

DINNERLY



<650kcal Portobello's in pindasaus op geurige jasmijnrijst met wortelsalade



ca. 25min



2 personen

Wist je dat de witte champignon, kastanjechampignon en portobello eigenlijk allemaal dezelfde soort paddenstoel zijn? Wij serveren vandaag de grootste versie, gebakken in een heerlijke kruidige pindasaus. Daarbij maken we luchtige jasmijnrijst en een snelle en frisse salade van geraspte wortel en bosui.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g jasmijnrijst
- 1 wortel
- 4 portobello's
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 140g satésaus ^{1,5,6}
- 1 bosui

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn
- balsamicoazijn ¹⁷

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

gluten (1), pinda's (5), soja (6), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 633kcal, vet 17.4g, koolhydraten 102.3g, eiwit 15.4g



1. Rijst koken

Breng 400ml 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 lager, 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. Wortel inleggen

Los een flinke snuf suiker en zout op in 1el witte azijn. Schil of schrob de **wortel** en rasp grof. Meng de **wortel** met het **azijnmengsel** en zet tot het serveren opzij (zie ook **stap 6**).



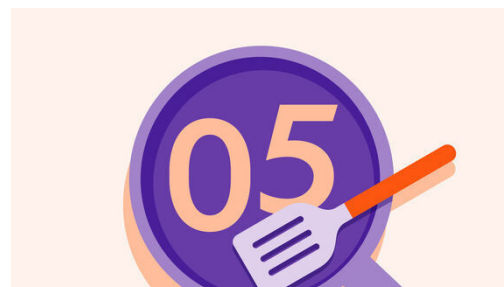
3. Paddenstoelen bakken

Borstel evt. de **paddenstoelen** en snij ze in plakken van ca. 1,5cm dik. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **paddenstoelen** 3-5min, tot ze zacht zijn.



4. Saus maken

Blus de **paddenstoelen** af met 2tl balsamicoazijn en meng de **helft van de sojasaus** erdoor. Voeg de **pindasaus** toe en verwarm ca. 1min.



5. Bosui snijden

Snij de **bosui** in dunne schuine ringen. Schep de **rijst**, de **paddenstoelen** en **wortelsalade** op borden, garneer met de **bosui** en serveer.



6. Salade 2.0

Wil je je wortelsalade nog meer kleur en frisheid geven? Voeg dan een fijngesneden rode ui of plakjes komkommer toe en gebruik evt. meer azijn.