
Wortel-spruitenroerbak

met pittige sinaasappel-srirachasaus



Cooking Time



Voor 3-4 personen

Wat je van ons krijgt

- sojasaus ^{1,6}
- spruitjes
- gekleurde wortelplakjes
- cashewnoten ¹⁵
- zwarte sesam ¹¹
- sesamolie ¹¹
- srirachasaus
- jasmijnrijst
- teen knoflook
- sinaasappel
- verse gember

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Jasmijnrijst koken

Breng 800ml water met een snuf zout in een middelgrote kookpan aan de kook. Was de **jasmijnrijst** in een zeef totdat het water helder is. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt, breng opnieuw aan de kook, doe de deksel op de pan en kook op laag vuur in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** rusten.



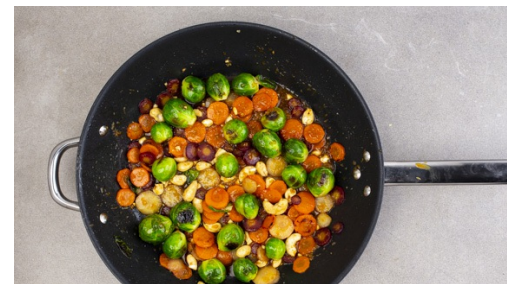
4. Cashewnoten toevoegen

Hak de **cashewnoten** grof. Voeg **3/4e van de gehakte cashews** aan de pan met **groenten** toe.



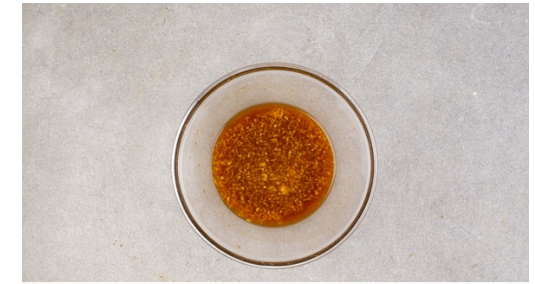
2. Groenten bakken

Snijdt intussen de stronkjes van de **spruitjes**, verwijder evt. vieze blaadjes en was de **spruitjes**. Verhit 1el plantaardige olie in een wok of grote koekenpan op middelhoog vuur en roerbak de **spruitjes** en **wortelschijfjes** met een snuf zout 6-7min tot de **groenten** goudbruin beginnen te kleuren en zachter beginnen te worden.



5. Saus toevoegen

Schenk dan de **saus** in de pan en schep de **groenten** om. Kook 2-3min totdat de **saus** dik en stroperig is. Voeg een scheutje water toe als de **saus** te snel indikt.



3. Saus maken

Pel en hak of rasp intussen de **knoflook** fijn. Schil en rasp de **gember** fijn. Pers de **sinaasappel** boven een kom uit en voeg de **geraspte knoflook**, **gember**, **sojasaus**, **sriracha**, 1el plantaardige olie, de **sesamolie** en 4-5el water toe. Roer 1-2el suiker of honing erdoor.



6. Roerbak afmaken

Roer tot slot de **helft van de sesam** door de **roerbak** en breng hem evt. op smaak met peper en/of zout. Schep de **roerbak** en **rijst** op en bestrooi met de **rest van de cashewnoten** en **sesam**.