DINNERLY

Bánh mì rijstkom met garnalen

met ingemaakte groente en salade

30-40min 2 personen

Garnalen met hoisinsaus? Gepekelde groente en zacht dampende rijst? Heerlijke smaken geïnspireerd door de straten van Vietnam? Check, check en dubbel check! Deze heerlijke kom combineert veel componenten van de Vietnamese klassieker "Bánh Mì" maar dan met rijst in plaats van brood. Kook de rijst, voeg de groente toe, bak de garnalen en je bent klaar – zo eenvoudig is het om te genieten. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g jasmijnrijst
- 1 wortel
- 1 komkommer
- 1x ASC-garnalen, ontdooid [1]
- 50ml hoisinsaus [2,3,4]
- 50g mesclun

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

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

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

ALLERGENEN

Schaaldieren (1), Gluten (2), Sesamzaad (3), Soja (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 502kcal, vet 10.2g, koolhydraten 77.0g, eiwit 23.4g

1. Rijst koken

Breng 300ml 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** ca. 5min afgedekt rusten.

2. Groente inleggen

Schil of schrob de **wortel** en rasp grof. Halveer de **komkommer** in de lengte en snij in dunne plakjes. Meng 2el azijn met 1tl suiker en een snuf zout tot de suiker en het zout zijn opgelost. Meng de **wortel** en **komkommer** met het azijnmengsel en zet opzij.

3. Garnalen bakken

Pel 2 tenen knoflook en snij in dunne plakjes. Spoel de **garnalen** in een zeef af met koud water en dep goed droog. Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **garnalen** met de **knoflook** in 3-4min roze. Roer de **hoisinsaus** erdoor, breng op smaak met een flinke snuf zout en bak nog ca. 1min. Neem de pan van het vuur en zet afgedekt opzij.

4. Groente uitlekken

Giet de **ingelegde groente** in een zeef af en laat uitlekken.

5. Afmaken en serveren

Verdeel de **rijst** over de borden en schep de **garnalen** en de **ingelegde groente** erop. Serveer met de **mesclun**.

6. Kernachtig en fris

Zin in nog meer verschillende smaken? Geen probleem. Garneer het gerecht met wat verse koriander. Is koriander niet echt jouw ding? Rooster wat sesamzaadjes en strooi over het gerecht. Psst: beide kan natuurlijk ook!