



Koreaanse noedels met bio-rundergehakt

met gochujang en misopasta



ca. 25min



2 personen

Als je van umami houdt, zit je goed met dit bordje noedels. Je combineert gochujang - pittige gefermenteerde chilipasta uit Korea - met Japanse misopasta, champignons en hartig biologisch rundergehakt. En je maakt deze umamibom af met verse bosui.

Wat je van ons krijgt

- 225g udonnoedels ¹
- 250g kastanjechampignons
- 1 teen knoflook
- 2 tomaten
- 250g biologisch rundergehakt
- 25g Koreaanse chilipasta ^{1,3}
- 25g misopasta ^{1,3}
- 1 bosui
- 1 zakje sesamololie ²

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan of wok
- zeef

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 945kcal, vet 40.6g, koolhydraten 102.9g, eiwit 43.5g



1. Champignons snijden

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Borstel evt. de **champignons** en snijd ze doormidden (de grotere in kwarten).



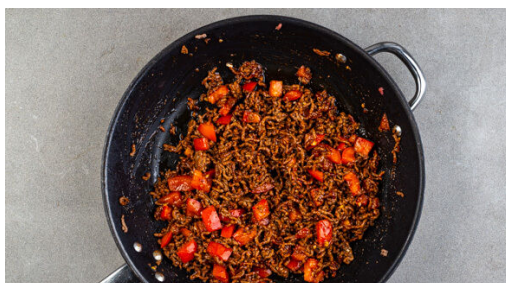
2. Champignons bakken

Verhit een middelgrote koekenpan of wok op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **champignons** in 3-4min goudbruin. Pel de **knoflook** en snijd fijn. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snijd in kleine blokjes. Neem de **champignons** uit de pan en zet opzij. De pan gebruiken we zo weer.



3. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook ze in 5-6min beetgaar. Spoel ze in een vergiet af met koud water en laat uitlekken.



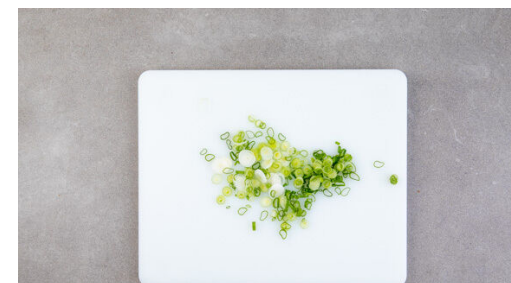
4. Gehakt bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak het **gehakt** in 4-6min rul en breek het met een spatel in kleinere stukjes. Voeg de **chilipasta**, **misopasta** en **tomaat** toe en bak 30sec-1min. Voeg de **knoflook** toe en bak ca. 30sec mee.



5. Noedels mengen

Breng het **gehakt** op smaak met een ½tl zout en een flinke snuf peper. Voeg de **champignons** en de **noedels** toe. Proef en breng evt. verder op smaak met peper en zout.



6. Afmaken en serveren

Snijd de **bosui** in dunne ringen. Verdeel de **noedels** met het **gehakt** en de **champignons** over borden. Bedruppel met de **sesamololie**, bestrooi met de **bosui** en serveer.