

MARLEY SPOON



Five spice-kip roerbak

met aromatische gemberrijst



ca. 20min



2 personen

Een muurbloempje is dit Aziatische gerecht zeker niet, want wij geven de doorgaans al licht geurige basmatirijst een extra aromatische twist door er plakjes gember aan toe te voegen. Terwijl de rijst lekker pruttelt, maak je in een oogwenk een vlotte roerbak van kipstukjes, paprika, taugé en een royale hoeveelheid hoisinsaus. Schep snel op, maar... vergeet niet de gember even tussen de rijst uit te vissen!

Wat je van ons krijgt

- hoisinsaus ^{1,6,11}
- kipstukjes
- taugé
- verse gember
- gele paprika
- Chinese 5-kruidenmix ¹⁰
- basmatirijst
- maizena
- groene paprika

Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- zout
- zwarte peper

Kookgerei

- grote koekenpan of wok
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), mosterd (10), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 720kcal, vet 16.3g, koolhydraten 97.8g, eiwit 38.8g



1. Rijst koken

Was de **basmatirijst** in een zeef tot het water helder kleurt. Snijd de **gember** in ca. 3-5mm dikke plakken. Doe de **rijst** en **gember** met een flinke snuf zout in een middelgrote kookpan met 400ml water. Breng aan de kook. Doe de deksel op de pan en kook de **rijst** op laag vuur in 10min gaar. Zet het vuur uit, vis de **gember** eruit en laat de **rijst** zo staan.



4. Kip bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een wok of grote koekenpan op hoog vuur. Bak de **kipstukjes** in 2-3 min in de pan rondom goudbruin en bijna gaar. Schep de **kip** uit de pan en houd apart.



2. Kip kruiden

Meng intussen de **kipstukjes** met de **maizena**, **Chinese 5-kruidenmix** en een snuf zout in een kom.



5. Groente wokken

Bak de **paprika** 2-3min in de achtergebleven olie (voeg evt. extra toe) op middelhoog vuur. Roer intussen de **hoisinsaus** met 1-2el water los. Voeg dan de **taugé** met de **hoisinsaus** aan de pan toe. Doe de **kip** weer in de pan, bak nog 30sec en breng op smaak met zout en peper. Voeg evt. wat extra water toe om het wat sauziger te maken.



3. Paprika's snijden

Halveer de **paprika's**, verwijder de zaadlijsten en snijd in 1cm brede repen.



6. Rijst afmaken

Roer de **rijst** los en breng evt. op smaak met peper en zout. Schep de **rijst** op en verdeel de **roerbak** erover.