

DINNERLY



Varkenslapje met hoisinsaus op rijst met paprika en spruitjes



ca. 35min



2 personen

Hoisinsaus is een echt juweeltje. De dikke, zoete en kruidige saus uit de Kantoneze keuken geeft met name vlees- en rijstgerechten een heerlijk aroma. Wij houden vooral van de kleverige textuur, waardoor hij perfect is als glazuur. Vandaag gebruiken we 'm om varkenslapjes mee op smaak te brengen, die we serveren met kleurrijke groenterijst.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g gepelde spruitjes
- 1 paprika
- 150g jasmijnrijst
- 2 varkenslapjes
- 50ml hoisinsaus ^{1,2,3}
- 1 zakje sesamololie ²

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote koekenpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- waterkoker
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 707kcal, vet 26.1g, koolhydraten 74.2g, eiwit 39.6g



1. Groente snijden

Breng 300ml water aan de kook in een waterkoker (of kleine kookpan). Snij de **spruitjes** doormidden. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het vruchtvlees in stukken van ca. 2cm.



2. Groente bakken

Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **spruitjes** en de **paprika** 4-6min, tot ze bruin beginnen te worden. Roer regelmatig. Voeg de knoflook toe en bak nog ca. 1min.



3. Rijst garen

Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg de **rijst** met ½tl zout toe aan de pan met **groente**. Giet het gekookte water erbij en roer goed door. Leg een deksel op de pan en laat de **rijst** en de **groente** 10-12min op laag vuur zachtjes koken, tot de **rijst** gaar is. Neem de pan van het vuur en laat afgedekt rusten.



4. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en bestrooi met ½tl zout. Verhit een tweede middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak het **vlees** 2-3min per kant. Druk het met een spatel zachtjes aan. Meng de **hoisinsaus** met 2el azijn. Zet het vuur lager en giet de **sous** bij het vlees. Laat ca. 1min sudderen.



5. Afmaken en serveren

Breng de **rijst** op smaak met de **sesamololie**. Schep de **groenterijst** op borden, serveer het **vlees** erop en bedruip evt. met overgebleven **sous** uit de pan.



6. Liever gebakken rijst?

Als je je rijst liever krokant gebakken hebt, kun je 'm ook eerst apart koken en dan met de groente in de pan meebakken. Giet er bij het bakken dan al een scheutje sesamololie bij.