



Maleisische wok met rundvlees, eiernoedels en geurige sambal oelek



20-30min



2 personen

Sambal bij? Ja, en snel graag, want deze woksotel met runderreepjes en knapperige Chinese koolreepjes bevat alle exotische ingrediënten die perfect met de pittige saus samengaan. In de basisvariant worden verse Spaanse pepers met een snufje zout gemalen. Het scheutje azijn zorgt ervoor dat de saus tot aan de keukentafel tiptop in orde blijft.

Wat je van ons krijgt

- wortel
- knoflook
- eiermie ^{1,3}
- runderreepjes
- sambal oelek
- hoisinsaus ^{1,6,11}
- limoen
- Mrs Wong's Rice Spice Mix, Sonnentor ¹⁰
- Chinese koolreepjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- koekenpan of wok
- kookpan met deksel
- keukenrasp
- zeef

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), mosterd (10), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 760kcal, vet 24.5g, koolhydraten 87.1g, eiwit 42.1g



1. Ingrediënten voorbereiden

Pel en rasp de **knoflook** fijn, of gebruik een knoflookpers. Schil evt. de **wortel** en rasp fijn of snijd in luciferstaafjes. Rasp de **limoenschil** fijn. Halveer de **limoen**, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



4. Groenten bakken

Verhit de pan opnieuw op hoog vuur en voeg 1-2el plantaardige olie toe. Bak de **knoflook** met de **helft van de rice spice mix** in 30sec goudbruin. Voeg dan de **wortel**, **1tl limoenrasp** en **Chinese koolreepjes** toe en bak 1min. Blus af met de **hoisinsaus** en **helft van de sambal oelek**. Voeg evt. meer **sambal** en **spice mix** toe. Zet het vuur laag.



2. Noedels garen

Breng een grote kookpan met ruim gezouten water aan de kook. Voeg **3/4 van de eiernoedels** toe zodra het water kookt en kook op laag vuur in 5-6min gaar. Vang tijdens het afgieten **1 kop kookwater** op en meng de **noedels** met een scheutje plantaardige olie. Gebruik bij grote trek **alle noedels**.



5. Noedels toevoegen

Voeg de **gekookte noedels** beetje bij beetje aan de **roerbak** toe en warm in 1min op. Voeg dan scheutjes **kookwater** toe totdat de **noedels** beginnen te glanzen en breng de roerbak op smaak met **limoensap**, zout en peper.



3. Vlees bakken

Verhit 1tl plantaardige olie in een grote koekenpan of wok en bak de **runderreepjes** in 2-3min stevig aan. Neem ze uit de pan en zet op een bord warm opzij.



6. Serveren

Meng tot slot de **roerbak** met het **vlees** en serveer met de **limoenpartjes** om erover uit te knijpen en evt. **sambal oelek**.