

DINNERLY



<650kcal Egg drop soup met udonnoedels

met tomaat en bosui



ca. 20min



2 personen

Na een lange dag is een dampende kom vol geurige soep de perfecte opkikker. Daarom laten we ons vandaag inspireren door Chinese egg drop soup. We koken eerst tomaten en bosui in een lekkere bouillon en voegen op het laatst ei toe, zodat die in de soep kan garen. Om het gerecht extra geruststellend te maken voegen we een portie udon toe. Heerlijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 400g verse udonnoedels ¹
- 1 bosui
- 4 tomaten
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 2 biologische eieren ³

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- 2 middelgrote kookpannen
- vergiet
- maatbeker

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). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 519kcal, vet 17.1g, koolhydraten 74.1g, eiwit 17.8g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Pel 1 teen knoflook en snij fijn. Snij het **groen** en het **wit** van de **bosui** afzonderlijk in dunne ringen. Snij de **tomaten** in partjes van 0,5cm dik.



2. Groente bakken

Verhit een 2e middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1½el plantaardige olie. Bak de **witte bosui** en de knoflook in ca. 1min geurig. Voeg de **tomaat** toe en bak ca. 5min mee, tot ie zacht wordt. Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook ze in 2-3min beetgaar. Roer af en toe door om ze van elkaar te halen. Spoel de **noedels** in een vergiet af met koud water en laat uitlekken.



3. Soep koken

Voeg de **sojasaus**, de **helft van het bouillonpoeder**, 1el witte azijn, 450ml water en een snuf peper toe aan de pan met **tomaat** en meng goed. Breng aan de kook, zet het vuur lager en laat zachtjes koken.



4. Eieren koken

Klop de **eieren** los met een snuf zout. Roer ze langzaam door de kokende **soep** en laat ca. 30sec meegaren, zodat het **ei** een beetje stolt. Haal de **soep** van het vuur en roer door, zodat het **ei** in kleinere stukken verdeeld wordt. Het **ei** hoeft nog niet helemaal gaar te zijn, door de hete **soep** gaart het verder.



5. Afmaken en serveren

Proef en breng de **soep** op smaak met peper en zout. Verdeel de **noedels** over kommen, giet de **soep** erover en garneer met de **rest van de bosui**.



6. Meer pit!

Zin in een scherpe kick? Dan kun je in stap 2 samen met de knoflook en bosui ook nog wat geraspte gember meebakken.