



Indonesische groentespiesjes

met satésaus en noedels



30-40min



2 personen

Satésaus kun je bijna niet meer wegdenken uit de Nederlandse keuken. Deze van pinda's gemaakte saus komt oorspronkelijk uit Indonesië en kun je heel makkelijk zelf maken. Vandaag maak je de lekkere, volle saus van sojasaus, pindakaas en zoete chilisaus. Je serveert de saus met lichte noedels en groentespiesjes van courgette, paprika en champignons. Eroverheen frisse koriander. Op z'n Indonesisch: Selamat makan!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 2 zakjes zoete chilisaus
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje Chinese 5-kruidenmix
- 2 zakjes pindakaas ⁵
- 1 courgette
- 1x champignons
- 1 rode paprika
- 1 pakje rijstglasnoedels
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout

Kookgerei

- grote kookpan
- oven met grillfunctie
- bakplaat met bakpapier
- maatbeker
- kleine kookpan
- 6 satéprikkers
- vergiet

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

Kooktip

Je kunt de rijstglasnoedels voor het serveren met 2el pindasaus en evt. wat opgevangen kookwater mengen voor een extra sauzig laagje.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 635kcal, vet 17.1g, koolhydraten 93.0g, eiwit 21.6g



1. Saus maken

Verwarm de oven voor op 210°C (zet evt. de grill aan). Leg 6 satéprikkers in een kom lauwwarm water, dit voorkomt splinteren later. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Meng de **knoflook** met de **chilisaus**, **sojasaus**, **Chinese 5-kruidenmix**, **pindakaas** en 3el water. Roer tot er een gladde **sau**s ontstaat.



4. Spiesjes maken

Rijg de **groenten** om en om aan de satéprikkers en leg ze op een bakplaat met bakpapier. Rooster 12-15min in de oven tot de **groenten** gaar en goudbruin zijn.



2. Groenten snijden

Snijd de **courgette** in dikke schijven. Boen de **champignons** schoon en snijd ze doormidden. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in stukken.



5. Rijstnoedels koken

Breng ruim gezouten water in een grote kookpan aan de kook. Voeg de **rijstglasnoedels** toe en kook ze in 7-8min beetgaar. Giet de **noedels** af. Pluk de **korianderblaadjes** en doe de steeltjes weg.



3. Groenten mengen

Meng de **groenten** met **2/3e van de pindachilisaus**.



6. Pindasaus maken

Doe de **rest van de saus** met 100ml water in een kleine kookpan en breng al roerend aan de kook. Laat 2-3min zachtjes pruttelen. Schep de **noedels** op en serveer de **spiesjes** erbovenop (**zie tip, links**). Besprenkel met de **pindasaus** en bestrooi met de **koriander**.