

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
- 200g rundergehakt
- 25ml ketjap manis ⁶
- 1 zakje zwarte sesam ¹¹
- 1 prei
- 1 wortel

WAT JE THUIS NODIG HEBT

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

KOOKGEREI

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

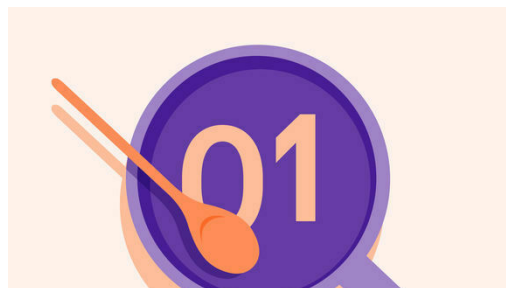
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

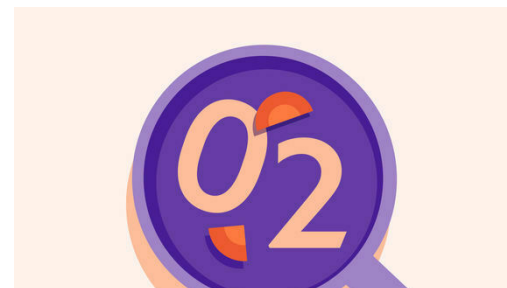
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 771kcal, vet 35.3g, koolhydraten 81.2g, eiwit 28.9g



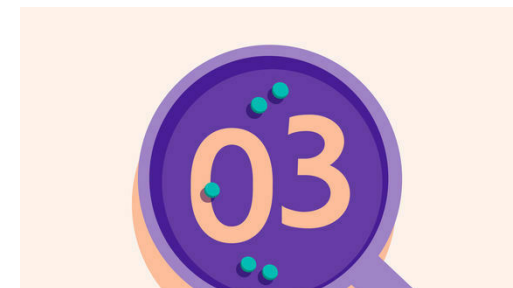
1. Rijst koken

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** afgedekt rusten.



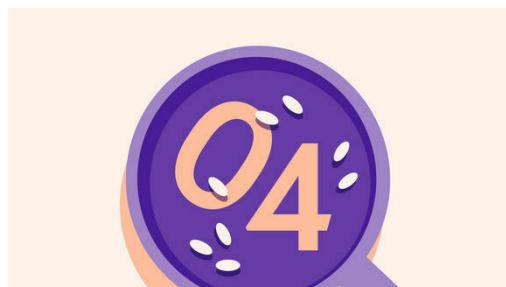
2. Gehaktballen maken

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.



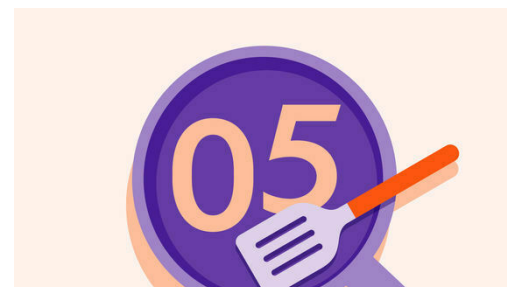
3. Gehaktballen bakken

Maak een **sous** van de **ketjap manis**, de **sesam**, 100ml water, 1el azijn en 1el bloem. 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 **sous** erbij, meng goed en laat ca. 2min zachtjes koken, tot de **sous** indikt.



4. Groenten bakken

Halveer de **prei** in de lengte en snij in dunne reepjes, schrob of schil de **wortel**, halveer in de lengte en snij in dunne plakjes. Verhit een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **groenten** en de **overgebleven gember** ca. 5-7min en breng op smaak met peper en zout.



5. Serveren

Schep de **rijst** op borden en verdeel er de **groenten** en de **vleesballetjes met sous** over.



6. Milde bosui

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