

DINNERLY



Bibimbap met pittige tofu en paksoi en komkommersalade



ca. 30min



2 personen

Bibimbap is een Koreaans gerecht. Het woord betekent letterlijk "gemengde rijst" en dat beschrijft het precies. Vandaag mengen we de zachte sushirijst met knapperige tofu en paksoi. Het geheel wordt naar hogere smaaksferen getild met scherpe Koreaanse chilipasta en heerlijke sesamolie. Meng alles het liefst in een diepe kom door elkaar en smul je suf!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g sushirijst
- 1x blokjes tofu ⁶
- 1 zakje Koreaanse chilipasta _{1,6}
- 1 paksoi
- 1 komkommer
- 2 zakjes sesamololie ¹¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef

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 606kcal, vet 13.8g, koolhydraten 103.5g, eiwit 19.0g



1. Rijst koken

Breng in een middelgrote kookpan 400ml licht gezouten water aan de kook. Was de **rijst** in een zeef tot het water helder blijft. Voeg de **rijst** toe aan het kokende water en leg een deksel op de pan. Zet het vuur helemaal laag en laat 10-12min koken tot al het water is opgenomen. Haal de pan van het vuur en laat nog ca. 5min met het deksel erop staan.



2. Ingrediënten voorbereiden

Meng de **blokjes tofu** met de **helft van de chilipasta**, 1tl water en een snuf zout. Zet even opzij. Snij de harde onderkant van de **paksoi** en snij het **wit en het groen** in reepjes van ca. 1,5cm breed. Pel en snij 1 teen knoflook fijn.



3. Paksoi en tofu bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een grote koekenpan. Bak de **paksoi** en knoflook met snufjes zout en suiker op hoog vuur 3-4min. Schep uit de pan en zet afgedekt opzij. Verhit nog eens 1-2tl olie in dezelfde pan en bak de **tofu** op middelhoog vuur 3-4min. Roer regelmatig om. Zet ook afgedekt opzij.



4. Komkommersalade maken

Snij de **komkommer** in de lengte in vieren (doormidden en weer doormidden) en dan in plakjes van ca. 1cm dik. Meng de **komkommer** met **2/3e van de sesamololie**, 1-2el azijn, 1/2tl zout en een snuf suiker.



5. Afmaken en serveren

Meng de **rest van de chilipasta** en de **rest van de sesamololie** met 2el water. Roer 1el azijn en een flinke snuf suiker door de **rijst**. Verdeel de rijst over de borden of kommen en schep een voor een de **paksoi**, **tofu** en de **komkommersalade** erop. Bedruppel de **bibimbap** naar smaak met de **chili-sesamsaus**.



6. Koreaans met restjes

Bibimbap is de Koreaanse equivalent van ratatouille of groentesoep: je kunt er allerlei restjes in kwijt. Spinazie, radijsjes of paprika? Gooi er maar bij! Heb je nog twee eieren liggen? Bak een snel spiegelei, snij het in reepjes en garneer het gerecht ermee. (Fun fact: in authentieke bibimbap hoort het ei rauw geserveerd te worden, maar om dat veilig te doen heb je speciaal kookgerei nodig.)