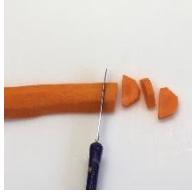


# Foe Yong hai

## Wat heb je nodig

1 winterwortel  
1 prei  
5 grote champignons  
4 eieren  
75 gram taugé  
2 eetlepels melk

Tomatensaus:  
1 blik tomatenblokjes  
2 theelepels gembersiroop  
2 eetlepels chilisaus



Was de taugé en laat ze uitlekken.  
Snijd de uiteinden van de wortel af en schil de wortel.  
Snijd de wortel in de lengte doormidden.  
Snijd beide helften in dunne plakjes.



Snijd de uiteinden van de prei en snijd de prei in de lengte doormidden.  
Was de prei goed en snijd de prei in ringen.  
Maak de champignons schoon.  
Snijd de steeltjes eraf en snijd de champignons in plakjes.



Breek de eieren in een kopje en doe ze in een mengbeker.  
Doe de melk erbij.  
Klop met een garde alles goed door elkaar.



Doe de tomatenblokjes in een pan.  
Doe de chilisaus en de gembersiroop erbij en roer het door elkaar.  
Zet de pan op de kookplaat, op de laagste stand.  
Laat het zachtjes warm worden, regelmatig roeren.



Doe olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.  
Laat de olie warm worden op de middelste stand.  
Doe de wortel en de prei in de hapjespan.  
Bak het 10 minuten op de laagste stand, af en toe omscheppen.



Doe de champignons erbij en roer het door elkaar.  
Doe de taugé erbij.  
Bak al omscheppend 2 minuten.



Schenk het losgeklopte ei erbij en bak dit nog 10 minuten.  
Schep het ei om met de spatel, zodat het gelijkmatig gebakken is.  
Serveer de foe yong hai met de warme saus.  
Dit is lekker met bloemrijst en een groene slade.