



Chinese varkensreepjes

met zoetpittige saus en basmatirijst



20-30min



2 personen

Varkensvlees laat zich heerlijk combineren met wat zoetere smaken. De malse reepjes varkensvlees zijn daarom bij uitstek geschikt om te serveren met een zoetpittige saus, paprika en courgette. Als tegenhanger voor de sterke smaken serveer je de roerbak op geurige basmatirijst.

Wat je van ons krijgt

- 200g basmatirijst
- 1 courgette
- 1 groene paprika
- 1 bosui
- 2 varkensfiletlapjes
- 50ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje witte sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

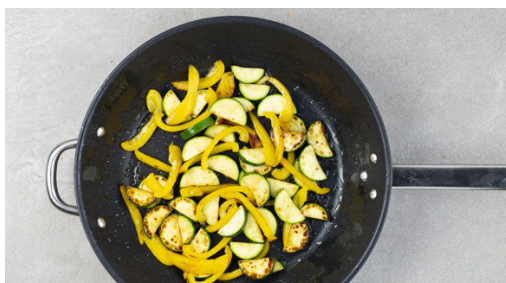
Voedingswaarde per portie

calorieën 716kcal, vet 19.9g, koolhydraten 93.6g, eiwit 39.1g



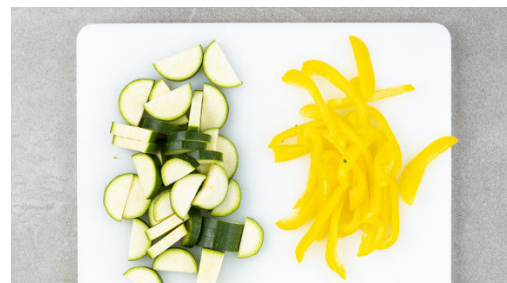
1. Rijst koken

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, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



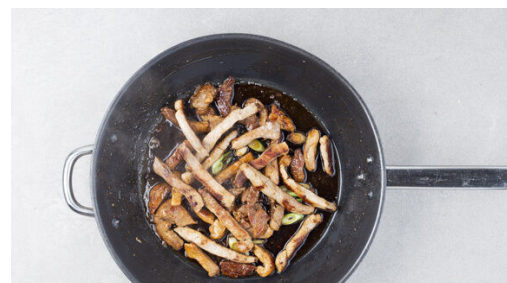
4. Groenten bakken

Verhit een grote koekenpan of wok op hoog vuur met 1el olie. Roerbak de **courgette** en **paprika** 3-5min. Schep de **groenten** uit de pan.



2. Groenten snijden

Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes.



5. Vlees aanbraden

Dep het **vlees** droog en snijd het in dunne reepjes. Verhit de gebruikte pan opnieuw op hoog vuur met 1el olie en braad het **vlees** in ca. 1min rondom stevig aan. Voeg de **witte bosuiringen** toe en bak even mee. Roer de **sojasaus** en 1el honing door de pan en breng het **vlees** op smaak met veel (versgemalen) zwarte peper.



3. Bosui snijden

Snijd het **wit** en het **groen** van de **bosui** apart van elkaar in schuine ringen.



6. Serveren

Voeg de **groenten** weer toe en bak kort om op te warmen. Serveer de **roerbak** met de **rijst** en bestrooi met de **groene bosuiringen**.