



Sajoer snijbonen met paksoi

met rijst en ei

Meestal worden sajoer boontjes met sperziebonen gemaakt, maar snijbonen zijn even lekker! En wist je dat ze tegenwoordig zo gekweekt worden dat ze niet meer zo draderig zijn? Je ontvangt een makkelijk potje met smaakmakers, die wel een beetje pittig is, dus let op! Houd je niet zo van pittig? Begin dan eerst met een klein beetje toe te voegen.

35 min | 635 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
Volkoren basmatirijst	g	75	150	225	300
Snijbonen	g	100	200	300	400
Paksoi	st	0.5	1	1	2
Rode ui	st	0.5	1	2	2
Sajoer spice paste	g	15	30	45	60
Ei	st	1	2	3	4
Sesamzaadjes	g	10	20	25	40
zelf toevoegen:					
Olie	el	1	2	3	4
Ketjap manis of sojasaus	el	1	2	3	4
Zout en peper					

**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. Spoel de basmatirijst in een zeef onder de kraan. Breng water met een snuf zout aan de kook en kook de rijst in 20-25 minuten gaar. Giet daarna het water af en laat afkoelen.
2. Snijd de snijbonen in schuine repen. Was en snijd de paksoi en maak twee bergjes: wit en groen. Pel de ui en snijd in stukjes.
3. Verwarm olie in een bakpan. Roerbak de ui, snijbonen en het witte deel van de paksoi 5-6 minuten op een hoog vuur. Voeg de sajoerpasta samen met een klein beetje water toe en laat nog een paar minuten pruttelen.
4. Verwarm olie in een andere bakpan. Kluts de eieren met ketjap naar smaak in een bakje en roerbak de geklutste eieren enkele minuten. Voeg eerst het groene deel van de paksoi toe en daarna de voorgerekookte rijst. Roerbak dit nog eens 3-5 minuten.
5. Schep de boontjes bij de rijst met de saus uit de pan. Strooi tenslotte de sesamzaadjes erover.

Tip: Koude rijst is altijd veel makkelijker om lekker te roerbakken dan warme rijst. Giet de rijst af en verspreid hem over een ruime schaal of bakplaat, dan koelt hij veel sneller af.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

