



## Mandu (Koreaanse dumplings)

Fijne deegzakjes gevuld met varkensgehakt, tofu en groenten. Gestoomd of krokant gebakken, altijd met een lekkere dipsaus.

|               |            |          |                                   |
|---------------|------------|----------|-----------------------------------|
| VOORBEREIDING | BEREIDEN   | PORTIES  | CATEGORIE                         |
| <b>45'</b>    | <b>15'</b> | <b>4</b> | <b>Voorgerechten &amp; hapjes</b> |

### Ingrediënten

30 dumplingvelletjes  
300 gr varkensgehakt  
150 gr stevige tofu (fijngeprakt)  
100 gr Chinese kool (fijngesneden)  
3 lente-uitjes (fijn)  
2 teentjes knoflook (geperst)  
2 el sojasaus  
1 el sesamololie

1 ei  
2 el zonnebloemolie  
voor de dip: 3 el sojasaus  
1 el rijstazijn  
1 kl sesamzaadjes

## Bereidingswijze

---

1. Knijp het vocht uit de kool en de tofu. Meng met het gehakt, de lente-ui, knoflook, sojasaus, sesamololie en het ei.
2. Leg een lepeltje vulling in het midden van elk velletje.
3. Bevochtig de rand met water, vouw dubbel en druk goed dicht tot een halvemaan. Plooi de rand mooi.
4. Stoom de mandu 8 à 10 minuten, of bak ze in wat olie 3 minuten per kant tot goudbruin.
5. Voor gebakken-gestoomde mandu: bak de onderkant krokant, giet een scheutje water in de pan en dek af tot het water verdampt is.
6. Meng de dip en serveer de mandu warm.

---

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)