



V: Indonesische vegan kip met sambal

met verse groente en pindasaus



ca. 25min



2 personen

Vandaag is de Indonesische keuken de ster van de show. Zelfgemaakte pindasaus, lekkere groente en heerlijke vegan kipstukjes van Heura gemarineerd in sambal oelek. En je serveert deze kleurrijke smaakexplosie op glasnoedels. Het is zo gemaakt, maar pas op: het is ook zó weg.

Wat je van ons krijgt

- 100g glasnoedels
- 1x vegan kipstukjes ⁶
- 25ml sambal oelek
- 1 onbehandelde limoen
- 1 zakje pindakaas ⁵
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 groene paprika
- 1 bosui
- 25g gezouten pinda's ⁵
- 250g verse nasigroente

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- 2 kleine kookpannen
- grote koekenpan
- maatbeker
- citrusspers
- zeef

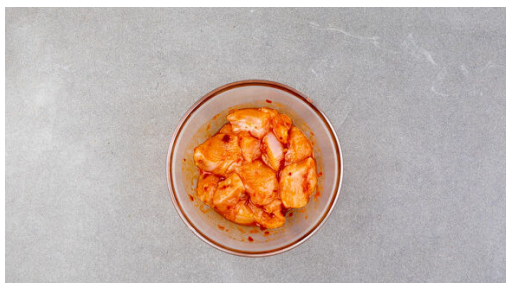
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 709kcal, vet 32.8g, koolhydraten 70.8g, eiwit 25.6g



1. Vegan kip marineren

Breng in een kleine kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Meng de **vegan kipstukjes** met de **helft van de sambal oelek**, een snuf zout en 1el plantaardige olie. Zet even opzij.



4. Vegan kipstukjes braden

Verhit een grote, droge koekenpan op medium tot hoog vuur en voeg de **vegan kipstukjes** toe. Roerbak in 6-7min gaar. Schep uit de pan en houd warm.



2. Noedels garen

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water, neem de pan van het vuur en laat de **noedels** 3-5min garen. Schep een kopje **noedelwater** uit de pan, giet de **noedels** af in een zeef, laat schrikken met koud water en laat uitlekken. **Tip:** om het bereiden makkelijker te maken kun je de **noedels** nu 1 of 2 keer doorknippen met een schone schaar.



5. Groente snijden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd 'm in dunne reepjes. Hak het **wit** van de **bosui** fijn en snijd het **groen** in dunne ringen. Hak de **pinda's** grof.



3. Saus maken

Pers de **limoen** uit. Doe de **pindakaas** in een kleine kookpan met 1el plantaardige olie, **1el sojasaus**, de **rest van de sambal oelek**, het **limoensap**, 1el suiker en 100ml water. Laat 1-2min zachtjes koken op middelhoog vuur, tot de **saus** romig is. Voeg evt. een beetje **noedelwater** toe als de **saus** te dik is.



6. Groente bakken

Verhit de koekenpan op hoog vuur en bak de **witte bosui** 30sec. Voeg de **groentemix**, de **paprika** en een snuf zout toe en roerbak 2-3min. Schep de **noedels** en **saus** door de **groente**, voeg evt. een **scheutje kookwater** toe om de **saus** te binden. Schep de **roerbak** op en verdeel de **vegan kipstukjes** erover. Bestrooi met de **pinda's** en de **groene bosui**.