

Recept

Roerbak Broccoli

Benodigheden

- ✓ 2 struik Broccoli in hele kleine roosjes
- ✓ olijfolie
- ✓ 2 teentjes knoflook, in plakjes
- ✓ stukje gember van 4 cm, geschild
- ✓ 3 eetlepels
- ✓ sojasaus
- ✓ 1,5 eetlepel sesamolie
- ✓ +/- 1/2 limoen
- ✓ 3 eetlepels sesamzaadjes



Bereiding

Rooster de sesamzaadjes lichtbruin in een droge koekenpan, doe ze in een schaal. Doe 3 eetlepels olijfolie in een koekenpan, voeg de knoflook toe als de olie heet is. Bak ze een beetje maar pas op dat ze niet verbranden!! Dan worden ze namelijk bitter, voeg de mooie kleine broccoliroosjes toe en bak deze in +/- 4-5 min. lekker knapperig. Pak een schaal waar je ongeveer 2 eetlepels van de olie waar je net de knoflook in hebt gebakken in doet. Doe er de sojasaus in, en een eetlepel sesamolie. Maal de gember fijn in de keukenmachine, en roer er naar smaak wat van door het sojaputje. Knijp wat limoen erboven uit. Je moet zelf proeven of 'ie goed is. Te zuur? Meer sesamolie toevoegen. En misschien wat meer sojasaus. Doe de roergebakken broccoli in een mooie schaal, schep de dressing erover. Schep het met twee lepels door elkaar en doe als laatste de sesamzaadjes erover.

U kunt dit recept tevens vinden in de Vol Smaak flyer van week 41

EET SMAKELIJK!

