



Kimchi-omelet met sesamgehakt

en gewokte Aziatische groenten



ca. 25min



2 personen

Ster van de show is in dit recept de kimchi. Kimchi is een Koreaans gerecht dat gemaakt wordt van gefermenteerde groenten. Het is zelfs zo'n populair en cultureel belangrijk ingrediënt, dat het gebombardeerd is tot Korea's nationale gerecht. Je gebruikt het vandaag om de omelet mee op smaak te brengen. Daarna vul je de omelet met gehakt en gewokte groenten. Je snapt na het proeven meteen waarom we zo'n fan zijn!

Wat je van ons krijgt

- 1 paksoi
- 10g verse bieslook
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1x rundergehakt
- 1 zakje witte sesam ¹¹
- 1 sachet sojasaus ^{1,6}
- 1 kuipje paprikakimchi van Oh Na Mi Kimchi
- 4 eieren ³
- 1 sachet sesamolie ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- zout

Kookgerei

- grote koekenpan
- fijne 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), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

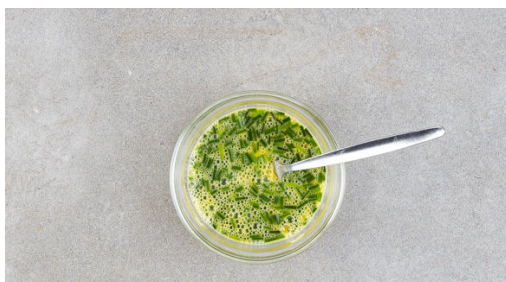
Voedingswaarde per portie

calorieën 468kcal, vet 30.1g, koolhydraten 10.5g, eiwit 36.0g



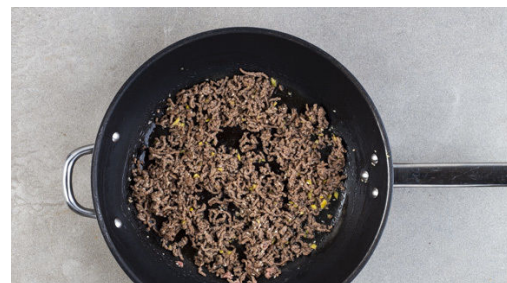
1. Groenten snijden

Snijd de **paksoi** in de breedte in dunne reepjes. Snijd of knip de **bieslook** in dunne ringetjes. Pel de **knoflook**, schil de **gember** en hak of rasp **beiden** gescheiden van elkaar fijn.



4. Eieren loskloppen

Klop de **eieren** met een snuf zout in een kom los. Roer er dan de **helft van de bieslook** door.



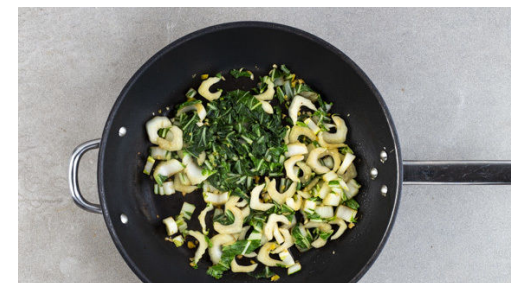
2. Gehakt bakken

Verhit 1-2tl plantaardige olie in een grote koekenpan op hoog vuur. Voeg het **gehakt** samen met de **sesam**, de **helft van de gember** en 1/2tl zout en bak het **vlees** in 4-5min rul en goudbruin. Schep het **gehakt** op een warm bord en zet opzij tot stap 6.



5. Omelet bakken

Veeg de pan schoon en verhit hem op middelhoog vuur met 1tl olie. Schenk de **helft van de eieren** in de pan en beweeg de pan aan de steel om het **ei** gelijkmatig over de bodem te verdelen. Verdeel er de **helft van de kimchi** over en bak de **omelet** 2-3min op laag-middelaag vuur tot het **ei** gestold is. Bak op dezelfde wijze de **tweede omelet**.



3. Paksoi stoven

Verhit de gebruikte pan op matig vuur en voeg de **paksoi**, **knoflook**, de **rest van de gember**, de **sojasaus** en **1-2el kimchiwater** toe. Stoof de **paksoi** in 2-3min beetgaar. Neem uit de pan en houd warm.



6. Omeletten vullen

Verdeel het **gehakt** over de **omeletten** en besprenkel met de **sesamolie**. Vouw de **omeletten** dubbel en bestrooi ze met de **rest van de bieslook**. Serveer de **omelet** met de gestoofde **paksoi**.