



Char siu van procureur

op een snelle noedelroerbak



ca. 25min



2 personen

Voor dit gerecht gaan we een Kantoneze grillmethode leren. Alhoewel we het niet boven open vuur doen, vinden we dat deze makkelijke thuis-variant net zo lekker is. Op het menu: gegrild varkensvlees, gemarineerd in Koreaanse chilipasta en Chinese 5-spice kruiden en noedels met veel verse groenten.

Wat je van ons krijgt

- 300g udonnoedels ¹
- 1 zakje Koreaanse chilipasta ^{1,6}
- 1 zakje Chinese vijfkruidenmix
- 2 procureurlappen
- 1 komkommer
- 1 teen knoflook
- 250g verse nasigroenten
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 25ml sambal oelek

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grillpan
- grote koekenpan
- bakkwast
- zeef of vergiet

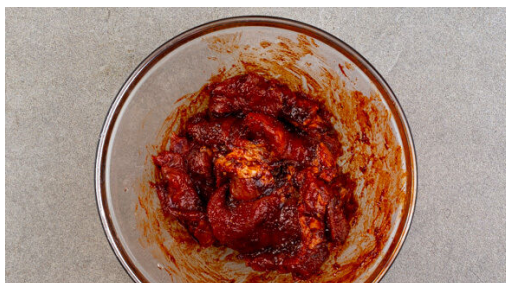
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

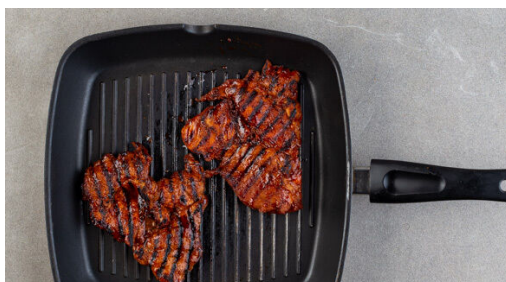
Voedingswaarde per portie

calorieën 728kcal, vet 27.9g,
koolhydraten 82.0g, eiwit 38.4g



1. Vlees marineren

Breng genoeg gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Meng de **chilipasta** met de **helft van de vijfkruidenmix**, een flinke snuf zout en 1/2tl honing. Dep het **vlees** droog en wrijf het in met de **marinade**. Zet opzij.



4. Vlees braden

Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur met 1tl plantaardige olie. Gril het **vlees** 6-8min per kant tot het gaar is en mooie strepen heeft.



2. Noedels koken

Voeg de **helft van de noedels** (of meer bij grote trek aan het kokende water toe en kook ze in ca. 4min beetgaar. Giet af en spoel om met koud water.



5. Knoflook fruiten

Verhit een wok of grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olie en bak de **knoflook** 20-30sec.



3. Komkommer snijden

Snijd de **komkommer** in schuine plakjes. Pel en hak de **knoflook** fijn.



6. Roerbak afmaken

Voeg de **groentemix** en een flinke snuf zout toe en roerbak ca. 4min. Voeg de **noedels** toe en bak al omscheppend ca. 2min. Voeg de **sojasaus** en 1el azijn toe en bak nog 1min. Proef of je nog peper of zout wil toevoegen en neem de pan van het vuur. Snijd het **vlees** in plakken en serveer met de **komkommer** bovenop de **noedelroerbak**. Geef de **sambal** erbij.