Spitskool Schotel

Voor 2-3 dagen | Bereidingstijd: 45 minuten



◀ spitskool met verse pepers (i.p.v. sambal)

Ingrediënten

- 1 kleine spitskool (± 750 gram)
- 150 gram uien
- 75 gram rijst (1 builtje rijst)
- 2 of 3 tenen knoflook
- 2 tl sambal
- 4 el neutrale olie
- 2 frikandellen

Bereiding

Fruit de gesneden of gesnipperde uien in de olie tot ze beginnen te kleuren.
Terwijl de uitjes fruiten de spitskool klein snijden (stronk weggooien).
Wanneer de uitjes voldoende gefruit zijn eerst de knoflook (in flinterdunne plakjes gesneden) even mee laten bakken en dan de sambal toevoegen en goed doorroeren.
Vervolgens in stappen de spitskool toevoegen en steeds omscheppen zodat alle spitskool met de olie in aanraking komt. Met de deksel op de pan de spitskool op matig vuur minimaal 20 minuten laten smoren. Af en toe omscheppen.

Kook terwijl de spitskool smoort de rijst (witte of zilvervlies) volgens de aanwijzingen op de verpakking. Daarna de rijst afgieten en 5 minuten met de deksel op de pan laten staan. Bereid tegelijkertijd de frikandellen (airfryer of oven) volgens het voorschrift op de verpakking.

Om er één schotel van te maken:
Snij de frikandellen eerst in plakken, en snij de plakjes vervolgens in 4 kwarten. Voeg eerst het vlees en daarna de rijst toe aan de pan met spitskool en roer het geheel goed door elkaar. Laat de rijst nog even goed meebakken.

En Klaar is Kees

Variatie

Je kan natuurlijk ook de eerste dag de spitskool, rijst en het vlees apart serveren, en pas daarna van wat er over blijft een eenpansschotel te maken.

Geverifieerd op 20 oktober 2026