



Vietnamese kipstukjes met citroengras

en tamarinde-groentewok op glasnoedels



ca. 25min



2 personen

De Vietnamese keuken staat bekend om lichte gerechten, die toch barsten van de smaak. Dat komt voornamelijk door het gebruik van veel verse kruiden en smaakmakers zoals citroengras, vissaus en tamarinde. Deze roerbak is lekker pittig dankzij de verse rode peper en staat in een handomdraai op tafel.

Wat je van ons krijgt

- 1 stengel citroengras
- 2 tenen knoflook
- 1 verse chilipeper
- 1 kipfilet
- 1 prei
- 1 rode paprika
- 1 wortel
- 1 zakje tamarindepasta
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 100g glasnoedels
- 10g verse koriander
- 1 limoen

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- grote koekenpan of wok met deksel
- kleine kookpan
- staafmixer met beker
- zeef

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

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 633kcal, vet 22.3g, koolhydraten 70.1g, eiwit 33.9g



1. Kip marineren

Hak de **onderste 3cm van het citroengras** fijn, bewaar de **rest**. Pel en halveer de **knoflook**. Snijd de **chilipeper** in ringetjes. Doe het **gehakte citroengras**, de **knoflook** en **chilipeper** met 3el olie, 2el water en 1tl suiker in een hoge (maat)beker. Pureer glad. Dep de **kip** droog en snijd in stukjes. Schep om met de **marinade**. Zet opzij.



4. Noedels garen

Voeg de **noedels** samen met de **rest van het citroengras** aan het kokende water toe. Draai het vuur uit en laat de **noedels** 3-5min garen. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en spoel de **noedels** om met koud water.



2. Groenten snijden

Breng genoeg zout water voor de **noedels** aan de kook in een kleine kookpan. Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in ringen. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in blokjes. Schil of schrob de **wortel** en snijd hem in schijfjes.



5. Kip op smaak brengen

Hak de **koriander** zonder harde steeltjes grof. Breng de **roerbak** op smaak met zout en peper en voeg evt. **3-4el kookwater** toe. Roer dan de **helft van de koriander** erdoor.



3. Groenten en kip bakken

Verhit een grote koekenpan of wok op hoog vuur. Voeg de **groenten** en de **kip** met zo min mogelijk **marinade** toe en bak 3min. Meng de **achtergebleven marinade** met de **tamarindepasta**, het **bouillonpoeder** en 2el water en schenk het **mengsel** in de pan. Roer door, dek de pan af en stoof 6-7min op middellaag vuur. Schep af en toe om.



6. Serveren

Vis het **citroengras** uit de **noedels** en verdeel ze met de **roerbak** over kommen of diepe borden. Bestrooi met de **rest van de koriander**. Snijd de **limoen** in partjes en geef ze erbij.