



Meesterlijk Bami Goreng: Een Stap-voor-Stap Gids

Een klassieker met gebraden kippenbout, verse groenten en de perfecte woktechniek.

Based on the recipe by Appetijt

Het Plan



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Bereidingstijd

~45 minuten



Smaakprofiel

Hartig, Pittig, Vers

De Missie:

We werken in drie stromen: de kip braden (traag), de groenten snijden (precies) en de bami wokken (snel).

Mise en Place: De Ingrediënten

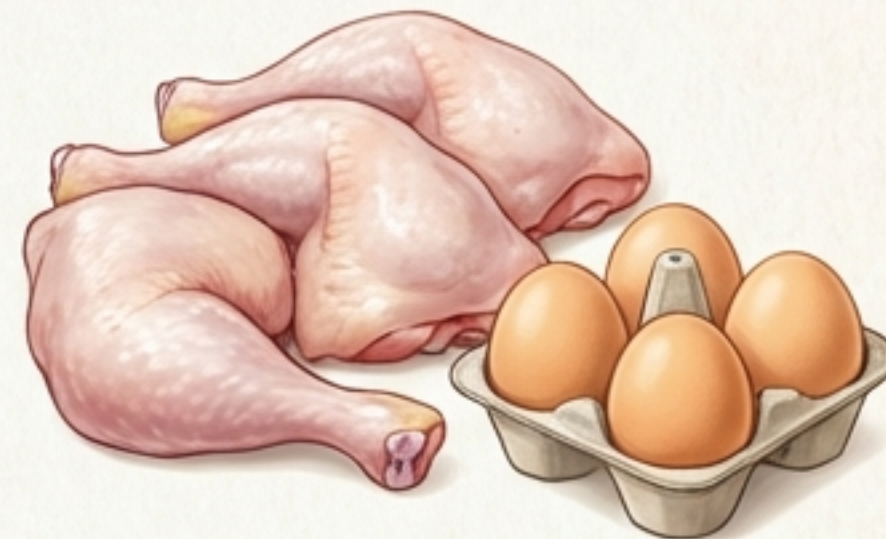
De Voorraadkast

500g Mie
0,5 dl Arachideolie
1 tl Javaanse sambal
Scheutje sojasaus
Klontje boter
Zout en peper



Proteïne

4 Kippenbouten
4 Eieren



Vers & Groen

1 Ui & 2 teentjes Knoflook
1 Wortel
1/4 Spitskool
1 Rode peper & 1 Puntpaprika



De Afwerking

Handvol Taugé
3 Lente-ui
Vers bosje Koriander



Het Gereedschap



Braadpan

Essentieel voor het langzaam garen van de kip.



Kookpot

Voor de mie.



Wok

Moet goed heet kunnen worden.



Keukenmachine (Optioneel)

Let op! Kan gebruikt worden voor het snijden.

PRO-TIP: Gebruik je een keukenmachine? Let op dat je de groenten niet te fijn snijdt. We willen 'beetgaar', geen puree.

Stroom 1: De Kippenbouten

1. Droogdeppen met keukenpapier. Kruiden met zout en peper.
2. Verhit een klontje boter in de braadpan. Kleur de bouten aan beide zijden mooi goudbruin.
3. Zet het vuur zacht, doe het deksel op de pan en laat garen.



Stroom 2: Snijtechniek & Voorbereiding

De Basis Groenten

Snijd de volgende ingrediënten niet al te klein:

- Ui
- Wortel
- Knoflook
- Spitskool
- Puntpaprika
- Rode peper (verwijder zaadjes).



De Garnering

Soy Sauce Brown Lato

Snijd de lente-ui in fijne ringen.

Hak de koriander grof.



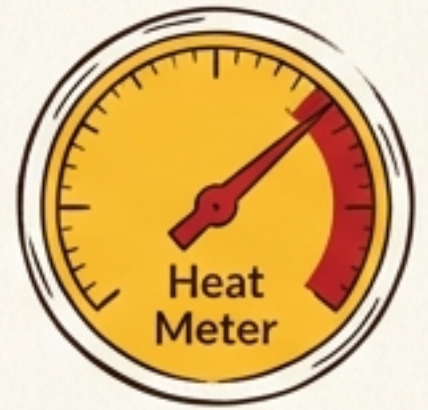
Stroom 3: De Mie



1. Breng een pan met licht gezouten water aan de kook.
2. Kook de mie volgens de instructies op de verpakking.
3. Giet af en zet apart.

