



Supersnel V1: Koreaanse carbonara met kip

met kaas en sesam



ca. 20min



2 personen

Koreaanse kipcarbonara is misschien wel het gerecht waarmee we de grenzen van fusionkoken het verst proberen op te rekken. Maar geloof ons, deze is absoluut het proberen waard. Je maakt een fijne roerbak met kipdijfilets, Koreaanse chilipasta, noedels en lekker veel boter. Daarna meng je alles met een mengsel van eigeel en geraspte kaas en klaar ben je!

Wat je van ons krijgt

- 400g verse udonnoedels ¹
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 3 kippendijfilets
- 450g verse groentemix
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 25g Koreaanse chilipasta ^{1,6}
- 1 bosui
- 1 zakje sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- 1 ei ³
- 3el boter ⁷
- zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- 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), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 919kcal, vet 44.3g, koolhydraten 93.7g, eiwit 36.3g



1. Saus voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Rasp de **kaas** fijn. Breek voorzichtig 1 ei en scheid het eiwit van het eigeel. Meng in een grote kom het eigeel met de **kaas** tot een pasta. Het eiwit heb je niet nodig.



4. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook ze in 2-3min beetgaar. Roer af en toe om, zodat de **noedels** niet aan elkaar blijven plakken. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Schep **100ml kookwater** uit de pan, giet de **noedels** af en spoel ze om met koud water.



2. Vlees aanbraden

Dep het **vlees** droog en snijd in stukjes. Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Braad het **vlees** in ca. 2min per kant aan en bestrooi met een flinke snuf zout.



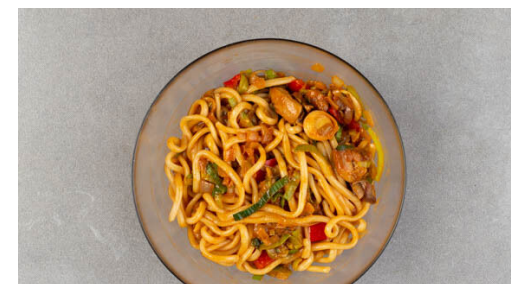
5. Noedels mengen

Voeg de **noedels** en **75ml kookwater** toe aan de koekenpan en zet 'm terug op hoog vuur. Bak ca. 1min, voorzichtig omscheppend, tot alles gemengd is.



3. Groente meebakken

Voeg de **groentemix** met een flinke snuf zout toe en roerbak ca. 3min. Voeg de **sojasaus**, de **helft van de chilipasta** en 3el boter toe en bak ca. 1min tot het **vlees** gaar is en de boter gesmolten. Neem de pan van het vuur.



6. Saus afmaken

Stort de **roerbak** in de kom met het **eigeelmengsel** en roer kort en snel door, tot er een **romige saus** ontstaat. Voeg evt. **meer kookwater** toe om de **saus** mooi te binden. Verdeel de **noedelroerbak** over kommen en bestrooi met de **sesam** en de **bosui**.