

Oosterse roerbakgoenten (basis)

Hoofdgerecht voor 2 personen, 20min

Van de Streekmolen:

- 1 paksoi
- 1 rode peper
- Taugé
- 2 prei

En verder:

- 1 eetlepel olijfolie
- 1 teentje knoflook
- 1 theelepel sambal (meer of minder naar eigen smaak)
- 1 eetlepel sojasaus

Snijd het kontje van de paksoi, snijd de groene bladeren van de witte stengels en houd ze gescheiden. Snijd de prei in ringen, was deze en laat het uitlekken in een vergiet. Snijd de rode peper in de lengte door, verwijder de zaadlijsten en de zaadjes. Snijd de delen in halve ringetjes. Verhit in een koekenpan de olijfolie en fruit hierin het geperste teentje knoflook. Voeg de witte delen van de paksoi en de prei zowel het groene als het witte deel toe en wok dit tot de groenten beetgaar zijn. Voeg dan sojasaus, de groene delen van de paksoi en de taugé toe. Bak het geheel tot de taugé een beetje glazig ziet, maar nog wel knapperig is. Serveer de Oosterse roerbakgroenten met rijst of met noodles. Dit gerecht kan vegetarisch worden geserveerd maar kan ook met blokjes kipfilet worden gecombineerd. Eet smakelijk.

Dit recept is speciaal ontwikkeld voor Streekmolen door <http://www.totaalnatuurlijk.nl>