



Sambalaubergines met paprika en ei

met luchtige basmatirijst



20-30min



2 personen

Laat je verrassen door dit gerecht van luchtige basmatirijst in combinatie met aubergine, paprika en gemalen porcini. De gember, knoflook, sambal oelek en fruitige peer zorgen voor een echte smaakexplosie. En wat deze maaltijd extra lekker maakt, is natuurlijk het gekookte eitje.

Wat je van ons krijgt

- 200g basmatirijst
- 2 eieren ³
- 2 aubergines
- 1 paprika
- 1 peer
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 bosui
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje sesamololie ¹¹
- 1 zakje gemalen porcini
- 25ml sambal oelek

Wat je thuis nodig hebt

- 1el honing
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 749kcal, vet 23.9g, koolhydraten 113.6g, eiwit 17.8g



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. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook 10-12min tot de **rijst** gaar is en het water opgezogen heeft. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Ingrediënten snijden

Snijd de **paprika** in vieren, verwijder de zaadlijsten en snijd 'm in reepjes. Voeg ze toe aan de pan en bak ze ca. 5min mee op middelhoog vuur. Rasp ondertussen de **peer** fijn. Pel de **knoflook** en schil de **gember** en rasp beide ook fijn. Snijd het **witte deel** en het **groene deel** van de **bosui** apart van elkaar in dunne ringen.



2. Aubergine bakken

Breng ondertussen in een tweede kleine kookpan voldoende water aan de kook voor de **eieren**. Snijd de **aubergines** in blokjes. Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2el plantaardige olie. Roerbak de **aubergineblokjes** met een snuf zout en peper in 5-7min zacht.



5. Saus voorbereiden

Meng de **sojasaus**, de **sesamololie**, het **porcinipoeder**, de **knoflook**, de **gember**, de **peer**, de **helft van de sambal oelek** of **meer naar smaak**, de **witte bosuiringen** en 1el honing. Voeg de **saus** toe aan de pan en meng goed met de **groenten**.



3. Eieren koken

Doe de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ze in ca. 6min zacht. Kook 2min langer voor **hardgekookte eieren**. Giet de **eieren** af en laat ze schrikken met koud water.



6. Saus afmaken

Pel de **eieren** en schep ze voorzichtig om met de **saus**. Breng de **saus** op smaak met peper en laat de **saus** ca. 2min indikken. Halveer de **eieren** en verdeel met de **groenten** en de **rijst** over borden. Bestrooi met de **groene bosuiringen**.