



Groenten in kokosmelk - Sajoer lodeh

Sajoer Lodeh is een Indonesisch gerecht op basis van groenten en kokos. Soms zit er vlees, tempeh of tahoe in; er zijn oneindig veel verschillende recepten en bereidingsmethoden. Dit is een Nederlands-Indische variant.

2 personen

⌚ 25 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 ¼ spitskool
- 🍴 100 g winterpeen
- 🍴 100 g sperziebonen
- 🍴 1 middelgrote ui
- 🍴 1½ el zonnebloemolie
- 🍴 ¾ tl gemalen laos
- 🍴 1 el sambal oelek
- 🍴 1 el kokosbloesemsuiker
- 🍴 200 ml groentebouillon
- 🍴 100 g bloemkoolroosjes
- 🍴 50 g kokosroom

Materiaal: wok

Zo maak je het:

1. Verwijder de harde kern van de spitskool en snijd de kool in stukken van 3 cm.
2. Schil de winterpeen en snijd in dunne plakjes.
3. Maak de sperziebonen schoon maar laat het sierlijke puntje zitten.
4. Snijd de bonen in de breedte doormidden.
5. Snijd de uien in dunne halve ringen.
6. Verhit de olie in een wok of hapjespan op hoog vuur en bak de ui 3 minuten.
7. Voeg de laos, sambal en kokosbloesemsuiker toe en schep 1 minuut om.
8. Schenk de bouillon erbij en breng aan de kook.
9. Doe de wortel en bloemkool in de wok en kook 3 minuten.
10. Voeg de kokosroom, sperziebonen en kool toe en kook nog 3-4 minuten tot de groenten beetgaar zijn.
11. Breng op smaak met peper en eventueel zout.

TIP: -

BRON: ah.nl



Selamat makan