



Indonesische gebakken rijst met tofu en ei

met ketjap manis en pinda's



ca. 30min



2 personen

Wat je van ons krijgt

- 1 stukje verse gember
- 2 tenen knoflook
- 2 bosuien
- 1 rode chilipeper
- 1 onbehandelde limoen
- 150g jasmijnrijst
- 50ml ketjap manis ⁶
- 1 blok tofu ⁶
- 400g Chinese roerbakgroenten
- 2 eieren ³
- 25g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- 2 middelgrote koekenpannen
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Kooktip

Vür weniger Schärfe die Kerne der Peperoni entfernen.

Allergenen

eieren (3), pinda's (5), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 906kcal, vet 40.7g, koolhydraten 102.8g, eiwit 32.2g



1. Ingrediënten voorbereiden

In einem kleinen Topf 300ml leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Den **Ingwer** und den **Knoblauch** schälen und fein reiben. Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebeln** separat in schräge Ringe schneiden. Die **Peperoni** längs halbieren und in hauchdünne Streifen schneiden. Die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden.



4. Tofu en groenten bakken

Den **Tofu** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. unter Rühren anbraten, bis die austretende Flüssigkeit verdampft ist. Herausnehmen, beiseitestellen und die Pfanne auswischen. Den **Gemüsemix** in derselben Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbraten, dann mit **1-2EL Würzsauce**, Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Rijst koken

Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 10-12Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen, dann mit einer Gabel auflockern.



5. Ei bakken

Die **Eier** mit 1 kräftigen Prise Salz verquirlen. Die **weißen Lauchzwiebeln** und den **Ingwer** in einer zweiten mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 1-2Min. anbraten. Den **restlichen Knoblauch** und die **Eier** unterrühren, bis das **Ei** zu stocken beginnt.



3. Tofu kruiden

Den **Ketjap Manis** mit der **½ des Knoblauchs**, der **½ des Ingwers**, der **½ der Peperoni**, dem **Limettensaft** und 1TL hellem Essig verrühren. **Tipp:** Je nach gewünschtem Schärfegrad mehr oder weniger **Peperoni** verwenden. Den **Tofu** trocken topfen, in 1-2cm große Würfel schneiden und mit **1-2EL Würzsauce** vermengen.



6. Rijst meebakken

Den **Reis** und **1-2EL der Würzsauce** in die Pfanne rühren und bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. mitbraten. Inzwischen die **Erdnüsse** grob hacken. Den **Bratreis** auf Teller verteilen und den **Tofu** mit dem **Gemüse** darauf anrichten. Mit den **Erdnüssen**, den **grünen Lauchzwiebeln** und der **restlichen Würzsauce** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.