



V: Indonesische biologische sambalkip

met verse groente en pindasaus



ca. 25min



2 personen

Vandaag is de Indonesische keuken de ster van de show. Zelfgemaakte pindasaus, lekkere groente en malse biologische kipstukjes gemarineerd in sambal oelek. En je serveert deze kleurrijke smaakexplosie op glasnoedels. Het is zo gemaakt, maar pas op: het is ook zó weg.

Wat je van ons krijgt

- 100g glasnoedels
- 1x biologische kipstukjes
- 25ml sambal oelek
- 1 onbehandelde limoen
- 1 zakje pindakaas⁵
- 25ml sojasaus^{1,6}
- 1 groene paprika
- 1 bosui
- 25g gezouten pinda's⁵
- 250g verse nasigroente

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- honing of suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- 2 kleine kookpannen
- grote koekenpan
- maatbeker
- citrusspers
- zeef

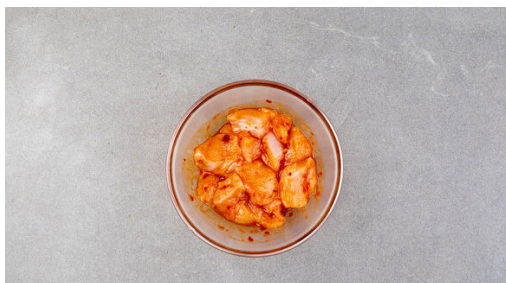
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 736kcal, vet 31.9g, koolhydraten 70.5g, eiwit 42.3g



1. Vlees marineren

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een kleine kookpan. Dep het **vlees** droog met keukenpapier. Meng deze met de **helft van de sambal**, een snuf zout en 1el plantaardige olie. Zet even opzij.



2. Noedels garen

Doe de **droge noedels** in een pan of kom. Giet heet water bij de **noedels** tot ze bedekt zijn en laat 3-5min garen. Schep een kopje **noedelwater** uit de pan en hou apart. Spoel de **noedels** dan in een zeef af met koud water en laat uitlekken. **Tip:** om het bereiden makkelijker te maken kun je de **noedels** nu 1 of 2 keer doorknippen met een schone schaar.



3. Saus maken

Pers de **limoen** uit. Verhit een kleine kookpan met 1el plantaardige olie. Voeg het **limoensap**, de **pindakaas**, **1el sojasaus**, de **rest van de sambal**, 1el honing of suiker en 100ml water toe. Verwarm al roerend op middelhoog vuur en laat 1-2min borrelen, tot de **sous** glad en ingedikt is. Neem de pan van het vuur. Voeg een dunnere **sous** een beetje **noedelwater** toe.



4. Vlees braden

Verhit een grote, droge koekenpan (of wok) op middelhoog vuur. Voeg het **vlees** met de **marinade** toe en roerbak 6-7min tot het gaar is. Schep uit de pan en houd warm.



5. Groente snijden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het vruchtvlees in dunne reepjes. Hak het **wit** van de **bosui** fijn en snijd het **groen** in dunne ringen. Hak de **pinda's** grof.



6. Groente bakken

Verhit de vleespan op hoog vuur en bak de **witte bosui** 30sec. Voeg de **paprika**, de **groentemix** en een snuf zout toe en roerbak 2-3min. Schep de **noedels** en **sous** door de **groente**, voeg evt. een **scheutje kookwater** toe om de **sous** te binden. Schep de **roerbak** op en verdeel het **vlees** erover. Bestrooi met de **pinda's** en de **groene bosui**.