



Udonnoedels met paprika en ei

en pindapesto met verse kruiden en miso



ca. 25min



2 personen

In Japan zijn udon-noedels erg populair, vooral als comfortfood. Wanneer je de noedels met knapperige paprika, champignons en een zachtgekookt ei serveert in de aromatische pesto van verse koriander en Thaise basilicum, miso, chili en pinda's wordt de ophef over deze noedels echt duidelijk. Probeer het maar!

Wat je van ons krijgt

- 400g verse udonnoedels ¹
- 250g champignons
- 1 paprika
- 2 biologische eieren ³
- 1 onbehandelde limoen
- 1 Thaise chilipeper
- 10g verse Thaise basilicum
- 10g verse koriander
- 25g misopasta ^{1,6}
- 25g gezouten pinda's ⁵
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 1 zakje sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- schuimspaan
- zeef

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

Kooktip

Kook de eieren 2min langer als je ze hardgekookt wilt.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 770kcal, vet 40.5g, koolhydraten 79.8g, eiwit 24.9g



1. Groente snijden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Borstel de **champignons** evt. schoon en snijd ze in plakjes. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes.



2. Noedels en eieren koken

Doe de **noedels** in het kokende water en kook ze in 2-3min beetgaar. Roer ze af en toe om zodat ze niet aan elkaar blijven plakken. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, schep de **noedels** met een schuimspaan in een zeef, spoel om met koud water en zet opzij. Breng het water opnieuw aan de kook. Voeg de **eieren** toe, kook ze in ca. 6min zacht en laat dan schrikken met koud water.



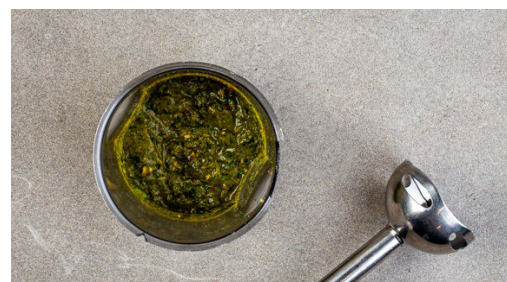
3. Groente bakken

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **champignons** en de **paprika** met een snuf zout in 5-7min zacht.



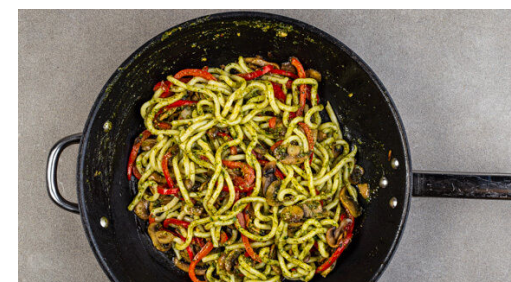
4. Pesto voorbereiden

Pel ondertussen de **eieren** en snijd de **limoen** in 4 partjes. Snijd de **chilipeper** in dunne ringen. Gebruik de **helft van de chilipeper** als je het minder pittig wilt. Pluk de **Thaise basilicumblaadjes**.



5. Pesto maken

Doe de **Thaise basilicumblaadjes**, de **chiliringen** en de **koriander incl. steeltjes** samen met de **misopasta**, de **pinda's**, de **sesamolie** en 2el plantaardige olie in een hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer zo glad mogelijk. Voeg **1-2tl kookwater** toe als de **pesto** te dik is. Voor meer textuur kun je wat **pinda's** intact houden.



6. Noedels mengen

Voeg de **noedels** toe aan de **groentepan** en knijp er **1-2 limoenpartjes** over uit. Meng alles goed. Neem de pan van het vuur en roer de **pesto** er door, voeg evt. **1-2el kookwater** toe. Breng de **noedels** naar wens op smaak met **limoensap**, zout en peper. Halveer de **eieren** en serveer ze bovenop de **noedels**. Bestrooi met de **sesam**.