

DINNERLY



Special: pittig rijstpannetje met gehakt met cheddar en ingelegde ui



ca. 25min



2 personen

Zin in een lekkere maaltijd, maar wil je niet te lang in de keuken staan? Dan is dit easy-peasy rijstpannetje perfect. Je hebt er maar één pan voor nodig, want je bereid het gehakt, de paprika en de tomaat gewoon in dezelfde pan als de rijst. Je maakt het af met cheddar, die er lekker doorheen kan smelten, en frisse ingelegde ui. Makkelijk toch?

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 rode ui
- 1 zakje chipotle-chilivlokken
- 1 gele paprika
- 1 tomaat
- 250g rundergehakt
- 150g basmatirijst
- 50g geraspte cheddar ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 733kcal, vet 31.8g, koolhydraten 73.1g, eiwit 37.1g



1. Ui inleggen

Meng 2el witte azijn met 1tl suiker en een snuf zout. Pel en halveer de **ui** en snij 'm in dunne repen. Meng de **ui** met het azijnmengsel en zet opzij.



2. Groenten snijden

Meng de **helft van de chilivlokken** (of meer naar smaak, zie stap 6) met 1-2el water. Pel 2 tenen knoflook en snij of pers fijn. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het vruchtvlees in kleine stukken. Snij de **tomaat** ook in kleine stukken.



3. Vlees en groente bakken

Verhit een middelgrote kookpan met 1tl olijfolie op medium tot hoog vuur. Voeg het **gehakt**, de **paprika**, de **tomaat**, de **chilivlokken** en een flinke snuf zout toe en bak 4-6min. Voeg in de laatste 30sec de knoflook toe en bak mee. Haal alles uit de pan en zet opzij.



4. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in de gebruikte 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.



5. Afmaken en serveren

Meng het **vlees**, de **groenten** en de **kaas** met de **rijst**. Giet de **ui** af. Schep het **rijstpannetje** op borden en garneer met de **ui**.



6. Less is more?

Om je gerecht precies pittig genoeg te krijgen kun je het beste met de helft van de chilivlokken beginnen en maar smaak steeds iets meer toevoegen. Of zet de chilivlokken op tafel, zodat iedereen zelf kan toevoegen.