



## Apprenti van Anita Kooi In bier gebakken rijst met gemarineerde eendenborst-

<p><b>-Gebakken rijst-</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 100 gr jasmijn rijst</li><li>- een kwart winterpeen</li><li>- 1 sjalotje</li><li>- 1 bosui</li><li>- 1 teentje knoflook</li><li>- half rood pepertje</li><li>- 1 ei</li><li>- olijfolie</li></ul> <p><b>-Eendenborst-</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 50 ml sojasaus</li><li>- 50 ml honing</li><li>- 50 ml Chinees bier</li><li>- 1 teentje geraspte knoflook</li></ul> <p><b>-Saus-</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 100 ml kippenbouillon</li><li>- 20 ml Chinees bier</li><li>- paar druppels sesamolie</li><li>- snufje witte peper</li></ul> <p><b>-Gebakken ei-</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 4 x kievitsei</li><li>- zout</li><li>- olijfolie</li></ul> <p><b>-Garnering-</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 1 bosui</li><li>- 4 takjes koriander</li><li>- 4 reepjes komkommer</li><li>- witte wijnazijn</li><li>- halve theelepel suiker</li><li>- 4 bloemetjes</li><li>- 50 ml donkere sojasaus</li></ul>	<p>* De jasmijnrijst een dag eerder bereiden. * Marineer de eendenborst de avond ervoor in de genoemde ingrediënten, in een diepvieszakje. Vlees vooraf even afspoelen en droogdeppen.</p> <p>Snijd de groentes fijn. Verhit de olie in een wok. Voeg de groentes toe. Deze kort bakken. De groentes worden vervolgens naar de zijkant van de wok verplaatst. Voeg weer wat olie in de pan en bak hierin het ei 'scrambled'. Schuif het ei naar de zijkant van de wok. Wederom wat olie in de pan doen en de rijst toevoegen. De rijst vervolgens (in porties) mengen met de groentes en het ei.</p> <p>Haal de eendenborst een kwartier voor gebruik uit de koeling. Haal de eendenborst uit de marinade. Droogdeppen met keukenpapier. Kerf kruislings de huidkant in tot het vlees. Bak de eendenborst 5-7 min op de huidkant, in een hete droge koekenpan. Daarna 2-3 minuten op de vleeskant. vervolgens nog 1-2 minuten op de huidkant. Laat het vlees even rusten. Trancheer het vlees, voor het uitserveren, in dunne plakken.</p> <p>Meng de ingrediënten voor de saus. Wanneer de rijst, groentes en het ei zijn vermengd schenk je de saus via de rand van de wok rondom de rijst. Bak de rijst zodat alle saus goed is opgenomen.</p> <p>Gebruik een poffertjespan om de eitjes in te bakken. Doe wat olie in de pan. Bak de eitjes 'sunny side up' in de hete olie. Bestrooi met een klein beetje zout.</p> <p>Snijd de bosui in smalle ringetjes. Haal de blaadjes koriander van de takjes. Witte wijnazijn en suiker samenvoegen tot de suiker is gesmolten. Snijd 4 dunne plakjes komkommer met een fijnschiller. Laat deze marinieren in het zuur. Verwarm de sojasaus.</p>
---	--



Secretariaat: Postbus 1027, 7500 BA Enschede

# SOCIÉTÉ DES GOURMETS EURÉGONALE

	<b>Opmaak</b> .....
--	------------------------