



Varkensgehaktballetjes met teriyakisaus

op noedels met wortels en paksoi



30-40min



2 personen

In Azië zijn ze - net als wij - dol op gehakt. Maar waar wij het liefst rundergehakt of half-om-half gebruiken, kookt men in Azië graag met varkensgehakt. Daar draaien we dit keer smeùge balletjes van, die we op smaak brengen met teriyaki. Erbij een smakelijke noedelroerbak met lekker veel groenten.

Wat je van ons krijgt

- 25g paneermeel ¹
- 1 paksoi
- 1 wortel
- 1 bosui
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 250g noedels ¹
- 250g varkensgehakt
- 50ml teriyakisaus ^{1,6}
- 50ml zoete chilisaus

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef

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.

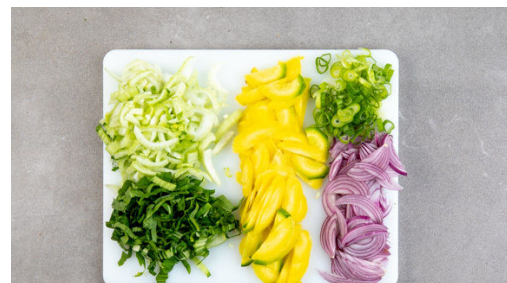
Voedingswaarde per portie

calorieën 1018kcal, vet 31.3g, koolhydraten 141.2g, eiwit 45.6g



1. Paneermeel weken

Meng het **paneermeel** met 2el water en laat weken.



2. Groenten snijden

Snijd het **wit** en het **groen** van de **paksoi** apart van elkaar in dunne reepjes. Schil of schrob de **wortel**, snijd in de lengte doormidden en dan in dunne schuine plakjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne reepjes. Pel en snijd de **knoflook** fijn.



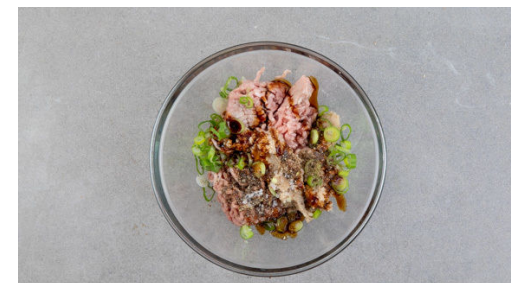
4. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook in 3-5min beetgaar. Giet af en spoel om met koud water.



5. Gehaktballen braden

Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie op middelhoog vuur. Braad de **gehaktballetjes** in ca. 5min rondom gaar. Schep op een bord en zet de pan terug op het vuur.



3. Gehaktballen draaien

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Meng het **gehakt** met het **paneermeel**, de **helft van de bosui**, de **helft van de teriyakisaus** en een snuf peper en zout. Kneed goed en draai **10-12 gehaktballetjes**.



6. Afmaken & serveren

Voeg 1el olie toe en bak de **wortel**, **ui** en **knoflook** 1-2min. Bak de **witte paksoi** 2min mee. Voeg de **rest van de teriyakisaus**, de **zoete chilisaus** en 125ml water toe en laat sudderen tot de **groenten** gaar zijn. Kruid met peper en zout, voeg de **groene paksoi** en de **noedels** toe en meng goed. Serveer de **noedels** met de **gehaktballen** en met de **rest van de bosui**.