



<10min: Rundvlees rendang

met sperziebonen en voorgedaarde rijst



2-5min



2 personen

Een pittige Indonesische rendang van rundvlees met de kruidige smaken van galangal, citroengras en andere heerlijke specerijen. Geserveerd met sperziebonen en voorgedaarde rijst. Heerlijk, voedzaam en op tafel in minder dan 10 minuten.

Wat je van ons krijgt

- 1x Rundvlees rendang ^{5,6,9}
- 1x voorgegaarde witte rijst

Wat je thuis nodig hebt

- zout

Kookgerei

- magnetron
- 2 middelgrote koekenpannen

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

Allergenen

pinda's (5), soja (6), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 506kcal, vet 18.8g, koolhydraten 55.3g, eiwit 28.3g

1

1. Rendang & bonen opwarmen

Doe de **rendang** en de **sperziebonen** elk in een middelgrote koekenpan en verwarm al roerende ca. 5min op middelhoog vuur, tot alles helemaal opgewarmd is. Je kunt de **rendang** en de **sperziebonen** ook in de magnetron opwarmen. Prik gaatjes in de folie en verwarm ca. 5min op 900W.

2

2. Rijst opwarmen

Open het deksel van de **rijstbeker** tot aan de stippellijn en verwarm de **rijst** 2min in de magnetron. **Tip:** als je geen magnetron hebt, kun je de **gesloten rijstbeker** ca. 10min in een pan met kokend water verwarmen.

3

3. Afmaken en serveren

Breng de **rendang** en de **sperziebonen** evt. op smaak met zout en serveer met de **rijst**. Maak naar wens af met de **topping**.

Recyclen

4. Recyclen

Controleer de plaatselijke recyclingrichtlijnen om de verpakking zo verantwoord mogelijk weg te gooien.

Uitnodigen

5. Heeft het gesmaakt?

Sharing is caring! Stuur je vrienden een heerlijk cadeau en nodig ze uit voor Marley Spoon via jouw account - ze ontvangen dan een speciale welkomstaanbieding en als ze zich via jouw uitnodiging aanmelden krijg jij van ons een kleine beloning!



6. Zin in een extraatje?

Heb je de lekkernijen in onze Markt al ontdekt? Wat dacht je van verfrissende kombucha of heerlijke **mochi**, DIY-kits voor snelle muffins of verse ingrediënten voor bijgerechten zoals een kleurrijke salade. Bekijk onze selectie en maak je volgende maaltijd extra speciaal!

Je kunt je in je online account afmelden voor geprinte recepten in je box. Vragen over de bereiding of over het recept? Jouw kookhotline: **030 - 808 04 52**

Bekijk de receptkaart online in je account op www.marleyspoon.nl    **#marleyspooning**