

DINNERLY



Krokante visburger op kleurrijke sushirijst



20-30min



2 personen

Dit gerecht bestaat uit sushirijst en vis, maar we rollen ze deze keer niet in zeewier. In plaats daarvan maken we vandaag een krokante visburger die op een bedje van rijst komt te liggen. Zo kan je genieten van een lekker stuk vis en die kenmerkende zoete, zoute en zure smaak van sushirijst zonder uren in de keuken te hoeven staan. En door de komkommer, tomaat en wortel ziet het er ook nog eens vrolijk uit!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g sushirijst
- 1 wortel
- 1 stukje verse gember
- 1 minikomkommer
- 1 bosui
- 2 tomaten
- 2 kabeljauwburgers ^{1,3,4,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn
- evt. mayonaise ³

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

KOOKTIP

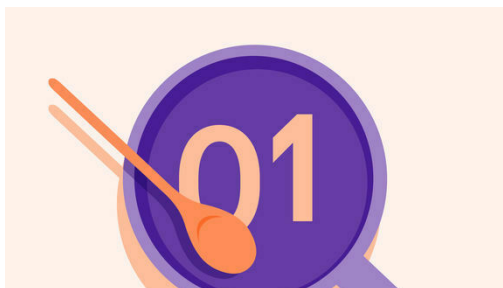
Gember kun je gemakkelijk pellen door de schil eraf te schrapen met de rand van een theelepel.

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), vis (4), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

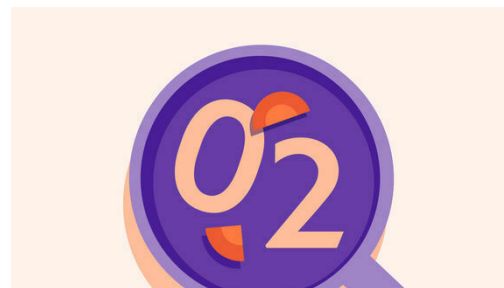
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 692kcal, vet 14.1g, koolhydraten 270.1g, eiwit 23.1g



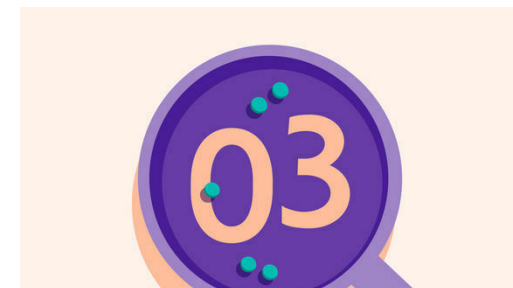
1. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat afgedekt rusten.



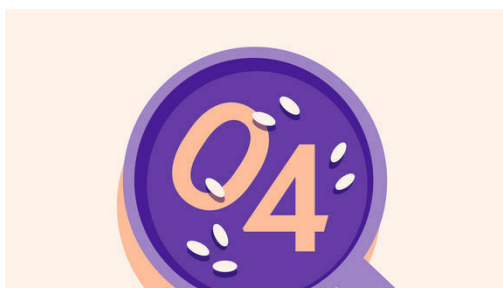
2. Wortel raspen

Schrob of schil de **wortel** en rasp 'm grof. Schil de **gember** en rasp 'm fijn, tot je **1el geraspte gember** hebt. Meng de **wortel** met de **gember**, 1el azijn en een flinke snuf zout.



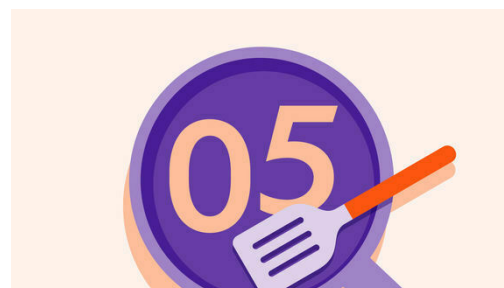
3. Groenten snijden

Snij de **komkommer** in de lengte in vieren en dan kleine blokjes van ca. 1cm. Snij het **groen** en het **wit** van de **bosui** afzonderlijk in dunne ringen. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snij ze in blokjes van ca. 1cm.



4. Visburgers bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie. Bak de **visburgers** op middelhoog vuur 3-4min aan elke kant, tot ze goudbruin en warm zijn.



5. Afmaken en serveren

Meng een flinke snuf zout, 1tl suiker en 2el azijn door de **rijst**. Proef en voeg evt. nog wat zout toe. Meng de **komkommer**, **tomaat** en **witte bosui** door de **rijst**. Verdeel de **rijst**, de **visburgers** en de **wortel** over borden en garneer met **groene bosui**. Als je wil kan je er wat mayonaise bij serveren.



6. Umami!

Mis je toch die umami smaak van zeewier? Als je thuis nori-blaadjes hebt, kun je die in reepjes snijden en over de rijst strooien.