

DINNERLY



Noedelpannetje met paprika en pinda's met gember-sojasaus en sperziebonen



ca. 30min



2 personen

Het beste aan noedelpannetjes? Dat je er alles in kunt gooien waar je zin in hebt. Vlees, vis, groente, ei, het past allemaal! Vandaag maken we een vegetarische versie met kleurrijke en knapperige groente. Knapperige paprika met ui en groene sperziebonen zijn heerlijk bij de stevige noedels in gember-sojasaus. We maken het af met krokante pinda's.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 250g noedels ¹
- 1 stukje verse gember
- 50ml sojasaus ^{1,6}
- 200g sperziebonen
- 1 paprika
- 1 rode ui
- 50g gezouten pinda's ⁵

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 1tl bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- maatbeker
- vergiet
- staafmixer met beker

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

ALLERGENEN

gluten (1), pinda's (5), soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 810kcal, vet 37.5g, koolhydraten 96.0g, eiwit 22.9g



1. Noedels koken

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Kook **¾e van de noedels** (of meer bij grote trek) in ca. 3min bijna gaar. Schep ca. **100ml kookwater** uit de pan. Spoel de **noedels** in een vergiet af met koud water en laat uitlekken.



2. Saus maken

Schil de **gember** en pel 2 tenen knoflook, snij ze grof en doe ze in een hoge beker. Voeg de **sojasaus**, **35ml kookwater**, 1el azijn, 1el plantaardige olie, 1tl suiker en 1tl bloem toe en pureer in ca. 1min tot een gladde **sous**. Verwijder de uiteinden van de **sperziebonen** en snij in hapklare stukken.



3. Groente snijden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vruchtvlees** in dunne reepjes. Pel de **ui** en snij in partjes van ca. 1cm breed. Verhit een grote koekenpan of wok op hoog vuur met 2el plantaardige olie. Bak de **paprika**, **ui** en **sperziebonen** met een flinke snuf zout 8-10min, tot de **groente** bruin en zacht worden, maar nog knapperig zijn.



4. Noedelpannetje afmaken

Hak de **pinda's** grof. Schep de **noedels** en **sous** door de **groente** en verwarm 1-2min. Voeg evt. meer **kookwater** toe om de **sous** te verdunnen. Proef en breng verder op smaak met peper en zout.



5. Serveren

Garneer het **noedelpannetje** met de gehakte **pinda's** en serveer.



6. Meer garnituur

Om je noedelpannetje nog mooier te maken kun je wat fijngehakte koriander of Thaise basilicum toevoegen.