

MARLEY SPOON



Zoetzure kipstukjes

in een roerbak met ananas en rijst



20-30min



Voor 3-4 personen

Of zoals onze chef het noemt: babi pangang in vermomming, want deze variant maak je met heerlijke malse kipstukjes. Gelukkig heeft ze ook die heerlijk lobbige saus, net zoals je die van de Chinees gewend bent. Je maakt hem met maïzena, waardoor je zelf een beetje kunt spelen met hoe dik je de zoetzure saus wilt hebben. Eventuele restjes zijn overigens ook de volgende dag nog om je vingers bij af te likken!

Wat je van ons krijgt

- rijstwijnazijn
- teen knoflook
- ketchup ⁹
- ananasstukjes
- maizena
- Yoko's Tofu Spice Mix ¹⁰
- rode paprika
- wortel
- basmatirijst
- bosui
- kipstukjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- maatbeker
- middelgrote kookpan met deksel
- wok of grote koekenpan
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornameijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 680.0kcal, vet 11.9g, eiwit 33.9g, koolhydraten 103.2g



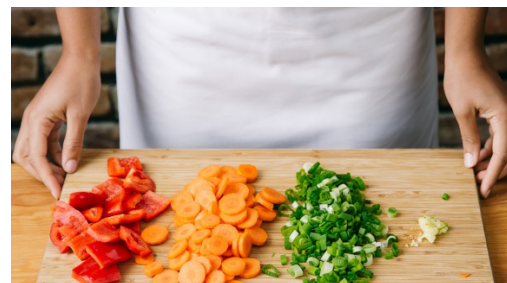
1. Rijst koken

Breng 800ml water in een middelgrote kookpan aan de kook. Spoel de **basmatirijst** in een zeef tot het water helder kleurt. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt, breng opnieuw aan de kook en kook dan met een deksel afgedekt de **rijst** op laag vuur in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat afgedekt ca. 5min rusten.



4. Kip bakken

Meng de **kipstukjes** in een kom met de **helft van de maizena**, **Yoko's tofu spice mix** en wat zout en peper. Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur en laat goed heet worden. Roerbak de **kipstukjes** in 4-5min goudbruin en schep ze uit de pan, zet opzij.



2. Groenten snijden

Snijdt intussen de **bosuien** in 0,5cm dunne ringen, houd daarbij het **wit** van het **groen** gescheiden. Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **wortels** in 0,5cm brede schijfjes. Snijd de **paprika** in vieren, verwijder de zaden en zaadlijsten en snijd in 2cm grote blokjes.



5. Ananassaus maken

Roer intussen de **rest van de maizena** door de **ananassap** en blijf roeren tot het **zetmeel** is opgelost, voeg dan beetje bij beetje 200ml water met de **rijstwijnazijn** en de **ketchup** toe. Roer goed door.



3. Ananas uit laten lekken

Laat de **ananasstukjes** in een zeef boven een kom uitlekken en bewaar het **ananassap**.



6. Groenten wokken

Verhit de pan opnieuw op middelhoog vuur. Bak het **wit van de bosui** en **knoflook** 30sec. Voeg de **paprika** en **wortel** toe en roerbak 4min. Giet **ananassaus** erbij, roer tot de **sous** dikker wordt. Voeg de **kip** en **ananas** toe, voeg evt. wat water toe en breng op smaak met zout en peper. Schep de **rijst** op, verdeel de **roerbak** erover en gaarneer met de **rest van de bosui**.