



Biefreepjes teriyaki

2 PERSONEN

25 minuten

DIT HEB JE NODIG

- 300 g biefreepjes
- ½ el maïzena
- 65 ml sojasaus
- 1 teentje knoflook (fijngehakt)
- ½ tl gemberwortel (geraspt)
- ½ tl sesamolie
- ½ mespuntje chilipoeder
- 1 el bruine basterdsuiker
- 150 g Chinese eiermie
- 250 g broccoli (in roosjes)
- 2 el arachideolie of wokolie
- ½ el sesamzaad

MATERIAAL: wok

ZO MAAK JE HET

1. Bestrooi de biefreepjes met de maïzena en schud even om.
2. Meng de sojasaus met de knoflook, gember, sesamolie, chilipoeder en basterdsuiker.
3. Kook de eiermie.
4. Kook de broccoli 3-4 minuten.
5. Verhit de olie in een wok en roerbak hierin het vlees in 2-3 minuten goudbruin.
6. Schep de saus door de biefreepjes.
7. Rooster het sesamzaad lichtbruin in een droge, hete koekenpan.
8. Bestrooi de biefreepjes met de sesam en serveer met de broccoli en mie.

TIP: Vervang de broccoli in dit recept door peultjes of sugarsnaps.

BRON: boodschappen.nl

