



Ovenbaked gyoza's

in gele curry saus

Vandaag maken we een in de oven klaargemaakte gyoza's. Een recept dat een tijd geleden viral is gegaan op TikTok, en dat is niet zonder reden. Je legt alles in een ovenschaal, en de oven doet het werk. Het resultaat is heerlijk romig en vol smaak.

25 min | 650 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Kokosroom	g	80	160	240	320
Gele currypasta	g	15	25	40	50
Vegetarische Gyoza	g	200	400	600	800
Chinees kool	st	0.25	0.5	1	1
Puntpaprika	g	100	200	300	400
Knoflookteen	st	0.5	1	1	2
Bosui	bos	0.25	0.5	0.5	1
zelf toevoegen:					
Bouillon	ml	100	200	300	400
Sojasaus	el	0.5	1	1.5	2
(Sesam)olie	el	0.5	1	1.5	2

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 180 °C. Bereid de bouillon. Schenk de kokosroom, bouillon, sojasaus en (sesam)olie in een ovenschaal en roer de currypasta erdoor. Leg de gyoza's erop, dek af met aluminiumfolie en zet 15 minuten in oven.
2. Snijd intussen de Chinese kool in repen. Was de paprika, verwijder de zaadlijsten en snijd in reepjes. Pak een tweede ovenschaal en meng de groenten hierin met een klein beetje water, olie en peper. Pers de knoflook erboven uit en bak 20 minuten in de oven bij de gyoza's.
3. Verwijder de laatste 5 minuten de aluminiumfolie, zodat de gyoza's goudbruin en knapperig worden. Serveer de gyoza's met de groenten en vergeet uiteraard de gele currysous niet. Snijd de bosui in ringetjes en strooi over het gerecht.

Tip: Garneer met wat crispy chili-olie als je van pit houdt.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

