



Lichtpittige biefreepjes

met sperziebonen en kokosrijst



20-30min



2 personen

Voor een bord vol kokosrijst kun je ons altijd wakker maken. Deze week serveren we er sperziebonen en heerlijk gekruide biefreepjes bij. Het kleine rode chilipepertje geeft het vlees een pittige smaak en de knoflook in het gerecht geeft je weerstand een fijne oppepper. Sesam en kokosrasp erover en you're good to go!

Wat je van ons krijgt

- 200g jasmijnrijst
- 1 teen knoflook
- 1 vers chilipepertje
- 1x biefreepjes
- 1x sperziebonen
- 1 rode paprika
- 1 limoen
- 1 zakje kokosrasp
- 1 sachet sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje witte sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

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

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

Kooktip

Verwijder de pitjes en gebruik slechts 1/3e van het chilipepertje als je niet van pittig houdt.

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 775kcal, vet 24.5g, koolhydraten 90.3g, eiwit 42.5g



1. Rijst koken

Breng 400ml water met een snuf zout in een kleine kookpan aan de kook. Was de **jasmijnrijst** grondig in een zeef en voeg het aan het kokende water toe. Draai het vuur laag, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min beetgaar. Neem de pan van het vuur en laat afgedekt uitstomen.



4. Kokos bakken

Verhit een droge, grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **kokosrasp** in 1-2min goudbruin. Let op, de **rasp** kan snel verbranden. Neem uit de pan en zet opzij.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en hak de **knoflook** fijn. Hak het **chilipepertje** fijn (**zie tip, links**). Meng de **biefreepjes** met de **knoflook**, het **chilipepertje**, 1el olie en 1/4tl zout. Zet het **vlees** opzij tot stap 5. Dop de **sperziebonen** en snijd ze doormidden. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



5. Bonen en vlees bakken

Verhit 1-2el olie in de gebruikte koekenpan en bak de **sperziebonen** 5-7min. Voeg de **biefreepjes**, **sojasaus** en de **helft van de sesam** toe. Roerbak 2-3min tot het **vlees** gaar is en de **bonen** beetgaar zijn. Breng de **roerbak** op smaak met peper en zout.



3. Paprikapickle maken

Meng de **paprika** in een kom met 1/4tl zout, 1/2tl suiker, **1tl limoenrasp** en **1el limoensap** en zet opzij tot stap 6.



6. Serveren

Roer de **kokosrasp** door de **rijst**. Serveer de **kokosrijst** met de **roerbak** en de **paprikapickle**. Bestrooi met de **rest van de sesam**.