



<650kcal: Koreaanse udonnoedels met ei en knapperige groente



ca. 25min



2 personen

Dit is er eentje voor de smaakpapillen! Stevige udonnoedels met verse paksoi, paprika en bosui plus een gekookt eitje. Je brengt het gerecht op smaak met gochujang - een pittige zoet-zuur gefermenteerde pasta die de basis vormt voor veel Koreaanse gerechten - en sesamolie.

Wat je van ons krijgt

- 2 biologische eieren ³
- 1 paksoi
- 1 paprika
- 1 bosui
- 1 teen knoflook
- 400g verse udonnoedels ¹
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 25g Koreaanse chilipasta ^{1,6}
- 1 zakje sesamololie ¹¹
- 1 zakje sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- 2el boter ⁷
- zout

Kookgerei

- kleine kookpan
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

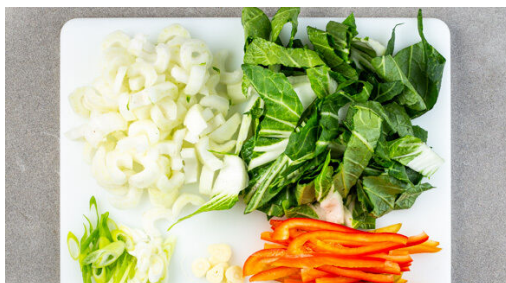
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 613kcal, vet 23.3g, koolhydraten 82.7g, eiwit 19.8g



1. Groente snijden

Breng in een kleine kookpan voldoende water aan de kook voor de **eieren**. Snijd de **bladeren van de paksoi** grof en snijd de **stronk** in reepjes. Verwijder de zaadlijsten en snijd de **paprika** ook in reepjes. Snijd de **bosui** in dunne schuine ringen. Pel de **knoflook** en snijd in dunne plakjes.



4. Groente bakken

Verhit een grote koekenpan met 1el boter op middelhoog vuur. Bak de **witte delen van de paksoi** en de **paprikareepjes** in ca. 4min zacht. Meng de **helft van het bouillonpoeder** met 50ml heet water.



2. Eieren koken

Breng in een middelgrote kookpan ruim gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Leg de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ca. 6min voor een **zachte dooier**. Kook 2min langer voor een **hardere dooier**. Giet de **eieren** af, laat schrikken met koud water en pel ze.



5. Saus maken

Voeg de **Koreaanse chilipasta** en de **knoflook** toe aan de pan en roerbak 2-3min. Blus af met de **groentebouillon** en voeg de **paksoibladeren** toe. Laat zachtjes koken tot de **saus** ingedikt is en de **blaadjes** geslonken zijn.



3. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook in 2-3min beetgaar, roer af en toe door zodat de **noedels** niet aan elkaar vastplakken. Giet af in een vergiet en laat schrikken met koud water.



6. Noedels mengen

Voeg de **noedels** en **3/4 van de bosui** toe aan de **saus** en roer 1el boter erdoor. Besprenkel de **noedels** met de **sesamololie** en breng op smaak met zout. Verdeel de **noedels** over borden. Halveer de **eieren** en serveer ze op de **noedels**. Bestrooi met de **rest van de bosui** en de **sesam**.