



Egg drop soep met sesamkip

met tomaat en udonnoedels



ca. 30min



2 personen

Egg drop soup is een Chinese klassieker, waarbij losgeklopte eieren door de soep worden geroerd. Op die manier krijgt je soep een zijdenzachte structuur waar wij dol op zijn. Onze variant is met lekker veel tomaten, prei en sesam. Je topt 'm bovendien met gebraden kipfilet met sojasaus en sesamzaadjes.

Wat je van ons krijgt

- 300g udonnoedels ¹
- 1 prei
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 4 tomaten
- 1 kipfilet
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 2x 25ml sojasaus ^{1,6}
- 2 eieren ³
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 1 zakje witte sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenschaar
- aardappelstamper
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 748kcal, vet 24.0g, koolhydraten 77.4g, eiwit 50.4g



1. Groenten snijden

Breng genoeg gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snijd de **prei** in de lengte doormidden en dan in dunne reepjes. Zet ca. **2el donkergroene preireepjes** opzij voor de garnering. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Schil en rasp de **helft van de gember** (of meer als je van gember houdt). Pel en hak de **tomaten** grof.



4. Noedels koken

Voeg de **helft van de noedels** (of meer bij grote trek) toe aan het kokende water en kook in ca. 4min beetgaar. Giet af in een zeef en spoel om met koud water. Knip de **noedels** in stukken van 4-5cm.



2. Kip voorbereiden

Dep de **kipfilet** droog en snijd 'm in **2 platte filets**.



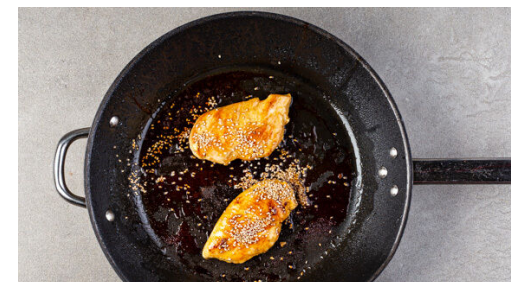
5. Eieren toevoegen

Klop de **eieren** los met een snuf zout en peper. Schenk de **eieren** al roerende door de **soep**, zodat er sliertjes ontstaan. Laat nog ca. 1min garen en voeg de **noedels** toe. Warm ze kort op en neem de pan van het vuur. Roer de **sesamolie** erdoor en proef of je nog zout, peper of suiker wil toevoegen.



3. Soep opzetten

Verhit een 2e middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olie. Voeg de **prei**, **knoflook** en **gember** toe en bak 2-3min. Voeg de **tomaat**, 500ml heet water, het **bouillonpoeder**, de **helft van de sojasaus** 1el azijn en 2tl suiker toe. Breng aan de kook, doe een deksel op de pan en laat 6-7min zachtjes koken. Plet de **tomaat** een beetje met een aardappelstamper.



6. Kip braden

Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olie. Braad de **kip** in 3-4min per kant goudbruin en gaar. Voeg de **rest van de sojasaus** toe en bak ca. 1min mee. Neem de pan van het vuur en strooi de **sesam** over de **kip**. Verdeel de **soep** over kommen. Snijd de **kip** in plakken, serveer op de **soep** en strooi de **achtergehouden prei** erover.