

DINNERLY



Gehaktballen met gember met basmatirijst en groente



ca. 30min



2 personen

Bij Dinnerly houden we van het combineren van smaken uit verschillende hoeken van de wereld. Vandaag halen we onze inspiratie dus uit Europa én Zuidoost-Azië. We serveren ouderwets lekkere gehaktballen in combinatie met zachte basmatirijst en een aromatische saus van ketjap manis en sesam.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g basmatirijst
- 1 stukje verse gember
- 250g varkensgehakt
- 25ml ketjap manis ⁶
- 10g witte sesam ¹¹
- 250g verse nasigroenten
- 2 bosuien

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1el bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- 2 grote koekenpannen
- keukenrasp
- 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 859kcal, vet 43.0g, koolhydraten 85.6g, eiwit 32.3g



1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een middelgrote 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.



2. Gehaktballen maken

Schil de **gember** en rasp fijn. Pel 1 teen knoflook en rasp ook fijn. Kneed de **helft van de gember**, de knoflook en een snuf peper en zout door het **gehakt** en vorm er **gehaktballen** ter grootte van walnoten van.



3. Saus maken

Maak een **saus** van de **ketjap manis**, de **sesam**, 100ml water, 1el azijn en 1el bloem.



4. Gehaktballen bakken

Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie op medium tot hoog vuur. Bak de **gehaktballen** in 7-8min aan alle kanten goudbruin en gaar. Giet de **saus** erbij, meng goed en laat ca. 2min zachtjes koken, tot de **saus** indikt.



5. Groente bakken

Verhit een tweede grote koekenpan of wok met 1el plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak de **groentemix** en de **rest van de gember** 5-7min en breng op smaak met peper en zout. Snij de **bosuien** in dunne ringen. Schep de **rijst** op borden, serveer de **groente en gehaktballen met saus** erop en garneer met de **bosui**.



6. Milde bosui

Bosuiringen behoren tot onze lievelingstoppings, omdat ze bijna elk gerecht mooier en lekkerder maken. Als jij niet zo van die pittige uiensmaak houdt kun je ze in plaats daarvan in stap 5 met de groente meebakken. Zo worden ze iets milder van smaak.