



Noedelroerbak met shiitake

en gochujang met Chinese kool



20-30min



2 personen

Chinese kool is bijzonder populair in de Aziatische keuken en ook wij eten het graag. Hier serveer je 'm in een snel en lekker noedelgerecht met shiitake, wortel, platte rijstnoodles en geroosterde sesam. Gochujang, de Koreaanse chilipasta, zorgt voor de complexe smaak.

Wat je van ons krijgt

- 250g noedels ¹
- 1 Chinese kool
- 1 zakje witte sesam ¹¹
- 1x shiitake
- 2 wortels
- 2 bosuien
- 1 teen knoflook
- 1 zakje Koreaanse chilipasta ^{1,6}
- 3 zakjes sojasaus ^{1,6}

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- zeef

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 550kcal, vet 12.3g, koolhydraten 91.1g, eiwit 16.4g



1. Kool marineren

Breng genoeg zout water voor de **noedels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Snijd de **kool** in heel smalle reepjes. Doe ze met 1tl zout in een kom en kneed goed met je handen. Laat de **kool** minstens 10min staan.



4. Groenten voorbereiden

Snijd de **shiitake** in dunne plakjes. Schil of schrob de **wortels**, snijd 'm in dunne staafjes. Je kunt de **wortel** ook grof raspen. Snijd de **bosuien** in dunne ringen. Pel en hak de **knoflook** fijn.



2. Noedels koken

Voeg de **noedels** toe zodra het water kookt, neem de pan van het vuur en laat de **noedels** 3-5min garen. Giet af in een vergiet en spoel onder de koude kraan af.



5. Slaw maken

Spoel de **koolreepjes** in een vergiet om met koud water. Druk er daarna zoveel mogelijk water uit. Meng de **kool**, **bosui**, **knoflook** naar wens en de **helft van de chilipasta** (of meer naar smaak) in een kom en breng de **slaw** op smaak met peper en evt. zout.



3. Sesam roosteren

Verhit een droge, grote koekenpan of wok op matig vuur en rooster de **sesam** in 1-2min goudbruin. Let op, de **sesam** kan snel verbranden. Schep uit de pan en zet opzij.



6. Groenten wokken

Verhit een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur met 1el olie en bak de **wortel** 2-3min. Voeg de **shiitake** toe en bak 3min mee. Doe de **sojasaus**, **helft van de slaw** en de **noedels** erbij en warm alles in ca. 1min op. Schep de **roerbak** op en serveer met de **rest van de slaw**. Bestrooi met de **sesam** en geef de **rest van de chilipasta** erbij.