

VEGAN POKÉBOWL MET ZWARTE RIJST, GEROOSTERDE GROENTEN EN CITRUSVINAIGRETTE

INGREDIËNTEN

Zwarte rijst (Smiling Cook)

Bloemkool, Zoete aardappel, Courgette

Rode paprika, Edamame, Komkommer, Radijs

Wortel en Rode kool

Bosui

Limoen

Sesamolie

Sojasaus

Sesamzaad

Kiemgroenten



BEREIDING

Ontdooi de zwarte rijst volgens instructie en verdeel over een bowl.

Snijd de bloemkool, courgette, paprika en zoete aardappel in stukken.

Rooster de groenten in de oven met olie, zout en peper tot goudbruin.

Snijd de komkommer in linten en de radijs in dunne plakjes.

Rasp de wortel en snijd de rode kool fijn.

Meng limoensap, sesamolie en sojasaus tot een frisse citrusvinaigrette.

Verdeel de groenten, edamame en frisse componenten apart over de rijst.

Lepel de citrusvinaigrette over het gerecht.

Werk af met bosui, sesamzaad en kiemgroenten.