstemout in 2,3l **warm** water gedurende 1u. Tijdens het weken, masseer de gerst 2 à 3 keer met je handen, zodat alles loskomt uit het omhulsel. Let op: maak het water niet te heet, zodat je gerst niet slecht wordt tijdens het weekproces.

Na 1u zou je kleine groene scheutjes moeten zien uit de gerst. Giet het water door een zeef af in een kom en pers al het water uit de opgevangen gerst.

Laat het gerstewater 2 à 3u staan. Je ziet bezinsel ontstaan op de bodem. Wil je je sikhye nog klaarder, kan je 'm ook 4 à 5u laten rusten.

Kook ondertussen de sushirijst, maar gebruik wat minder water dan nodig om een drogere rijst te bekomen. De rijst zou makkelijk moeten scheiden na het koken en niet plakken.

Als je gerstewater goed gescheiden is, voeg het water toe aan de pot of rijstkoker met de rijst. Probeer het witte bezinsel zoveel mogelijk te vermijden. Doe dit tot de rijst volledig bedekt is en laat de rest nog even in de kom met bezinsel.

Houd de rijst met gerstewater warm (heel laag vuur op 50° à 60° of met de warmhoud functie op de rijstkoker) gedurende 5u of meer. Doe dit tot 4 à 5 rijstkorrels komen bovendrijven. Dit betekent dat de gerst geactiveerd is in het warme water en het zetmeel in de rijst omgezet werd tot maltose, wat de rijst lichter maakt.

Nu voor de volgende stap. Als je:

1. **Wilt dat de rijst drijft bij het serveren:** schep de rijst uit het water, spoel onder koud water en lek uit. Bewaar het in de frigo en gebruik in de volgende stap 200g suiker.
2. **De smaak het belangrijkste vindt:** hou de rijst in het water en ga naar de volgende stap

Giet het water in een grote pot en voeg het overige gerstenat toe, opnieuw zonder het bezinksel. Voeg de suiker toe. Ben je niet zo'n zoetekauw? Gebruik dan maar 150g suiker.

Kook alles 10min op medium hoog vuur en schep enig schuim af dat vormt tijdens het kookproces. Proef hoe zoet het is en voeg suiker toe indien nodig. Hou er rekening mee dat de *sikhye* minder zoet smaakt als je 'm koud serveert.

De *sikhye* bewaart tot een week in de koelkast, maar je kan 'm ook invriezen voor later gebruik!

