

Vlugge Koreaanse biefreepjes

in een roerbak met udonnoedels



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- biefreepjes
- rode ui
- honing
- broccoli
- Chili bean soy paste ^{1,6}
- verse koriander
- sojasaus ^{1,6}
- champignonplakjes
- udonnoedels ¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- grote koekenpan of wok
- vergiet
- waterkoker

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

Allergenen

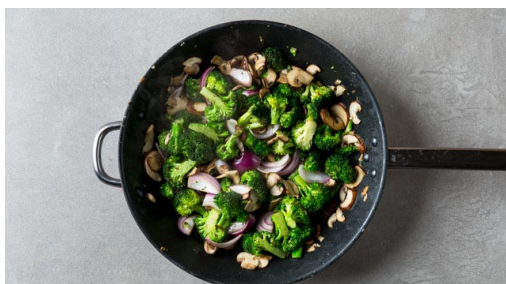
gluten (1), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Biefreepjes bakken

Breng water in een waterkoker aan de kook. Verhit 1el plantaardige olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur. Voeg de **biefreepjes** toe zodra de olie heet is en bak 2-3min om het **vlees** dicht te schroeien. Neem uit de pan en zet opzij.



4. Groenten wokken

Verhit de gebruikte koekenpan opnieuw op middelhoog tot hoog vuur en voeg 1el plantaardige olie, de **broccolirosjes** en **champignonplakjes** toe. Bak 4-5min tot de **champignons** bruin beginnen te kleuren. Zet het vuur middellaag, voeg de **ui** toe en bak al roerend 2-3min.



2. Ingrediënten voorbereiden

Halveer, pel en snijd intussen de **ui** in 1cm brede ringen. Neem de **champignonplakjes** uit de verpakking. Snijd 2-3cm grote **broccolirosjes** van de stam.



5. Saus maken

Meng intussen de **chilibonenpasta** (gebruik de helft voor een minder sterke smaak) met de **honing**, **sojasaus** en 3-4el water. Breng de **sous** op smaak met peper. Hak de **koriander** grof.



3. Noedels garen

Doe de **udonnoedels** in een hittebestendige kom en overgiet met het zojuist gekookte water. Laat 2-3min staan totdat de **noedels** van elkaar loslaten, giet af en zet opzij.



6. Noedels toevoegen

Voeg de geweldige **udonnoedels** beetje bij beetje aan de groentepan toe en giet de **sous** erbij. Roerbak 1-2min totdat de **noedels** met een mooi laagje bedekt zijn en de **sous** voor bijna de helft is ingedikt. Voeg de **biefreepjes** opnieuw toe en warm in ca. 1min op. Breng op smaak met peper en evt. zout. Schep de **roerbak** op en bestrooi met de **koriander**.