

<https://www.aspergecentrum.nl/>

Lentewok met groene asperges



Groen



Hoofdgerecht



4 Personen



Minder dan 30 minuten

Ingredienten

450 gram rijst

2 bosuien

sojasaus

4 porties verse groene asperges

1 limoen (in partjes)

olie of boter om in te wokken

600 gram peultjes

peper en zout

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar. Snijd of breek het houtachtige uiteinde van de asperges af en snijd vervolgens in drie stukken. Verhit in een wok de olie en fruit de ui. Voeg de asperges toe en bak 2 minuten al omscheppend. Schep er de peultjes door en bak de groenten in nog 3 tot 4 minuten knapperig gaar. Schep de ringetjes bosui erdoor en breng op smaak met sojasaus en peper. Schep de rijst in vier kommen, verdeel de groenten erover en serveer met een partje limoen.