

# MARLEY SPOON



**<650kcal: Koreaanse udonnoedels met ei**  
en knapperige groente



ca. 25min



2 personen

Dit is er eentje voor de smaakpapillen! Stevige udonnoedels met verse paksoi, paprika en bosui plus een gekookt eitje. Je brengt het gerecht op smaak met gochujang - een pittige zoet-zuur gefermenteerde pasta die de basis vormt voor veel Koreaanse gerechten - en sesamolie.

## Wat je van ons krijgt

- 2 biologische eieren <sup>3</sup>
- 1 paksoi
- 1 paprika
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 400g verse udonnoedels <sup>1</sup>
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 25g Koreaanse chilipasta <sup>1,6</sup>
- 1 zakje sesamolie <sup>11</sup>
- 1 zakje sesam <sup>11</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- 2el boter <sup>7</sup>
- zout

## Kookgerei

- kleine kookpan
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

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

### Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 613kcal, vet 23.3g, koolhydraten 82.7g, eiwit 19.8g



### 1. Groente snijden

Breng in een kleine kookpan voldoende water aan de kook voor de **eieren**. Snijd de **bladeren van de paksoi** grof en snijd de **stronk** in reepjes. Verwijder de zaadlijsten en snijd de **paprika** ook in reepjes. Snijd de **bosui** in dunne schuine ringen. Pel de **knoflook** en snijd in dunne plakjes.



### 4. Groente bakken

Verhit een grote koekenpan met 1el boter op middelhoog vuur. Bak de **witte delen van de paksoi** en de **paprikareepjes** in ca. 4min zacht. Meng de **helft van het bouillonpoeder** met 50ml heet water.



### 2. Eieren koken

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Leg de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ca. 6min voor een **zachte dooier**. Kook 2min langer voor een **hardere dooier**. Giet de **eieren** af, laat schrikken met koud water en pel ze.



### 5. Saus maken

Voeg de **Koreaanse chilipasta** en de **knoflook** toe aan de pan en roerbak 2-3min. Blus af met de **groentebouillon** en voeg de **paksoibladeren** toe. Laat zachtjes koken tot de **saus** ingedikt is en de **blaadjes** geslonken zijn.



### 3. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook in 2-3min beetgaar, roer af en toe door zodat de **noedels** niet aan elkaar vastplakken. Giet af in een vergiet en laat schrikken met koud water.



### 6. Noedels mengen

Voeg de **noedels** en **3/4 van de bosui** toe aan de **saus** en roer 1el boter erdoor. Besprenkel de **noedels** met de **sesamolie** en breng op smaak met zout. Verdeel de **noedels** over borden. Halveer de **eieren** en serveer ze op de **noedels**. Bestrooi met de **rest van de bosui** en de **sesam**.