



Bao met gekruid bio-rundergehakt en gemengde salade met korianderdressing



ca. 25min



2 personen

Warme, zachte, gestoomde broodjes met een lichtzoete geur. Dat zijn gao bao, Chinese gistbroodjes die een beetje op de bekende bapao lijken. Je stoomt het broodje even, snijdt het open en vult het met biologisch rundergehakt, op smaak gebracht met hoisinsaus en tomaat. De frisse, knapperige salade die je er nog bij maakt past er geweldig bij.

Wat je van ons krijgt

- 1 tomaat
- 250g biologisch rundergehakt
- 50ml hoisinsaus ^{2,4,5}
- 10g verse koriander
- 4 gao bao-broodjes ²
- 1 rode ui
- 1 komkommer
- 50g mesclun
- 25g gezouten pinda's ³

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el mayonaise ¹
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote kookpan met stoominzet en deksel
- middelgrote koekenpan
- bakpapier
- maatbeker

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

Allergenen

Eieren (1), Gluten (2), Pinda's (3), Sesamzaad (4), Soja (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 848kcal, vet 44.5g, koolhydraten 75.3g, eiwit 35.3g



1. Stoompan voorbereiden

Vul een grote kookpan met water tot onder de stoominzet en breng het water aan de kook. **Tip:** als je geen stoominzet hebt kun je ook een passende zeef gebruiken. Snijd de **tomaat** in blokjes.



2. Gehakt rul bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1 el plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak het **gehakt** in 4-6min bruin en rul. Voeg de **tomaat**, **hoisinsaus** en 30ml water toe, draai het vuur laag en laat het geheel ca. 10min inkoken. Voeg evt. wat water toe als het geheel te droog wordt.



3. Dressing maken

Pluk de **korianderblaadjes** en hak ze fijn. Meng een **dressing** van de **koriander** 1 el azijn en 1 el mayonaise. Bekleed de stoominzet met bakpapier en leg de **bao** erin. Leg een deksel op de pan en laat ca. 7min stomen.



4. Ingrediënten voorbereiden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Meng ze met 1 el azijn, 1tl suiker en ½tl zout. Halveer de **komkommer** in de lengte en snijd 'm in dunne plakjes.



5. Gehakt op smaak brengen

Breng het **gehakt** op smaak met peper en zout. Meng de **komkommer** met de **dressing**.



6. Vullen & serveren

Schep de **mesclun** door de **komkommer**. Verdeel de **bao** en de **salade** over borden. Open de **bao** voorzichtig en vul ze naar wens met het **gehakt**, de **ui** en de **pinda's**.