



Kokos-limoennoedels met pompoen

met babyspinazie en sesam



20-30min



2 personen

Het lijkt wel alsof de smaakvolle kokosnoot en frisse limoen voor elkaar gemaakt zijn! In dit gerecht vormen ze het perfecte paar in een easy-peasy saus waar je de noedels doorheen roert. Voor de benodigde groenten en vitamines hebben we er spinazie en pompoen aan toegevoegd. Doe daar een crunchy topping van zwarte sesam bij en jouw vegan droom is compleet!

Wat je van ons krijgt

- 300g udonnoedels ¹
- 1 stengel citroengras
- 1 teen knoflook
- 1 onbehandelde limoen
- 1 mini Hokkaido-pompoen
- 200ml kokosmelk
- 10g groentebouillonpoeder
- 10g zwarte sesam ¹¹
- 150g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- 2 middelgrote kookpannen
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 653kcal, vet 26.8g, koolhydraten 83.8g, eiwit 16.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende licht gezouten water aan de kook voor de **helft van de noedels**. Snijd de **citroengras** in de lengte in vieren. Pel en hak de **knoflook** fijn. Rasp de **limoenschil** fijn. Halveer de **limoen**, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



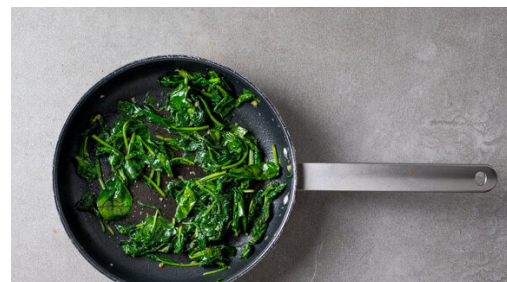
4. Noedels koken

Doe de **helft van de noedels** in het kokende water en kook in ca. 4min beetgaar. Giet af in een zeef en spoel om met koud water.



2. Pompoen garen

Halveer de **pompoen** en verwijder de zaden. Snijd **een helft** in blokjes. Gebruik de **rest van de pompoen** voor een ander recept. Doe de **blokjes** met het **citroengras**, de **kokosmelk**, 100ml water en de **helft van het bouillonpoeder** in een 2e middelgrote kookpan. Breng op hoog vuur aan de kook, draai het vuur middelhoog en laat ca. 15min zachtjes koken, tot de **pompoen** gaar is.



5. Spinazie garen

Verhit de koekenpan op middelhoog vuur met 2tl plantaardige olie. Bak de **knoflook** ca. 30sec en voeg dan beetje bij beetje de **spinazie** toe, tot de **blaadjes** geslonken zijn. Breng op smaak met een snuf zout en peper.



3. Sesam roosteren

Verhit een droge, middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **sesam** in 2-3min geurig. Schep op een bord en laat afkoelen. Houd de pan.



6. Noedels afmaken

Vis de **citroengras** uit de pan en voeg de **spinazie** en de **limoenrasp** toe aan de **pompoen**. Roer de **noedels** erdoor en breng het geheel op smaak met de **limoensap** en evt. zout en peper. Verdeel de **noedels** over diepe borden of kommen en bestrooi met de **sesam**. Serveer de **limoenpartjes** erbij.