Rijst met pittig gehakt

Diner



Rijst met pittig gehakt

Zin in een makkelijke, maar oh-zo-heerlijke maaltijd? Dan is deze rijst met pittig gehakt echt iets voor jou! Het is zo'n gerecht dat je keer op keer blijft maken, gewoon omdat het lekker, kruidig en ontzettend bevredigend is. De combinatie van gekruid gehakt met de zachte rijst en frisse groenten maakt dit recept een topper voor elk moment.

En hé, wil je eens wat anders? Dit pittige gehakt smaakt ook geweldig met pasta of zelfs in een wrap met wat knapperige sla! En vergeet die extra portie doperwtjes niet voor wat extra vitamines.

Tip!
Wil je het nóg smaakvoller maken? Voeg een scheutje van onze gembershot toe voor een extra pittige kick!

Probeer ook eens: Onze kipkerriesaus met bloemkoolrijst – een heerlijk alternatief!

ingrediënten

Voor 4 personen - 40 min

400 gr Zilvervliesrijst

300 gr Mager rundergehakt

1 Grote ui, fijn gesnipperd

2 teentjes Knoflook, uitgeperst

1 Rode peper, in stukjes zonder de pitjes

2 cm Verse gember, of een klein scheutje van onze gembershot

2 el Peterselie, fijn gesneden

1 tl Paprikapoeder

1 ½ tl Kurkuma

1 ½ tl Komijn

Milde olijfolie

1 Rode paprika, in stukjes

1 Grote prei, in dunne ringen

100 ml Water voor het bouillon

½ blokje Runderbouillon

150 gr Tomato frito

½ tl Cayennepeper

Voor de garnering (optioneel) Een steel lente-ui in dunne ringetjes of wat extra verse peterselie

bereidingswijze

1. Pak een ruime kom en meng het gehakt met de gesnipperde ui, geperste knoflook, rode peper, peterselie, paprikapoeder, gember, kurkuma, komijn en 1 eetlepel olijfolie. Goed mengen, en laat het minimaal 20 minuten intrekken. Dit zorgt ervoor dat alle smaken heerlijk samenkomen!

2. Kook de zilvervliesrijst volgens de instructies op de verpakking.

3. Verhit wat olijfolie in een wok of koekenpan en rul hierin het gemarineerde gehakt. Voeg daarna de paprika en prei toe en bak het geheel mee tot de groente lekker zacht is.

4. Los het halve bouillonblokje op in 100 ml warm water en giet dit bij het gehaktmengsel. Laat het geheel zo’n 13-15 minuten sudderen op middelhoog vuur, zodat alle smaken goed intrekken. Voeg daarna de tomato frito en de cayennepeper toe en roer goed door.

5. Schep de rijst op de borden en verdeel het pittige gehaktmengsel eroverheen. Garneer met wat fijngesneden lente-ui of extra peterselie. Voor wat extra groente serveer je er een portie verse doperwten bij.

6. Smullen maar!

Extra groente? Serveer met een portie verse doperwten