



Kokosrijst met pindasaus en gesmoorde groenten

Geserveerd met een spiegelei en pinda's



Zilvervliesrijst



Kokosrasp



Knoflookteen



Verse gember



Pindakaas



Groentemix *



Gemalen koriander



Sojasaus



Vrije-uitloopei *



Verse koriander *



Gezouten pinda's



Totaal: 30-35 min.



Veggie



Gemakkelijk



Eet binnen 3 dagen

Van een romige pindasaus tot knapperige pinda's – dit is een gerecht voor de echte pindaliefhebber. Wil jij weten waar de pinda's in jouw box vandaan komen? Lees alles over ons bezoek aan notenman Jan Gotjé op onze blog. De pindasaus in dit gerecht is makkelijk en snel, je mengt de ingrediënten koud en voegt ze op het laatst aan het gerecht toe.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, wok of hapjespan met deksel, rasp, kom en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **kokosrijst met pindasaus en gesmoorde groenten**.



1 KOKEN EN SNIJDEN

Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de rijst en kook de **rijst** samen met de **kokosrasp**, afgedekt, 12 – 15 minuten. Giet daarna af en laat zonder deksel uitstomen. Pers ondertussen de **knoflook** of snijd fijn. Schil de **gember** en rasp of snijd fijn.



2 SAUS MAKEN

Meng in een kom de **pindakaas** met een vork met de melk, ketjap ★, sambal ✂ en wittewijnazijn tot een dikke saus ★★. Bewaar de saus apart.

★ **TIP:** Let jij op je calorie-inname? Gebruik dan 60 g rijst per persoon, 1 ei en/of de helft van de pinda's.



3 GROENTEN BAKKEN

Verhit de roomboter in een wok of hapjespan met deksel op middelhoog vuur. Voeg de **groentemix**, **knoflook**, **gember**, **gemalen koriander**, **sojasaus** en 1 el water per persoon toe. Bak, afgedekt, 8 – 10 minuten op middelmatig vuur of tot de **groenten** gaar zijn. Roer regelmatig door.



4 EIEN BAKKEN

Verhit ondertussen de zonnebloemolie in een koekenpan en bak twee **spiegeleieren** per persoon. Breng op smaak met peper en zout.



5 SNIJDEN

Snijd ondertussen de **verse koriander** fijn. Hak de **pinda's** grof.

★★ **TIP:** De pindakaas wordt tijdens het mengen eerst klontig. Blijf goed roeren, het wordt vanzelf een dikkere saus.



6 SERVEREN

Verdeel de **kokosrijst** over de borden. Serveer de **groenten** op de **kokosrijst** en garneer met de **verse koriander** en **pinda's**. Leg het **spiegelei** erop en serveer met de zelfgemaakte **pindasaus** ernaast.

✂ **TIP:** Eten er kinderen mee? Let dan op de hoeveelheid sambal. Houd je juist van pittig? Voeg dan naar smaak meer sambal toe.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Zilvervliesrijst (g)	85	170	250	335	420	500
Kokosrasp (g) 19) 22) 25)	5	10	15	20	25	30
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Verse gember (cm)	1	2	3	4	5	6
Pindakaas (bakje) 5) 22)	1	2	3	4	5	6
Groentemix (g) 23) *	200	400	600	800	1000	1200
Gemalen koriander (tl)	1	2	3	4	5	6
Sojasaus (ml) 1) 6)	10	20	30	40	50	60
Vrije-uitloopei (st) 3) *	2	4	6	8	10	12
Verse koriander (g) *	2½	5	7½	10	12½	15
Gezouten pinda's (g) 5) 22) 25)	25	50	75	100	125	150

Zelf toevoegen

Melk (ml)	45	90	135	180	225	270
Ketjap manis (el)	1	2	3	4	5	6
Sambal (tl)	½	1	1½	2	2½	2
Wittewijnazijn (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Roomboter (el)	1	1	2	2	3	3
Zonnebloemolie (el)	1	1	2	2	3	3
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

Energie (kJ/kcal)	4054 / 969	778 / 186
Vet totaal (g)	50	10
Waarvan verzadigd (g)	15,5	3,0
Koolhydraten (g)	89	17
Waarvan suikers (g)	12,4	2,4
Vezels (g)	11	2
Eiwit (g)	35	7
Zout (g)	3,4	0,7


ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 5) Pinda's 6) Soja

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda's 22) Noten 23) Selderij 25) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).