



Geroerbakte groene boontjes op Sichuanwijze

Knapperige groene boontjes op Sichuanwijze: eerst gebakken in hete olie tot de schil rimpelt en blaren vertoont, daarna geroerbakt met varkensgehakt, knoflook, gember en ingelegde mosterdgroente. Vol umami en licht pittig.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	12'	4	Bijgerecht

Ingrediënten

500 gr groene boontjes, gepunt en drooggedept
100 gr varkensgehakt
3 teentjes knoflook, fijngehakt
2 cm verse gember, fijngehakt
2 el ingelegde mosterdgroente (ya cai), fijngehakt

1 el lichte sojasaus
1 kl donkere sojasaus
1 kl suiker
1 kl sesamolie
0,5 kl chilivlokken
3 el plantaardige olie

Bereidingswijze

- 1.** Was de boontjes grondig en dep ze daarna heel goed droog met keukenpapier, zodat ze niet spatten in de hete olie.
- 2.** Verhit 2 eetlepels plantaardige olie in een wok op hoog vuur tot de olie licht rookt.
- 3.** Voeg de boontjes toe en bak ze, af en toe omscheppend, gedurende 5 tot 6 minuten tot de schil rimpelt en op sommige plaatsen donkere blaren vertoont. Schep de boontjes uit de wok en zet ze apart.
- 4.** Voeg de resterende eetlepel olie toe aan de wok en bak het varkensgehakt op hoog vuur, al roerbakkend, tot het droog en lichtjes krokant is, ongeveer 2 minuten.
- 5.** Voeg de knoflook, gember en ingelegde mosterdgroente toe en roerbak alles gedurende 1 minuut tot het geheel geurig is.
- 6.** Doe de boontjes terug in de wok en schep alles goed door elkaar.
- 7.** Voeg de lichte sojasaus, donkere sojasaus, suiker en chilivlokken toe en roerbak nog 1 minuut tot de smaken zich verbinden en het overtollige vocht verdampt is.
- 8.** Haal de wok van het vuur, besprenkel met de sesamolie en schep alles nog eenmaal om. Serveer onmiddellijk.

Tip

Ya cai, de ingelegde mosterdgroente, is verkrijgbaar in de meeste Aziatische supermarkten. Spoel het product voor gebruik even af als u de zoute smaak wat wilt temperen. Vervang het eventueel door fijngehakte ingelegde groene olijven als noodoplossing, hoewel de smaak verschilt.

Lekker met

Gestoomde witte rijst of gebakken rijst.

Dranktip

Een licht gekoeld glas groene thee of een frisse Riesling past goed bij de pittige en hartige smaken van dit gerecht.

Ontdek meer recepten op kookpot.be