



Noedels met zelfgemaakte pindasaus

Met groenten en spiegelei



CABRIZ TINTO

De pindasaus uit dit gerecht mag worden ondersteund door een wat vollere wijn. De Cabriz Tinto uit Portugal heeft tevens een tikje kruidigheid in zich dat er perfect bij past.



Verse gember



Knoflookteen



Pindakaas



Kerriepoeder



Sojasaus



Noedels



Groentemix *



Vrije-uitloopei *



Totaal: 20-25 min.



Veggie



Gemakkelijk



Eet binnen 5 dagen

Dit recept is geïnspireerd op het Indonesische gerecht gado gado: allerlei groenten overgoten met warme pindasaus. Vandaag maak je het gerecht met noedels en als kers op de taart komt er een gebakken ei bovenop. Lekker makkelijk en zo op tafel, ideaal voor doordeweekse dagen.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, fijne rasp, steelpan, vergiet en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **noedels met zelfgemaakte pindasaus**.



1 SNIJDEN

Kook 600 ml water per persoon in een pan met deksel voor de noedels. Schil de **gember** en snijd of rasp de **gember** fijn. Pers of snijd de **knoflook** fijn.



2 FRUITEN

Verhit de helft van de zonnebloemolie in een steelpan en fruit de **gember** en **knoflook** 1 – 2 minuten op middelmatig vuur.



3 PINDASAUUS MAKEN

Voeg de **pindakaas**, het **kerriepoeder**, de helft van de **sojasaus** en de honing, ketjap, sambal, wittewijnazijn en 1½ el water per persoon toe aan de steelpan. Roer goed door tot een egale saus. Houd de pan op laag vuur warm tot serveren. Voeg eventueel nog wat extra water toe om de saus vloeibaarder te maken.



4 NOEDELN KOKEN

Kook de **noedels** met de **groentemix** in de pan met deksel, afgedekt, in 2 – 3 minuten gaar. Giet af en laat goed uitlekken in een vergiet.



5 SPIEGELEI BAKKEN

Verhit ondertussen de overige zonnebloemolie in een koekenpan en bak een **spiegelei** per persoon. Breng op smaak met peper en zout.



6 SERVEREN

Meng de **noedels** en **groenten** met de helft van de **pindasaus**. Breng naar wens op smaak met de overige **sojasaus**. Verdeel de **noedels** met de **groenten** over de borden. Serveer met het **spiegelei** en de overige **pindasaus**.

★ TIP

Houd je van extra pit? Voeg dan per persoon 1 theelepel sambal toe aan de pindasaus.

★ TIP

Dit gerecht is ook lekker met rijst in plaats van noedels. Kook deze bij stap 1 en volg verder de rest van de stappen.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Verse gember (cm)	1	2	3	4	5	6
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Pindakaas (cupje 5) 15) 20) 21) 22)	1	2	3	4	5	6
Kerriepoeder (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Sojasaus (ml 1) 6)	5	10	15	20	25	30
Noedels (g 1)	70	140	200	270	340	400
Groentemix (g 23) *	200	400	600	800	1000	1200
Vrije-uitlooperi (st) 3) *	1	2	3	4	5	6
Zonnebloemolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Honing* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Ketjap* (tl)	1	2	3	4	5	6
Sambal* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Wittewijnazijn* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

* Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	2623 / 627	516 / 123
Vet totaal (g)	28	6
Waarvan verzadigd (g)	5,4	1,1
Koolhydraten (g)	68	13
Waarvan suikers (g)	11,8	2,3
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	22	4
Zout (g)	2,0	0,4

ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 5) Pinda's 6) Soja

Kan sporen bevatten van: 15) Gluten 20) Soja 21) Melk/lactose

22) Noten 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.



Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl

www.hellofresh.be

WEEK 45 | 2017

