

DINNERLY



Udon met zoete aardappel en groenten met gebakken



ca. 25min



2 personen

Deze udonnoedels zijn wat je noemt een klassieke win-win situatie: ze staan redelijk snel op tafel, zijn vullend en smaken gewoon fantastisch. Dit is onder meer te danken aan de combinatie van sojasaus en een kruidige gembersaus die zich om de dikke, malse noedels wikkelt. Je mengt er nog goudbruine zoete aardappelblokjes en knapperige groenten door en je maakt het af met knapperige gebakken uitjes. Zo heerlijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 400g verse udonnoedels ¹
- 1 zoete aardappel
- 400g Chinese roerbakgroenten
- 1 zakje gember woksau ^{1,6,11,12}
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje gebakken uitjes ¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- dunschiller
- maatbeker
- zeef

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

ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 779kcal, vet 26.8g, koolhydraten 117.6g, eiwit 16.7g



1. Gemüse schneiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Pel en snijd **1 teen knoflook** in dunne plakjes. Schil de **zoete aardappel** en snijd 'em in blokjes van ca. 2cm.



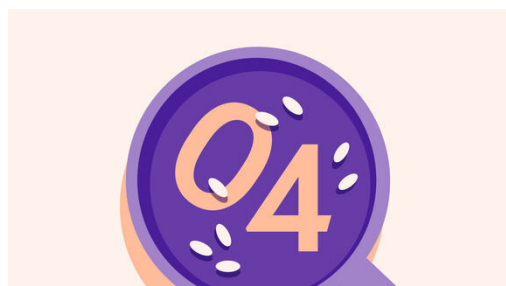
2. Nudeln kochen

Doe de **noedels** in het kokende water en kook ze in 2-3min beetgaar. Roer tussendoor goed om zodat de **noedels** niet aan elkaar vast blijven plakken. Giet af in een zeef en spoel om met koud water.



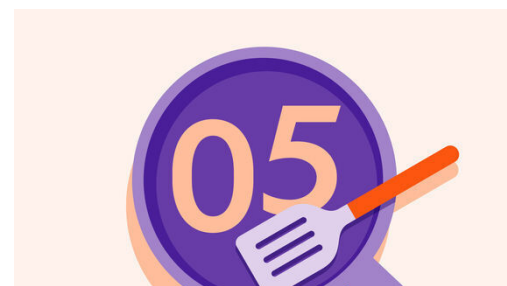
3. Süßkartoffeln garen

Verhit een grote koekenpan of wok op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie en bak de **zoete aardappel** in 3-5min goudbruin. Schenk er voorzichtig 50ml water bij en laat de **zoete aardappels** 2-3min garen, tot het water is verdampt en de **zoete aardappel** zacht is maar nog wel bite heeft.



4. Gemüse zufügen

Voeg de **groentemix** en 2el plantaardige olie toe aan de koekenpan en roerbak nog 3-5min. Breng op smaak met 1/2tl zout en een snuf peper. Zet het vuur lager, voeg de **knoflook** toe en bak nog ca. 30s.



5. Fertigstellen & servieren

Voeg de **noedels** met de **gember woksau**, de **sojasaus** en 1el azijn toe aan de **groentepan** en meng goed. Proef en breng op smaak met zout en peper. Verdeel de **noedels** over borden en bestrooi met de **gebakken uitjes**.



6. Essigsorten

Niet alle azijnsoorten zijn hetzelfde, maar om gerechten op smaak te brengen iedereen waarschijnlijk zijn favoriet. Of het nu witte wijnazijn, appelazijn of tafelazijn is, ze zijn allemaal even geschikt voor de meeste Dinnerly recepten - maar als je dit recept een authentieke draai wilt geven raden wij je aan om rijstwijnazijn te gebruiken.