

DINNERLY



Express+ Bao's met pulled chicken met frisse appel en een rodekoolsalade



binnen 20min



2 personen

Bao-broodjes zijn geweldig. Ze hebben een fijne, zachte textuur, smaken geweldig, ze zijn snel klaar én je kunt ze met van alles vullen. Zoals in dit recept met pulled chicken en appel, met een knapperige rodekoolsalade ernaast. Omdat de kip al voorgedaard en ge-pulled is en de kool voorgesneden, ben je ook nog eens zo klaar.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 4 gao bao-broodjes ¹
- 1 stuk rode kool
- 200g pulled chicken ^{1,3,6,10}
- 1 stukje verse gember
- 1 groene appel
- 1 bosui

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 3el mayonaise ³
- zout
- suiker
- azijn

KOOKGEREI

- grote kookpan met stoominzet en deksel
- bakpapier
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp

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

ALLERGENEN

gluten (1), eieren (3), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 698kcal, vet 29.3g, koolhydraten 82.3g, eiwit 23.9g



1. Bao-broodjes stomen

Breng ruim water aan de kook in een grote kookpan. Zet een stoominzet op de pan (of gebruik een passende zeef – zorg dat ie het water niet raakt), knip een stuk bakpapier op maat en leg dat erin. Leg de **bao-broodjes** in de stoominzet, leg een deksel op de pan en laat 5-6min stomen, tot ze zacht zacht zijn.



2. Rode kool kneden

Snij de **rode kool** in fijne reepjes en meng ze met 1el azijn, ½tl suiker en ½tl zout. Kneed even goed door en zet dan opzij voor straks.



3. Vlees opwarmen

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het **vlees** toe met 2el water, roer door en bak 2-3min tot het **vlees** goed verhit is. Schil de **helft van de gember** (of meer naar smaak) en rasp fijn. Meng de **gerasppte gember** met 3el mayonaise en een snuf zout.



4. Ingrediënten snijden

Halveer de **appel**, verwijder het klokhuis en snij de **appel** in heel dunne plakjes. Snij de **bosui** in dunne ringen.



5. Broodjes vullen

Klap de **broodjes** open, besmeer met wat **gembermayo** en beleg naar smaak met de **appel**, het **vlees** en de **bosui**. Schep overgebleven **appel** en **bosui** door de **rodekoolsalade** en serveer.



6. Liever pittig?

Als je zin hebt in wat scherpe smaken kun je 1tl sriracha (of een andere pittige saus) door de gembermayonaise roeren.