



Thaise runderreepjes met kokosnippers

met koriander en smashed cucumber



ca. 25min



2 personen

Dit Thaise rundvleesgerecht met rijst wordt extra speciaal door de smashed cucumber. Bij deze techniek bewerk je de komkommer met een deegroller of zware pan waardoor je 'm kneust. Dat is niet alleen goed voor je opgekropte agressie, maar het komt ook de smaak ten goede. De gekneusde komkommer neemt de smaak van dressings en sauzen namelijk extra goed op. Een echte win-winsituatie!

Wat je van ons krijgt

- 150g basmatirijst
- 1x runderreepjes
- 1 zakje rundvleeskruiden
- 10g verse koriander
- 1 bosui
- 1 vers chilipepertje
- 1 limoen
- 20ml vissaus ⁴
- 1 zakje kokosnippers
- 1 komkommer
- 2 stengels bleekselderij ⁹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

vis (4), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 668kcal, vet 24.1g, koolhydraten 79.0g, eiwit 34.4g



1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur helemaal laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



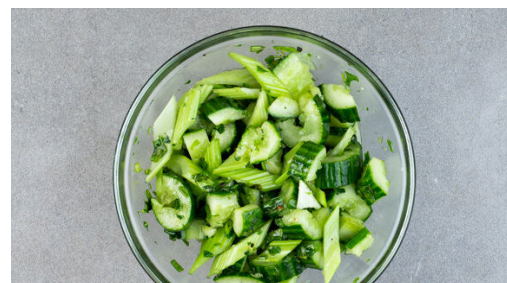
4. Vlees braden

Verhit een grote droge koekenpan of wok op middelhoog vuur en rooster de **kokosnippers** in 1-2min goudbruin. Neem uit de pan en draai het vuur hoog. Voeg het **vlees in marinade** toe en braad in 2-3min rondom aan. Voeg de **witte bosui** toe en bak 1-2min mee. Neem dan de pan van het vuur.



2. Ingrediënten voorbereiden

Dep het **vlees** droog en meng het met de **rundvleeskruiden** en 1el olie. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof. Snijd het **wit van de bosui** in schuine stukken van 2-3cm. Snijd het **groen** in dunne ringen.



5. Komkommer smashen

Leg de **komkommer** op een snijplank en plet 'm met een deegroller of zware koekenpan, tot 'ie in stukken breekt. Snijd de **smashed komkommer** in hapklare blokjes. Snijd de **bleekselderij** in schuine schijfjes. Hussel de **komkommer** en **bleekselderij** om met de **dressing**.



3. Dressing maken

Hak de **chilipeper** fijn (verwijder de zaadlijsten als je niet van pittig houdt). Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **limoenrasp** en het **limoensap** met 1el olie, 1el suiker, de **vissaus**, de **groene bosui** en **3/4e van de koriander**. Roer tot de suiker opgelost is en breng de **dressing** op smaak met zout en peper.



6. Komkommer opwarmen

Voeg de **groenten en dressing** toe aan de koekenpan, schep om en laat het geheel iets doorwarmen. Verdeel de **rijst** over kommen of diepe borden, schep het **rundvleesmengsel** erover en bestrooi met de **kokosnippers** en de **rest van de koriander**.