



## Nasi goreng met hamreepjes

wokgroenten en pinda's

Nasi is een Indonesisch recept en betekent eigenlijk gewoon rijst. Nasi kan op verschillende manieren worden klaargemaakt. De meest bekende zijn: nasi putih (gekookte rijst) en nasi goreng (gebakken rijst). Vandaag maken we een nasi goreng met hamreepjes en Aziatische wokgroenten. Dankzij de voorgesneden groenten heb je weinig werk en staat dit gerecht snel op tafel.

20 min | 641 kcal

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



## BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

1P 2P 3P 4P

Zilvervliesrijst	g	75	150	225	300
Kurkuma, rasp	tl	0.5	1	2	2
Schouderham	g	50	100	150	200
Ui	st	1	2	2	3
Knoflookteen	st	1	1	2	2
Gember, rasp	tl	1	2	2	3
Aziatische wokgroenten	g	200	400	600	800
Pinda's ongezouten	g	15	25	40	50

*zelf toevoegen:*

Olie	el	1	1	1	1
Sambal	tl	0.5	1	1.5	2
Sojasaus (of ketjap)	el	1	2	3	4
Zout en (chili)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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Kook de rijst in 12-15 minuten gaar. Schil de kurkuma en rasp boven de pan met rijst, de rijst kleurt zo heel mooi geel (pas op de kurkuma geeft erg af aan je handen). Giet het water af en zet afgedekt opzij zodat de rijst verder gaart.
2. Verhit olie in een wok of brede bakpan. Snijd de ham in reepjes en bak krokant. Schep uit de pan en leg opzij.
3. Pel en snipper de ui en knoflook. Schil en rasp de gember. Verwarm olie in dezelfde brede bakpan of wok en fruit de ui, knoflook, gember en sambal 2 minuten. Voeg de Aziatische wokgroenten toe en roerbak op een hoog vuur. Schep regelmatig om en breng op smaak met sojasaus of ketjap. Voeg de laatste minuten de rijst toe en bak op een hoog vuur mee.
4. Roer de gebakken rijst en hamreepjes door elkaar of serveer alles apart. Hak de pinda's grof en strooi erover.

*Tip: Het is ook leuk om sambalnootjes te maken: Hak de pinda's grof en rooster in een droge bakpan. Zet het vuur uit, voeg op het laatst de sambal toe en hussel door elkaar. Houd de sambal apart als je kleintjes hebt rondlopen!*

Biologisch



info@ekomenu.nl  
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

