

DINNERLY



Spiegelei op udonnoedels met groente met pikante saus en cashewnoten



ca. 25min



2 personen

Udonnoedels hebben een heerlijke smaak en textuur én ze nemen elke soort saus geweldig op. We gebruiken deze noedels dan ook graag in allerlei smaakcombinaties. Vandaag serveer je ze met paksoi, wortel en een lekker pikante saus, met daarop een gebakken ei en krokante cashewnoten.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 400g verse udonnoedels ²
- 50g gezouten cashewnoten ^{3,5}
- 1x babypaksoi
- 1 wortel
- 30g sambal badjak
- 50ml ketjap manis ⁴
- 2 biologische eieren ¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1tl bloem ²
- peper en zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- middelgrote koekenpan of wok
- maatbeker
- vergiet

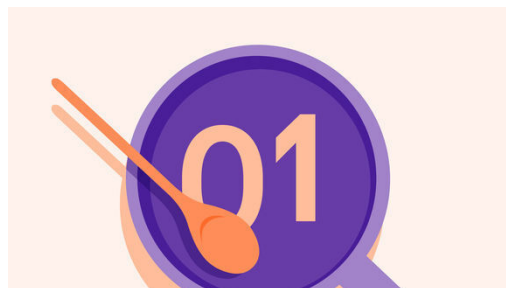
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

Eieren (1), Glutens (2), Pinda's (3), Soja (4), Noten (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

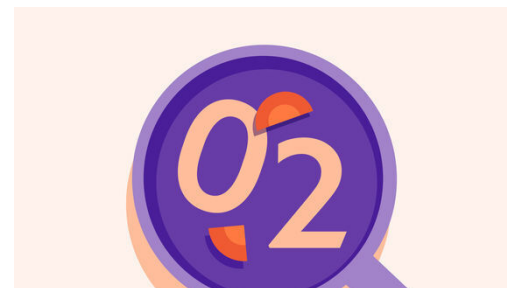
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 721kcal, vet 28.5g, koolhydraten 91.2g, eiwit 22.9g



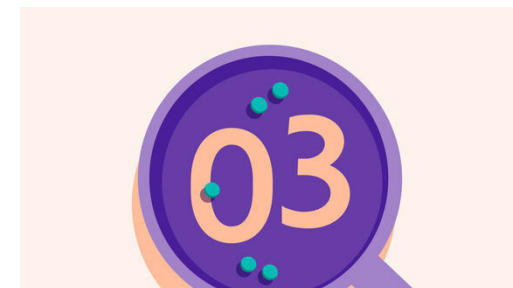
1. Cashews roosteren

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Verhit een droge, middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Rooster de **cashewnoten** in 1-2min goudbruin. **Pas op:** ze kunnen snel aanbranden. Haal de **cashewnoten** uit de pan en zet opzij. De pan gebruiken we zo weer.



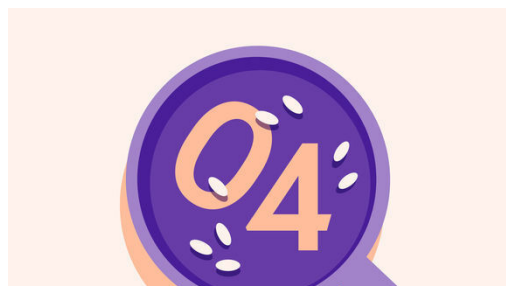
2. Noedels koken

Snij de **paksoi** in hapklare stukken. Schrob of schil de **wortel**, snij 'm in de lengte doormidden en dan overdwars in dunne plakken. Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en kook in 2-3min beetgaar. Roer regelmatig om de **noedels** van elkaar los te maken. Schep **100ml kookwater** uit de pan, spoel de **noedels** in een vergiet af met koud water en laat uitlekken.



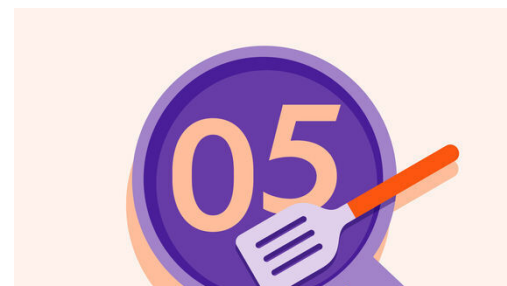
3. Groente bakken

Verhit een middelgrote koekenpan of wok op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **wortel** en **paksoi** 3-5min en kruid met een flinke snuf zout. Pel 1 teen knoflook en snij of pers heel fijn. Maak een **sous** van de **sambal badjak**, **ketjap manis**, **80ml kookwater** en 1tl bloem.



4. Saus koken

Zet het vuur lager, voeg de knoflook toe aan de pan en bak ca. 30sec mee. Voeg de **sous** toe en laat 2-3min indikken. Schep de **noedels** erdoor en breng op smaak met peper en zout. Haal de pan van het vuur en hou afgedekt warm.



5. Spiegelei bakken

Verhit de cashewpan met 1tl plantaardige olie op middelhoog vuur. Breek de **eieren** open en laat ze in de pan glijden. Bak de **spiegeleieren** 3-5min en kruid met peper en zout. **Tip:** voor een harde dooier kun je een deksel op de pan leggen. Schep de **noedels** op borden, leg de **spiegeleieren** erop en bestrooi met de **cashewnoten**.



6. Gebakken of gepocheerd?

Als je wil kun je de eieren pocheren in plaats van bakken. Breng water aan de kook in een middelgrote kookpan, voeg 1el azijn toe en zet het vuur laag. Breek de eieren open en laat ze in het water glijden. Pocheer ze ca. 3min, tot het eiwit gestold is. Schep ze dan met een schuimspaan uit het water en laat ze op keukenpapier uitlekken.