DINNERLY

Chinese roerbak met varkensgehakt

en champignons op zachte basmatirijst

20-30min 2 personen

Gehakt lijkt een heel Nederlands iets, misschien vanwege die soepballen die we zo lekker vinden... Maar ook in andere cuisines kennen ze het genot van goed geruld gehakt. Hier combineren we het vlees met champignons en prei. Wat maakt dit gerecht dan typisch Chinees? De hoisinsaus natuurlijk! Deze rijke saus wordt vooral in de Kantonese keuken gebruikt en is de perfecte toevoeging om van iets bekends iets spannends te maken.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g champignons
- 1 prei
- 150g basmatirijst
- 1x varkensgehakt
- 50ml hoisinsaus [1,6,11]

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- ½tl bloem [1]
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan met deksel
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

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

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 728kcal, vet 31.2g, koolhydraten 77.4g, eiwit 34.0g

1. Groenten snijden

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Borstel evt. de **champignons** schoon en snij ze in dunne schijfjes. Snij de **prei** in de lengte doormidden, was de bladeren onder de kraan en snij ze in dunne halve ringen. Pel 1 teen knoflook en snij heel klein, of gebruik een knoflookpers.

2. Rijst koken

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.

3. Vlees bakken

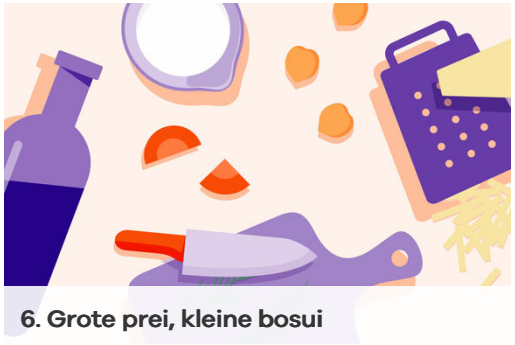
Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie. Voeg het **gehakt** toe samen met de knoflook, een snuf zout en 1/2tl bloem. Roer alles goed door en bak 2-3min op hoog vuur.

4. Groenten bakken

Voeg de **champignons** en de **prei** toe en bak nog eens 2-3min. Roer de **hoisinsaus** erdoor, leg een deksel op de pan en laat het geheel 5-6min zachtjes sudderen.

5. Afmaken en serveren

Proef het geheel en breng op smaak met 2-3tl witte azijn en snufjes peper en zout. Verdeel de **rijst** en het **gehakt-groentemengsel** over de borden.



6. Grote prei, kleine bosui

Weet je waar een prei net op lijkt? Een hele grote bosui. Het is vast geen toeval dat bosui een erg lekkere toevoeging aan dit gerecht kan zijn. Als je nog een stengel hebt liggen kun je deze in dunne, schuine ringen snijden en bij het serveren over de borden strooien.