SPEKLAPPEN MET KURKUMA RIJST EN GROENTE UIT DE WOK

Ingrediënten:

4 personen

4 speklappen*
400 gram zilvervliesrijst
300 gram peultjes*
300 gram sperzieboontjes*
300 gram sugarsnaps*
2 teentjes knoflook
3 cm gemberwortel
1,5 tl. kurkuma
30 gram sojasaus*
16 gram gembersiroop*
2 eetl. honing
30 gram bloem

Uit eigen keukenkastje: olijfolie, peper en zout

Bereidingstijd: ca. 30 minuten

Bereiding:

- Meng de sojasaus, gembersiroop en de honing. Leg de speklappen in de marinade en laat in de koelkast circa 10 minuten marineren.
- Breng een pan met water aan de kook en kook hierin de rijst samen met de kurkuma in circa 8 minuten gaar. Giet de rijst af en laat circa 10 minuten staan met de deksel op de pan.
- Breng ondertussen een pan met water en een beetje zout aan de kook.
- Was en snijd een klein stukje van de uiteindes van de peultjes, sugarsnaps en sperzieboontjes af.
- Snijd de sperzieboontjes doormidden.
- Kook de sugarsnaps en sperzieboontjes in circa 3 minuten beetgaar, voeg de peultjes de laatste minuut toe en haal ze uit de pan.
- Haal de speklappen uit de marinade en bewaar de marinade. Dep de speklappen droog met keukenpapier en bestrooi met bloem.
- Verhit een klein scheutje olijfolie in een koekenpan en bak de speklappen in circa 10 minuten gaar.
- Schenk de marinade bij de speklappen en bedruip ze ermee tot de marinade ingekookt is en de speklappen een glanslaagje gekregen heeft.
- Verhit een scheutje olijfolie in een wok en voeg de gekookte groente toe. Roerbak dit circa 2 minuten.
- Pel en snijd de knoflook in dunne plakjes en
- Schil en rasp de gember.
- Voeg de knoflook en de geraspte gember toe aan de groente en breng op smaak met een beetje versgemalen peper en zout.
- Verdeel de rijst, de groente en de speklappen over de borden.

De Buurman wenst u smakelijk eten!

038 303 01 47 | vers@debuurman.nu | www.debuurman.nu

DICHTBIJ HET VERST
DE BUURMAN