



Supersnel: Bami goreng en vegan runderstukjes

en knapperige groente



ca. 20min



2 personen

Snel en ongecompliceerd aan tafel? Dat gaat zeker lukken met deze klassieker uit de Indonesische keuken: bami goreng met veel verse groente en malse vegan runderstukjes. De sambal oelek en ketjap manis zorgen voor de typische smaak. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 250g noedels ¹
- 1 stukje verse gember
- 1 teen knoflook
- 1x vegan rundvleesstukjes ^{1,6}
- 500g verse nasigroente
- 50ml ketjap manis ⁶
- 25ml sambal oelek

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- 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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 857kcal, vet 22.4g, koolhydraten 130.6g, eiwit 37.7g



1. Gember en knoflook raspen

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Schil de **gember** en rasp fijn. Pel de **knoflook** en rasp of hak fijn.



4. Stukjes bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie en bak de **vegan runderstukjes** 2-3min. Schep op een bord en zet opzij.



2. Stukjes voorbereiden

Snijd de **vegan runderstukjes** evt. in kleinere stukjes als ze erg groot zijn.



5. Groente bakken

Voeg 1el plantaardige olie toe aan de pan en bak de **nasigroente** op hoog vuur 2-3min scherp aan. Blus de **groente** af met 50ml water en roer de **ketjap manis**, **gember** en **knoflook** erdoorheen.



3. Noedels koken

Doe de **noedels** in het kokende water en kook in 3-5min beetgaar. Giet af in een zeef, laat uitlekken en houd warm.



6. Bami goreng afmaken

Voeg de **vegan runderstukjes** en de **noedels** toe aan de **groente** en meng goed. Breng de **bami goreng** naar wens op smaak met **sambal oelek** en zout en serveer.