

Noedels met pittig gebakken groenten

Hoofdgerecht voor 4 personen

Ingrediënten :

- 1 kleine broccoli, in roosjes
- 1 prei, in reepjes gesneden
- 2 of 3 stengels bleekselderij, in reepjes
- 2 of 3 el olie
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 250 g champignons, in vieren
- 50 g cashewnoten, grof gehakt
- 2 el vers korianderblad, grof gehakt

En van Fair Trade Original:

- 1 pak Tibetaanse Noedels
- 1/2 halve theelepel Sambal Oelek
- 75 ml Ketjap Manis

Bereidingstijd: ca. 15 minuten

Bereidingswijze:

- Bereid de noedels volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
- Giet de noedels af, spoel ze na met koud water en laat ze uitlekken.
- Kook de broccoliroosjes in 5 minuten beetgaar.
- Leg de gesneden prei en de bleekselderij in een vergiet en giet de broccoliroosjes hier overheen af.
- Maak een marinade van de olie, sambal, ketjap manis en knoflook.
- Meng de prei, de bleekselderij, de broccoliroosjes en de champignons er goed doorheen.
- Verhit een wok, voeg de gemarineerde groenten toe en roerbak enkele minuten.
- Voeg de noedels toe en roerbak ze kort mee.
- Verdeel het gerecht over 4 borden/kommen en garneer met de gehakte cashewnoten en de verse koriander.

Wijntip: Chardonnay, Zuid-Afrika