*Timing is alles!
Zorg dat dit
klaarstaat voordat
je de wok verhit.*

Wokken: De Basis



Hete Wok

1. Verhit de arachideolie in de wok.
Zorg dat de wok goed heet is.
2. Voeg de gesneden groentemix toe
(ui, wortel, knoflook, peper,
spitskool, paprika).
3. Techniek: Bakken en omschudden.
4. Doel: Ga door tot de groenten
'beetgaar' zijn. Ze moeten nog een
'bite' hebben.



Wokken: Smaak & Samenvoegen

1. Voeg 1 theelepel Javaanse sambal en een scheutje sojasaus toe aan de groenten.



2. Voeg de uitgelekte mie toe aan de wok.



3. Houd het vuur hoog. Blijf omscheppen zodat de smaken en de mie goed mengen.



Wokken: De 'Crunch'

Dit is de allerlaatste stap.

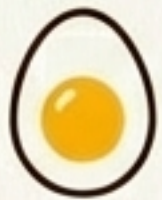
1. Voeg nu de handvol taugé en de ringetjes lente-ui toe.
2. We voegen dit pas op het einde toe om de versheid en knapperigheid te bewaren.
3. Zet het vuur uit.



De Kroon: Spiegeleieren



1. Bak de 4 eieren in een koekenpan met een klontje boter.



2. Maak er mooie spiegeleieren van (hele dooier).

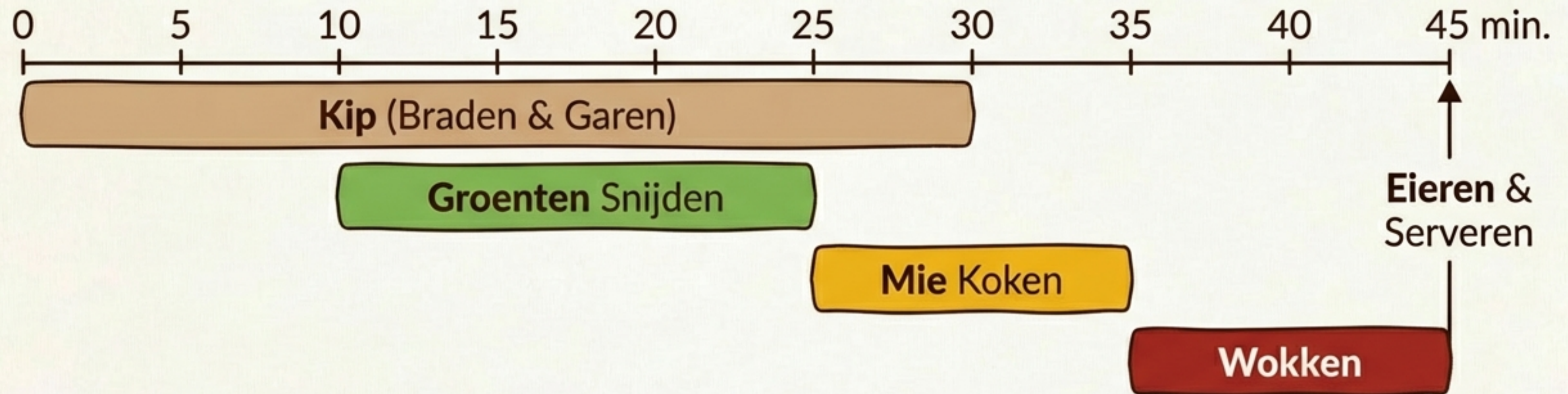


Opdiene

1. Schep de Bami Goreng op het bord.
2. Plaats de kippenbout ernaast (of bovenop).
3. Leg het spiegelei voorzichtig op de bami.
4. Werk af met de koriander en eventueel zout/peper.



Samenvatting: De Tijdlijn



Eet smakelijk!