



Vlotte rijtsalade met biefblokjes

en Aziatische groentemix plus pinda's



ca. 20min



2 personen

Met dit gerecht gaat chef Martina all the way: ze gaat voor zoveel mogelijk smaak in zo min mogelijk tijd. Deze rappe salade staat namelijk binnen 20 minuten op tafel en heeft heel veel smaak dankzij de typisch Aziatische dressing van sojasaus, limoen en honing. Zachte rijst en biefblokjes, knapperige groenten en zoute pinda's doen de rest. Lekker!

Wat je van ons krijgt

- 150g jasmijnrijst
- 1 bosui
- 1 limoen
- 1 zakje pinda's ⁵
- 1 sachet sojasaus ^{1,6}
- 1x verse groentemix: Chinese kool, paprika & taugé
- 1x biefblokjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- honing of suiker

Kookgerei

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

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

Allergenen

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

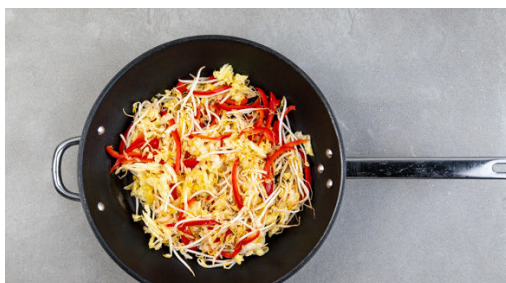
Voedingswaarde per portie

calorieën 679kcal, vet 25.0g, koolhydraten 67.5g, eiwit 41.3g



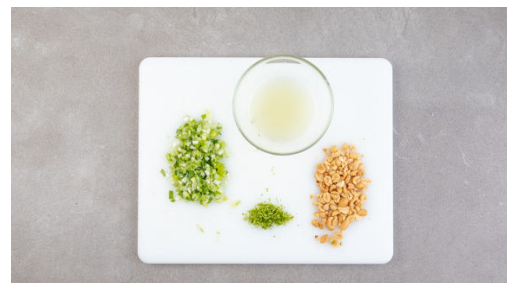
1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Was de **jasmijnrijst** in een zeef totdat het water helder is. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt, breng opnieuw aan de kook en kook op laag vuur met een deksel afgedekt in 10-12min beetgaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** rusten.



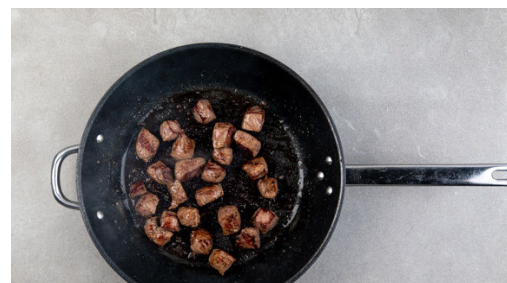
4. Groenten wokken

Verhit 1el plantaardige olie in een wok op hoog vuur en roerbak de **verse groentemix** met een snufje zout 2-3min tot ze beetgaar zijn. Schep uit de pan op een bord en zet opzij.



2. Smaakmakers voorbereiden

Snijdt de **bosui** in dunne ringen. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Hak de **pinda's** grof.



5. Vlees wokken

Veeg de pan schoon en verhit hem met 1el olie op hoog vuur. Roerbak de **biefblokjes** 1-2min tot ze net gaar zijn en voeg ze aan de kom met de **dressing** toe. Schep om.



3. Dressing maken

Meng de **sojasaus** in een grote kom met **2el limoensap**, **1tl limoenrasp** en 2tl honing of suiker te mengen. Roer door tot de honing of suiker opgelost is.



6. Serveren

Schep de **rijst** over de borden en verdeel de **groenten** en het **vlees** erover. Bestrooi met de **bosuiringen** en **pinda's**.