

Bami goreng met rundergehakt

met sobanoedels, wortel en paprika



ca. 20min



2 personen

Iedereen kent bami en nasi goreng als de populairste gerechten uit de Indonesische keuken. Maar meestal eten we deze gerechten met kip of een gebakken eitje. Vandaag gooien we het over een andere boeg met hartig rundergehakt, wortel en paprika. Op smaak gebracht met madraskruiden, sojasaus en pittige sriracha staat deze heerlijke maaltijd binnen no time op tafel.

Wat je van ons krijgt

- 200g sobanoedels ¹
- 1 wortel
- 1 paprika
- 1 teen knoflook
- 250g rundergehakt
- 1 zakje madraskruiden ²
- 25ml sojasaus ^{1,3}
- 1 zakje sriracha

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- koekenpan of wok
- keukenrasp
- vergiet

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

Kooktip

Gebruik minder madraskruiden als je het minder pittig wilt.

Allergenen

gluten (1), mosterd (2), soja (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 790kcal, vet 28.8g, koolhydraten 89.5g, eiwit 38.5g



1. Groente snijden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Schil of schrob de **wortel** en rasp grof. Snijd de **paprika** in vieren, verwijder de zaadlijsten en snijd 'm in dunne reepjes. Pel en snijd de **knoflook** fijn.



4. Gehakt bakken

Verhit een grote koekenpan of wok op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak het **gehakt** in 4-5min bruin en rul en schep het uit de pan. De koekenpan of wok gebruiken we zo weer.



2. Gehakt kruiden

Meng het **gehakt** met de **helft van de knoflook** en **1el madraskruiden**.



5. Groente bakken

Voeg de **wortel**, **paprika** en de **rest van de knoflook** toe aan de koekenpan of wok. Bestrooi met de **rest van de madraskruiden** en bak 3-4min. Voeg het **gehakt** toe en bak ca. 2min mee. Blus dan af met de **sojasaus** en wat **kookwater**.



3. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook ze in ca. 4min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, giet de **noedels** af in een vergiet, spoel om met koud water en laat uitlekken.



6. Noedels mengen

Voeg de **noedels** toe aan de pan en meng goed, voeg evt. **meer kookwater** toe. Bak ca. 2min op middelhoog vuur en breng evt. verder op smaak met peper en zout. Verdeel de **bami goreng** over de borden en serveer naar wens met de **sriracha**.