



Vegan bao met champignons en pinda's

met zoet-pittige komkommersalade



ca. 30min



2 personen

Bij Marley Spoon zijn we echt dól op deze zachte gua bao-broodjes, omdat je er echt alle kanten mee op kan. Voor vandaag heeft onze chef Lieke een hele toffe vulling bedacht: champignons gebakken in een rijke saus van pinda's en hoisin. Om het plaatje helemaal af te maken, serveer je er ook een komkommersalade met chilivlokken en sesamzaadjes bij. Helemaal vegan, helemaal lekker.

Wat je van ons krijgt

- 1 komkommer
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 1 zakje chilivlokken
- 250g champignons
- 2 zakjes pindakaas ⁵
- 50ml hoisinsaus ^{1,6,11}
- 1 zakje geroosterde sesam ¹¹
- 1x gao bao-broodjes ¹
- 10g verse koriander
- 25g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

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

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

Kooktip

Als je wilt, kun je de baos ook besprenkelen met een beetje dressing.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 875kcal, vet 48.0g, koolhydraten 82.7g, eiwit 25.5g



1. Komkommer voorbereiden

Leg de **komkommer** op een snijplank en sla er met een zware pan of deegroller op tot de **komkommer** in grote brokken uiteenvalt. Snijd die **brokken** dan schuin in hapklare stukken.



2. Komkommersalade maken

Klop een **dressing** van de **sesamolie**, $\frac{1}{2}$ tl **chilivlokken** of **meer naar smaak**, 4el lichte azijn, 1el suiker en een flinke snuf zout. Meng de **dressing** met de **komkommer**.



3. Saus maken

Borstel de **champignons** evt. schoon en snijd ze in dunne plakjes. Roer de **pindakaas**, de **hoisinsaus**, 1el lichte azijn en 75ml water tot een **gladde saus**. Verhit een middelgrote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **sesamzaadjes** in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel aanbranden. Hussel de **sesam** door de **komkommersalade**.



4. Broodjes stomen

Vul een grote kookpan tot net onder de stoominzet met water en breng het water aan de kook. Als je geen stoominzet hebt kun je ook een passende zeef gebruiken. Bekleed de stoominzet met bakpapier en leg de **broodjes** erin en stoom ze 5-7min met het deksel erop, tot ze zacht zijn.



5. Champignons bakken

Verhit de koekenpan op heel hoog vuur met 2el plantaardige olie. Bak de **champignons** in ca. 6min goudbruin en zacht. Zet het vuur middelhoog en roer de **pinda-hoisinsaus** erdoor. Laat 2-3min inkoken en roer regelmatig.



6. Vullen en serveren

Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn en meng $\frac{3}{4}$ van de **koriander** met de **komkommersalade**. Hak de **pinda's** fijn en roer door de **champignons**. Verdeel de **broodjes** over borden en vul ze met de **champignons** en de **saus**. Garneer met de **rest van de koriander** en serveer met de **komkommersalade**.