

Rendang met peultjes



140 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	565 Kcal
Koolhydraten	17.4 g
Eiwitten	30.9 g
Vet	39.9 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 120-150 g rundvlees (ribblappen) in stukjes
- 100 ml kokosmelk
- 200 g peultjes
- ½ ui, gesnipperd
- ½ teentje knoflook, geperst
- 1 el olijfolie
- 1 laurierblaadje
- 1 cm verse gember
- 1 stengel citroengras, gekneusd
- Mespunt laos
- Mespunt sambal
- Mespunt komijn
- Mespunt korianderzaad
- Mespunt kurkuma
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Verhit de olie in een wok- of hapjespan. Bak de stukjes rundvlees kort aan. Voeg de ui, knoflook, sambal en de andere specerijen toe en bak circa 2 minuten zodat de smaken goed vrij komen. Voeg de kokosmelk, citroengras en de verse gember toe. Roer even goed door en laat circa 2 uur op laag vuur stoven. Stoom de peultjes in circa 5 minuten gaar. Verwijder het laurierblaadje, het citroengras, en de verse gember en breng de rendang op smaak met een beetje zout. Serveer met de peultjes.

TIP: VANWEGE DE LANGE BEREIDINGSTIJD KUN JE DE RENDANG VOOR MEERDERE DAGEN MAKEN EN INVRIEZEN. VERMENIGVULDIG DAN DE INGREDIËNTEN BIJVOORBEELD MET 4 (BEHALVE DE STENGEL CITROENGRAS EN HET LAURIERBLAADJE).