



Kimchi Fried rice met sesam-tofoe

Kimchi fried rice is een populair Koreaans rijstgerecht waarbij je gekookte, liefst afgekoelde, rijst opbakt met kimchi en smaakmakers zoals sojasaus, sesamololie en soms ei of groente. Superlekker omdat het hartig, lichtpittig en umami-rijk is. Je eet het als een doordeweekse maaltijd of snelle lunch.

2 PERSONEN

⌚ 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  125 g basmatirijst
-  160 g tofoe
-  3 el sojasaus
-  2 el sesamololie
-  35 g bloem
-  35 g zwart en wit sesamzaad, mix
-  1 ei
-  3 el rijstolie
-  75 g kimchi, uitgelekt, sap opgevangen, grof gehakt
-  1½ bosui, in dunne ringetjes
-  125 g taugé
-  1 blik mungbonen, uitlekgewicht 100 g, afgespoeld en uitgelekt

ZO MAAK JE HET:

Voorbereiding

1. Kook de basmatirijst met 400 ml water in ± 10 minuten gaar en droog.
2. Schep op een platte schaal en laat afkoelen tot gebruik.

Bereiding

3. Snijd intussen de tofoe overdwars in 4 gelijke plakken en snijd de plakken schuin doormidden, zodat je 8 driehoekjes hebt.
4. Klop in een brede platte schaal 4 el sojasaus met de sesamololie tot dressing en leg de tofoe erin.
5. Laat ± 5 minuten marineren, keer en laat nog ± 5 minuten marineren.
6. Breng intussen in een diep bord de bloem op smaak met peper en zout.
7. Doe het sesamzaad in een tweede diep bord.
8. Klop het ei los in een derde diep bord.
9. Neem de tofoe uit de marinade en voeg de marinade toe aan het losgeklopte ei.
10. Haal de tofoe-driehoekjes achtereenvolgens door de bloem, het eimengsel en het sesamzaad.
11. Verhit 2 el rijstolie in een koekenpan en bak de tofoe-driehoekjes in ± 8 minuten rondom goudbruin en knapperig.
12. Verhit 2 el rijstolie in een wok, voeg de rijst toe en roerbak ± 5 minuten.
13. Voeg de kimchi, de helft van de bosui en de taugé toe en roerbak ± 3 minuten.
14. Voeg de mungbonen toe en breng op smaak met 1 el sojasaus en naar smaak het vocht van de kimchi.
15. Bestrooi met de rest van de bosui en serveer met de knapperige sesam-tofoe.
16. Lekker met extra kimchi.

TIP: Voor kimchi fried rice gebruik je het liefst afgekoelde, droge rijst van de dag ervoor. Verse rijst bevat te veel vocht en kan papperig worden tijdens het bakken. Pandan rijst of basmatirijst werkt goed, zolang de korrels los blijven en goed kunnen bakken in de pan.

BRON: deliciousmagazine.nl

