



Simpele babi ketjap

met bami

Vandaag een Chinees-Indonesische klassieker. Babi betekent varkensvlees en in dit gerecht eet je het overheerlijk in een zachte ketjapsaus. Je kunt het uren laten pruttelen, maar we maakten (speciaal voor jou) een makkelijke en snelle versie. Erbij bami, topper!

25 min | 652 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
Udon noodles	g	85	170	255	340
Varkensfiletlapje	g	100	200	300	400
Gember (verse)	tl	1	2	3	3
Knoflookteen	st	0.5	1	1	2
Tomaat	g	75	150	200	300
Limoen	st	0.25	0.5	1	1
Puntpaprika	g	100	200	400	400
Bamigroenten, gesneden	g	100	200	300	400

zelf toevoegen:

Olie	el	1	2	3	4
Ketjap manis	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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de noodles in 12 minuten gaar. Giet daarna het water af, vang wat kookvocht op en spoel de noodles in een zeef onder de kraan.
2. Snijd intussen de varkensfiletlapjes in reepjes of blokjes. Rasp de gember en pel en snipper de knoflook. Was de tomaat en snijd klein.
3. Verwarm olie in een bakpan en bak eerst het varkensvlees 2-3 minuten op een hoog vuur. Kruid met zout en peper. Voeg de gember, knoflook en tomaat toe en bak mee. Breng op smaak met limoensap, ketjap, noodles kookvocht en (indien gewenst) een beetje sambal. Laat ongeveer 8 minuten zachtjes pruttelen.
4. Was intussen de paprika, verwijder de zaadlijsten en snijd klein. Verwarm olie in een wok of ruime bakpan en bak de bamigroenten en paprika 5 minuten op een hoog vuur. Voeg de noodles toe en breng op smaak met zout en peper.
5. Doe de noodles met de groenten in een ruime schaal en schep de babi ketjap erop

Tip: Sambal geeft het gerecht extra pit, maar je kunt dit ook later toevoegen.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

