

Boodschappenlijstje van kookavond 12-11-2025

Samengesteld door: Bram Jacobs

Dit boodschappenlijstje is bedoeld voor **8 personen**. Indien u voor meer of minder personen kookt, kunt u zelf de aantallen op de stippellijntjes aanpassen.

Gyoza

Gyoza:

- 50 g mie
- 4 eetl. kimchi
- 10 g bieslook
- 2 tenen knoflook
- 4 cm gember
- 1 theel. lichte sojasaus
- 2 theel. sesamolie
- 1 eetl. sesamolie op te bakken
- 200 g kipgehakt
- peper
- zout
- 20 gyozalvellen (diepvries ontdooit)
- 2 takjes koriander
- 50 ml dumplingsaus
- 1 eetl. chrispy chiliolie

Dumplingsaus:

- 4 eetl. Sojasaus
- 2 eetl. zwarte rijstazijn
- 2 eetl. mirin
- 2 theel. chrispy chilie olie
- 1 theel. sesamolie
- 1 theel. gehakte knoflook
- 1 theel. gehakte gember
- 1 theel. suiker

Miso-soep

Soep:

- 8 eieren
- 4 teentjes knoflook
- 150 g shintakes
- 400 g Chinese kool
- 2,4 liter groentebouillon
- 300 g gepelde jonge sojabonen (edamame)
- 6 eetl. witte misopasta

..... 160 g babyspinazie

Gefrituurde tofoe:

..... 600 g stevige tofoe

..... 6 eetl. aardappelzetmeel of maizena

..... 2 theel. versgemalen zwarte peper

..... 2 theel. zout

..... 1 theel. vijfkruidenpoeder

..... neutrale olie om in te bakken/frituren

Voor het serveren:

..... geroosterd sesamzaad

..... chilipeper in dunne plakjes, zaad verwijderd

Zalm, Teriyaki groenten en Yakitori spiezen

Zalm en Teriyaki groenten:

..... 1400 g groene asperges

..... 1000 g bimi

..... 4 rode ui

..... 1200 g zalm zonder huid

..... zonnebloemolie

..... 4 tenen knoflook

..... 20 sprietten bieslook

..... 16 eetl. teriyakisaus

..... 8 eetl. geroosterd sesamzaad

Yakitori spiezen:

..... 1 kg kippendijfilet

..... 2 eetl. kippenboillonpoeder

..... 4 bosuitjes

..... zonnebloemolie

..... 12 eetl. teriyakisaus

..... 2 eetl. geroosterd sesamzaad

..... sateprikkers

Nashipeer crumble en bôle ies

..... 4 Nashi peren

..... Sap en rasp van 1 sinaasappel

..... 2 eetl. bruine suiker

..... 1 theel. kaneel

..... 240 g tarwebloem

..... 70 g haver(mout)vlokken

..... 160 g ongezouten roomboter

..... 70 g kristalsuiker

..... 70 g bruine suiker
..... 1 theel. kaneel
..... 1 theel. nootmuskaat
..... 1 theel. gember
..... snufje zout