



GEMARINEERDE VARKENSREEPJES MET CHINESE RIJST

Met ham, omelet en pittige zoetzure komkommer



Knoflookteen



Indisch gekruide varkenshaasreepjes



Pandanrijst



Rode peper



Komkommer



Prei



Vrije-uitloepi



Achterham



Gezouten pinda's

Totaal: 45 min.

Lactosevrij

Gemakkelijk

Eet binnen 5 dagen

Het geheim van goede gebakken rijst is dat de rijst niet te nat moet zijn wanneer je deze bakt. De rijst kleeft dan aan elkaar en het resultaat is een plakkerige massa. Lees voor het koken onze tip op de achterkant om dit te voorkomen. De frizure komkommer vormt een smakelijke balans met het hartige van de varkenshaas.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

2x kom, pan met deksel, wok of hapjespan en 2x koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **gemarineerde varkensreepjes met Chinese rijst**.



1 VOORBEREIDEN

Pers de **knoflook** of snijd fijn. Meng in een kom de **varkensreepjes** met de **knoflook**, de ketjap ★, 1 tl suiker per persoon en de helft van de olijfolie. Laat minimaal 15 minuten marinieren. Kook ondertussen 250 ml water per persoon in een pan met deksel en kook de **rijst**, afgedekt, 12 – 15 minuten. Giet daarna af als dat nodig is en laat volgens de tip droogstomen en afkoelen ★★.



4 RIJST BAKKEN

Verhoog het vuur van de wok of hapjespan met **prei** naar middelhoog, schep de **rijst** erbij en bak de **rijst** 2 – 3 minuten mee. Schep niet te vaak om zodat de **rijst** goed kan aanbakken. Voeg de **ham** en de omeletreepjes toe en bak 2 – 3 minuten. Breng op smaak met peper en zout.

★**TIP**: Heb je geen ketjap in huis? Vervang deze dan door dan ½ el sojasaus en ½ el honing per persoon.



2 ZOETZUUR MAKEN

Verwijder ondertussen de zaadlijsten van de **rode peper** en snijd de **rode peper** fijn. Snijd de **komkommer** in kleine blokjes en meng in een kom met de **rode peper**, de wittewijn- of rijstazijn en ½ tl suiker per persoon. Laat het zoetzuur intrekken, schep af en toe om.



5 VARKENSREEPJES BAKKEN

Verhit ondertussen de olijfolie in een andere koekenpan op middelhoog vuur en bak de **gemarineerde varkensreepjes** 4 – 6 minuten. Hak ondertussen de **pinda's** grof.

★★**TIP**: Om de rijst krokant te krijgen is het belangrijk dat de rijst afkoelt en zo droog mogelijk is, anders plakken de korrels aan elkaar. Spreid de rijst daarom na het koken uit over een snijplank of bord, zodat de rijst sneller afkoelt.



3 BAKKEN EN SNIJDEN

Snijd ondertussen de **prei** in de lengte in vieren en vervolgens klein. Verhit de zonnebloemolie in een wok of hapjespan en bak de **prei** 10 minuten op middellaag vuur. Klop ondertussen het **ei** los in een kom. Verhit de overige olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur en bak een omelet van het **ei**. Haal de omelet uit de pan en snijd in reepjes. Snijd de **ham** in blokjes van ongeveer 1 cm.



6 SERVEREN

Verdeel de gebakken **rijst** over de borden en schep de **varkensreepjes** ernaast. Garneer met de **gezouten pinda's** en serveer met de zoetzure **komkommer**.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Indisch gekruide varkenshaasreepjes (g) *	100	200	300	400	500	600
Pandanrijst (g)	85	170	250	335	420	500
Rode peper (st) *	¼	½	¾	1	1½	1½
Komkommer (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Prei (g) *	100	200	300	400	500	600
Vrije-uitloopei (st) 3) *	1	2	3	4	5	6
Achterham (g) *	10	15	25	30	40	45
Gezouten pinda's (g) 5) 22) 25)	20	40	60	80	100	120
Zelf toevoegen						
Ketjap (el)	1	2	3	4	5	6
Suiker (tl)	1½	3	4½	6	7½	9
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Witte- of rijstwijnazijn (tl)	1½	3	4½	6	7½	9
Zonnebloemolie (el)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3902 / 933	682 / 163
Vet totaal (g)	44	8
Waarvan verzadigd (g)	7,4	1,3
Koolhydraten (g)	88	15
Waarvan suikers (g)	16,4	2,9
Vezels (g)	6	1
Eiwit (g)	43	7
Zout (g)	1,7	0,3

ALLERGENEN

3) Eieren 5) Pinda's

Kan sporen bevatten van: 22) Noten 25) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.

