



Lekker, makkelijk en snel koken met Junion

Pitjil | Vlog #39

4 personen

Laat je kinderen meer groenten eten!

Ingrediënten:

Taugé, sperzieboontjes, sugar snaps, Chinese kool, 4 eieren. Pindakaas, sojasaus, oestersaus, komijn, oestersaus, tamarindesaus

Bereiding pindasaus:

Schep een paar lepels pindakaas in heet water. Breng het geheel net aan de kook. Breng de pindasaus op de juiste dikte door of water toe te voegen of nog een lepel pindakaas toe te voegen. Voeg een theelepel tamarinde, een theelepel komijn, ½ eetlepel oestersaus, 1 a 2 eetlepels soya toe. Je kunt het geheel wat pit geven door een puntje chilipoeder.

Kook je eieren gaar. Kook de sperzieboontjes en sugar snaps (zonder draad) in water met een beetje zout beetgaar. Daarna in koud water afspoelen zodat ze mooi van kleur blijven. Snij de Chinese kool zo dun mogelijk.

Maak het bord op met alle groenten inclusief de taugé en een gepeld eitje. Strooi rijkelijk pindasaus over je groenten.

Eet smakelijk.