



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 40  
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Gebakken rijst met tomaat, paksoi en roerei

Onze variant op de klassieke nasi

Nasi is van oorsprong een Indonesisch gerecht. De ingrediënten die je in dit gerecht gebruikt worden in de Aziatische keuken veel gebruikt: gember, rode peper en paksoi. Het amandelschaafsel geeft dit gerecht een eigentijdse draai. Gezond: amandelen bevatten veel vitamine E!

- 30-35 min
- gemakkelijk
- glutenvrij
- vegetarisch
- pittig



Pandanrijst



Sjalot



Gember



Rode peper



Paksoi



Tomaat



Currykruiden



Amandelschaafsel



Vrije-uitloepi

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pandanrijst (g)	85	170	250	335	420	500
Sjalot	½	1	1½	2	2½	3
Gember (5 cm)	¼	½	½	¾	1	1
Rode peper	¼	½	½	¾	1	1
Paksoi	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat	1	2	3	4	5	6
Currykruiden (tl)	1½	3	4	6	7½	8
Amandelschaafsel (g) 8) 15)	10	20	30	40	50	60
Vrije-uitloopei 3)	2	4	6	8	10	12
Groentebouillon (ml)*	300	600	900	1200	1500	1800
Zonnebloemolie (ml)*	1 ½	3	4 ½	6	7 ½	9
Melk*				Scheutje		
Peper & zout*				Naar smaak		

\* Zelf toevoegen

### Allergenen

3) Eieren 8) Noten  
15) Kan sporen bevatten van pinda's

### Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan, koekenpan

**Voedingswaarden** 589 kcal | 24 g eiwit | 77 g koolhydraten | 19 g vet, waarvan 5 g verzadigd | 6 g vezels



**1** Bereid de bouillon in een pan met deksel. Voeg de rijst toe en kook de rijst, afgedekt, 10 - 12 minuten. Roer af en toe door. Giet af en laat zonder deksel uitstomen.



**2** Snipper ondertussen de sjalot. Schil de gember, verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd beide fijn. Snijd het witte en het groene deel van de paksoi klein en bewaar apart. Snijd de tomaat klein.

**3** Verhit de helft van de zonnebloemolie in een wok of hapjespan en fruit de sjalot, gember en rode peper 2 minuten op laag vuur. Voeg het witte deel van de paksoi toe, bestrooi met peper en zout naar smaak en roerbak 5 minuten op middelmatig vuur. Voeg daarna de tomaat en currykruiden toe en roerbak nog 1 minuut.



**4** Rooster ondertussen op hoog vuur in een koekenpan het amandelschaafsel, zonder olie, goudbruin. Haal uit de pan en bewaar apart.

**5** Voeg de rijst toe aan de wok of hapjespan en roerbak 5 minuten op middelmatig vuur. Voeg na 3 minuten het groene deel van de paksoi toe.



**6** Kluts de eieren in een kom met een scheutje melk. Verhit de overige zonnebloemolie in de koekenpan op middelhoog vuur en maak een roerei. Bestrooi naar smaak met peper en zout. Voeg de helft van het roerei toe aan de wok of hapjespan met rijst.

**7** Verdeel de rijst met groenten over de borden, verdeel het overige roerei over de borden en gaarneer het gerecht met het amandelschaafsel.

**Tip!** Wil je weten hoeveel gember je moet gebruiken voor dit gerecht? Lees dan ons blogartikel over gember! Ons advies: 1 tl geraspte gember per persoon.