



Chinese volkoren noedels met varkensgehakt

en roerbakgroenten met paksoi



ca. 20min



2 personen

Wist je dat tahini niet alleen populair is in Midden-Oosterse landen, maar ook in China? Daar geeft het met name noedelgerechten een milde, nootachtige smaak en een flinke portie romigheid. Vandaag voegen we er varkensgehakt gebakken in gember aan toe, malse prei en knapperige paksoi. Afgemaakt met een smaakbom in de vorm van knoflook, chili, citroen, venkelzaad en hoisinsaus.

Wat je van ons krijgt

- 1x babypaksoi
- 1 bosui
- 1 stukje verse gember
- 1 Thaise chilipeper
- 1 onbehandelde citroen
- 1 teen knoflook
- 25g tahin ²
- 50ml hoisinsaus ^{1,2,3}
- 1 zakje venkelzaad
- 250 biologische volkoren mie ¹
- 250g varkensgehakt
- 250g verse nasigroente

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- keukenrasp
- citrusspers
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), sesamzaad (2), soja (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 957kcal, vet 31.3g, koolhydraten 116.7g, eiwit 46.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwijder de stronk van de **babypaksoi** en haal de bladeren uit elkaar. Snijd het **wit** en het **groen** van de **bosui** apart van elkaar in dunne ringen. Schil de **gember** en rasp of hak fijn. Verwijder de zaadlijsten en hak de **chilipeper** fijn. Rasp de **helft van de citroenschil** fijn, pers **1 citroenhelft** uit en snijd de **andere helft** in parten.



4. Noedels & paksoi garen

Voeg de **noedels** toe zodra het water kookt en kook ze in ca. 4min beetgaar. Voeg na ca. 2min de **paksoi** toe en blancheer minstens 3min mee.



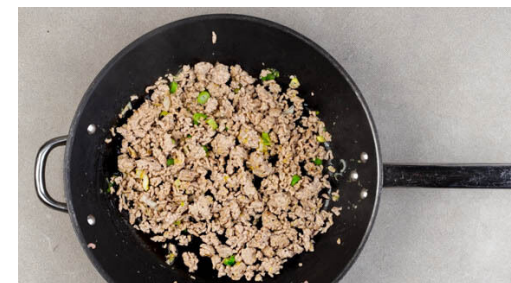
2. Saus maken

Schil de **knoflook** en hak heel fijn. Meng een **saus** van de **tahin** met 3el water, het **citroensap**, de **citroenrasp**, de **helft van de hoisinsaus**, de **helft van de chilipeper**, de **knoflook**, de **helft van het venkelzaad**, 1tl (versgemalen) peper en een flinke snuf zout en suiker. Proef en voeg evt. **meer hoisin** of **chilipeper** toe.



5. Groenten wokken

Voeg intussen de **nasigroenten** toe aan de wok, draai het vuur hoog en roerbak 3-4min. Voeg de **saus** toe en roerbak tot alles goed gemengd is.



3. Gehakt rul bakken

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Verhit een grote koekenpan of wok met 1el plantaardige olie op medium tot hoog vuur. Voeg het **gehakt**, de **witte bosui**, de **gember**, ½tl zout en een snuf peper toe en bak 3-4min, tot het **gehakt** bruin en rul is.



6. Noedels toevoegen

Schep **1 kopje kookwater** uit de pan en giet de **noedels en paksoi** af. Spoel om met koud water. Voeg toe aan de wok en meng goed. Voeg wat **kookwater** toe om de **saus** te binden. Serveer de **roerbak** met de **citroenpartjes** en bestrooi met de **groene bosui**.