



WIJNBOX

La Vieille Ferme blanc

We kiezen voor een wijn met een volzachte smaak, rijp fruit en kracht. Dat komt goed van pas bij dit smaakvolle Aziatische gerecht.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 48
2016



Een culinaire vraag tijdens het koken?

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Noedels met kastanjechampignons, Chinese kool en kokos

Met frisse koriander en pinda's

Deze heerlijke Oosterse noedels zijn zowel zoet als pittig. Door de kokosrasp krijgt het gerecht een zoetere smaak. De rode peper en gember zorgen voor een pittige tegenhanger!



25-30 min



gemakkelijk



eet binnen
3 dagen



vegetarisch



pittig

bewaar in de koelkast



Verse gember



Rode peper



Kastanjechampignons



Chinese kool



Verse koriander



Rode ui



Noedels



Sojasaus



Pinda's



Kokosrasp

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode ui	½	1	1½	2	2½	3
Verse gember (cm)	1	2	3	4	5	6
Rode peper	¼	½	¾	1	1¼	1½
Kastanjechampignons (g)	100	200	300	400	500	600
Chinese kool (g)	150	300	450	500	650	800
Noedels (g) 1)	65	130	200	265	330	400
Sojasaus (ml) 1) 6) 19)	10	20	30	40	50	60
Pinda's (g) 5) 22)	25	50	75	100	125	150
Verse koriander (takjes) 23)	2	3	4	5	6	7
Kokosrasp (g) 19) 22)	5	10	15	20	25	30
Roomboter (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Bruine suiker (tl)*	1	2	3	4	5	6
Witte wijnazijn (tl)*	1	2	2	3	3	4
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 5) Pinda's 6) Soja
Kan sporen bevatten van
19) pinda's, 22) noten en
23) selderij.

Benodigheden

Pan met deksel, wok of
hapjespan met deksel

Voedingswaarden 577 kcal | 20 g eiwit | 68 g koolhydraten | 23 g vet, waarvan 9 g verzadigd | 11 g vezels



1 Kook 500 ml water per persoon in een pan met deksel voor de noedels.



2 Snipper de rode ui. Schil de gember, verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd beide fijn. Snijd de kastanjechampignons in kwarten en snijd de Chinese kool in reepjes.

3 Breek de noedels boven de pan en kook de noedels, afgedekt, 3 minuten op middelhoog vuur. Giet daarna af en spoel af onder koud water.

4 Verhit ondertussen de roomboter in een wok of hapjespan met deksel en roerbak de rode ui, gember en rode peper 2 minuten op middelmatig vuur. Voeg de kastanjechampignons en de Chinese kool toe en roerbak 5 - 6 minuten op hoog vuur. Voeg halverwege de sojasaus, bruine suiker en witte wijnazijn toe.



5 Hak ondertussen de pinda's en de koriander grof.

6 Voeg het grootste deel van de kokosrasp en de helft van de pinda's toe aan de groenten. Voeg daarna de noedels toe, breng op smaak met peper en zout en bak nog 1 minuut op middelhoog vuur.

7 Verdeel het gerecht over de borden en garneer met koriander, overige pinda's en de rest van de kokosrasp.



Tip! Wil je geurige pinda's en kokos om te garneren? Bak deze dan samen enkele minuten in een droge koekenpan. Voeg eventueel extra chinese kool toe. Deze groente slinkt nog erg bij verwarmen.