**Mongolian beef of chicken uit de slowcooker**

Nodig:

800/900 gram runderriblappen of kipdijfilet

60 gram maïzena

2 theelepels olie

3 teentjes knoflook geperst

theelepel gemberpoeder of gemberpasta

theelepel sambal

150 ml sojasaus of ketjap manis

75 ml warm water

150 gram bruine suiker

2 senseo kopjes vol met geraspte wortel

Bereiding:

Snijd het vlees in blokjes en roer de maïzena er doorheen. Doe de olie, knoflook, gember, sambal, water, bruine suiker in de crockpot en roer het goed door elkaar. Doe

dan het vlees erbij, roer het nog goed door en dan het deksel erop. Zet de slowcooker aan voor respectievelijk rundvlees (starten op high!) of kip. Houd in de gaten wanneer het vlees zacht begint te worden. Ca 1 uur voor het einde roer je de geraspte wortel erdoor. Als het nog wat te dun is, binden met wat aangemaakte maïzena en nog tien minuutjes op high met het deksel eraf. Opdienen met rijst, en strooi nog wat sesamzaadjes en lente ui overheen. Eventueel met wat ei en kroepoek en sambal serveren. Eet smakelijk!