



Geglanceerde ribkarbonade op rijst

met Chinese kool en pinda's



ca. 30min



2 personen

Wij zijn dol op glaceren. Het kleverige laagje saus maakt elk stukje vlees bijzonder. Zo ook deze ribkarbonade, die je glaceert met een mengsel van oestersaus en sojasaus. Na het glaceren bak je de Chinese kool in de achtergebleven saus. Deze rijke smaken worden afgemaakt met heerlijk geurige jasmijnrijst.

Wat je van ons krijgt

- 150g jasmijnrijst
- 1x ribkarbonade
- 1 wortel
- 1 bosui
- 1 stukje verse gember
- 1 teen knoflook
- 1 rode chilipeper
- 50g gezouten pinda's ⁵
- 50ml teriyakisaus ^{1,6}
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 Chinese kool

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

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

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

Kooktip

Verwijder de zaadlijsten van de chilipeper als je niet van pittig houdt.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 857kcal, vet 32.1g, koolhydraten 87.6g, eiwit 53.0g



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. Draai het vuur helemaal laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



2. Vlees braden

Verhit een grote koekenpan of wok op medium tot hoog vuur met 1el olie. Dep het **vlees** droog en bestrooi het met zout en peper. Braad het **vlees** in 2-3min per kant stevig aan. Schep op een bord en houd de pan.



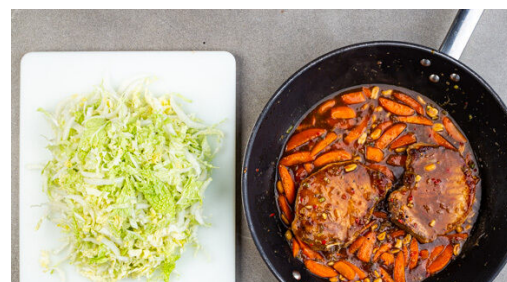
3. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel**, snijd 'm in de lengte doormidden en dan in schuine plakjes. Snijd het **groen** en het **wit** van de **bosui** apart van elkaar in ringen. Schil de **gember**, pel de **knoflook** en rasp beide fijn. Hak de **chilipeper** fijn en de **pinda's** grof. Meng de **oestersaus** met de **helft van de sojasaus** en 1el (rijst)azijn.



4. Groenten bakken

Verhit de gebruikte wok opnieuw op middelhoog vuur en bak de **wortel**, **witte bosui**, **gember**, **knoflook**, de **helft van de chilipeper** en de **helft van de pinda's** 2-3min, tot de **wortel** begint te kleuren. Schenk de **saus** en 100ml water in de pan en breng alles op hoog vuur aan de kook.



5. Vlees toevoegen

Doe het **vlees** terug in de pan en wentel het door de **saus**. Laat alles nog 6-7min zachtjes pruttelen en keer het **vlees** hierbij halverwege om. Verwijder de buitenste bladeren van de **Chinese kool**, snijd de **kool** in dunne reepjes en verwijder de stronk.



6. Chinese kool garen

Neem het **vlees** uit de pan en voeg de **kool** toe. Bak in 2-3min zacht. Verdeel de **rijst** en **groenten in saus** over de borden en serveer het **vlees** er bovenop. Bestrooi met de **rest van de pinda's**, de **groene bosui** en eventueel met de **rest van de chilipeper**.