



Knapperige tempeh met ketjap manis

op stamppot met paksoi



20-30min



2 personen

Vandaag kook je met tempeh. Deze vleesvervanger, die gemaakt wordt van gefermenteerde sojabonen, is een ideale smaakdrager. Daarom serveren we de stukjes gebakken tempeh in dit recept in een kruidige jus van knoflook, ketjap en ketchup. Erbij een stamppot met paksoi en je topt je bordje Indonesische smaken met frisse koriander en crunchy pinda's.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje kruimige aardappels
- 1 paksoi
- 1 stukje verse gember
- 1 teen knoflook
- 200g preiringen
- 1 zakje kokosrasp
- 1 zakje curry-madraskruiden ¹⁰
- 1x tempehblokjes ⁶
- 10g verse koriander
- 50ml ketjap manis ⁶
- 25g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- tomatenketchup
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- 2 middelgrote koekenpannen
- aardappelstamper
- dunschiller
- maatbeker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

pinda's (5), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 713kcal, vet 30.9g, koolhydraten 70.0g, eiwit 36.5g



1. Aardappels koken

Schil en snijd de **aardappels** in grove stukken. Doe ze met genoeg zout water in een middelgrote kookpan en breng het geheel aan de kook. Kook de **aardappels** in 12-15min gaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en doe de **aardappels** terug in de pan. Houd ze afgedekt warm.



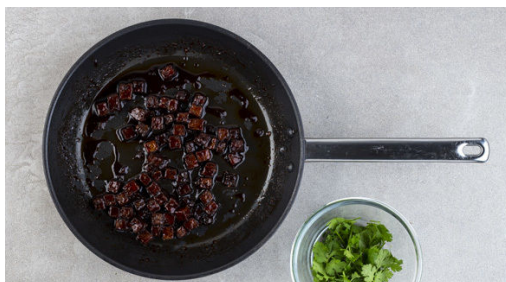
2. Groenten snijden

Snijd het **wit van de paksoi** in schijfjes en snijd het **groen** in brede repen. Schil en hak de rasp de **gember** fijn. Pel en hak de **knoflook** fijn.



3. Groenten bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olie op hoog vuur. Voeg de **prei**, de **gember** en de **helft van de knoflook** met een snuf zout toe en roerbak 3-4min, tot de **prei** zacht is. Doe het **wit van de paksoi**, de **helft van de kokosrasp**, en de **helft van de curry-madraskruiden** erbij en roerbak 3min. Voeg de **groene paksoirepen** toe, roerbak 1-2min en neem de pan van het vuur.



4. Tempeh bakken

Verhit 1el olie in een 2e middelgrote koekenpan en voeg de **tempehblokjes** toe. Bak ze in 4-5min rondom goudbruin en knapperig. Schep de **tempeh** op een bord. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof.



5. Saus voorbereiden

Bak de **rest van de knoflook** 30sec in de tempehpan. Voeg de **helft van de ketjap** 1el ketchup en 50ml water toe. Laat 2-3min pruttelen, tot er een stroperige **sous** ontstaat.



6. Puree stampen

Stamp de **aardappels** grof en roer de **roerbakgroenten** erdoor. Voeg evt. wat **kookwater** toe om de **stampapot** smeuïger te maken en breng op smaak met de **rest van de curry-madraskruiden**, zout en peper. Serveer de **stampapot** met de **tempeh** en schenk de **sous** erover. Bestrooi met de **pinda's** en **koriander**.