



NASI GORENG MET SPIEGELEI

Met limoen, pinda's en koriander



MASAN BLANC

Masan is de naam van een selectie wijnen uit het zuidwesten van Frankrijk. Deze lichtgekleurde wijn is gemaakt van ugni blanc- en colombarddruiven. Het bouquet is opwekkend en de smaak fris met tonen van kruisbessen en limoen.



Basmatirijst



Groentemix *



Limoen



Lente-ui *



Verse koriander *



Gemalen koriander



Gemalen kurkuma



Vrije-uitloopei *



Sojasaus



Gezouten pinda's

Totaal: 20 min.

Quick & Easy

Supersimpel

Veggie

Eet binnen 5 dagen

Nasi goreng betekent letterlijk gebakken rijst in het Indonesisch. Van soja en sambal tot koriander en kurkuma – deze nasi goreng zit boordevol Aziatische smaakmakers en staat in een handomdraai op tafel.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN: Pan met deksel, wok en koekenpan.
Laten we beginnen met het koken van de **nasi goreng met spiegelei**



1 RIJST KOKEN

- Breng ruim water aan de kook in een pan met deksel voor de rijst.
- Kook de **rijst**, afgedekt, 10 - 12 minuten. Giet daarna af en laat zonder deksel uitstomen.
- Verhit ondertussen de zonnebloemolie in een wok op middelhoog vuur. Voeg de **groentemix** toe en bak 6 - 8 minuten. Schep regelmatig op.



3 EIEN BAKKEN

- Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak 2 **spiegeleieren** per persoon.
- Voeg de **rijst** toe aan de **groenten** en schep om.
- Voeg de ketjap, de sambal en **sojasaus** naar smaak toe en roerbak 2 - 3 minuten ★.



2 SNIJDEN

- Snijd ondertussen de **limoen** in parten en snijd de **lente-ui** in dunne ringen.
- Hak de **verse koriander** grof.
- Voeg de **gemalen koriander**, de **kurkuma**, de helft van de **lente-ui** en de helft van de **verse koriander** toe aan de wok en bak nog 2 - 3 minuten.



4 SERVEREN

- Serveer de **nasi goreng** met het **spiegelei**.
- Garneer met de **limoen**, de overige **koriander** en **lente-ui** en de **gezouten pinda's**.

★**TIP:** Geen ketjap in huis? Meng dan 1 tl honing door de sojasaus.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Basmatirijst (g)	85	170	250	335	420	500
Groentemix (g) 23) *	200	400	600	800	1000	1200
Limoen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Lente-ui (st) *	1	2	3	4	5	6
Verse koriander (takjes) 23) *	4	8	12	16	20	24
Gemalen koriander (tl)	1	2	3	4	5	6
Gemalen kurkuma (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Vrije-uitloopei (st) 3) *	2	4	6	8	10	12
Sojasaus (ml) 1) 6)	10	20	30	40	50	60
Gezouten pinda's (g) 5) 22) 25)	10	20	30	40	50	60
Zonnebloemolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Ketjap manis* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Sambal* (tl)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	3330 / 796	507 / 121
Vetten (g)	39	6
Waarvan verzadigd (g)	7,2	1,1
Koolhydraten (g)	82	12
Waarvan suikers (g)	5,7	0,9
Vezels (g)	10	2
Eiwit (g)	26	4
Zout (g)	3,0	0,5


ALLERGENEN

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

Kan sporen bevatten van: 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).

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be

WEEK 12 | 2018

