



Bao's met speklapjes en rode kool

met wortel-komkommersalade



ca. 25min



2 personen

Gua Bao, de luchtige gestoomde broodjes gevuld met buikspek, stammen uit de Chinese provincie Fujian en zijn daar een echt feestmaal. Dat verbaast ons niets, want de zachte broodjes zijn heerlijk en het malse spek met zoete glazuur smelt op de tong. Wij voegen als lekker knapperig contrast nog wat rode kool en frisse wortel-komkommersalade toe. Spannend, voedzaam en lekker!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 stuk rode kool
- 2 speklapjes
- 20ml BBQ-saus ^{1,4}
- 25ml tamari-sojasaus ⁶
- 1 teen knoflook
- 4 gao bao-broodjes ³
- 1 zakje sesam ⁵
- 1 wortel
- 1 komkommer

Wat je thuis nodig hebt

- ca. 2el mayonaise ²
- 1tl honing
- 1tl bloem ³
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote kookpan met stoominzet en deksel
- grote koekenpan
- bakpapier
- dunschiller

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

Kooktip

Rode kool makkelijk dun snijden doe je zo: pel telkens 3-4 blaadjes van het stuk. Rol deze blaadjes heel strak op en snijd deze rolletjes overdwars zo dun als je kan.

Allergenen

Selderij (1), Eieren (2), Gluten (3), Mosterd (4), Sesamzaad (5), Soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



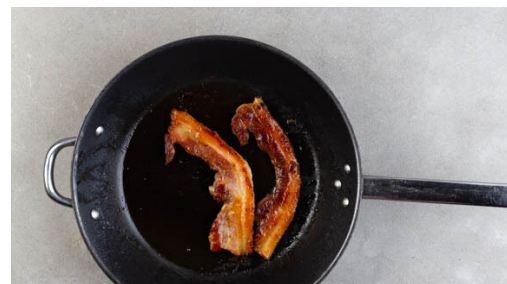
1. Rode kool kruiden

Vul een grote kookpan tot onder de stoominzet met water en breng aan de kook. **Tip:** als je geen stoominzet hebt kun je een zeef gebruiken - zorg dan ook dat het water de zeef niet raakt. Pel en halveer de **ui** en snijd 'm in dunne reepjes. Snijd de **rode kool** ook in dunne reepjes, masseer ze met een flinke snuf zout en suiker, meng met de **ui** en 2el azijn en kruid met peper en zout.



4. Broodjes stomen

Verkreukel een stuk bakpapier, vouw het weer open en leg het in de stoominzet. Leg de **broodjes** erin, leg een deksel op de pan en stoom ca. 7min, tot de **broodjes** warm en zacht zijn. **Tip:** bedek de **broodjes** na het stomen met een schone theedoek, zodat ze warm blijven en niet uitdrogen.



2. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier. Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie op medium tot hoog vuur en bak het **vlees** ca. 10min. Draai regelmatig om. Zet het vuur dan hoog en bak nog 2-4min, tot het **vlees** mooi bruin en krokant is.



5. Vlees kruiden

Haal het **vlees** uit de pan en laat het uitlekken op keukenpapier. Veeg de pan schoon. Snijd het **vlees** in plakken van ca. 1cm dik en doe ze terug in de pan. Giet de **glazuur** erover en bak 30sec-1min op middelhoog vuur, tot de **sous** indikt. Bestrooi dan met de **sesam**.



3. Saus maken

Klop een **glazuur** van de **BBQ-saus**, de **helft van de sojasaus**, 1tl honing, 1tl bloem, 1el water en een snuf peper. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Maak een **dressing** van de **knoflook**, de **rest van de sojasaus**, 1el mayonaise en een snuf peper.



6. Salade maken

Schrob of schil de **wortel** en snijd deze en de **komkommer** met een dunschiller in lange, dunne repen. Hussel de **groente** om met de **dressing**. Klap de **broodjes** voorzichtig open, bestrijk ze met 1tl mayonaise en vul ze met het **vlees** en wat **rode kool**. Verdeel de **bao's** over borden en serveer met de **wortel-komkommersalade** en de **rest van de rode kool**.

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**