



Pittige garnalen met misosaus

met gebakken aubergine en sobanoedels



ca. 25min



2 personen

Uitgeput na een lange dag, en snel iets op tafel? Wat dacht je van sobanoedels in een fijne misosaus met gebakken aubergine en gember? Nog even de prei en de garnalen roerbakken, en je kunt aan tafel. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 1 aubergine
- 1 stukje verse gember
- 300g sobanoedels ¹
- 1 zakje misopasta ^{1,6}
- 1x garnalen ²
- 25ml sambal oelek

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- middelgrote kookpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), schaaldieren (2), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 640kcal, vet 14.5g,
koolhydraten 96.2g, eiwit 30.5g



1. Groenten snijden

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in ringen van 3-4cm. Snijd de **aubergine** in blokjes. Schil de **gember** en rasp fijn.



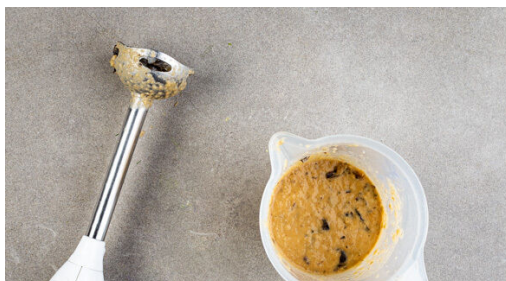
2. Aubergine bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie en bak de **aubergine** en de **gember** met een snuf zout 5-6min. Schep uit de pan en zet opzij. Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor ca. **2/3e van de noedels**.



3. Prei bakken

Verhit dezelfde koekenpan op middelhoog vuur met 1tl plantaardige olie en roerbak de **prei** met een snuf zout 4-5min, tot het zacht en her en der gebruind is. Schep de **prei** uit de pan en zet opzij. Bewaar de pan.



4. Saus maken

Doe de **helft van de aubergine**, de **gember**, de **misopasta**, 100ml water en 2tl lichte azijn in een hoge (maat)beker en pureer tot een gladde **sous**. Breng op smaak met zout.



5. Garnalen garen

Spoel de **garnalen** in een zeef met koud water en dep droog met wat keukenpapier. Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 1tl plantaardige olie en bak de **garnalen** 1-2min aan elke kant, tot ze roze en gaar zijn. Voeg de **prei** toe en neem de pan van het vuur. Roer de **sambal oelek** er door.



6. Noedels koken

Doe ca. **2/3e van de noedels** in het kokende water en kook ze in ca. 4min beetgaar. Giet af in een zeef en **spoel goed om met koud water**, laat uitlekken en doe terug in de pan. Meng de **noedels** met de **sous**. Serveer de **noedels** met de **garnalen**, **prei** en de **rest van de aubergine**.