

Poké bowl uit de stoomoven



Velthuizen
KEUKENS

🕒 30 minuten

👥 4 personen



Stap 1 | Wat hebben we nodig?

150 gram sushi rijst
250 ml water
1 el mirin
halve tl zout
sperziebonen

wortels
2 eieren
gamba's of garnalen
2 el Kikkoman sojasaus
1 el rijstazijn

1 erwtje wasabi
2 el sesamolie
4 takjes koriander
2 el furikake

Stap 2 | In de stoomoven

Wij gebruiken een grote stoombak en twee kleine. De kleine stoombakken kan je gebruiken voor de rijst en de garnalen. Plaats de twee stoombakken op de grote, er is dan nog ruimte om de groente daarnaast te leggen. Zo kan alles tegelijk in de stoomoven, ideaal! Spoel de rijst in een zeef onder de kraan totdat het water dat eruit komt niet meer troebel is. Doe de rijst met het water in de stoombak en voeg het zout toe. Was en snijdt de groente en leg deze op de grote stoombak, de kleine stoombak met de garnalen ernaast. Klaar voor de stoomoven! Stel de oven in met 100% stomen op 100 graden. De rijst stoom je klaar in 20 minuten, de groenten en garnalen mag je er na 13 minuten uithalen. Dan hebben de groenten nog een lekkere bite. Gebruik je andere groenten? Bekijk dan onze stoomtabel voor groenten. Ondertussen maak de dressing en kook je de eieren.



Stap 3 | Garneren

Voeg zodra de rijst klaar is al roerend azijn en mirin toe. Verdeel de rijst over kommen, garneer met de groenten, garnalen en ei en besprenkel met de dressing. Tot slot bestrooi je de poké bowl met furikake en de koriander. Serveer samen met soyasaus en wasabi. Ook lekker met een beetje Japanse mayonaise.

