



V1: noedelroerbak met kip

met paksoi, wortel en citroengras-chilisaus



ca. 25min



2 personen

Wokken is een van oorsprong Chinese kooktechniek waarbij diverse ingrediënten in heel hete olie knapperig worden gebakken. Je marineert de kip voor het wokken eerst in een pittige citroengras-chilisaus. Daarna bak je de kipstukjes op hoog vuur aan en maak je het gerecht af met wortel, paksoi en rode ui. Warm in de laatste minuten de noedels op en hup, aan tafel!

Wat je van ons krijgt

- 250g noedels ¹
- 1 teen knoflook
- 2 kippendijfilets
- 140ml citroengras-chilisaus
- 1 rode ui
- 1x babypaksoi
- 2 wortels

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- keukenrasp
- zeef

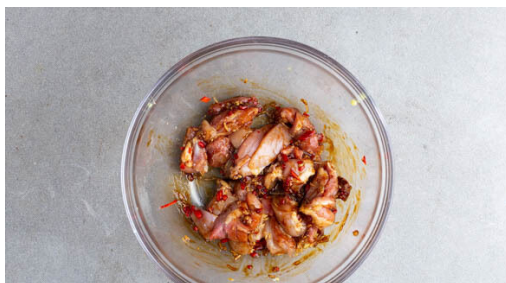
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

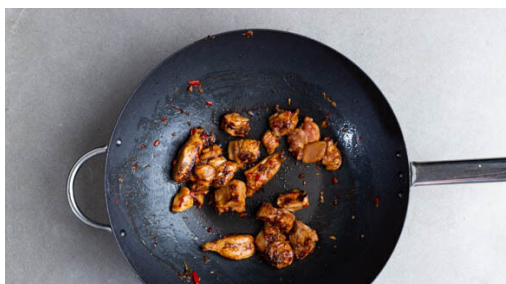
Voedingswaarde per portie

calorieën 912kcal, vet 29.4g,
koolhydraten 126.3g, eiwit 33.4g



1. Kip marineren

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Pel de **knoflook** en rasp of hak fijn. Dep de **kip** droog, snijd in stukjes en meng met de **knoflook** en **2el citroengras-chilisaus**.



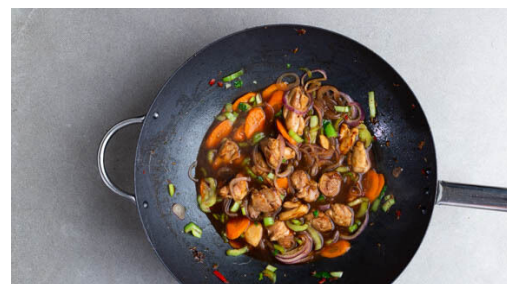
4. Kip bakken

Verhit een grote koekenpan of wok met 1el plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak de **kip** in 2-3min rondom goudbruin. Schep de **kip** uit de pan en veeg de pan schoon.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en snijd de **ui** in dunne ringen. Snijd het **wit van de paksoi** in dunne repen, hak de **bladeren** grof. Schil of schrob de **wortel** en snijd 'm in dunne plakjes.



5. Groenten wokken

Verhit 1el plantaardige olie in de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **ui**, het **wit van de paksoi** en de **wortel** ca. 5min tot de **groenten** zachter zijn. Voeg dan de **kip**, de **rest van de citroengras-chilisaus**, een **scheutje kookwater** en een snuf peper, zout en suiker toe. Roerbak nog 1-2min tot de **kip** gaar is.



3. Noedels koken

Doe de **noedels** in het kokende water en kook ze in 3-5min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, giet de **noedels** af in een zeef en spoel ze om met koud water.



6. Noedels toevoegen

Voeg de **noedels** met de **rest van de paksoi** aan de pan toe, roer door en voeg zo nodig **extra kookwater** toe. Proef of je nog zout wil toevoegen en dien op.