

NASI KOENING MET PAKSOI EN SPERZIEBONEN

2 personen / 514 kcal per portie

Ingrediënten:

- 150 gram gele rijst
- 150 gram verse sperziebonen
- 1 eetlepel olie
- 175 gram nasi/bami-vlees
- ½ struik paksoi
- 18½ gram mix voor nasi goreng (Conimex)
- peper en zout



Bereiding:

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Mix de groenten en kruiden met 50 ml kokend en laat dit 10 minuten wellen. Halveer ondertussen de sperziebonen en kook 4 minuten in water met wat zout. Giet af en spoel koud onder stromend water, zet apart. Snijd de paksoi in repen. Verhit de olie in een wok en bak het vlees in 4 minuten goudbruin en gaar. Voeg de sperziebonen en paksoi toe en bak al omscheppend 2 minuten mee. Voeg het geweldige groenten kruiden mix toe en schep om en bak 3 minuten mee. Schep de rijst erdoor en warm nog 1 minuut door. Breng verder op smaak met peper en zout.

Voedingswaarde per portie:

Energie:	514 kcal
Eiwit:	28,9 gram
Koolhydraten:	62,9 gram
- waarvan suikers:	1,6 gram
Vet:	14,5 gram
Vezels:	6,7 gram
Zout:	1,5 gram