



Snelle Chinese roerbak met kip

en gember-komkommersalade met rijst



ca. 20min



2 personen

Deze rappe roerbak met kip baseerde chef Elisabeth op een bekend gerecht uit de Chinese provincie Szechuan: Kung Pao. Deze traditionele schotel met kip is doorgaans super spicy. Onze versie is een stuk minder pittig, waardoor iedereen aan tafel kan meegenieten. Erbij serveer je een frisse salade met gember, knoflook en komkommer voor een extra twist aan dit bijzondere gerecht!

Wat je van ons krijgt

- 1 sinaasappel
- 2 tenen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1x kipstukjes
- 5g Chinese 5-kruiden
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 150g jasmijnrijst
- 1x wortelreepjes
- 1x preiringen
- 1 minikomkommer
- 1 sachet sesamololie ¹¹
- 1 zakje pinda's ⁵
- 1 verse chilipeper

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker
- bloem ¹
- azijn

Kookgerei

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

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), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 689kcal, vet 19.1g, koolhydraten 78.4g, eiwit 45.1g



1. Kip marineren

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook voor de **rijst**. Pers de **sinaasappel** uit. Pel de **knoflook**, schil de **gember** en hak of rasp **beiden** gescheiden van elkaar fijn. Meng de **kipstukjes** in een kom met het **sinaasappelsap**, **1tl spice mix**, de **helft van de sojasaus**, de **helft van de gember** en **3/4e van de knoflook**.



4. Saus maken

Voeg dan de **wortelreepjes** en **3/4e van de prei** met 1el bloem en 1/4-1/2tl zout toe en roerbak 1min. Voeg dan de **rest van de marinade** samen met de **rest van de sojasaus**, 100ml water, 1/2tl suiker en 1el azijn (bij voorkeur balsamico) toe. Roer goed door en laat de **sous** 3-5min op matig vuur zachtjes sudderen. Proef en breng op smaak met peper en zout.



2. Rijst koken

Was de **jasmijnrijst** in een zeef tot het water helder is. Voeg de **rijst** aan de pan toe zodra het water kookt, breng opnieuw aan de kook en kook de **rijst** afgedekt met een deksel in 10-12min beetgaar. Neem de pan van het vuur en zet opzij om de **rijst** te laten rusten.



5. Salade maken

Snijd de **minikomkommer** in dunne plakjes en meng ze in een kommetje met de **sesamololie** en de **rest van de knoflook**, en **gember**, 1el azijn (bij voorkeur witte wijnazijn) en een snufje zout.



3. Kip bakken

Verhit 1-2el plantaardige olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur en voeg de **kip** met zo min mogelijk **marinade** toe. Bak de **kip** in 3-4min rondom goudbruin. Bewaar de **overgebleven marinade** voor stap 5.



6. Toppings voorbereiden

Hak de **pinda's** grof. Snijd de **chilipeper** in ringetjes. Schep de **rijst** en de **roerbak** op en bestrooi met de **pinda's** en evt. **chilipeper**. Serveer de **komkommersalade** eraast.