

DINNERLY



Spiegelei met kimchi op geurige jasmijnrijst



ca. 20min



2 personen

Ben jij wel eens naar Korea geweest? Nee? Dat geeft niet! Met dit recept ben je er in ongeveer 20 minuten. En het wordt lekker pittig dankzij de kimchi, en rijst hoort eigenlijk ook wel bij bijna elke Koreaanse maaltijd. Knapperige groenten en spiegeleieren geven je bordje kleur en de sojasaus maakt het lekker hartig. Goede (culinaire) reis!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g jasmijnrijst
- 2 bosuien
- 2 tomaten
- 4 biologische eieren ¹
- 25ml tamari-sojasaus ³
- 1 potje kimchi
- 1 zakje poké-kruidentmix ²

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

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

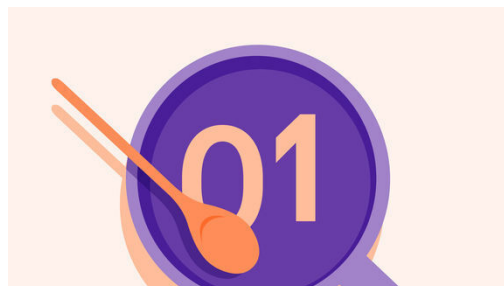
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

eieren (1), sesamzaad (2), soja (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

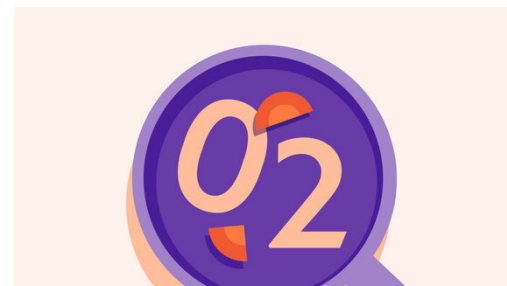
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 567kcal, vet 22.9g, koolhydraten 64.8g, eiwit 22.9g



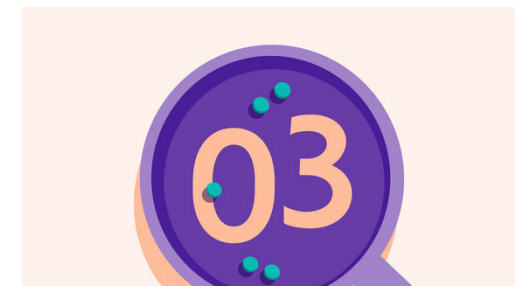
1. Rijst koken

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. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook 10-12min tot de **rijst** gaar is en het water opgezogen heeft. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



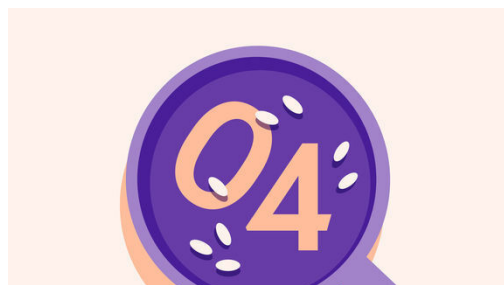
2. Groente snijden

Snij de **bosuien** schuin in dunne ringen. Snij de **tomaten** in grove stukken.



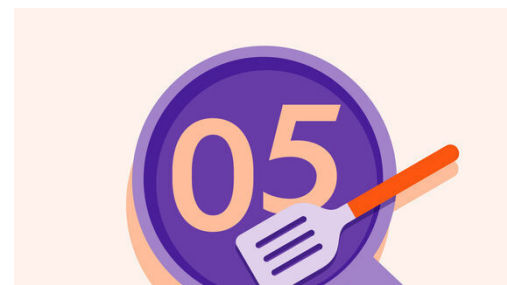
3. Groenten bakken

Verhit een grote koekenpan met 1½el plantaardige olie op middelhoog vuur. Houd ¼ van de **bosui** apart voor de garnering en bak de **tomaat** en de **rest van de bosui** ca. 1min.



4. Spiegeleieren bakken

Breek de **eieren** boven de pan en besprenkel ze met de **sojasaus**. Leg een deksel op de pan en bak de **eieren** 4-6min tot het **eiwit** is gestold.



5. Afmaken en serveren

Verdeel de **rijst** over borden en top met de **eieren** en de **kimchi**. Bestrooi met de **rest van de bosui**. Besprenkel met de **helft van de kruidenmix** (of meer naar smaak) en serveer.



6. Let op: pittig!

Voor kimchi-sceptici: kimchi heeft een unieke, zure en pittige smaak. Als er kinderen mee-eten, laat ze het dan eerst proeven. Vinden ze het niet lekker? Vervang de kimchi dan met geraspte wortel en/of blokjes komkommer.

Voor kimchi-liefhebbers: gebruik evt. het overgebleven kimchi-vocht om een saladedressing mee op smaak te brengen!