Hoofdgerechten / China

Pannetje met tempeh en diepvrieserwten · China

Een hartige Studio-variatie met diepvrieserwten, tempeh en een kruidige afwerking, geïnspireerd op China.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 600 g tempeh
- ☐ 180 ml zoutarme groentebouillon
- ☐ 10 g fijn geraspte verse gember
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g diepvrieserwten
- ☐ 25 ml sojasaus
- ☐ 15 ml rijstazijn

Zo maak je het.

01 Maak de diepvrieserwten schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

02 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de diepvrieserwten toe en bak enkele minuten mee.

03 Voeg de bouillon toe en laat afgedekt 5 minuten zacht koken, tot de groenten gaar zijn.

04 Snijd de tempeh in blokjes en bak ze acht tot tien minuten, tot ze goudbruin en goed heet zijn.

05 Schep het gare hoofdingrediënt bij de groenten. Voeg sojasaus, fijn geraspte verse gember, rijstazijn toe, roer rustig door en proef voor het serveren. Serveer direct.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-cn-01-16-4f9883c