



V2: Slabootjes met biologisch rundergehakt

met glasnoedels en pinda's



30-40min



2 personen

Ben je op zoek naar een sensationele smaakbelevens die tegelijk verfijnd is? Dan zit je met deze royaal gevulde schuitjes van slabladeren helemaal goed! Het biologische rundergehakt wordt rul gebakken en vervolgens met hoisinsaus afgeblust. De sambal oelek geeft het gehakt een lekker pittige toets. Afgetopt met crunchy rauwkost en pinda's zijn jouw bootjes een bijzondere traktatie!

Wat je van ons krijgt

- 100g glasnoedels
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 2 kroppen babyromanasla
- 1 wortel
- 10g verse koriander
- 250g biologisch rundergehakt
- 50ml hoisinsaus ^{1,6,11}
- 25ml sambal oelek
- 50g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- kleine kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 801kcal, vet 41.9g, koolhydraten 69.0g, eiwit 33.1g



1. Ui snijden

Breng genoeg licht gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een kleine kookpan. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Pel en snijd de **knoflook** fijn.



2. Salade voorbereiden

Verwijder de stronk en haal de **slablaadjes** van elkaar los. Spoel de **bladeren** goed af met koud water en dep droog met wat keukenpapier. Snijd de **kleinste slablaadjes** in dunne reepjes.



3. Glasnoedels garen

Voeg de **noedels** toe zodra het water kookt en neem de pan van het vuur. Laat de **noedels** 3-5min garen. Giet af, laat schrikken met koud water en laat uitlekken. **Tip:** knip de **noedels** evt. 1-2 keer door met een schone schaar om de verdere verwerking makkelijker te maken.



4. Wortel raspen

Schil of schrob de **wortel** en rasp grof. Hak de **koriander incl. steeltjes** grof.



5. Gehakt rul bakken

Verhit een middelgrote koekenpan of wok met 1el plantaardige olie op hoog vuur. Voeg het **gehakt** en de **knoflook** toe en bak in 3-4min bruin en rul. Voeg de **hoisinsaus** toe en breng het **gehakt** verder op smaak met **sambal naar wens** en peper en zout. Laat het geheel nog 2-3min sudderen en schep dan het **gehakt** uit de pan. Bewaar het **braadvocht**.



6. Noedels kruiden

Schep de **noedels** om in de pan met **braadsappen** en proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Vul de **slablaadjes** met de **noedels**, **wortel**, **gesneden sla**, **ui** en het **gehakt**. Bestrooi de **slabootjes** met de **koriander** en de **pinda's**.